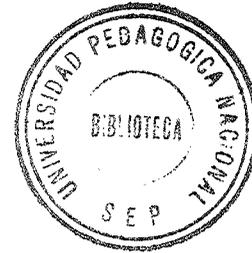




SECRETARIA DE EDUCACION PUBLICA  
UNIVERSIDAD PEDAGOGICA NACIONAL  
UNIDAD UPN 054 EXT. NUEVA ROSITA

*LA EDUCACION FISICA EN EL  
DESARROLLO DEL NIÑO*



*JOSE AMBROCIO SALINAS JIMENEZ*

Propuesta pedagógica presentada en opción al  
título de Licenciado en Educación Primaria.

Monclova, Coahuila, 1991



UNIVERSIDAD  
AGOGICA  
NACIONAL  
DAD 054  
CLOVA, COAH:  
5-43-96

DICTAMEN DEL TRABAJO PARA TITULACION.

Monclova, Coah., a 02 de Julio de 1991.

C. PROFR. (A) JOSE AMBROCIO SALINAS JIMENEZ.

P R E S E N T E :

En mi calidad de Presidente de la Comisión de Titulación de esta -  
Unidad y como resultado del análisis realizado de su trabajo titu-  
lado: " LA EDUCACION FISICA EN EL DESARROLLO DEL NIÑO " opción PRO  
PUESTA PEDAGOGICA asesorado por el C. Profr. NEREO AQUILEO NAHUAT  
DZIB, manifiesto a usted que reúne los requisitos académicos al --  
respecto por la Institución.

Por lo anterior, y previa comprobación de haber acreditado la tota-  
lidad de las materias del plan de estudios, se dictamina favorable-  
mente su trabajo y se le autoriza a presentar su examen profesio--  
nal.

A T E N T A M E N T E .

PRESIDENTE DE LA COMISION DE TITULACION.  
PROFR. MARIO AVILES MONDRAGON.



Srta. de Educación Pública

UNIVERSIDAD PEDAGOGICA NACIONAL  
UNIDAD UPN 054  
MONCLOVA, COAH.

c.c.p. Comisión de Titulación de la Unidad UPN, para su conocimiento.  
c.c.p. Expediente.

6-11-91 1.9

## DEDICATORIA

Dedico este trabajo a mi esposa e hijos, a mis cu  
ñadas Olga y Julieta por su apoyo.

## INDICE

	PAGINA
INTRODUCCION.....	6
CAPITULO I. LA EDUCACION FISICA COMO AREA COMPLEMEN TARIA EN EL PROCESO DE ENSEÑANZA-APREN- DIZAJE.....	8
A) La educación física en la escuela primaria.....	9
B) Aplicación de la educación física co mo complemento de los contenidos pro gramáticos.....	12
C) Propósitos en el campo de la educa-- ción física.....	13
CAPITULO II. LA EDUCACION FISICA COMO COMPLEMENTO EN LA VIDA ESCOLAR DEL NIÑO.....	16
A) Enfoque histórico de la educación <u>fí</u> sica.....	17
B) La educación física como complemento educativo.....	18
1) La importancia de la educación <u>fí</u> sica.....	18
2) Desarrollo de cualidades físicas...	23

## PAGINA

3) Diferencias en el desarrollo <u>físico</u> CO.....	24
CAPITULO III. ACCIONES DIDACTICAS EN LA EDUCACION FISICA.....	29
A) Estrategia pedagógica en el desarrollo de la educación física.....	30
B) Actividades en el desarrollo <u>curricular</u> .....	31
C) Desarrollo de la metodología.....	33
CAPITULO IV. LA EDUCACION FISICA COMO ALTERNATIVA <u>PARA UN DESARROLLO ARMONICO EN LOS EDUCAN</u> DOS.....	36
CONCLUSIONES.....	41
BIBLIOGRAFIA.....	43

## INTRODUCCION

Dadas las circunstancias que han surgido en el campo educativo y considerando el cambio gradual en lo que a educación se refiere, es preciso fomentar a través de nuestro quehacer docente un grado de desarrollo total y armónico en los educandos.

Para ello, me permito a través del presente trabajo, coordinar las actividades y procesos que se requieren dentro de la Educación Física, con el objetivo fundamental de crear un mejor nivel físico-mental en los alumnos. Provocando de esta manera un mayor nivel de comprensión de los contenidos programáticos.

En base a lo anterior fomentamos el desarrollo de una mente abierta al aprendizaje y a los estímulos que pueda recibir el niño del exterior.

La forma como se desarrolla la investigación son aportaciones que integrarán a los alumnos a la sociedad en una forma de equilibrio armónico con su entorno social.

Es preciso ser conscientes, que al integrar la Educación Física dentro de nuestra práctica docente, sea en forma tal que no se convierta en pasatiempo o actividad que conduzca al desorden; sino hacer partícipes a los niños a través de las estrategias y actividades adecuadas, de la importancia que tiene una metodología propia para las actividades deportivas.

