

UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL

UNIDAD UPN 094 DF CENTRO

LICENCIATURA EN EDUCACIÓN PRIMARIA P-2007

PROYECTO DE INNOVACIÓN

**EL DESARROLLO MOTOR EN EL NIÑO DE PRIMER GRADO DE
PRIMARIA EN LA CLASE DE EDUCACIÓN FÍSICA.**

ELABORÓ: VILLANUEVA PEDRAZA SANDRA

ASESORA: TERESA DE JESÚS PÉREZ GUTIÉRREZ

MEXICO DF. A ___ DE ___ DEL 2013

ÍNDICE

INTRODUCCION.....	4
CAPÍTULO 1. MI LABOR DOCENTE EN EL MUNICIPIO DE CHIMALHUACÁN.....	7
1.1 Origen, comunidad y tradiciones de Chimalhuacán.....	7
1.1.1 Medio físico y ubicación.....	10
1.1.2 Actividades económicas de Chimalhuacán.....	12
1.2 Escuela Primaria Independencia.....	13
1.2.1 La escuela donde laboro	13
1.2.2 Actividades culturales.....	15
1.3 Mi desempeño como docente.....	16
1.3.1 Mi labor en la docencia.....	16
1.4 Diagnóstico Pedagógico.....	16
1.4.1 Planteamiento del problema.....	19
1.4.2 Preguntas para intervención.....	20
1.4.3 Justificación.....	20
1.4.4 Propósitos.....	21
CAPÍTULO 2. MOTRICIDAD Y ACTIVACIÓN FÍSICA EN EL NIÑO DE PRIMARIA.....	22
2.1 La didáctica de la Educación Física en primaria.....	22
2.2 Conceptos e importancia de la Educación Física.....	27
2.3 La importancia del juego en la vida del niño.....	35
2.4 Juegos para potenciar la motricidad.....	41

CAPÍTULO 3. FUNDAMENTACIÓN PEDAGÓGICA Y CURRICULAR DE LA RIEB.....	45
3.1 Horizonte curricular. El enfoque de competencias en la RIEB.....	45
3.2 Elementos y organización curricular de la RIEB: El campo de desarrollo personal y para la convivencia.....	51
3.3 Metodologías de aprendizaje para el desarrollo de competencias en primaria.....	53
CAPÍTULO 4. APLICACIÓN DE LA ALTERNATIVA: CAPACIDADES MOTRICES GRUESAS ANTE LA ACTIVIDAD FÍSICA EN PRIMARIA.....	55
4.1 El Cuerpo: habilidades y destrezas.....	55
4.2 Mis capacidades, fuerza y resistencia.....	71
4.3 El desarrollo de mis capacidades físicas.....	88
4.4 Evaluación del proyecto.....	97
4.5 Evaluación del aprendizaje obtenido por los niños frente al proyecto.....	101
CONCLUSIONES.....	114
BIBLIOGRAFÍA.....	116

INTRODUCCIÓN

En el municipio de Chimalhuacán, la Colonia Acuitlapilco, se encuentra ubicada la escuela primaria “Independencia”, el que está conformada con alumnos de primero a sexto grado, en donde únicamente se tomo a los niños de primero para aplicar con ellos el proyecto de innovación “El desarrollo motor en el niño ante la clase de educación física en la etapa de primer grado de primaria”.

El presente trabajo de proyecto de intervención se realizó porque nuestro objetivo principal fue mostrar cómo se da el desarrollo motor en el área de educación física, que intenta educar las capacidades motrices del alumnado, ello supone que se desarrollan destrezas habilidades instrumentales que perfeccionen y aumenten su capacidad de movimiento, profundizar en el conocimiento de la conducta motriz, así mismo podrá asumir actitudes, valores y normas con referencia a su cuerpo.

La educación a través del cuerpo y del movimiento no puede reducirse a los aspectos perceptivos o motrices, sino que implica, además aspectos expresivos, comunicativos, afectivos y cognitivos.

La enseñanza de la educación física ha de promover y facilitar que cada alumno llegue a comprender significativamente su propio cuerpo y sus posibilidades, a conocer y dominar un número significativo de actitudes corporales y deportivas, así como mejorar su capacidad para estructurar, organizar y decidir su acción y en la medida que aumenta su dominio motriz, adquiere mayor autonomía personal, seguridad y autoconfianza, de modo que, en el futuro, pueda escoger lo más conveniente para su desarrollo personal comprobando su eficacia motriz.

En el caso de los niños de primer grado de primaria se observó que la mayoría de los niños de este grado, presentan dificultades con algunos de sus movimientos que implican un desplazamiento, coordinación, equilibrio, fuerza, resistencia, etc., por esto se considera de gran importancia el favorecer este proceso de adquisición perfección de capacidades físicas motrices, razón por la

cual mediante estrategias didácticas acorde a su edad de manera coherente, dependiendo su maduración del niño, favorecer adecuadamente el proceso de adquisición de sus capacidades físicas en los alumnos de primer año de primaria.

Es necesario precisar ante este trabajo, que el desarrollo de las capacidades motrices o activación física se encuentra en el programa de educación primaria, y que uno de los propósitos es que el niño logre su dominio motriz, mayor autonomía, seguridad y autoconfianza. Por ello se marcan los objetivos del proyecto:

*Conocer y valorar su cuerpo mediante la clase de educación física como medio de exploración y disfrute de sus capacidades motrices.

