



SECRETARIA DE EDUCACIÓN PÚBLICA Y CULTURA
UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL
UNIDAD -25 B
Subsede Concordia



**“LA EDUCACIÓN FÍSICA EN SEGUNDO
GRADO DE EDUCACIÓN PRIMARIA COMO
ELEMENTO FORMATIVO DE LA
PERSONALIDAD Y LA CONVIVENCIA
SOCIAL”**

**TESIS
PARA OBTENER EL TÍTULO DE
LICENCIADA EN EDUCACIÓN**

PRESENTA

Araceli Patiño Verde

MAZATLÁN, SINALOA, MÉXICO

MAYO 2006

ÍNDICE

DEDICATORIA.....	IV
INTRODUCCIÓN.....	1
ANTECEDENTES.....	3
PLANTEAMIENTO.....	6
JUSTIFICACIÓN.....	9
DELIMITACIÓN.....	12
OBJETIVOS.....	16
HIPÓTESIS.....	17
I LA EDUCACIÓN FÍSICA Y EL ENFOQUE DEL PLAN Y PROGRAMA DE ESTUDIOS DE EDUCACIÓN PRIMARIA.....	17
1.1 La educación física y su importancia en el desarrollo de los alumnos.....	17
1.2 Concepción de educación física y propósitos de la curricula escolar en primaria.....	22
1.3 La educación física en el aula de segundo grado de primaria.....	25

II LA EDUCACIÓN FÍSICA Y SU VINCULACIÓN CON LAS CIENCIAS NATURALES EN LO QUE RESPECTA AL DESARROLLO HUMANO.....	30
2.1 La educación física auxiliar de las ciencias naturales.....	30
2.2 Cómo construyen los aprendizajes los alumnos en el segundo grado de primaria.....	33
2.3 El juego como tendencia natural de los niños y herramienta de aprendizajes.....	37
III LA EDUCACIÓN FÍSICA y SU OPERATIVIDAD EN EL AULA.....	41
3.1 Ambientes ideales para la educación física.....	41
3.2 Acciones convenientes en el segundo grado de primaria en la ejercitación de Educación Física...	44
3.3 La educación física, su impacto en la salud física y mental y su repercusión social.....	52
CONCLUSIONES.....	56
BIBLIOGRAFÍA.....	58
ANEXOS.....	61

INTRODUCCIÓN

Regularmente los trabajos de investigación educativa se enfocan por asignaturas de tipo académico, como español, matemáticas, ciencias naturales, química, física, según el nivel educativo a que estén dirigidos.

La Educación Física y la Educación Artística, son materias que muy rara vez se toman como objeto de investigación y estudios.

En este caso, ahondar en la Educación Física, resulta interesante, primeramente porque casi nadie toma esta asignatura y también porque aún considerándose una materia a la que en las instituciones educativas se le da menor importancia (cosa que no debiera ser), resulta de mucha importancia que se ahonde en ella.

El presente trabajo pretende poner en claro que el plan y programas de estudio del nivel primario la contemplan como una asignatura que tiene su importancia, por ello, el primer Capítulo está destinado a demostrar que es muy necesaria en el desarrollo de los alumnos, así mismo, dentro del mismo capítulo se explica la concepción de la asignaturas y los propósitos del curriculum, y su aplicación en el aula con los alumnos de segundo grado.

Que la educación física tiene vinculación con otras asignaturas es evidente, pero de manera especial con las Ciencias Naturales y la Educación Cívica, con la primera se relaciona auxiliándola en lo que se refiere al desarrollo físico y cuidados que se deben tener con el organismo para conservar la salud. Con la segunda, en cuanto la educación física se dan las relaciones interpersonales son indispensables, por lo tanto, se fomentan conductas y normas de convivencia como son los valores.

El Capítulo Tercero está dedicado al análisis y sugerencias sobre el cómo llevar la educación física al aula con los alumnos, cómo son los ambientes ideales para su puesta en práctica, así mismo, cómo han de ser las acciones convenientes para los niños de segundo grado. También en este Capítulo se exponen las ventajas de la asignatura en el desarrollo físico y mental.

En el apartado correspondiente a las conclusiones, se presentan algunas reflexiones sobre la operatividad de la educación física en el aula en el momento diario, se plantea una opinión muy personal de la realidad y el deber ser.

Por último, se hace una relación de distintas fuentes informativas que sirvieron para respaldar las distintas opiniones que se han vertido en el trabajo, o sea, se hace una relación Bibliográfica de los elementos que han como consulta.

ANTECEDENTES

Tradicionalmente, el sistema educativo mexicano, y sobre todo los centros escolares, atienden a todas las asignaturas del Plan de Estudios del nivel primario, sin embargo, en lo que se refiere a la asignatura de Educación Física, se notan algunas deficiencias.

Los propósitos educativos siempre han sido motivo de preocupación del Sistema educativo mexicano, por lo que se ha estado haciendo un seguimiento continuo de los productos y procesos de enseñanza-aprendizaje.

La educación física se ha considerado como una asignatura casi complementaria, y por tal motivo no se le da la importancia que requiere, puesto que está muy relacionada con el desarrollo físico de los alumnos.

A través de los años, se han realizado cambios y ajustes a los planes y programas de estudio, y en ellos, se ha puesto de manifiesto que todas las asignaturas son importantes porque en su conjunto logran la formación integral de los educandos.

En 1992, se realizaron muchas consultas, estudios y análisis

de planes y programas, y se encontró que se requerían ajustes y modificaciones para que la educación se colocara a la altura de las necesidades de la sociedad.

Producto de las consultas realizadas a nivel nacional, surgió la Ley General de Educación, que viene a regular a todos los niveles educativos del país.

La mencionada ley general, en su Art. 70., en la fracción IX, mencione lo siguiente: "Estimular la educación física y la práctica del deporte".¹

La Ley General de Educación, es el instrumento rector del sistema, educativo mexicano, ya que da la pauta para la elaboración de planes y programas. La, misma ley, en su Art.14, Fracción IX, reafirma lo referente a Educación Física "Fomentar y difundir las actividades artísticas, culturales y físico-deportivas en todas sus manifestaciones".²

El Plan y Programa de Estudios para el nivel primario ajustado el año de 1992 y que se puso en operación el año de 1993, es muy claro cuando afirma respecto a la materia:

"La Educación Física contribuye al desarrollo armónico del educando

¹ SECRETARIA DE EDUCACIÓN PÚBLICA. Ley General de Educación. P. 51

² *Ibíd.* p. 58

mediante la práctica sistemática de actividades que favorecen el crecimiento sano del organismo y propicien el descubrimiento y perfeccionamiento de las posibilidades de acción motriz".³

Esta asignatura debe ser considerada como una herramienta y medio para fomentar y promover actitudes y valores como pueden ser confianza y seguridad en sí mismos, respeto a los demás, y lo que es muy importante, la solidaridad y cooperación con sus compañeros para la realización de las actividades.

El enfoque de la materia de educación física tiene el propósito de que los educandos tengan un buen desarrollo físico, ya que así se facilitará el desarrollo intelectual, y los aprendizajes se lograrán de la mejor manera.

A pesar de que el Plan y Programa de estudios de primaria considera que la Educación Física es una asignatura, muy importante, en la práctica cotidiana, no se pone en operación porque los docentes se concentran en las asignaturas académicas que para él requieren más prioridad.

³ SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA. Plan y Programa de Estudios de Primaria 1993. p. 153

PLANTEAMIENTO

La escuela primaria transcurre en una vorágine de prioridades en cuenta a la importancia de las asignaturas, de tal manera que secciona y parcializa el plan de estudios.

En esa circunstancia, las asignaturas que absorben toda la atención y esfuerzo se centran en español, matemáticas, un grado menos a las ciencias naturales, enseguida colocan a la historia y el civismo, para llegar a las que menos importancia les provoca como son la educación artística y menos aún la educación física.

Se supone, y con toda certeza, que todas las asignaturas del plan de estudio son importantes para el desarrollo y formación integral de los alumnos, por lo tanto, no debieran darse esas diferencias.

Tanto la educación artística como la educación física, implican gran importancia para la formación de los niños y niñas, sin embargo, por costumbre educación física es la que menos promoción obtiene.

La educación física es una asignatura que se involucra muy fuertemente con las ciencias naturales, especialmente en lo que se

refiere al desarrollo físico de los educandos y también en lo relacionado con la salud individual de las personas.

También tiene gran impacto con el civismo, ya que a través de las distintas actividades, sean atléticas o deportivas, se dan necesariamente las relaciones interpersonales, por lo tanto, las acciones de educación física son una manera de reflejar los valores que se van formando como son el compañerismo, la amistad, el respeto, la democracia, etc.

El problema radica en la poca importancia que se le da a la educación física en el devenir escolar, o sea, en la cotidianeidad, pues casi siempre resulta indiferente que se practique o no.

La educación física es la asignatura casi olvidada en el nivel primario, los mismos maestros de la asignatura la tienen como una simple rutina, no se observa que tengan una buena planeación de actividades, muchas de las cuales ni siquiera están acordes a las capacidades de los niños.

Si se tiene en cuenta que la educación física se involucra con otras asignaturas del plan de estudios, especialmente con Ciencias Naturales y con Educación Cívica, justo es que se le dé la dimensión que requiere.

No debe considerarse a la educación física como una

asignatura simplemente de relleno, sino que se le ha de dar la importancia que realmente tiene según el enfoque del plan de estudios y de la propia asignatura.

Si se tiene la conciencia de que la educación en primaria no solo es informativa sino formativa, no puede prescindirse de una asignatura que es formadora del carácter y al mismo tiempo ayuda al buen desarrollo físico y mental como lo es la Educación física.

Además de lo anterior, la educación física en primaria tiene una función muy importante en la orientación de los niños para el uso de su tiempo libre.

La escuela dedica un mínimo tiempo a una actividad que es una tendencia natural de los niños como lo es el juego; es necesario que se desarrollen sus posibilidades y capacidades físicas para que tenga una manera positiva de utilizar su tiempo libre fuera de la escuela.

En fin, la educación física es una asignatura que no tiene la importancia que realmente ha de tener en el proceso formativo de los alumnos: mientras no se tome en cuenta a la educación física como una asignatura importante, no se tendrá una educación completa e integral de los educandos.

JUSTIFICACIÓN

Actualmente está latente una gran preocupación en la sociedad por trastornos orgánicos que van desde una notable desnutrición hasta una obesidad incontrolable.

Por doquiera se escucha a personas de todas las edades preocupadas por la constitución física de su organismo, y las alternativas que la mayoría pone en práctica son la asimilación de productos que les haga mantener determinado peso.

Muchas personas optan por el ejercicio físico frecuente y una alimentación adecuada, todo con el fin de mantener no solo una buena figura, sino una resistencia conveniente para las actividades cotidianas.

Es común ver en nuestras escuelas niños que tienen sobre peso, y algunos llegan a la obesidad, lo que les provoca poca motivación por las actividades de tipo físico, esto sin contar con otras derivaciones molestas para la salud de los niños.

Teniéndose en cuenta que la educación física puede ser la mejor alternativa para que el desarrollo físico de los niños se dé con normalidad, y por lo tanto, con buena salud, es de creerse que no

puede descuidarse en la institución educativa.

Con la educación física, necesariamente se busca el desarrollo perceptivo motriz, que pretende lograr la coordinación motora respecto a la ubicación en el espacio y tiempo, se pretende que se logre el equilibrio, etc.

Algo muy importante es el desarrollo de las capacidades físicas, que abarca el incremento de la fuerza muscular, la resistencia cardiorrespiratoria, la velocidad y flexibilidad articular y muscular; todo ello indispensable para el organismo.

La educación física tiene un gran impacto en la protección de la salud, pues se pretende formar hábitos muy importantes como son alimentación, descanso, higiene personal y la conservación del medio, todo ello indispensable para una buena supervivencia.

La educación física tiene que brindarse de una manera gradual, según el desarrollo físico de los alumnos, para que se tengan mejores resultados.

El juego es fundamental en las prácticas de educación física, principalmente en los alumnos de los tres primeros grados de educación primaria.

El juego, ya se ha mencionado anteriormente, es una

tendencia natural de los niños, y por lo tanto, lo realizan con bastante interés y motivación; el juego, ayuda a que el niño se desarrolle físicamente y también a que se relacione adecuadamente con sus iguales.

En las actividades de educación física, el niño tendrá la oportunidad de formar equipo, y por lo tanto, se pone de manifiesto el tipo de relación que puede reflejar con sus compañeros, por lo tanto, se presta para el fomento de los valores tales como la solidaridad, amistad, democracia, etc.

Por todo ello, la educación física es una asignatura importante dentro del plan de estudios, y por ningún motivo puede tenerse como una materia de relleno, ya que es formativa, por lo tanto, la escuela primaria tiene el desafío no solo de fomentar la práctica de la educación física, sino que se aplique y se desarrolle el proceso de manera conveniente.

DELIMITACIÓN

Todo trabajo que conlleve alguna investigación, requiere de un espacio donde realizar las distintas acciones para llevar a cabo las distintas acciones que son necesarias en el proceso de aprendizaje.

El centro de trabajo elegido ha sido el mismo en el que cotidianamente realizo mis labores docentes como maestra de educación física, el que se presenta enseguida:

La escuela se llama "13 de Septiembre" con clave oficial 25EPRO639K, ubicada en la calle Seberiano Moreno s/n, en el Fraccionamiento ISSSTESIN, en Mazatlán, Sinaloa.

Cuenta con buena infraestructura educativa, pues tanto las aulas como sus anexos están en buenas condiciones, en lo que se refiere a recursos humanos hay una Directora comisionada, once docentes con grupo regular, una maestra para el aula de medios, un aula de apoyo donde colaboran maestros con apoyo de lenguaje, lento aprendizaje, trabajo social y psicóloga, dos maestros de educación física, dos maestros para inglés, dos maestras para actividades de tipo artístico y cultural, además dos intendentes.

Cuenta con cancha para usos múltiples en la que se realizan

diversas actividades; así mismo cuenta con dos campos que lo mismo se usan para el fútbol como para el voleibol y otro tipo de deportes.

El manejo administrativo se hace a través de la dirección y el Consejo Técnico Escolar, apoyados por la Asociación de Padres de Familia y el Consejo de Participación Social.

El ambiente escolar, al menos en el turno matutino, es agradable y armónico, y ayuda al proceso educativo, sin embargo, resalta lo que se menciona en el planteamiento del problema en lo que se refiere a la Educación Física y las otras materias consideradas como complementarias.