Si la Educación Física se lleva a cabo después de la debida planeación de actividades y no de forma improvisada se logrará la participación activa y organizada de los alumnos de tal manera que repercuta en su desarrollo armónico y en coordinación con el resto de las áreas complementarias.

CAPITULO I

LA EDUCACION FISICA COMO AREA COMPLEMENTARIA EN EL PROCESO DE  
ENSEÑANZA-APRENDIZAJE

A) La educación física en la escuela primaria.

En el quehacer docente se presentan obstáculos que dificultan el desarrollo integral del educando. Uno de éstos es la íntima relación que guarda la educación física con este desarrollo armónico en el educando al dársele escasa importancia a la educación física como complemento para desarrollar sus habilidades motrices, mismas que se definen como características cualitativas innatas en el ser humano, que con el acto educativo son susceptibles de desarrollar de tal manera que propicie un buen estado orgánico funcional.

Las actividades deportivas a través de su práctica sistemática y dirigida proporciona beneficios de gran importancia para el educando. Tales beneficios repercuten en su estado físico y desarrollan en menor o mayor grado las habilidades físicas de acuerdo al deporte que practica. Estas habilidades son flexibilidad, fuerza, equilibrio, resistencia, agilidad, velocidad, coordinación; mejorará así mismo su salud propiciará mejor estado anímico; así como la adquisición de buenos hábitos entre los que podemos mencionar la responsabilidad, cooperación, respeto hacia sí mismo y hacia sus semejantes.

Las inquietudes por las cuales pasa uno como educador son muchas, para la realización de esta propuesta me he planteado las siguientes interrogantes:

¿Ha hecho el maestro conciencia de la importancia que tiene la educación física como complemento para una educación total en el educando?

¿Toma exclusivamente las actividades que le manda el programa?

¿Da la importancia adecuada a la educación física como área complementaria para un pleno desarrollo total en el niño?

¿Cuenta la escuela con recurso humano para el desarrollo de la educación física?

¿Da un apoyo total el educador al área de educación física o sólo lo hace para cumplir con el calendario de actividades a realizar en el área de educación física?

¿Manifiesta interés el maestro por la impartición de la educación física?

¿Comparte el mismo interés maestro y alumno por la educación física?

¿Incrementa el maestro las habilidades físicas de sus alumnos con ejercicios adecuados?

En el desarrollo de esta propuesta pedagógica queda de ma-

nifiesto la importancia que reviste llevar a cabo los diferentes objetivos del área programática de educación física que como se ha especificado, contribuye al desenvolvimiento integral del educando, por el hecho de estimular habilidades y destrezas, acorde a la madurez que se presenta en cada uno de los grados escolares por los cuales transcurre el aprendizaje de los niños.

En nuestras prácticas educativas se puede percatar de la mínima importancia que se le otorga a la educación física, la cual se realiza de manera improvisada sin ajustarse a una planeación que realmente responda a los requerimientos e intereses que expresan los alumnos, ya que se ha constatado que su desarrollo tiende a confundirse con la práctica del deporte, concretándose las actividades a simples juegos, carreras, competencias, que en su mayoría presentan desorganización, y en consecuencia, no se logran los resultados, de los objetivos que se hayan planteado.

Por tal hecho considero relevante en esta propuesta pedagógica abordar el problema que reviste la educación física en el desarrollo del niño, fundamentalmente en el nivel de la escuela primaria.

B) Aplicación de la educación física como complemento de los contenidos programáticos.

Un motivo por el que opté por esta problemática, es que el educador debe procurar incrementar y mantener las habilidades físicas de los educandos de tal manera que incidan favorablemente en su crecimiento y desarrollo y así mismo favorecer aquellas que el niño por naturaleza no las realiza fácilmente. Y las que efectúa con mayor eficiencia darles el tratamiento necesario para conservarlas en condiciones óptimas que le servirán como complemento en su vida diaria.

Es necesario hacer conciencia de la importancia que reviste la educación física en el desenvolvimiento total del educando y darle la debida atención a la misma para efecto de lograr incidir favorablemente en el organismo y como consecuencia repercutir en sus ámbitos cognoscitivo, psicomotriz y socio-afectivo.

La educación física da alternativas para practicar cualquier deporte en los ratos libres, para que el alumno canalice su energía hacia la práctica del deporte dentro y fuera del aula escolar como parte de un proceso para la formación integral del educando, pues tiende a desarrollar primeramente sus primeros movimientos y más adelante desarrollará habilidades motoras normales con sus funciones intelectuales. También propone elementos básicos de ejercitación que lo van a preparar para cual-

quier competencia deportiva que se presente dentro y fuera de la escuela.

La educación física es un área integradora que repercute en el educando para que desarrolle todo su potencial de habilidades y conocimientos tomando como base que en un cuerpo sano habrá una mente capaz para asimilar conocimientos.