*Propiciar la educación física en los niños de primer grado de primaria para contribuir al buen desarrollo de sus capacidades motrices.

*Impulsar el dominio de las diversas acciones motrices segmentarias en el niño de primaria.

*Participar en juegos y otras actividades, estableciendo relaciones constructivas y equilibradas con los demás.

La inquietud principal del presente trabajo es la deficiencia que la mayoría de los niños presentan una deficiencia en sus movimientos corporales. En efecto al momento de realizar alguna actividad ellos no lograron ejecutar algunos movimientos de ejercicio físico teniendo dificultad para trabajar en equipos e interactuar entre ellos.

La propuesta que se presenta, se diseñó con el fin de proporcionar ayuda y actualización a los profesores que requieren apoyo para mejorar su práctica docente en cuestión de la clase de educación física. Esta se presenta en cuatro capítulos.

El primer capítulo se describirá primeramente el diagnóstico de la realidad escolar de los alumnos con los que trabajo, enfocando el análisis del contexto social donde se desenvuelve el comportamiento del niño, el tipo de escuela, su

familia, así como las necesidades que el niño tiene para el desarrollo de sus capacidades físicas dentro de la clase de educación física en el turno matutino de la Escuela Primaria Independencia, se ubicó la problemática así como los propósitos que dicho proyecto pretende que los niños desarrollen sus capacidades motoras mediante la actividad física.

El segundo capítulo integra los fundamentos teóricos en relación a la problemática y al seguir la secuencia de la estructura del proyecto, se muestra la importancia de los antecedentes de la educación física en México y como se fue implementando hasta nuestros días y la didáctica que se tiene para ponerla en práctica ante los alumnos de primaria, y saber cómo se da el desarrollo motor en el niño en el transcurso de sus etapas de desarrollo cognitivo dentro de la motricidad gruesa que es la que principalmente se desarrolla en la clase de educación física y la importancia que el juego tiene para este en la vida del niño.

El tercer capítulo se plantea la aplicación de la alternativa y las condiciones que rodea el proceso (desarrollo motor y activación física). Se muestra el plan o diseño de una alternativa que consiste de la aplicación de una serie de situaciones didácticas que se le presentan al niño para favorecer y promover algunas características de movimiento corporal, aplicándolas una vez por semana durante cada mes solo los días miércoles que se da la clase de educación física, la forma de evaluar y las estrategias a aplicar en el trabajo de innovación.

En el capítulo cuatro se menciona una reconstrucción de lo realizado su sistematización y el desarrollo de las categorías surgidas de este análisis. Aquí se sugiere la propuesta de innovación para proporcionar a los profesores de educación primaria que impartan el primer grado de esta, nuevas formas de interactuar con los niños, destacando la importancia del desarrollo motor en la clase de educación física.

CAPÍTULO 1. MI LABOR DOCENTE EN EL MUNICIPIO DE CHIMALHUACÁN

1.1 Origen, comunidad y tradiciones de Chimalhuacán

Es importante señalar el origen de Chimalhuacán ya que a través de este el niño conocerá los antepasados y las tradiciones de su comunidad y a su vez podrán entender el significado de los carnavales y danzas.

Chimalhuacán fue fundado en 1259 por tres jefes hermanos llamados Huauxomatl, Chalchiutlatonac y Tlatzcantecuhtli. Los jefes o tlatoani y su gente eran originarios de Tula, otra parte de ésta era del pueblo de Culhuacán. Hablaban las lenguas chichimeca y mexicana por ser descendientes de acolhuas y mexicanos; con el tiempo prevaleció la lengua náhuatl o mexicana y las costumbres se unificaron.

“Chimalhuacán se funda como señorío, con todas sus características. Fue uno de los señoríos de Texcoco y por ello perteneciente a la Triple Alianza México, Texcoco y Tlacopan, a partir de 1431”¹. Cabe recordar que estos pueblos dominaban lo que actualmente constituye el territorio mexicano.

Como sucesos relevantes de esta época se tiene que previo a la coronación de Nezahualcóyotl como Rey de Texcoco, provenientes de México, las tropas integrantes de la Triple Alianza, Nezahualcóyotl se dirigió a Texcoco acompañado de los jefes de Tenochtitlán, pasaron por lo que fuera la llanura de Santa Martha y cuando llegaron a Chimalhuacán decretó una amnistía para todos los pueblos que siendo de Texcoco pelearon en su contra y a favor de los tepanecas, siendo el caso de los de Huexotla; Itzcóatl ofreció el perdón a cambio de que se rindieran de lo contrario entrarían las tropas aliadas a sangre y fuego contra su ciudad, los de Huexotla no aceptaron la propuesta y salieron formados en orden de batalla, poco duró el combate porque Moctezuma hizo prisionero a su señor y las tropas huyeron para después pedir perdón.

¹ *Monografía municipal, México. Biblioteca enciclopedia del Estado de México, 1998 p-80*

Finalmente Nezahualcóyotl fue aclamado Rey de Texcoco. Otro hecho es que Moctezuma Ilhuicamina estuvo en este pueblo en dos ocasiones por la cercanía del lago de Texcoco con México Tenochtitlán. Esta vía, en esta ocasión significó un medio para salvar la vida de este personaje que fue tomado prisionero por los chalcas para ofrecer su vida a los de Huejotzingo quienes rechazaron la propuesta. Entonces lo llevaron ante Maxtla con la misma finalidad sin que le interesara el sacrificio. Cuateotl, el carcelero de Moctezuma lo libera y le aconseja que regrese a México por Chimalhuacán atravesando el lago de Texcoco. La segunda ocasión en que este personaje estuvo aquí fue cuando acompañó a Nezahualcóyotl luego de la triunfante guerra contra los tepanecas.