Cuenta con una infraestructura educativa.

USAER: Unidad de Servicio y Atención a la Escuela Regular.
Un equipo interdisciplinario conformado por:

1 maestro de apoyo psicopedagógico, 1 maestra de comunicación, 1 psicólogo, 1 trabajadora social y una directora.

El objetivo es brindar atención y orientación a los alumnos de Aula Regular en el desempeño y aplicación de estrategias de intervención de los alumnos con necesidades educativas especiales transitorias (lenguaje, aprendizaje, psicología) y permanentes

(discapacidad) para favorecer su integración social y facilitar el acceso al currículum regular.

- Apoyo psicopedagógico asiste permanentemente a la Escuela Regular y este brinda orientación y sugerencias a los maestros de aula regular en las estrategias de aprendizaje y adecuaciones curriculares pertinentes para cada caso.
- La maestra de comunicación orienta y sugiere estrategias al maestro de Aula Regular y Padres de Familia sobre como favorecer las competencias comunicativas de los alumnos con atención en su lenguaje.
- La psicóloga brinda orientación a los alumnos y padres de familia sobre aspectos emocionales y de adaptabilidad social. Así como estrategias que favorezcan la dinámica familiar donde se desenvuelve el alumno.
- La Trabajadora Social recaba la información que puede ser de utilidad para conocer el contexto familiar del alumno y como se relaciona con sus compañeros y maestros.

- La directora solo hace trámites administrativos.

Actualmente esta Escuela Integradora tiene una matrícula de 11 alumnos, 7 con discapacidad intelectual (D. I) y 4 con trastornos neuromotores.

OBJETIVOS

Los objetivos que se presentan lograr en el presente trabajo son los que a continuación expongo:

- Reafirmar que todas las asignaturas del plan de estudios persiguen la formación integral de los niños y niñas.
- Concientizar primero a las instituciones educativas de que la Educación Física es una asignatura formadora del desarrollo de los niños en lo físico y mental.
- Sugerir a los maestros de grupo y a los de educación física para que implementen actividades adecuadas al desarrollo intelectual y físico de los educandos.

HIPÓTESIS

Por lo antes mencionado considero hacer la siguiente hipótesis:

“La formación integral de los alumnos en la primaria sólo se puede lograr si se logra involucrar a todas las asignaturas incluyendo la educación física en el proceso educativo, para lo cual se requieren acciones adecuadas con los diferentes grados escolares.”

CAPITULO I

LA EDUCACIÓN FÍSICA Y EL ENFOQUE DEL PLAN Y PROGRAMA DE ESTUDIOS DE EDUCACIÓN PRIMARIA

1.1 La educación física y su importancia en el desarrollo de los alumnos

El plan y programa de estudios del nivel primario es muy claro y específico y mencionar la importancia de esta asignatura en el desarrollo físico de los educandos, y lo menciona de la siguiente manera:

“La educación física contribuye al desarrollo armónico del educando mediante la práctica sistemática de actividades que favorecen el crecimiento sano del organismo y propician el descubrimiento y el perfeccionamiento de las posibilidades de acción motriz”.⁴

A través de la Educación física el individuo también es un medio muy interesante en la formación de actitudes y valores tales como la confianza en sí mismo, respeto a los demás y, por lo tanto, no sólo está de por medio el desarrollo físico, sino también la

⁴ SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA. Op. Cit. P. 153

formación de otros valores.

El proceso de la educación física y su enseñanza, tiene como base el conocimiento de las diversas capacidades que un alumno puede desarrollar con la ejecución de las actividades adecuadas.

Los niños de segundo grado, están en una etapa de crecimiento podría decirse que acelerado, pues es la edad en que se van dando todos los acercamientos verdaderos con el medio que les rodea.

El desarrollo físico de las personas siempre es muy importante, pero tratándose de los niños es todavía más, y es precisamente en el transcurso de la escuela, primaria cuando los niños deben ser debidamente encauzados para que logren ese desarrollo lo mejor posible.

Margarita Gómez Palacios, al estudiar el desarrollo de los niños a la luz de las teorías psicogenéticas da a entender que los niños que se ubican entre 1.5 a 7-8 años de edad, se encuentran en el subperiodo preoperatorio y dice: "En este subperiodo aparece la función semiótica y da inicio la interiorización de los esquemas de acción en representaciones".⁵

El desarrollo intelectual de los niños marcha muy al parejo con

⁵ GÓMEZ PALACIO, Margarita. El niño y sus primeros años en la escuela. P. 32

el desarrollo físico, si este se da de manera favorable, el desarrollo intelectual se facilitará más y por lo tanto la construcción de los aprendizajes, habilidades y destrezas se logran de manera más efectiva.

No puede perderse de vista que según sea el desarrollo físico de los niños, será el desarrollo intelectual, y el desarrollo físico sólo se obtiene con ejercitaciones adecuadas a la edad del niño en el segundo grado de educación primaria.

La escuela primaria a veces no da la importancia de la educación física que se debiera, y la considera una actividad de simple esparcimiento, sin tener en cuenta que con los distintos ejercicios, el niño está desarrollando capacidades motrices que influirán en sus capacidades intelectuales y por ende, en la construcción de los conocimientos.

El plan de estudios de primaria en su enfoque general tiene como propósito una educación integral de los alumnos, se supone que todas y cada una de las asignaturas están encaminadas a lograr que los educandos no solo obtengan conocimientos, sino que además, desarrollen capacidades formativas que le ayuden en su vida cotidiana.

Todos los contenidos tienen la función de ir formando a los niños de manera armónica y gradual, por lo que están estructurados

según la capacidad de los alumnos en determinada edad.

Los niños en la etapa de crecimiento, requieren de adecuados ejercicios para que sus capacidades motoras se vayan desarrollando y adquieren habilidades para realizar diversas actividades.

La educación física, según la intención del programa de segundo grado, busca que el niño y la niña desarrollen la percepción y la motricidad, lo que les ayuda a incrementar de la mejor manera su vigor físico.

Los niños estimularán la fuerza muscular mediante los ejercicios en los que utilice sus brazos, piernas, abdomen y torso; se recomiendan también carreras cortas para los niños de primero y segundo grados para que ejerciten la velocidad, todo mediante juegos individuales o grupales.

Es muy importante que se le enseñe al niño como realizar la respiración; en lo que se refiere la salud, es se le tienen que fomentar hábitos de higiene.

Los deportes son parte de la educación física, pero los niños de segundo grado, aún no asimilan juegos con reglas muy complejas, deben ponerse en práctica juegos sencillos con pocas reglas pero precisas que el niño las comprenda.

1.2 Concepción de educación física y propósitos de la curricula escolar en primaria

La educación física se concibe como parte fundamental de la educación integral del ser humano, desde el momento en que nace, empieza a proporcionarle estimulación motriz que redundará en los conocimientos que va obteniendo del mundo que le rodea.

Mediante la ejercitación de su organismo, el individuo va adquiriendo habilidades motrices, actitudes y hábitos que le ayudan en su desarrollo armónico.

Mediante actividades acordes a sus necesidades e intereses en las diferentes etapas de su vida, con la práctica sistemática y organizada de ejercicios, los niños van logrando un desarrollo sano y pleno.