### C) Propósitos en el campo de la educación física.

En el transcurrir de nuestro paso por la tierra, nos trazamos metas u objetivos a lograr, en esto implica necesariamente una planeación de objetivos que se pretenden alcanzar para dichos fines.

En este trabajo pedagógico es importante señalar los objetivos hacia los cuales tienden las acciones que se emprenden para lograr respuestas al problema que se ha planteado. Con respecto al área de educación física es necesario plantear que dicho problema surge a consecuencia del escaso interés que se les concede en el desarrollo de las actividades y contenidos programáticos de la educación física que se encuentra integrada a lo que constituye el proceso global del fenómeno educativo.

Por tal razón el planteamiento de los objetivos permitirá confrontar la teoría con la práctica para, de este modo, instrumentar las estrategias y recursos que resulten más adecuados en

la búsqueda permanente de satisfactores a las necesidades e intereses que manifiesten en su desenvolvimiento nuestros alumnos.

Cabe señalar que resulta importante mencionar los objetivos que se pretenden alcanzar en una propuesta pedagógica que constituye el objeto de estudio de una situación problemática que se presenta en el grupo de tercer grado de la escuela Profesor Patricio Flores Zambrano, de la ciudad de Sabinas, Coahuila.

Los objetivos que se pretenden alcanzar en este trabajo son los siguientes:

- Investigar la relación que representa la educación física en el desarrollo integral del educando.
- Encauzar al educando a que incremente y conserve su capacidad funcional al realizar eficientemente las habilidades motrices.
- Propiciar que el alumno adquiera confianza y seguridad en sí mismo, al utilizar sus habilidades motrices en actividades físicas y recreativas.
- Manifestar actitudes de cooperación, participación, iniciativa y de integración al medio en donde se desenvuelven.

- Practicar las actividades físicas recreativas y de iniciación deportiva que le permita la adquisición de valores, considerando sus intereses, necesidades y capacidades.

- Incrementar la creatividad del alumno para que exprese espontáneamente formas de movimiento corporal, utilizando como referencial las habilidades motrices adquiridas.

- Desarrollar su capacidad de discriminación para que seleccione las habilidades físicas básicas y compuestas adquiridas para su utilización.

CAPITULO II  
LA EDUCACION FISICA COMO COMPLEMENTO EN LA VIDA ESCOLAR  
DEL NIÑO

A) Enfoque histórico de la educación física.

La educación física en México, ha tenido diferentes enfoques a través del tiempo debido al momento histórico en que se ha encontrado, así tenemos que entre 1969 y 1971, los programas contenían como objeto de enseñanza un fuerte acento militarizante y deportivo y en mínima proporción la gimnasia y actividades recreativas.

Durante el período de 1974 hasta 1988, cambió el enfoque, tomando como base la corriente psicomotriz que en su momento revolucionó el concepto de lo que hasta entonces se había conocido.

Actualmente el enfoque es orgánico-funcional, razón por la cual la educación física tiende a ir desarrollando los movimientos del ser humano para ir ejecutando la acción cuando se quiere dar la respuesta adecuada.

La educación física toma como punto de partida las habilidades motrices para fines pedagógicos, desgraciadamente no se está tomando la debida importancia por el educador al relegando esta área a un segundo término, siendo que todo tipo de actividad física puede ser de utilidad siempre y cuando se logre la intención o el fin que persigue dicha actividad.

El educador tiene los objetivos que pretende alcanzar, de

él depende dicha responsabilidad, pero al momento de elegir qué área se va a desarrollar opta el educador por escoger materias en las que el educando sólo alcanza el desarrollo cognoscitivo y limita, en consecuencia, su desarrollo motriz, afectando con ello su desarrollo afectivo social.

Es tarea, pues, de ir corrigiendo todo esto con una labor entusiasta y aclarar que una educación física no es sólo deportes, sino que en dicha materia se conjugan muchos aspectos que ayudarán a maestros y alumnos a que desarrollen aptitudes, valores y seguridad en sí mismos, a que tengan un cuerpo sano y de ahí partir y llevar esta área a su máximo nivel de desarrollo que propiciará en el educando un nivel más alto en su crecimiento cognoscitivo, afectivo y social.

B) La educación física como complemento educativo.

1) La importancia de la educación física.

La educación física es un área que sirve al educando para que tenga una educación integral, permitiéndole un desarrollo armónico con respecto a las demás áreas que se imparten en el proceso educativo, y le sirve para que desarrolle habilidades, destrezas motrices así como de socialización.

La educación física es parte del proceso para la formación integral del individuo, y se ha de incorporar siempre a la edu-

cación general que se ofrece a todos los mexicanos. Por esto el artículo tercero de nuestra Constitución Política señala, en primer lugar, la educación tenderá a desarrollar armónicamente todas las facultades del ser humano. Incluso desde la antigüedad el filósofo griego Aristóteles afirma que "el cuerpo es el templo del alma y para alcanzar la armonía del cuerpo, la mente y el espíritu el cuerpo debe estar físicamente apto". (1)

La educación física es una actividad que tiende a la eficiencia del movimiento desde las habilidades motrices más simples, hasta las más complicadas, de tal manera que favorezca las condiciones de salud que repercuten en el aspecto cognoscitivo, afectivo y social.