En la época colonial, parte de la población que se negó a vivir en los sitios en que se asentaron los conquistadores, por no someterse a su autoridad, motivó que se declarara a éste lugar de Reducción en 1599. Por lo demás, Chimalhuacán fue República de Indios con sede en el pueblo principal al que se le llamó “Cabecera”, a esta República estaban sujetos algunos pueblos y barrios con sus cabildos, bajo la autoridad del Gobernador.

Chimalhuacán cuenta con un Museo de Antropología, en el que se tienen datos acerca de la historia, arte, sociedad y economía de éste. Se cuenta con piezas muy antiguas que se han encontrado a lo largo de la creación del mismo, en construcciones, obras públicas, pero sobre todo por mera investigación y no sólo por casualidad. En este museo se tienen entre figurillas, armas, utensilios de trabajo, algunos dioses a los que se adoraba en la época en que los aztecas radicaban en este lugar; precisamente el museo se encuentra en un centro ceremonial en el que se tiene un área en la que se realizaban los sacrificios y ofrendas a los dioses.

Estos se llevaban a cabo justamente sobre una víbora de piedra que se encuentra sumergida rodeada de una gran barda de piedra es la pieza más importante del lugar. También se cuenta con un salón en el que se relata la historia del pueblo azteca y del ahora pueblo chimalhuaquense, se explica cada una de las piezas y obras que se encuentran en el lugar.

“Dentro los nuevos aspectos culturales en Chimalhuacán está la promoción del ajedrez como actividad recreativa y deportiva, con lo que se lleva a cabo desde el año 2000 el torneo nacional de ajedrez, promocionado por la asociación civil denominada Antorcha Campesina, contando con la participación de varios maestros nacionales y jugadores de alto nivel, entre otros el club Jaque Mate que participa en la promoción de este deporte”²

El Carnaval se remonta a la antigua Grecia, los romanos adoptan y adaptan esta manifestación como una fiesta solar; durante el imperio se expande por el territorio de lo que después se llamó Europa. Son los franceses quienes lo modifican para los bailes medievales de la burguesía militar, de ahí que Maximiliano y Carlota lo trajeran a México en 1864, para dar luz y pompa a su monarquía, allá en el alcázar del Castillo de Chapultepec.

Parte de la servidumbre de la pareja imperial estaba compuesta por personas de origen mexicano, entre ellas una jovencita llamada Isabel Carbonet Martínez, quien llega a tener cualidades musicales extraordinarias. Ella era originaria del Pueblo de San Agustín Atlapulco, al sur del cerro del Chimalhuatzin, fue la primera en interpretar la música de Carnaval en una pianola, un grupo de vecinos animados por el cadencioso ritmo comenzó a bailar.

A partir de este acontecimiento sucede algo muy curioso, resulta que en México se practicaba una danza llamada “Los Huehuenches” que logra fusionarse con la manifestación que llegó de Europa, dando origen al Carnaval de Chimalhuacán.

Las raíces del Carnaval se han fortalecido tanto que se ha extendido a municipios cercanos como: San Salvador Atenco, Texcoco y Chiconcuac, La Paz y las delegaciones de Xochimilco, Tláhuac, Iztacalco e Iztapalapa, en el territorio del Distrito Federal.

² *Monografía municipal, México. Biblioteca enciclopedia del E+estado de México, 1998 p-85*

Los primeros que bailaron el Carnaval fueron los varones, algunos se vestían de mujeres cubriéndose el rostro para poder formar las parejas.

Estos mil cuatrocientos carnavaleros, dieron un largo recorrido cerrando las calles de Chimalhuacán, pasando por San Lorenzo, Xochitenco, San Pablo, San Pedro, San Juan Xochitenco, entre otros, encabezando doce comparsas infantiles, seguidas de cincuenta y dos de jóvenes y adultos y diecisiete andancias que hicieron de las suyas para divertir al público que los admiraba.

“El uso de los trajes, evolucionó de acuerdo al sentido de la música, pues los bordados, con plata, oro, canutillo cambiaron, de manera que se clasifican como: medieval, china poblana y charra, que muestran con orgullo que en municipio están los mejores bordadores”³

1.1.1 Medio físico y ubicación.

Chimalhuacán está situado a los 98° 55' 18" de longitud mínima y 98° 59' 58" de máxima. Su latitud se ubica a los 19° 22' 27" de mínima y 19° 27' 48" de máxima. Limita al norte con el municipio de Texcoco, al sur con los municipios de La Paz y Nezahualcóyotl; al oriente con los municipios de Chicoloapan e Ixtapaluca y al poniente con el de Nezahualcóyotl. Su distancia aproximada a la capital del Estado, Toluca, es de 122 kilómetros.⁴

Este municipio debe su origen al lago de Texcoco y a los diferentes manantiales que había en la falda del cerro del Chimalhuachi, algunos de ellos tan pródigos y hermosos como “La Manal”. Actualmente se tienen diez pozos profundos como fuente de abastecimiento de agua potable. Dos se encuentran en San Agustín, dos en San Lorenzo, uno en el barrio de San Pedro, uno en Xochiaca; en igual número en los barrios de Xochitenco, colonia el Refugio, Colonia Santo Domingo y Fraccionamiento “El Molino”.