Dentro del Sistema Educativo Mexicano, la educación física como área, propicia en los educandos el desarrollo de habilidades físicas como la resistencia y la velocidad, etc., además se fomentan hábitos de higiene y posturales, lo mismo que se va dándole, formación del carácter, se da la socialización, seguridad en sí mismo y la disponibilidad para la realización de diversas actividades, todo ello, son aspectos muy importantes para la formación del hombre.

La Secretaría de Educación Pública, teniendo en cuenta la

importancia del desarrollo físico de los individuos, he dispuesto que la Dirección General de Educación Física, proponga normas pedagógicas, contenidos claros, planes y programas de estudio así como métodos para la educación física y el deporte.

La educación física es también un medio para promover la formación de actitudes y valores, como la confianza y seguridad en sí mismos, la conciencia, de las posibilidades propias, el respeto a las posibilidades de los demás así como la solidaridad con los compañeros.

"Los programas de educación física tienen características propias, pues sugieren actividades que el maestro debe solucionar y organizar con flexibilidad, sin sujetarse a contenidos obligatorios ni a secuencias rígidas. El único principio para organizar el trabajo es que las actividades correspondan al momento de desarrollo de los niños tomando en cuenta las diferencias que existen entre ellos".⁶

En la escuela primaria la Educación Física tiene como propósito la formación de hábitos, valores, actitudes y conocimientos relacionados con el cuidado del cuerpo, así como con el uso y la movilidad del mismo.

El plan y programa de estudios lo manifiesta así: "A partir de la

⁶ SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA. Fichero de actividades de educación física. P. 7

convivencia y el juego se busca estimular el desarrollo de las habilidades físicas y motrices de los niños".⁷

En los primeros años de la vida escolar en primaria, es importante que los niños conozcan sus capacidades y exploren sus posibilidades de movimiento, lo que les permitirá afirmar la percepción y la coordinación motriz general, contribuyendo al desarrollo de hábitos de higiene personal.

El Plan y Programas de Estudio de Educación primaria de 1993, destaca tres propósitos que pueden resumirse de la siguiente manera:

- Estimular el desarrollo de habilidades motrices y físicas para favorecer el desarrollo óptimo del organismo.
- Fomentar la práctica adecuada de la ejercitación física para la conservación de la salud.
- Promover la participación en juegos y deportes como medio de convivencia.

⁷ SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA. Op. Cit. P. 151

1.3 La educación física en el aula de segundo grado de primaria

La asignatura de educación física necesariamente se ha de poner en operación en el aula, sea con el maestro regular o bien con maestro de esa especialidad.

La educación física comprende la principal tendencia de los niños, el juego; especialmente en el primero y segundo grado de primaria, los niños aún giran sus intereses en torno al juego, por lo tanto, los que conducen la asignatura es una estrategia que no puede faltar en sus actividades.

Jean Piaget, (1994), al referirse al juego menciona:

"El juego constituye la forma de actividad inicial de casi cada tendencia o al menos un ejercicio funcional de esta tendencia que la activa al margen de su aprendizaje propiamente dicho y actúa sobre este reforzándolo."⁸

Son muchos los autores que al referirse al juego como algo natural en la infancia, por lo que en el proceso-educativo no puede prescindirse de él en el aula, sea cual sea el tema o asignatura que se plantea ante el grupo.

Pescetti Luis María, en Taller de animación musical y juegos

⁸ PIAGET, Jean. Seis estudios de Psicología. P. 35

(1996), menciona entre otras muchas cosas que:

"Los juegos son importantes porque enseñan alegría, porque nos arrancan de nuestra pasividad y nos colocan en situaciones de compartir con otros. Los juegos enseñan algo que sólo los juegos enseñan y que no se traduce en palabras".⁹

Para sacar a la educación de la pasividad tradicional, tienen que buscarse mejores estrategias en los procesos.

Queda claro pues que el fomento de la educación física en el aula, especialmente en los dos primeros grados de primaria es muy importante para ese desarrollo físico y mental armónico de los alumnos.

Sin embargo, también es evidente que los docentes no tienen la prestancia y continuidad, y tampoco las estrategias adecuadas para proponer las acciones con los alumnos.

Gretel García y Eduardo Torrijos, en su obra juegos para fomentar la lectura infantil (2004), al referirse al juego hace la siguiente referencia muy importante.

"Los niños descubren el mundo que les rodea; forman su personalidad, desarrollan su cuerpo y sus sentidos a través del

⁹ PESCETTI, Luis María. Taller de animación musical y juegos. P. 27

juego; jugar es vivir. Los juegos con un medio de aprendizaje muy beneficioso que nos permite conocer las cosas de una manera entretenida y dinámica".¹⁰

El hábito de la mayoría de las personas en la realización de actividades físicas o deportivas se reduce a menos de una hora un día a la semana.

A la actividad física y al deporte se le considera como un evento de fin de semana y no como práctica sistemática que requiere cuando menos de veinte minutos, tres días a la semana para que el ejercicio incida en la salud y el desarrollo físico de manera favorable.

Más del ochenta por ciento de los alumnos, niños y jóvenes escolares no realizan actividades físicas suficientes para alcanzar los niveles mínimos necesarios que propicien su desarrollo físico.

Solamente el quince por ciento de la población estudiantil realiza algún tipo de actividad física o deporte cuando menos quince minutos a la semana para conservar y mejorar su salud.

La conservación de la salud, la conveniencia del ejercicio físico y el deporte, y todo lo que ello conlleva, es algo que la escuela primaria debe fomentar desde los primeros grados, en este caso, se

¹⁰ GARCÍA, Gretel y Eduardo Torrijos. Juegos para fomentar la lectura infantil. P. 17

ubica el segundo grado, en el que los niños y niñas están prestos a derrochar energías, se motivan mediante los juegos y actividades físicas.

Luis Roberto Barone, en "Proyectos integradores: Juguemos en el aula" (2002), al referirse a la motivación que el juego tiene para los aprendizajes es muy claro al afirmar: "El juego constituye un excelente recurso didáctico en el momento de poner en marcha un proyecto. Es así como el niño siente la motivación e interés por los aprendizajes".¹¹

El juego sin lugar a dudas es parte de la Educación Física, y en los primeros grados de primaria, a los niños se les fomenta lo que es la motricidad, el equilibrio, la velocidad, etc. pero aún los niños no tienen la capacidad para juegos muy complejos en reglas y técnicas, por lo tanto se trata de que en el segundo grado se complementen actividades lúdicas sencillas pero que ejerciten el vigor físico.

Todo aprendizaje requiere un proceso de construcción, el cual comprende pasos evolutivos y al interactuar el niño con el medio los pone en práctica.

Mediante la educación física, el docente proporciona una cultura de la salud vinculando actividades lúdicas a través del

¹¹ BARONE, Luis Roberto. Proyectos integradores: Juguemos en el aula. P. 11

conocimiento del cuerpo humano y de su interacción con el medio que le rodea, lo que permite al educando en primaria participar activamente y con responsabilidad en el cuidado y mejoramiento de hábitos favorables de salud individual y de la comunidad.