La práctica de la educación física en la escuela primaria es importante como elemento formativo de habilidades físicas, motrices, sociales e intelectuales del individuo, pues fomenta hábitos de higiene y postura, así como la solidez de su carácter, la disposición, iniciativa y socialización al utilizar el movimiento intencionado como medio.

La educación física se relaciona no sólo con el deporte: sino también con la recreación y la danza, pues su meta es propiciar todas aquellas vivencias para que el educando llegue al conocimiento pleno de su cuerpo. Con respecto al desarrollo de

---

1 Charles A. Bucher. Tratado de educación física y deportes.  
p. 56.

las habilidades físicas, así como lo referente al aspecto intelectual o mental, el filósofo inglés John Lucke escribió: "el cuerpo sano en una mente sana es una descripción corta, pero completa de un estado feliz en este mundo; quien posee ambos atributos tiene muy poco que desear". (2)

La educación física representa para la educación del niño el elemento integrador de todas las partes de su cuerpo y de su mente. A medida que el educando va creciendo, la vida le va exigiendo una participación escolar más activa dentro del proceso educativo diario y el educador debe relacionar la actividad física con el papel que juega en la salud mental de todos los educandos.

La educación física le proporciona al educando un agradable cambio de ritmo con respecto a la intensa actividad mental que realiza dentro del salón de clase, además la misma le ofrece una salida aceptable de la energía que lleva cada uno de ellos; la actividad física es una importante característica de una vida equilibrada. En los contenidos programáticos del nivel de educación primaria se halla consignado lo siguiente:

Dentro del marco educativo la educación física se define:

La disciplina pedagógica que mediante la actividad física tiende a la eficiencia del movimiento

---

2 Id.

desde las habilidades motrices más simples hasta las más complicadas con la finalidad de propiciar y conservar el equilibrio de la capacidad funcional del educando de tal manera que favorezca las condiciones de salud que repercuten en sus ámbitos cognoscitivo, afectivo y social. (3)

Un alumno físicamente apto amplía su salud mental y social, encontrándose relaciones con sus resultados escolares; las investigaciones han demostrado que los alumnos físicamente aptos tienden a obtener mejores calificaciones.

Al reflexionar sobre lo antes expuesto, se encuentra que en lo referente al período que comprende el nivel de educación primaria es:

entre los 7 y 12 años es capaz de orientarse en el espacio y de ubicarse en relación con los objetos que le rodean. Esta elaboración se logra gracias a la descentralización que permite al niño encontrar puntos de referencia fuera de su cuerpo y trasladar las nociones espaciales u otros objetos. (4)

Por tal hecho cobra relevancia la educación física, ya que es parte inseparable de la educación integral desde el momento que le proporciona a los educandos estimulación cognoscitiva, afectiva y motriz, permitiéndole la adquisición de habilidades y actitudes acordes a sus necesidades e intereses en las diferentes etapas de su vida.

3 S.E.P. Programa de educación física. p. 15.

4 Honanne Durivage. Educación y psicomotricidad. p. 28.

Es necesario mencionar que al darle la importancia debida al área de educación física en el desarrollo del alumno, va a redituarse en que él mismo desarrolle sus habilidades físicas como la resistencia, velocidad, el fomento de hábitos posturales y de higiene, así como la formación de rasgos de carácter, iniciativa, disposición, auto-suficiencia, cooperación, sociabilización, aspectos importantes para la formación del individuo expresado en la voluntad, la moral, amor a la patria y la solidaridad nacional.

De igual manera se ha resaltado la importancia que reviste el desarrollo de las habilidades físicas, como queda de manifiesto en lo que Anita Harrow, define al referirse a lo siguiente:

las habilidades físicas como aquellas características funcionales del vigor orgánico que si se desarrolla proporcionan al alumno un instrumento (su cuerpo) sano eficientemente funcional para su uso cuando quiera que las destrezas de movimiento integren su repertorio motor. (5)

En lo expuesto anteriormente se expresan las ventajas que se obtienen con el desarrollo de las habilidades físicas, ya que si está físicamente apto, todos sus sistemas corporales funcionarán eficientemente. Tiene la fuerza suficiente para dedicarse a actividades físicas intensas, puede ejecutar sus tareas diarias. Se recobra con rapidez de la fatiga, tiene reservas

de fuerza, energía y forma para las emergencias.

## 2) Desarrollo de cualidades físicas.

La coordinación se desarrolla lentamente con el crecimiento, aumenta cuando se desarrollan nuevas actividades físicas.

Son varias las cualidades que hacen que un individuo esté apto físicamente, detallo algunas en forma general a continuación:

- Inmunidad a las enfermedades. La aptitud física ayuda a crear resistencia contra las enfermedades degenerativas e infecciosas. La dieta y el ejercicio adecuado, la tranquilidad y los buenos hábitos de salubridad e higiene están relacionados con la aptitud física.