³ Ibídem, p-102

⁴ Eugenio Alonso Martínez. *Chimalhuacán, apuntes históricos*. México, Biblioteca enciclopédica del Estado de México, 1981. p 82.

La superficie no urbana “asciende al 89.68% la cual es de labor; el 9.34% es de pasto natural, agostadero o enmontada. Se carece de bosques y no tiene vegetación el 0.9%”.⁵

El municipio cuenta con un total de 12,356 habitantes que hablan una lengua indígena, la cual “equivale al 3.4% de la población total de la entidad, siendo las lenguas que más se hablan: el mixteco, náhuatl, zapoteco, otomí, mazahua, totonaca entre otras”.⁶

De acuerdo a los resultados que presento el II Censo de Población y Vivienda en el 2005, en el municipio habitan un total de 14,088 personas que hablan alguna lengua indígena.

La emigración es mínima, sin embargo, la inmigración es alta, debido a su cercanía con el Distrito Federal, este lugar representa una oportunidad para el desarrollo de las familias provenientes de diferentes partes de la República que pretenden mejorar sus condiciones de vida.

“La tasa de crecimiento media anual 1990-1995 fue del orden de “9.85%. Por otra parte, el índice de mortalidad general, en 1990 fue de 4.0 disminuyendo en el siguiente quinquenio a 3.3. En forma similar la tasa de mortalidad infantil en 1990 fue de 39.9, descendiendo en 1995 a 36.4”.⁷ El ligero descenso que se da en ambos casos se debe a una mejoría en las condiciones de vida así como a la más frecuente atención médica.

De acuerdo a los resultados que presentó el II Censo de Población y Vivienda en el dos mil cinco, el municipio cuenta con un total de 525,389 habitantes.

“La religión predominante es la católica, con un total de 189,227 creyentes los cuales representan el 91.5% del total de la población del municipio, sin dejar de

⁵ *Ibidem* p, 78

⁶ *Ibidem*, p, 79

⁷ *Ibidem*, p, 79

indicar que existen otras como la evangélica que profesa el 4.3%; la judaica el 0.1%; otra 2.0%; ninguna 1.7% y no especificada el 0.4%.”⁸

Con base al Censo de Población y Vivienda de 1995, existían en el municipio 84,500 viviendas, en una superficie aproximada de 2,871.60 hectáreas. “El promedio de ocupantes por vivienda es de 4.87 personas”⁹.

La vivienda de tipo particular y fija predomina sobre el tipo de vivienda colectiva, alcanzando esta última un centésimo del total de la población. Con el paso del tiempo las condiciones de la vivienda han mejorado en la medida en que lo permiten las condiciones socioeconómicas de la población y considerando que existe un constante incremento poblacional

De acuerdo a los resultados que presentó “el II Censo de Población y Vivienda en el 2005, en el municipio cuentan con un total de 111,515 viviendas de las cuales 98,668 son particulares”.¹⁰

1.1.2 Actividades económicas de Chimalhuacán.

Las principales actividades económicas que se desarrollan en el municipio conforme a los distintos sectores productivos son:

a) Las actividades agropecuarias no son significativas en el municipio. Del total del territorio solamente “el 27% de la superficie se destina a esta actividad. Encontrándose que hay tierras de riego y de temporal”.¹¹ El maíz y frijol constituyen los cultivos fundamentales; otros, en pequeñas proporciones en las áreas de riego, son alfalfa, lechuga, calabaza, zanahoria, rábano, acelgas, entre otros.

⁸ María Eugenia Alonso Chombo,. *Chimalhuacán, Monografía municipal*, Gobierno del Estado de México/Asociación Mexiquense de cronistas Municipales, 1998. P, 92

⁹ *ibidem* p 91

¹⁰ *Ibidem*, p 91

¹¹ *Ibidem*, p 93

Afortunadamente aún subsiste la crianza de animales de diferentes especies, una que otra granja avícola de cierta importancia y algunos establos lecheros. El lomerío del cerro del Chimalhuachi se encuentra provisto de materiales útiles para la construcción como tepetate y tezontle del que hay rojo y negro.

b) Se registra escasa actividad industrial contándose con pequeñas empresas, como fábricas que producen tabicón y tubos de concreto, láminas de cartón, estopa, hilados, fibras y tejido en general. Velas, figuras de resina, artículos de plástico, poliductos y sus derivados, sombreros de fieltro, molienda de nixtamal, elaboración de tortillas y estructuras metálicas. (Ver tabla No. 1)

Tabla No. 1
Población Económicamente Activa por Sector.

Sector primario.	0.01%.
Sector secundario.	8.21%.
Sector terciario.	91.79%.

Fuente: (Monografía municipal, 1998)¹²

1.2 Escuela Primaria Independencia.

1.2.1 La escuela donde laboro

La Escuela Primaria “Independencia” se encuentra ubicada en el municipio de Chimalhuacán en la colonia Acuitlapilco; esta localidad se ubica en la parte baja del municipio, la cual se empezó a conformar por el año de 1992, la mayoría de los habitantes llegaron de varios estados de la República Mexicana después de haber adquirido un terreno a muy bajo precio en esta colonia, las familias que llegaron a vivir en esta localidad eran de bajísimos recursos

¹² María Eugenia Alonso Chombo,. *Chimalhuacán, Monografía municipal*, Gobierno del Estado de México/Asociación Mexiquense de cronistas Municipales, 1998. P, 93

económicos, por lo que tuvieron que habitar sus terrenos con casa de cartón y emplearse en fábricas como obreros y en otros casos trabajaban como comerciantes ambulantes, esto último originaba que los hijos de familia quedaran solos por el día esperando que sus padres regresaran de trabajar.