CAPITULO II

LA EDUCACIÓN FÍSICA Y SU VINCULACIÓN CON LAS CIENCIAS NATURALES EN LO QUE RESPECTA AL DESARROLLO HUMANO

2.1 La educación física auxiliar de las ciencias naturales

Antes de iniciar un aprendizaje es necesario saber en que estadio de desarrollo se encuentra el niño, respecto a esto, es necesario saber cuales son sus conocimientos previos que tiene sobre algún tema, conociendo eso, se puede partir a los nuevos aprendizajes o a la ampliación de las estructuras de conocimiento que ya posee el niño.

Se pretende que mediante una serie de investigaciones puntuales, el alumno avance en el contenido de "el cuerpo humano y la salud". Es conveniente pues, que el maestro utilice su creatividad, capacidad y preparación profesional y lúdica para darle congruencia a los programas y la aplicación correcta, dándole importancia a la materia utilizada y a las sugerencias metodológicas y didácticas que la institución determina para el proceso educativo en las ciencias naturales.

En ese sentido, nuestra dinámica pedagógica gira con mayor importancia hacia las ciencias naturales mediante actividades de Educación Física, destacando procedimientos didácticos que considere el desarrollo del niño y que aprovechen los recursos del medio ambiente natural, revalorando el papel del docente.

Por todo lo anterior, se encuentran similitudes en las ciencias naturales y la educación física, precisamente en lo que se refiere al desarrollo físico de los individuos y al cuidado y conservación del organismo en las mejores condiciones de salud.

En el desarrollo psicomotor, se ocupan tanto las ciencias naturales como la educación física, y los logros del niño de segundo grado se caracterizan por una menor organización y control en la relación espacio temporales y por una mayor capacidad para combinar las destrezas que hasta ahora ha adquirido, logrando realizar destrezas más complejas que combinándolas con la formación de hábitos favorables de salud en su persona se reflejan en ellos mismos cuando realizan las actividades planeadas en las clases de educación física mediante juegos, cantos, aplausos, conocimiento y dominio de las extremidades del cuerpo... El niño es conciente de su ajuste corporal y de su utilidad para un mejor adaptamiento en el trabajo y en el juego.

Las actividades de educación física vienen a complementar el fomento a la salud humana que proponen las ciencias naturales así

como la función de las partes de nuestro cuerpo.

Las ciencias naturales en lo que se refiere al cuerpo humano y la salud, especifica cómo es nuestro organismo, y la educación física se encarga de ejercitar ese organismo para que se mantenga en buen estado y así el desarrollo se de armónicamente.

Sin embargo, no todo debe quedar en lo biológico, sino que eso se refleja en lo intelectual, o sea, en la capacidad para la construcción de los conocimientos, y el desarrollo de habilidades y destrezas conscientes.

Bruner, en la Antología Universidad Pedagógica Nacional "Medios para la enseñanza" describe que existen amplificadores de las capacidades motoras humanas, capacidades sensoriales y humanas de "raciocinio". Además, estos amplificadores son convencionales y transmitidos culturalmente. Afirma que nuestra mente llega al mundo preparada biológicamente para la adquisición de aquellas técnicas que amplían nuestras formas de representación en un cambio permanente en la conducta del individuo, que ocurre como resultado de la práctica que mediante procesos adquiere destrezas y habilidades elaboradas con especial atención a las capacidades corporales de las personas.

El punto trata de la educación física como auxiliar de las ciencias naturales, sin embargo, no solo es auxiliar de las ciencias

naturales, sino que en gran medida, puede también vincularse con la Educación cívica, ya que en las distintas actividades se da la relación interindividual.

En las actividades de educación física, especialmente en las que son de tipo grupal, se dan normas de convivencia para cualquier deporte o competencia que se organiza.

El niño pone en práctica los valores como la solidaridad, el respeto, la amistad, la prudencia, etc., todo eso es parte de la educación cívica pero que se viven en las actividades de Educación Física, sean juegos, atletismo o deportes.

Es precisamente en los juegos, y actividades de ejercicio físico, donde se reflejan más los valores para una sana y armónica convivencia; por lo tanto, la asignatura de educación física también se relaciona con la educación cívica, y posiblemente con otras muchas asignaturas más.

2.2 Cómo construyen los aprendizajes los alumnos en el segundo grado de primaria

Sobre la adquisición de los aprendizajes han surgido varias teorías, entre las que se pueden mencionar algunas que han tenido más impacto.

Algunas de las teorías más conocidas son: la teoría psicoanalítica de Freud que se centra en el aspecto sexual del desarrollo, o sea que según él, todas las acciones son influenciadas por la libido de los individuos.

Otra de las teorías con bastante impacto es la conductista que realmente tuvo menos impacto que otras, fue impulsado por Pavlov quien se basó en el estudio del reflejo condicionado, y fue perfeccionado por Henry Watson quien afirma que todo puede ser enseñado si se organizan bien los pasos del condicionamiento. Esta teoría se basa esencialmente en el estímulo-respuesta, lo que debe interpretarse como premio a una acción correcta o castigo a la incorrecta.

Una teoría que ha tenido bastante aceptación por los pedagogos es la psicogenética, según Piaget, en su obra psicológica del niño afirma que: “El individuo recibe dos tipos de herencia intelectual: por un lado una herencia estructural y por otro una herencia funcional”.¹²

Para Piaget, estas dos herencias son fundamentales en el desarrollo del niño, la estructural se refiere a la herencia biológica y la funcional es la que adquiere por su interacción con el medio.

Lev Seminovitch Vigotsky, seguidor de la teoría genética pero

¹² PIAGET, Jean. Psicología del niño. P. 48

vista desde otro ángulo, en su obra: "Pensamiento y lenguaje" (1985), descansa su teoría en las funciones superiores psicológicas, y manifiesta lo siguiente:

"Si tomamos al niño y lo comparamos con animales superiores, notaremos que en el aspecto biológico hay muchas semejanzas, pero en el aspecto psicológico el animal no posee sino un sistema de funciones elementales, mientras que en el hombre esas funciones se transforman en funciones psicológicas superiores, lo que constituye un proceso de homonización. La memoria, la inteligencia, y todos los elementos que en ellos intervienen, están desarrollados a través de una actividad transformadora que permite al hombre pensar, juzgar, reflexionar y también inventar, imaginar y crear".¹³

El Sistema educativo Mexicano ha transitado por varias tendencias, desde los más tradicionalista, las teorías conductistas hasta llegar a las teorías constructivistas derivadas de la psicogenética, sin embargo, nunca se ha aplicado alguna teoría solamente y pura, sino que se han mezclado.

Los planes y programas de estudios, tienen una clara tendencia constructivista del aprendizaje, sin embargo en la realidad no se aplica como debiera en el aula escolar, motivo por el cual no

¹³ VOGOTSKY, Lev Seminovitch. Pensamiento y lenguaje. P. 75

se tiene una educación bien orientada, y eso se debe a que la base magisterial recibe las disposiciones más no la suficiente capacitación.

Todos los niños, desde su nacimiento, están ávidos por obtener aprendizajes, y lo hacen de diversas maneras y a través de los distintos sentidos del cuerpo.

En todos los aprendizajes, siempre está la presencia de los adultos, quienes están encauzando ese proceso educativo; están por ejemplo los padres, especialmente la madre quien desde los primeros momentos está pendiente de todas las necesidades.

Desde los primeros momentos de vida, la madre empieza a ejercitar la psicomotricidad del niño y así lo hace hasta que nota que el niño ya puede valerse por si mismo. Esto nos indica que junto con el crecimiento, va aparejado el ejercicio físico.