- Resistencia circulatoria y respiratoria. Los sistemas circulatorio y respiratorio proporcionan a las células musculares el combustible y oxígeno que necesitan. Este suministro ayuda a los músculos a seguir trabajando durante un largo período de tiempo sin que se fatiguen. La resistencia indica lo mucho que un músculo puede soportar el trabajo o el ejercicio.

- Velocidad muscular. La velocidad es necesaria para el desempeño en muchos deportes y actividades físicas, la velocidad también es necesaria para la eficiencia del movimiento. El

desarrollo de la fuerza muscular ayuda al desarrollo de la velocidad muscular.

- Potencia muscular. Es la combinación de la fuerza y velocidad muscular.

- Coordinación. Se refiere a la habilidad para combinar los movimientos musculares en una forma suelta y eficiente.

- Equilibrio. Es el control del cuerpo. El equilibrio lo ayuda a evitar caídas y lesiones.

- Agilidad. Esta hace que se pueda combinar la posición de su cuerpo con rapidez y soltura.

- Flexibilidad. Le permite una amplia gama de movimientos.

- Precisión. Es la habilidad para colocar el cuerpo o un objeto en donde se desea que esté.

### 3) Diferencias en el desarrollo físico.

A medida que el niño crece va aumentando su fuerza en distintas partes del cuerpo, encontrándose una pequeña diferencia de calidad en la energía muscular entre hombres y mujeres, aunque en algunas etapas se detecta que en las niñas se detiene

por dos principales causas. La primera por las características de su edad. La segunda por la preferencia de desarrollar esta habilidad física únicamente en los varones.

En varias investigaciones realizadas sobre el tema se concluye:

que los varones en edad preescolar superan a las niñas, alcanzándolos en la pre-adolescencia. Hay incremento de la fuerza en varones de los 7 a los 17 años y en las mujeres de 6 a 10 años y un menor desarrollo de 13 a 17 años. Con respecto a lo anterior se ha manifestado lo siguiente: El desarrollo de la fuerza se interrumpe en los varones después de los 19 años aproximadamente y en las mujeres a los 17 ó 18 años. (6)

La educación física cuenta con una serie de medios que le permiten cumplir con mayor efectividad sus objetivos.

La importancia de éstos radica en que permiten una educación afectiva entre los educandos y el educador, produce en el niño alegría y placer dando como resultado la adquisición de experiencias satisfactorias que propician en él mayor seguridad en sí mismos y en su relación con los demás.

Los medios enfatizan determinados aspectos formativos en el educando que son de gran importancia para su formación integral considerando que la enseñanza debe adecuarse a las caracte

---

6 Mariano Giraldes. Metodología de la educación física.  
p. 187.

rísticas y necesidades que el niño presenta de acuerdo a su proceso de maduración. Por tal razón es importante subrayar que "las experiencias motrices de los primeros años son decisi---vos. El punto culminante del refinamiento de la coordinación lograda por la actualidad misma se realiza entre el octavo y un décimo año de vida". (7)

Antes de que el niño esté listo para manejar su cuerpo en una acción física específica tiene que poseer un adecuado conocimiento no sólo de su ubicación y nominación de las partes del cuerpo, sino también de la relación de éstas entre sí y con el cuerpo en su totalidad. Así mismo debe conocer los límites de movilidad de cada parte y saber cómo usarla.

En base a lo anterior, es necesario considerar el conoci---miento que se debe poseer del cuerpo, por lo que se requiere enfatizar que:

la imagen corporal puede definirse como intuición global o conocimiento inmediato de nuestro cuerpo sea en estado de reposo o en movimiento en fun---ción de la interrelación de sus partes y sobre todo de su relación con el espacio y los objetos que nos rodean. (8)

Nuestros movimientos son formas activas de confrontación del hombre con el medio ambiente natural y humano. Al desarro-

7 Ibid. p. 121.

8 Jean Le Boulch. Educación por el movimiento. p. 87.

llar una actividad física, en el juego, en el trabajo o en el deporte, el hombre va formándose también él mismo, no puede haber una integración en sentido absoluto, si no se incorpora el movimiento corporal como medio de conformación de toda persona.

Al propiciar una educación por el movimiento, se contribuye a la formación del hombre al ejercitamiento de una fuerte voluntad a la maduración y desarrollo psicomotor, a la socialización humana, al rendimiento físico, hechos que exigen la constante confrontación con obstáculos y resistencias.

El rendimiento del organismo aumenta sus posibilidades de desarrollo mediante la práctica metódica del ejercicio físico para activar todas las funciones de adaptación de los sistemas muscular, nervioso, circulatorio, respiratorio, glandular, etc.