La escolaridad de los padres de familia en su mayoría es de nivel primaria, algunas de secundaria y un mínimo porcentaje de bachillerato, también hay padres sin ningún tipo de instrucción educativa. Así pues esta localidad carecía en un principio de todo servicio necesario para sobrevivir decorosamente no se contaba ni con agua, ni luz eléctrica mucho menos con drenaje, y tampoco había centros educativos para los niños y jóvenes de la comunidad, y es justamente por esta necesidad apremiante que algunas organizaciones sociales como: Centros del Deporte Escolar y Municipal, Unión General de Obreros y Campesinos de los Estados de México, ANTORCHA CAMPESINA, MENA, que llegaron a fundar escuelas que tuvieron que iniciar de la nada , tal es el caso de la Escuela Primaria "Independencia" este surge en 1992 como propuesta de la organización CEDEM (Coordinadora de Escuelas Democráticas en el Estado de México) contando solo con los alumnos para trabajar ya que no se tenía un terreno para la escuela ni mobiliario adecuado, por lo que se tuvo que laborar de casa en casa y a veces en tabiques y tablas que resultaba muy incómodo para los alumnos y los docentes.

Además, los bajos recursos económicos de los padres de familia influían para que no cumplieran con los materiales necesarios para el desempeño de sus hijos en la primaria.

Otra cuestión en contra es que al mismo tiempo surgió otra primaria estatal propuesta por Antorcha Campesina, pero desafortunadamente las profesoras se dedicaron a enseñar a leer y a escribir a los alumnos dejandó de lado el *plan y programa de educación primaria* ocasionando problemas a la primaria independencia, como inconformidad y baja en la matrícula escolar.

Durante el transcurso de los distintos años escolares la primaria atravesó por varios cambios de profesoras desde la directora hasta las demás profesoras junto con las instalaciones apropiadas para la primaria.

Cuando ingreso a la Escuela Primaria “Independencia” como asistente en el turno vespertino, en el 2005 la escuela ya no sufría de ninguna carencia mirándose una primaria que les otorga todo lo necesario a los niños para su aprendizaje escolar.

Actualmente, la escuela cuenta con veinticinco salones, cuatro de primer grado, cuatro grupos de segundo, cinco de tercero, cinco de cuarto, cuatro de quinto y cuatro de sexto. Cada grupo tiene una maestra titular y dos maestras más una apreciación artística y otras dos para educación física, el director aporta ideas o aclaraciones a todas las profesoras del plantel acerca del programa y como se debe llevar a cabo para lograr el objetivo que todas las instituciones escolares deben tener.

1.2.2 Actividades culturales.

La escuela Primaria Independencia brinda capacitación a través de cursos, talleres, investigaciones y difusión del aspecto educativo-cultural. En él se contemplan el reconocimiento de la diversidad cultural y el fortalecimiento de la educación artística como factor que origine, a través de su capacidad creadora, la sensibilidad, la expresión, la comunicación y el aprecio del patrimonio cultural. Se abordan temas desde el método de proyectos, la investigación comunitaria, el desarrollo del potencial creativo y la importancia de la educación artística, además de las actividades de impacto que maestros y alumnos deberán desarrollar como producto del trabajo realizado. Todo ello, con la finalidad de que los maestros cuenten con más y mejores estrategias didácticas para abordar los contenidos programáticos del *plan de estudios*. Todo esto es con el objetivo de fortalecer la investigación científica, en materia cultural y educativa, a través de la investigación comunitaria y etnográfica. - Para impulsar y desarrollar la educación, la investigación y la capacitación.

1.3 *Mi desempeño como docente.*

1.3.1 *Mi labor en la docencia.*

Cuando inicié como maestra de educación física fue poco después de salir de la preparatoria, mi hermana que tenía ya tiempo de ser asistente de una primaria me hizo la invitación para apoyar a un profesor con treinta y tres niños de primer grado.

Al haberseme asignado el primer grado me sentí muy inquieta por las implicaciones del reto, sobre todo porque siempre he pensado que es éste el grado de mayor importancia en todo el sistema educativo. Lo primero que debo señalar es que los niños y niñas durante los dos o tres primeros meses del año escolar viven el trauma de la adaptación al nuevo sistema y a la nueva escuela. En este tiempo aunque se les asigne un ejercicio o juego donde tenga que haber reglas a seguir prefieren seguir haciendo lo que hacían en preescolar como: jugar, saltar, correr, rodar por el piso, ir constantemente al baño o llorar.

Durante el período de adaptabilidad las madres también siguen comportándose extremadamente posesivas y sobre protectoras; se quedan en la escuela hasta mucho después de la hora de entrada dando instrucciones diversas. Igualmente el niño, la niña y sus padres comienzan a adaptarse de progresivamente a nuevas normas de convivencia y reglas institucionales, acoplando su acción

1.4 *Diagnóstico pedagógico.*

Yo vivo en el municipio de Chimalhuacán, en la colonia Acuitlapilco, en este lugar la mayoría de las escuelas están formadas por los partidos políticos, es en una de estas escuelas, la Escuela Primaria “Independencia” donde desde hace cuatro años comencé a dar clase como asistente de educación física.