A través de la ejercitación, el niño va adquiriendo conocimientos, habilidades y destrezas, o sea, que la experiencia con los objetos que le rodean le van dando los aprendizajes que requiere para la supervivencia.

Ángel Bassi, en su obra "Psicología y desarrollo educativo" (1995), lo expresa de la siguiente manera: "El niño es un elemento plástico y fácilmente moldeable, es complejo de actitudes del posible

desarrollo, es acumulación de energía y crecimiento de conocimientos".¹⁴

Bassi es muy claro al darnos a entender que los niños están abiertos para recibir de su mundo los conocimientos necesarios, pero también, está claro que alguien debe canalizar esos aprendizajes, y en eso participan quienes lo rodean en la familia, en la calle y también en su vida escolarizada.

2.3 El juego como tendencia natural de los niños y herramienta de aprendizajes

Desde los primeros instantes de la vida, los niños tienen la tendencia por agarrar lo que está a su alcance, eso para los adultos parece un juego, sin embargo, esa tendencia de los niños es con el fin de tener acercamientos con lo que les motiva e interesa.

Los niños conforme se van desarrollando y a partir de que pueden acceder con sus manos a los objetos, los atraen con el fin de manipularlos, observarlos y así conocerlos lo que nos indica que los niños necesitan de la experiencia con los objetos para obtener sus aprendizajes.

Por naturaleza los niños y niñas comprendidos entre el 1.5 a 7-

¹⁴ BASSI, Ángel. Psicología y desarrollo educativo. P. 248

8 años de edad, tienden al juego como una manera natural de conducta, en los primeros años, el juego es muy individual, pero a partir de los cuatro años, el niño socializa con otros sus juegos.

El juego compartido con otros iguales, permite que se logren mejores resultados y que los aprendizajes se socialicen. Margarita Gómez Palacios en "El niño y sus primeros años en la escuela", al referirse al juego afirma que "El juego simbólico es de gran importancia en la estructuración de la realidad del niño, ya que éste le permite representar una serie de situaciones en las que él juega diferentes roles o papeles".¹⁵

Es común observar a un niño que se siente ave, pez, o cualquier objeto que le llama la atención, y realiza las acciones de lo que está representando.

El juego y su tendencia se van modificando conforme el niño va creciendo, sin embargo a la edad de los cinco a los ocho años, es la etapa en que más hace uso del juego y trata de socializarlo con sus iguales.

Sobre la socialización del juego, conviene que se reafirme que es una actividad que implica, muchísimos aprendizajes, sin embargo, se requiere que dentro de ese ambiente de juego, el maestro, o quien esté asesorándolos, procure que lo hagan

¹⁵ GÓMEZ PALACIO, Margarita. Op. Cit. P. 44

armónicamente, pues no sería raro que entre los niños surjan diferencias por los liderazgos, sobre las reglas en los juegos, aún en los más sencillos, Hugo Alcantara Moreno, en su obra "Cómo proteger a tus hijos contra las drogas", en Guía para padres de familia, (1999), afirma entre otras muchas cosas que:

"En el juego existen reglas; con facilidad hacen amistad con los niños de su misma edad, incluso con niños menores. Ya pueden compartir sus pertenencias para hacer más divertido el juego. Sin embargo, suelen reclamar la participación de un adulto, sobre todo cuando hay que solucionar un problema de justicia".¹⁶

Es importante la mediación del adulto, ya que en determinados momentos puede surgir el egocentrismo en algunos niños, por otra parte, "cuando los juegos se utilizan con fines didácticos, no sólo se debe fomentar el juego en sí mismo, sino también para que las relaciones interpersonales sean armónicas".¹⁷

Conviene que al respecto se recuerde lo que la Secretaría de Educación Pública a través de los Talleres Generales de Actualización, específicamente en el folleto guía de PRONAP-primaria 2001-2002 en donde se puede leer.

"A la escuela le corresponde la tarea de promover en los alumnos los aprendizajes

¹⁶ ALCÁNTARA Moreno, Hugo y otros. Como proteger a tus hijos contra las drogas. P. 83

¹⁷ *Ibíd.* P. 85

que les darán los elementos para estar en condiciones de preservar su propia salud y la de los demás, y esto lo puede lograr con buenos hábitos de conducta que encausa a través de juegos”.¹⁸

¹⁸ SECRETARIA DE EDUCACIÓN PÚBLICA. TGA. 2001-2002. P. 83

CAPITULO III

LA EDUCACIÓN FÍSICA y SU OPERATIVIDAD EN EL AULA

3.1 Ambientes ideales para la educación física

La educación de calidad, sin duda alguna el propósito de todo sistema educativo, y una educación no es de calidad si no es integral, que conlleve la formación, no sólo la ilustración, instrucción, capacitación; es necesario que se ahonde más, o sea que sea formativa, y uno de los aspectos no pueden dejarse a un lado, es ley formación en valores.

Un ambiente ideal no es aquel que cuenta con las mejores estructuras, eso ciertamente sirve en gran manera, pero el mejor ambiente es aquel en el que se da el valor a las personas que conviven en un ámbito.

Las instituciones que fomentan los valores, sin duda alguna el clima relacional será bueno, y los valores deben estar presentes en todas las actividades que los alumnos realizan, especialmente en los juegos que tienen durante los recesos, también los juegos

didácticos en cada asignatura, de igual manera en las actividades de educación física.

Una de las críticas que emite la investigadora educativa Silvia Schmelkes, en su obra "Formación de valores en la educación básica" (2004), cuando afirma:

"Si la escuela no se propone explícitamente la educación en valores, simplemente se simula una falsa neutralidad. La simulación, estaremos de acuerdo todos, es antítesis de calidad educativa, porque es antítesis de la búsqueda continua de la verdad".¹⁹

El fomento de los valores es importante, ya se mencionó anteriormente, por lo que "no puede descuidarse en el proceso de enseñanza-aprendizaje pues de esa manera sería una formación más integral".²⁰

La asignatura de Educación Física es propicia para, el fomento de los valores, pues en sus distintas actividades se dan las relaciones humanas entre los niños que participan en ellas, por ejemplo, los valores que pueden fomentarse en el ambiente de educación física son entre otros:

- La **libertad**, que según John Smith, es el derecho de los

¹⁹ SCHMELKES, Silvia. La formación de valores en la educación básica. P. 49

²⁰ Ídem

individuos para hacer y emprender todo lo que quiera sin lesionar los derechos de los demás.

- La **igualdad**, que según la Constitución Francesa de 1795, es la aplicación de la misma ley para todos los individuos cuando castiga y cuando protege. Todos son igualmente libres.
- **Justicia**, que según Thomas Jefferson, James Madison y John Rawls, dicen que la finalidad primordial del gobierno y de los ciudadanos para garantizar los derechos irrenunciables de libertad e igualdad.
- La **tolerancia**, que para Mc Closky y José María Luis Mora, es la capacidad para reconocer el derecho de los demás de tener opiniones y actitudes diferentes.
- **Respeto**, que es la atención y consideración a las ideas y creencias propias y de los demás.
- El **diálogo**, para José María Luis Mora y Platón, es el intercambio de información y opiniones para buscar mutuamente soluciones. Para que haya diálogo es necesario saber escuchar.
- La **participación**, para Almond y Verba, y Margarita

Conway, es la disponibilidad que todos muestran en la realización de cualquier actividad que se emprenda en el grupo.