Para los programas actualizados se están utilizando las técnicas de recreación, la iniciación al ritmo y el deporte en sus diferentes clasificaciones, todo ello para fines pedagógicos, sin embargo, el aplicador puede hacer uso de otros que considere que son favorables para alcanzar el objetivo pretendido, esto lo conforma Cagigal al mencionar lo siguiente:

todo ejercicio físico, toda tarea, todo programa planteado como educación física debe, pues, tener algo de movimiento lúdico (de juego físicamente activo) algo de danza o algo de deporte, o algo de todo ello a la vez constituyentes de la conducu

ta natural del hombre que se mueve. (9)

Tomando en cuenta al niño como eje central asimilador de una educación integral, la educación física en el desarrollo del niño establece un equilibrio cognoscitivo, psicomotor y afectivo, ya que éstos están en constante movimiento en el transcurso de su vida presente y futura.

CAPITULO III  
ACCIONES DIDACTICAS EN LA EDUCACION FISICA

A) Estrategia pedagógica en el desarrollo de la educación física.

El hecho de reflexionar sobre la problemática del desarrollo de la educación física en el tercer grado, permite que en la práctica docente se instrumenten las estrategias didácticas que tiendan a motivar al alumno para lograr un desarrollo psicomotriz y mantener el interés en cualquier objetivo que se presente.

A continuación recomiendo en forma general algunas estrategias que me permitieron planear, realizar y evaluar los progresos paulatinos del educando en relación con su maduración e integración a su entorno social. Su estructura se expone enseguida:

- El alumno aumenta en su desarrollo motriz de manera sistemática y gradual, de tal forma que no se pierda la secuencia que debe tener la educación física.

- Ofrecer oportunidades iguales de participación a todos los niños no importando el grado de avance que posea ni sus limitaciones.

- Perfeccionar el grado de avance del desarrollo psicomotriz adaptándolo a las necesidades peculiares de los alumnos de tal manera que al momento que se presente el objetivo adecuarlo

a las capacidades que presenten los educandos.

- Una preparación inicial en el desarrollo psicomotriz permitirá al alumno afrontar cualquier reto, sea de índole cognoscitivo o socioafectivo dentro o fuera del aula escolar.

B) Actividades en el desarrollo curricular.

Es indudable que cada maestro y que cada grupo de alumnos tienen características y necesidades peculiares que sólo ellos pueden atender, al planear, realizar y evaluar sus clases.

Sin embargo, es conveniente que se tengan presentes algunas pautas generales en cuanto a la secuencia didáctica que se pretende lograr y las habilidades generales que se aspira desarrollar en los alumnos.

Al iniciar mi labor docente sobre el problema de educación física, trabajo de la siguiente manera:

Motivación. Primeramente propiciar un estímulo por medio del juego organizado, en él no habrá vencedores ni vencidos de tal manera que los alumnos se involucren junto con el maestro en lograr y mantener el interés por el objetivo al que se quiere llegar.

Desarrollar. En este momento se trata de que los alumnos

participen desarrollando sus ejercicios de preparación en total armonía sin menospreciar el trabajo de cualquier compañero aunque sea mínima la aportación que dé él, se busca en general de que los alumnos participen en total compañerismo para el alcance del objetivo que se pretende lograr, que trabajen dicho objetivo en equipos o en forma individual, y que aporten ellos además, la forma más adecuada para la terminación del mismo.

Conclusión. Los alumnos expresaron en forma oral, escrita y en la práctica la manera como realizaron sus actividades para alcanzar los objetivos del área de educación física, con esto se da una pauta para que el alumno se involucre en su desarrollo cognoscitivo al analizar el avance dentro de la clase.

El desarrollo de la educación física le brinda oportunidades para demostrar sus alcances y sus limitaciones fuera y dentro del aula escolar.

Evaluación. El maestro y los alumnos determinarán si se logró el objetivo que se propusieron alcanzar y los alumnos plantean las dificultades con las que se toparon para alcanzar el objetivo. El maestro anotará los obstáculos que presentaron los alumnos al término de las actividades para que, poco a poco en forma gradual, puedan ellos irlos superando sin que se afecte su desarrollo psicomotriz y a medida que vayan creciendo sean más armónicos su desarrollo psicomotor, cognoscitivo y socio-afectivo.

C) Desarrollo de la metodología.

Para el desarrollo de los contenidos programáticos específicamente en el área de educación física fue preciso desarrollar las estrategias anteriormente expuestas apoyadas en un plan de trabajo, donde el interés y las capacidades del alumno sean coordinadas en forma gradual en el logro de los objetivos propuestos en el área de educación física.

Se llevó a cabo lo siguiente: Considerando los objetivos de la Unidad I del programa de tercer grado correspondiente al área de educación física que es:

- Transportar de varias maneras objetos diferentes atendiendo estímulos perceptuales distintos y un ambiente de camaradería.

- Adecuar su postura y controlar su respiración al transportarlos.

Es necesario en primer término para la realización de estos obstáculos sacar a los niños a un área adecuada para ellos en la cual puedan realizar la actividad. Las indicaciones serán libres.