Debido a que la tenía poco tiempo que se había formado, había muchas carencias de mobiliario, material didáctico en el aula, y los salones estaban

construidos provisionalmente, debido a ésto y a la inexperiencia que tenía respecto a cómo dar una clase, ya que ni siquiera tenía conocimiento del *Programa de Educación 2009*, aunque como asistente, también fue un gran problema el enfrentarme a tantos niños y las necesidades educativas que ellos tenían.

Logré observar, que ante la falta de material didáctico, recursos económicos por parte de la escuela y los padres de familia, así como las inasistencias de los niños, que la enseñanza era deficiente por lo tanto el proceso de desarrollo de los niños no era satisfactorio.

Los niños presentaban distintos síntomas como: dificultad para aceptarse como compañeros, trabajar en equipos, compartir el material didáctico, confundían números con letras, se alteraban o desesperaban al esperar su turno en algún juego, el aseo personal era nulo, había incumplimiento de material, confundían características de tamaño forma y color y existía mucha agresividad entre la mayoría de los niños, ésto se manifestaba al poner distintos juegos en donde tenía que haber contacto entre todos.

Debido a los diseños y organización de las actividades que la profesora había elaborado se notaba que todo aprendizaje consistía memorizar los temas de las clases y repetición de éstos.

Al iniciar este año escolar el director me quito el cargo de asistente y me dejo como asistente con la profesora de educación física trabajando solo con primeros años cada grupo tenía aproximadamente veinticinco a treinta niños.

Ante este cargo nuevo como profesora de educación física, con el grupo de primer grado, con niños de seis a siete años, he notado la falta de motricidad que los niños aún tienen al realizar diversas actividades, ya sea al jugar o hacer algún simulacro de incendio o sismos, ya que al desplazarse se quedan parados o no saben a qué lado o dirección ir, ya que al perder el equilibrio, la fuerza, la coordinación pierden el control de su cuerpo y no logran hacer las distintas actividades que se proponen, como jugar al lobo, brincar hacia adelante y hacia atrás, caminar sobre una línea y la ubicación de tiempo, forma

y espacio, suele ser muy confuso para los niños resultándoles de gran dificultad.

Estos niños de seis a siete años, suelen presentar distintas dificultades al ejecutar las actividades, al esperar su turno se desesperan, se angustian ante los juegos donde hay un ganador y un perdedor, confunden algunas características de tamaño, forma y color, aunque estos niños tienen un poco más de coordinación, fuerza, equilibrio, pero aún así, muestran que al caminar sobre una línea de pronto pueden perder el control, también hay dificultad para poder rodar con su cuerpo, al brincar con un pie o dos, al saltar la cuerda o al atrapar la pelota.

Al estar dando la clase y trabajar con ellos y observado lo anterior he investigado la forma en que puedo trabajar con estos niños evidenciándome una situación difícil, los ejercicios, los juegos y otras actividades de una forma creativa utilizando objetos de su interés, como pelotas, globos y cuerdas de colores, algunas máscaras para jugar al “lobo”, pintar en el piso figuras, hacer competencias entre ellos participando en ellos, etc.

Esto puede ayudarlos a mejorar sus habilidades motrices de una manera adecuada a su edad y que a la vez sea de gran interés para ellos, no ha sido fácil, ya que los conocimientos que tengo de esta clase es de lo que investigo y pongo en práctica con los niños, ejecutamos las actividades con material adecuado, creativo y de interés para los niños, para que así, lleguen a lograr el objetivo que tiene la clase de educación física, que es mejorar sus movimientos motrices, tomar conciencia de los diferentes segmentos corporales, así como el buen desarrollo de sus capacidades.

A pesar de todo aun no logro llamar la atención de todos ya que en algunas ocasiones noto desinterés en los niños ya que desde el inicio de la clase algunos presentan temor al realizar las actividades que se les marcan.

Es aquí donde mi participación como maestra de educación física daré una gran variedad de actividades como las que ya se expusieron, donde se propicie el fortalecimiento, conocimiento y control de su cuerpo, en donde cada niño, dependiendo de sus características, conocimientos y habilidades desarrollara

nuevos conceptos acerca del movimiento, capacidades, resistencia y fuerza de su cuerpo.

Debido a las señales de alerta que los niños presentan ante las dificultades que se muestran en su desarrollo motriz es importante que como profesora de educación física de primaria tenga conocimiento que a base de juegos y actividades realizadas con otros niños y niñas. Puedo mejorar los procesos asociados a la psicomotricidad de los niños, al mismo tiempo que se lleva a cabo este desarrollo físico, se establecen relaciones sociales y grupales más complejas, llegando a involucrar al niño a participar en toda clase de actividades sin discriminación por razones de sexo, características sociales o nivel de destreza, apoyar a que desarrollen ubicación espacial, lateralidad, tiempo-ritmo y su esquema corporal.

Así como aprender a desplazarse en distintas direcciones y posiciones ya sea en el juego, en distintas situaciones de su hogar o en algún desastre natural o para la iniciación de algún deporte dependiendo las características físicas de cada niño.