Todos esos valores y muchos más, pueden fomentarse en educación Física, de ahí la importancia que tiene esa asignatura en la formación individual.

3.2 Acciones convenientes en el segundo grado de primaria en la ejercitación de Educación Física

De nada sirven los planes y programas que se propongan, de nada sirve que se realicen distintas reformas a los mismos y sus contenidos si no se llevan a la práctica en el aula escolar.

Precisamente está en la acción con los alumnos donde se logran los propósitos educativos de todo programa; por lo tanto, es el lugar donde se deben implementar las estrategias y actividades didácticas más adecuadas para el proceso rinda productos de calidad.

A lo largo de este trabajo, en capítulos anteriores se ha planteado cómo son los niños y niñas que cursan la educación primaria, y específicamente los alumnos del primer ciclo escolar (primero y segundo grados), así mismo, se ha tratado

detenidamente cómo se dan los aprendizajes de los alumnos de seis hasta ocho años.

En este punto, se tratará sobre los procesos que se requieren para que la educación física en el segundo grado se conduzca de la mejor manera.

Se ha planteado que los niños y niñas que cursan el primero y segundo grados de primaria, tienen una tendencia natural al juego y por lo tanto, es una manera muy conveniente de ejercitar esta asignatura con los niños.

El programa de Educación Física para el Segundo Grado está organizado en cuatro campos formativos muy importantes:

Desarrollo Perceptivo-Motriz, en este campo, se ha de estimular el desarrollo de la percepción y la coordinación motriz (Ubicación espacial y temporal, equilibrio, lateralidad, coordinación visomotriz y psicomotriz), estos tienen su mayor énfasis en los primeros grados de primaria, aunque continúan en los grados siguientes pero con menor intensidad.

Desarrollo de las capacidades físicas, este campo abarca los procesos de estimulación, incremento de la fuerza muscular, la resistencia cardiorrespiratoria, la velocidad y la

flexibilidad articular y muscular. Las actividades tienen que ser gradualmente dosificadas según el ritmo de desarrollo de los niños.

Formación deportiva básica, este campo se aprovecha del interés de los niños por el deporte, sin embargo, para los primeros grados se utiliza el juego ya que es una expresión natural y se continúa con actividades pre-deportivas que van incorporando cada vez más complejidad y el fomento de las relaciones interpersonales.

Protección de la salud, este campo busca la formación de hábitos que fomenten el cuidado de la salud. La actividad física es un medio valioso, pues junto con la alimentación adecuada, el descanso, la higiene personal y la conservación del medio, que todo ello redunda en la buena salud.

Como mero ejemplo, se ponen a continuación algunas sencillas actividades que motivan a los niños en el ejercicio físico y también para los elementos básicos del deporte.

Voli-toalla

- Propósito:

Lograr en los alumnos del segundo grado de primaria

- La estimulación oportuna para el desarrollo de habilidades motrices y físicas que favorezcan un óptimo desarrollo de su organismo.
 - Que su participación en la actividad favorezca la convivencia recreativa y gradualmente la formación deportiva.
-
- Materiales (Recursos):
 - Dos tubos de fierro (postes) con una altura de dos metros.
 - Un elástico de cinco centímetros de ancho, que se colocará como red a una altura de un metro.
 - Una pelota de vinil del número siete un poco desinflada.
-
- Procedimiento
 1. Platica motivante del maestro con los alumnos sobre la

actividad.

2. Se les explica que el juego es algo parecido al voleibol. Que el saque es parecido al voleibol pero que se hace en pareja y con la toalla. -Se les explican las funciones de las líneas y zonas de ataque-. Que se dará una rotación en las posiciones de los jugadores. Que se cuentan puntos a favor y en contra.

3. Después de las instrucciones de juego, se procede a ejercicios de calentamiento con todo el grupo como:

Flexión y extensión de brazos, piernas, cuello, tronco. Se les pide que realicen marchas de trote y desplazamientos a derecha e izquierda, frente y atrás todo ello rodeando el contorno de la cancha, de voleibol.

4. Se organiza el grupo en equipos de ocho alumnos.
5. Se establece que el equipo que gane más puntos en cinco u ocho minutos será el ganador del partido.
6. Antes de iniciar el partido, se les dan ejemplos de saque, recepción y pases.
7. Para que el saque, como es en pareja y con la toalla, la pareja que saca cuenta hasta tres y realiza el saque con la toalla

tomándola por los extremos y lanzando la pelota hacia el campo contrario pasando por encima del elástico.

8. El saque debe ser devuelto por pareja igualmente con la toalla. Se gana el punto cuando el equipo contrario pierde la pelota y esta toca el suelo.
9. Terminado el partido pasan otros dos equipos, y así hasta que todos los equipos realizaron la actividad, si no alcanza el tiempo, se dejan equipos pendientes.

Aromil

- Propósito:

Lograr que los alumnos del segundo grado de primaria.

- Practiquen habitualmente la ejercitación física, como medio para la conservación de la salud.
- Participen en juegos y deportes mejorando la convivencia y la autoestima.
- Pongan en práctica el respeto a normas y reglas sencillas para la práctica del deporte en equipo.

- Materiales:
 - Dos aros de plástico con una circunferencia de cuarenta -centímetros.
 - Una o dos pelotas de vinil del número siete (tamaño y peso acorde a los niños y niñas)
 - Cancha de usos múltiples (indicando medidas)
 - Cuatro conos de plástico para delimitar los espacios que requerirán los jugadores.

- Procedimiento:
 1. Se les explica a los alumnos en que consiste el juego, y se establecen las reglas que el maestro crea conveniente, cuide el maestro que no sean muy complicadas.
 2. Se realizan ejercicios de calentamiento que consisten en: Flexión y extensión de las extremidades superiores e inferiores. Ponen en práctica entre los alumnos pases con la pelota de vinil para que se acostumbren a cazarla, y lanzarla. Ponen en practica desplazamientos a diferentes espacios de la cancha con lateralidades y botando el balón individualmente o por parejas. (Todo el calentamiento no

debe exceder de 15 minutos).

3. Se organizan en el grupo equipos de once jugadores, luego se sortea para ver que equipos inician las acciones.
4. Se colocan los equipos en sus respectivos lados de la cancha. Se juega a manera del fútbol, pero utilizando sólo las manos. El portero de cada equipo tiene un aro que será la portería, y no permitirá que los del equipo contrario pasen el balón por el aro, para lo cual lo puede tener en movimiento.
5. Ganará el equipo que anote más goles al contrario, según se estableció previamente la cantidad.
6. Terminado el partido de esos equipos, pasan a jugar otros dos equipos.

Nota: El maestro será el que dirija el partido como árbitro, y hará las recomendaciones necesarias tanto referentes a las reglas, como en lo que se refiere a la limpieza de juego en cuanto a la conducta de los jugadores entre ellos, remarcándoles que es un juego recreativo.

Dentro de las actividades de educación física puede de manera muy efectiva y eficaz fomentarse los valores, dado que se

da la interrelación entre los niños.

En el segundo grado, como puede observarse en los ejemplos de actividades presentados, son sencillas, no se pretende que los niños tengan que poner en práctica muchas reglas, sólo las elementales, pero sobre todo, que los niños se ejerciten para su mejor desarrollo físico, ya que así, se abren las posibilidades de un buen desarrollo intelectual.