En seguida se les pide que formen un círculo para desarrollar un juego que consiste en unirse en grupos de uno a cinco

sobre la marcha y aquellos niños que no logren integrarse a las órdenes del maestro quedarán fuera del juego, de tal manera que se propicie un ambiente de integración y de organización.

Para la realización del objetivo propuesto, en segundo término se da la explicación de la forma en que se va a lograr el objetivo y qué finalidad se pretende alcanzar. En este caso los alumnos sugerirán qué objetos pueden servirles que estén a su alcance y que se puedan transportar con el menor grado de dificultad. Posteriormente formar 4 filas homogéneas, en las cuales se encuentran a un lado de cada fila objetos que puedan trasladar de acuerdo a las indicaciones del maestro hacia ciertos extremos del área donde se está trabajando.

Después de finalizar las actividades anteriores donde el grupo demostró su nivel de integración, socialización, cooperación, coordinación y destrezas.

Como paso siguiente se les pide a los niños que expresen las experiencias más sobresalientes del desarrollo de la clase de educación física que se realizó fuera del aula escolar, además lo plasmen en su cuaderno de apuntes, ya que de esta forma nos permitirá tener elementos completos para constatar si se alcanzó el objetivo.

Para evaluar el objetivo propuesto se toman en cuenta las siguientes técnicas:

- Un registro parcial manejado por los alumnos.
  
- La observación directa del maestro.
  
- Las opiniones de los alumnos en cuanto a los logros alcanzados.
  
- Un registro personal del maestro que contenga las limitaciones más sobresalientes que afectan el desarrollo de los objetivos.

En base a lo anteriormente expuesto, observamos cómo es preciso y fundamental concederle una gran importancia a la educación física como eje primordial de los contenidos programáticos dentro de la educación física fomentando a su vez el desarrollo armónico e integral de los alumnos.

CAPITULO IV

LA EDUCACION FISICA COMO ALTERNATIVA PARA UN DESARROLLO  
ARMONICO EN LOS EDUCANDOS

En la práctica docente que realizamos cotidianamente al sugerir un problema determinado, conlleva al compromiso y la responsabilidad de implementar estrategias, así como ubicar el contexto donde se desenvuelve para que de esta forma se estructu-  
ren planteamientos y se diseñen procedimientos y recursos que incidan favorablemente en el desarrollo del aprendizaje.

No obstante haber encontrado algunas condiciones que limi-  
taron la aplicación de esta propuesta pedagógica orientada a otorgar la importancia a la educación física, de manera general tuvo un desenvolvimiento adecuado que permite poseer elementos acerca de las situaciones pedagógicas que se derivan de las acciones instrumentadas por los alumnos.

En el desarrollo de esta propuesta pedagógica, el interés de presentar una alternativa para fortalecer el aspecto psicomotriz a través de las habilidades y destrezas físicas se fundamentan en el hecho de proponer su incorporación de manera sistemática o gradual en el proceso educativo. En nuestro quehacer docente hemos constatado que ha sido relegada a un segundo pla-  
no dentro del proceso global de la enseñanza-aprendizaje su aplicación en términos generales se enfocó a realizar las ade-  
cuaciones pertinentes a los contenidos programáticos así como a dosificar las actividades del aprendizaje, sin embargo, se en-  
contraron con algunos obstáculos en los antecedentes que debe poseer el niño, ya que no existe una secuencia o seguimiento que permitan un desenvolvimiento de las acciones planeadas en

la práctica que llevan los alumnos: esto como consecuencia de seguir imperando el criterio equivocado de considerar el área de Educación Física como un mero juego o tiempo de esparcimiento.

Esta preocupación por la educación de nuestros alumnos hizo que surgiera el interés por la Educación Física aplicada al desarrollo armónico de los niños al observar un interés por llevar a la práctica la Educación Física como un complemento en la vida educativa de los alumnos, que además resulta de mucha ayuda en la tarea educativa.

Además surge esta propuesta a raíz de la necesidad de proponer un cambio en la manera de enfocar el área de Educación Física para que realmente se lleve a la práctica en beneficio de los educandos que requiere no solamente desarrollo del aspecto cognoscitivo, sino también conjuntar y armonizar sus facultades en las esferas afectiva y psicomotora y en este aspecto toma relevancia la forma organizada de implementar las actividades que se diseñan en un programa educativo que esté de acuerdo al interés y grado de desarrollo de los niños.

Al desarrollar la educación física como un complemento en la vida diaria del niño, los alumnos mostraron deseos de participar, por llevar a cabo cada uno de los objetivos comprendidos en el área de Educación Física, resulta también importante señalar el tiempo dedicado a la misma, donde para los niños el tiempo

po no cuenta, el esfuerzo que realizan los mismos es diferente por la constitución física que presentan, toma importancia la noción que tengan con anterioridad de los principios de una buena Educación Física.