Cuando el niño está adquiriendo nuevas y adecuadas actividades para el buen desarrollo de sus capacidades motrices ante la actividad física, el niño podrá lograr ejecutar con un proceso de distintas habilidades y destrezas en donde el niño mejorara distintos tipos de movimientos para poder correr, lanzar, atrapar la pelota, brincar con un pie y dos, rodar con su cuerpo, etc., o bien realizar todas las actividades que requieran de equilibrio, fuerza, resistencia, flexibilidad e impulso ante los distintos juegos y actividades que se les presenten en el transcurso y situaciones de su vida sin ninguna dificultad.

1.4.1 Planteamiento del problema.

La mayoría de los niños al observar que algunos logran ejecutar bien algunas actividades que para ellos suele ser un poco más difícil, tratan de mejorar sus movimientos por imitación. Al ver que sus compañeros logran brincar la cuerda, rodar con su cuerpo, atrapar la pelota, desplazarse en distintas direcciones,

formar o agruparse en equipos de distinta cantidad, etc., en donde todos quieren ser los mejores, lo cual esto facilita el desarrollo motor de los niños.

El planteamiento, se deriva de las deficiencias que los niños tienen en su proceso de desarrollo motor durante la activación física en primer grado de primaria, por lo tanto se plantea para el seguimiento: Como fomentar ***“El desarrollo motor en el niño de primer grado de primaria en la clase de educación física”***.

1.4.2 Preguntas para intervención

¿Cómo despertar la inquietud de los niños para iniciar la actividad física de forma habitual dentro de la primaria?

¿Cómo desarrollar la motricidad de acuerdo a las necesidades de los niños mediante la actividad física?

¿Qué importancia tiene el juego dentro de la actividad física para que los niños desarrollen una motricidad adecuada?

1. 4.3 Justificación

Dentro de la clase de educación física, el desarrollo de la motricidad tiene una gran importancia, ya que la función motriz está constituida por movimientos orientados hacia las relaciones con el mundo que rodea al niño. Una de esas relaciones comprende movimientos mímicos y vocales cuyo carácter expresivo es fundamental y a la vez corresponden a la función afectiva de intercambio y comunicación con el entorno; la otra relación se refiere a los desplazamientos del propio cuerpo.

Con frecuencia se establece la distinción entre la motricidad fina de las extremidades de los miembros, especialmente las manos y dedos, y la global o gruesa constituida por movimientos de conjunto, de preponderancia postural.

Es indispensable que el resto de los alumnos tengan un buen desarrollo motriz con actividades que involucren e incluyan a todos los niños sin ningún tipo de discriminación hacia sus compañeros y donde todos los alumnos logren ampliar sus capacidades de control corporal y diversos movimientos ejecutándolos cada vez mejor en actividades que impliquen precisión corporal dentro de su vida diaria ya sea en la escuela o dentro de su propio hogar.

Cabe mencionar que la clase de educación física demanda del profesor una actitud dinámica y positiva a innovar cualquier actividad, para modificar las actitudes tanto del alumno, como del profesor y padres de familia la importancia, higiene y cuidados que se deben tener presentes para poder realizar las diversas actividades dentro de la clase de educación física en la Escuela Primaria “Independencia”.

1.4.4 Propósitos:

*Conocer y valorar su cuerpo mediante la clase de educación física como medio de exploración y disfrute de sus capacidades motrices.

*Propiciar la educación física en los niños de primer grado de primaria para contribuir al buen desarrollo de sus capacidades motrices.

*Impulsar el dominio de las diversas acciones motrices segmentarias en el niño de primaria.

*Participar en juegos y otras actividades, estableciendo relaciones constructivas y equilibradas con los demás.

CAPÍTULO 2. MOTRICIDAD Y ACTIVACIÓN FÍSICA EN EL NIÑO DE PRIMARIA

2.1 La didáctica de la educación física en primaria.

Algunos especialistas en el campo de la Didáctica de la Educación Física argumentan la necesidad de este cuerpo de conocimientos "especial" por las diferencias sustanciales que observan entre la enseñanza y el aprendizaje que se producen comúnmente en el aula y los que se producen en el patio. Tales argumentaciones sostienen que el contexto físico es una variable importante dentro de los procesos de enseñanza aprendizaje y por ende, el principal factor de la necesidad de construir nuevas teorías sobre la enseñanza que en éste ámbito se producen.

“La didáctica específica de la educación física explica que el deporte tiene que estar adaptado al desarrollo de una actividad de enseñanza en la que el movimiento corporal y el esfuerzo físico constituyen los contenidos. Pero en el caso del ámbito de la enseñanza de la educación física y el deporte las diferencias de los planteamientos didácticos van más allá de la peculiaridad de esta materia, extendiéndose a aspectos de fondo. Las características y requisitos de la enseñanza en el aula y las de nuestro ámbito son tan distintas que ésta plantea la necesidad de una didáctica específica perfectamente diferenciada.”¹³

A partir de este planteamiento, el autor expone una serie de diferencias entre la enseñanza de la educación física y el deporte y la enseñanza en el aula y agrega:

“Estas diferencias consideradas en conjunto parecen llevarnos a la conclusión de que las clases de Educación Física y Deporte tienen un efecto más directo e inmediato sobre el concepto que de sí mismo tienen los alumnos y también del profesor. La situación de clase, cuando los contenidos son relativos a la actividad física es más abierta y rica en posibilidades de relación interpersonal, con un posible efecto sobre el individuo de tipo más integral. Por esto mismo,

¹³ *Ibidem* p. 122

los planteamientos didácticos se hacen más complejos, cuando las metas educativas y de enseñanza son progresistas y ambiciosas, la formación específica del docente de esta materia en cuanto a didáctica, tiene que ser más exigente que para el profesor de aula." ¹⁴

Espero que ningún profesor de aula lea esto. ¿Es el calificativo de especial el que impregna de status y categoría a las didácticas y a sus profesores?