No se debe perder de vista que las actividades que se propongan a los niños conlleven el juego, ya que así serán más motivantes y por lo tanto captarán su interés por realizarlo.

Aunque sean juegos, no se debe abusar de la duración, pues con juegos muy extensos y repetitivos, los niños tienden al aburrimiento, el mejor reflejo será sin duda la actitud y participación de los mismos niños.

3.3 La educación física, su impacto en la salud física y mental y su repercusión social

La educación física en todos los niveles, sea de manera individual o grupal, es muy importante, ya en puntos anteriores se hicieron referencias al respecto, sin embargo, en este punto se pretende valorar el impacto en la salud física, en la mental y la

repercusión que tiene en la sociedad.

a) Impacto en la salud física

Es indiscutible que la conservación de la salud es la prioridad de cualquier persona, en función de la salud física se alimenta, se viste, calza, descansa y se ejercita. La salud es el factor que ocupa una alta prioridad de una sociedad, pues cuando se tiene una población sana físicamente, es posible que se piense en la mejora individual y general.

Mantener el cuerpo sano implica tener buenos hábitos alimenticios y de ejercitación, pues si se descuidan esos factores sin duda alguna el organismo tiende al deterioro.

El fomento de el ejercicio físico frecuente y bien organizado debe hacerse desde la primera infancia de los niños, pues de esa manera se está educando a los infantes para que cuiden su propio organismo y se provengan desordenes como la desnutrición, la obesidad, que a la postre provocan problemas de salud muy graves, que afectan no sólo al individuo, sino a quienes le rodean como son sus familiares.

b) La salud física y su importancia para la salud mental

Una persona que posee buena salud física, sin duda alguna lo refleja hacia los demás, pues su estabilidad emocional está en óptimas condiciones.

Cuando las emociones de la persona están en buen momento, la socialización con los demás es más positiva y animosa. Además, se presta para que pueda emprender actividades intelectuales y de trabajo sin problemas.

Cuando no se tiene una buena estabilidad física, el organismo no está en condiciones de responder a ningún requerimiento ni intelectual ni laboral.

c) La salud física y su repercusión hacia la sociedad

La sociedad está integrada por las personas que comparten un lugar, un territorio, un país y el mundo entero.

Cuando los individuos que integran un núcleo familiar gozan de buena salud, estará siempre en armonía y eso se reflejará en las relaciones con otras familias.

En cambio, cuando falla el factor salud, se refleja en la familia y en las demás que la rodean, además, los malestares son diversos, por ejemplo, el problema de la desnutrición hay

grupos sociales que lo padecen y sus miembros no son lo productivos que debieran. Otro caso es la obesidad que cada vez es más latente en la sociedad, y esto es un problema de salud no sólo individual, sino que es un problema de salud social.

Como se puede notar, la educación física, o la ejercitación física, es muy necesaria porque no solo beneficia individualmente a las personas, sino que también beneficia a la sociedad en lo general.

La escuela como institución formadora, debe fomentar buenos hábitos y uno de ellos es el acondicionamiento físico de los alumnos para que se de un buen desarrollo intelectual, y así se cumpla aquello de que mente sana en cuerpo sano.

CONCLUSIONES

Es evidente que la Educación Física en el ámbito escolar no es tomada en cuenta en su real dimensión de importancia, y sin duda alguna es una situación en la que intervienen varios factores entre los que se pueden mencionar el institucional, o sea que a las escuelas les interesa más promocionarse por sus logros académicos que por el desarrollo integral de los alumnos; el otro factor es el que se refiere a la conducción del mismo docente, que ve a la educación física como algo de relleno en el plan de estudios y es muy poco lo que le dedica.

Teniendo en cuenta todo ello, sólo queda concluir en lo siguiente:

Primero, inexplicablemente la educación física no tiene la categorización de las otras asignaturas, prueba de ello, es que el mismo plan de estudios le concede sólo una hora a la semana y un total de cuarenta horas al año, en tanto a español y matemáticas tienen 9 y 6 horas a la semana respectivamente, que dan un total de trescientas sesenta para español y doscientas cuarenta a las matemáticas anualmente. Esta distribución de tiempo es la que se le asigna al primero y segundo grado, en lo que se refiere a los grados siguientes tercero a sexto, los tiempos para la educación física

siguen siendo los mismos.

Ello evidencia que la educación física es la asignatura que se considera menos importante en el nivel primario y eso no es muy saludable, pues es la etapa en que los niños y niñas requieren formarse los hábitos elementales de conservación y fomento a la salud.

Segundo, es un hecho que la educación física, y las actividades que buscan el buen desarrollo de los niños es lo que se debe procurar en la escuela primaria, por eso, el poco tiempo que el plan de estudios le dedica a esa actividad debe ser muy bien aprovechada.

En el primer grado y también en el segundo, que forman el primer ciclo, las estrategias han de enfocarse al desarrollo de juegos que al mismo tiempo que los ejercite, también les sirva de recreación. Para ello, los docentes y el maestro de la asignatura, (si lo hay en la escuela) tienen que tener la suficiente creatividad para que las acciones sean las adecuadas y se logren los propósitos educativos y formativos que se desean.

BIBLIOGRAFÍA

ALCANTARA MORENO, Hugo y otros. Cómo proteger a tus hijos contra las drogas. Ed. SEP. México, 1999. 190 pp

BARONE, Luis Roberto. Proyectos integradores: Juguemos en el aula. Ed. Tercer Milenio. México, 2002. 140 pp

BASSI, Ángel. Psicología y desarrollo educativo. Ed. Trillas. México, 1985. 340 pp

BRUNER, Jerome. Desarrollo cognitivo y educación. Ed. Morata. España, 1988. 230 pp

DELVAL, Juan. Crecer y pensar: La construcción del conocimiento en la escuela. Ed. Laia. España, 1984. 158 pp

GARCÍA, Gretel y Eduardo Torrijos. Juegos para fomentar la lectura infantil. Ed. Lectorum. México, 2004. 104 pp

GÓMEZ PALACIOS, Margarita y otros. El niño y sus primeros años en la escuela. Ed. SEP. México, 1995. 227 pp

PESCETTI, Luis María. Taller de animación musical y juegos. Ed. SEP. México, 1996. 136 pp

PIAGET, Jean. Seis estudios de psicología. Ed. Corregidor. España, 1996. 199 pp

----- . Psicología del niño. Ed. Morata. España, 1984. 185 pp

SECRETARIA DE EDUCACIÓN PÚBLICA. Ley General de Educación y Art.3° Constitucional. Ed. SEP. México, 1993. 94 pp

----- La formación de valores en la educación básica. Ed. SEP. México, 2004. 157 pp

----- Plan y programas e estudio de primaria. Ed. SEP. México, 1993. 164 pp

----- Fichero de actividades de Educación Física. Ed. SEP. México, 1994. 25 fichas

----- Talleres Generales
de Actualización, PRONAP 2001-2002. Ed. SEP.
México, 2001.144 pp

VIGOTSKY, Lev Seminovitch. Pensamiento y lenguaje. Ed. La
Pléyade. Argentina, 1985. 194 pp.

ANEXOS

Anexo 1 Fotografías