Las estrategias implantadas en el aula escolar y fuera de ella antes de mi propuesta no resultaban aceptables al no hacer aplicación de las mismas en forma gradual sino de manera improvisada para cumplir con los objetivos que marca el programa.

En dicho programa cobran relevancia las demás áreas; en cambio, la Educación Física se encuentra en segundo término para los niños y para el maestro, sin embargo, su desarrollo propicia un mayor acercamiento afectivo así como un rompimiento en la rutina escolar.

Al hacer el diagnóstico inicial para evaluar las condiciones físico-motrices en las que se encontraban los alumnos, tropecé con ciertas dificultades como son la alimentación, la falsa idea de que la Educación Física son deportes en sí, sin comprender los niños que para la práctica de un juego hay que tener una idea de los principios de una Educación Física antes de iniciar cualquier ejercicio.

Una de las experiencias más agradables es ver el deseo de participar de los alumnos en cualquier ejercicio relacionado con la Educación Física y además el deseo de cooperación de los

maestros, dirección de la escuela y principalmente la ayuda por parte de los padres de familia mostrando éstos un interés por la participación de sus hijos y de su realización.

En forma general los resultados obtenidos en la aplicación de la propuesta permite afirmar que su instrumentación requiere que exista un proceso sistemático o gradual que se inicie desde que el niño ingresa al nivel de educación primaria para, de este modo, llevar un seguimiento continuo y permanente de los diferentes contenidos y actividades que correspondan a cada grado escolar; pero en todo momento es necesario poseer un conocimiento de las aptitudes y características físicas que posee el niño, así como las dificultades que presenta: de esta manera se implementarán las acciones educativas que resulten más pertinentes.

De acuerdo a lo observado en el desarrollo de esta propuesta, lo sobresaliente fue que los alumnos en su generalidad adoptan una actitud positiva y abierta ante las actividades desarrolladas en el logro de los contenidos programáticos dentro de la educación física, por lo cual podemos decir que al seguir un proceso en la enseñanza de la educación física se logra un avance gradual en las actividades psicomotoras, tanto en los alumnos más destacados como en aquellos que presentan ciertas limitaciones.

## CONCLUSIONES

De acuerdo al desarrollo de este trabajo realizado en la escuela primaria, buscando ante todo asegurar un mayor éxito en el avance de la educación física en forma general y sistemática, los alumnos aprendieron a trabajar en conjunto realizando sus trabajos en armonía con sus compañeros, así como un deseo de superar las desventajas que presentaron al desarrollar los objetivos propuestos.

El llevar un desarrollo gradual en el proceso de la educación física, se encauza, incrementa y conserva las capacidades físicas de los alumnos motivándolos a mejorar sus habilidades motrices, siguiendo el proceso que marca la metodología de esta propuesta se crea un ambiente de compañerismo, confianza e integración al grupo a través de actividades recreativas y físicas que estimulen sus habilidades motrices, para esto es necesario presentar una planeación organizada en la cual se producirán actitudes de cooperación, integración y participación que favorecen la socialización de los alumnos.

La educación física se transforma en un proceso al llevar a cabo una motivación en el desarrollo de la clase, conclusión y evaluación de la misma, son pasos que nos llevan al logro de los contenidos programáticos en el área de educación física.

En base a esto los alumnos incrementarán su creatividad al

ser capaces de enriquecer la educación física con las aportaciones que puedan sugerir al aprovechar los conocimientos que adquirieron en el proceso enseñanza-aprendizaje, por medio de la misma el maestro estimula y logra la expresión oral y escrita de los alumnos al sugerirles que expresen sus experiencias personales durante el desarrollo de los objetivos de educación física.

Finalmente concluyo que la aplicación sistemática y gradual de los contenidos programáticos en el área de educación física, fomentarán el desarrollo paulatino, integral y armónico en los alumnos, a través del proceso global del fenómeno educativo.

## BIBLIOGRAFIA

- BUCHER, Charles A. Tratado de educación física y deportes México, Ed. Continental, 1985. 56 p.
- CAGIGAL, José María Cultura intelectual y cultura física Buenos Aires, Ed. Kapelusz, 1979. 109 p.
- DURIVAGE, Honanne Educación y psicomotricidad México, Ed. Trillas, 1984. 28 p.
- GILBE, Stella S. Juegos para escolares México, Ed. Impresora Glave, S.A., 1977. 145 p.
- GIRALDES, Mariano Metodología de la educación física Buenos Aires, Ed. Stadium, 187 p.
- HARROW, Anita J. Taxonomía del dominio psicomotriz Buenos Aires, Ed. El Ateneo, 1981. 109 p.
- LE BOULCH, Jean Educación por el movimiento Buenos Aires, Ed. Paidós, 1972. 87 p.
- REVISTA BIBLIOGRAFICA TRILLAS La educación física factor determinante para el desarrollo de la niñez México, Ed. Trillas, S.A. DE C.V., 1990. 28 p.
- S.E.P. Programa de educación física México, Ed. Litografía Regina de los Angeles S.A., 1988. 218 p.