La necesidad de una didáctica "especial" parte más bien de lo "que" se enseña que del "ámbito" en que se enseña, aunque el que no pueda pensarse sin un contexto situacional en este caso. Es el contenido su aspecto de fondo y es la singularidad del mismo lo que configura a las llamadas "didácticas especiales". En ningún caso esta singularidad o especificidad puede pensarse como factor determinante del nivel de construcción teórica acerca de su enseñanza.

Ahora bien, en el caso de la Educación Física, el "qué" se enseña resulta bastante problemático de resolver. Más aún si se considera el "qué" se estudia. Dice Daniel Feldman, *"Las didácticas especializadas evolucionan asumiendo que el objeto de conocimiento determina el proceso de comunicación"*¹⁵, pero en el caso de la Educación Física el contenido escolar no es necesariamente "ese objeto de conocimiento", un producto de la investigación teórica. El contenido escolar es una práctica social y cultural susceptible de ser estudiada teóricamente por lo tanto, es ésta práctica social y cultural la que determina su proceso de comunicación.

T. Popkewitz (1987) entiende el concepto de contenido como "una construcción social sin significado estático ni universal". "Lo que en un momento determinado se consideran contenidos legítimos del currículum no puede extrapolarse a otros momentos de la historia de la Educación Física (ni al tiempo pasado ni al tiempo futuro) ni a otros lugares (culturas)."¹⁶

¹⁴ *Ibidem* p. 167

¹⁵ *Ibidem* p. 229

¹⁶ Horacio, Levene . Buenos Aires, Orientación Integral Humana. Gimnasia Metodizada 1924. P 130

Desde la creación del sistema educativo hasta la actualidad, “la Educación Física escolar ha respondido de modo diferente al “qué” enseñar porque lo social y cultural ha determinado las prácticas.”¹⁷ Por ello, la selección de contenidos ha estado acompañada de diferentes concepciones ontológicas, epistemológicas y metodológicas que han influido en la construcción de distintas teorías sobre la enseñanza de la Educación Física. Las diferentes concepciones han determinado en gran parte el contenido y éste ha configurado las teorías acerca de su enseñanza.

“El cuerpo considerado como una máquina simple, como un sistema de fuerzas y palancas dominó el ámbito de la actividad física hasta los años cincuenta”¹⁸ La sumisión de los contenidos de la Educación Física a la Anatomía dio el marco epistemológico, cuyo objeto de conocimiento no podía ser otro que el movimiento de los músculos y huesos. “Es por ello que en el campo escolar se priorizaron contenidos de orden biomecánico, y en la formación de profesores la Didáctica como teoría de la enseñanza estuvo ausente.”¹⁹ Una visión empírica de la Educación Física con pretensiones científicas se ve reflejada en las prácticas de la época.

De aquí se entiende que los ejercicios físicos constituyeran un conjunto de posturas, con sus respectivos ángulos y palancas en la consideración de cada movimiento.

La concepción de cuerpo como máquina generadora de energía adquirió primacía cuando en la base de los *Programas Escolares* el contenido biomecánica buscó intencionalmente el desarrollo de los sistemas energéticos, musculares y cardiorrespiratorios. La sumisión de conocimientos necesarios para la fundamentación de la Educación Física, estaba ahora en manos de la Fisiología, la Termodinámica y la Psicología de tipo experimental.

¹⁷ Ibídem, p. 131

¹⁸ Ibídem, p. 136

¹⁹ Ibídem, p. 137

El contenido escolar, de tipo "bioenergético" pretendía desarrollar capacidades fisiológicas y psicológicas, tal como observamos en los *libros de texto* utilizados en esa época:

"El concepto científico de la clase racional de ejercicios físicos según el sistema argentino es el siguiente: Producir en los alumnos, por medio de ejercicios físicos apropiados, una serie de efectos fisiológicos y psicológicos internos, graduados y suficientes para satisfacer los fines fundamentales de la educación física racional en su acepción escolar" ²⁰

¿A qué debates asistimos desde esta dependencia? Bajo la sumisión de la Fisiología, la Educación Física sólo tiene un papel funcional ligado al desarrollo de las capacidades motrices: más fuerza, más resistencia, más velocidad. "Los criterios de valoración de la acción educativa se centran en la eficacia y la eficiencia. El *citius, altius, fortius*, más lejos, más alto, más fuerte parece ser la consigna que define mejor estas explicaciones de enseñanza, reducidas a una teoría acerca de cómo ayudar en las clases a que los alumnos mejoren su condición física."²¹ La tarea del docente se limita a programar instructivos en relación con las conductas observables y con la medición del rendimiento.

Bajo la sumisión de la Psicología, la Educación Física tiene un papel funcional ligado al desarrollo de capacidades psicológicas y aquí, la diversidad y la evolución de las distintas corrientes con sus grados de influencia merecen otro estudio aparte. Desde el desarrollo del carácter, la voluntad, la inteligencia, la creatividad y la autonomía, la enseñanza de la Educación Física parece lograr, según estos planteamientos, personas más equilibradas, más inteligentes, más autónomas o creativas.

El cuerpo considerado como máquina es sinónimo de visiones dualistas arrastradas desde los idearios griegos de "*mens sana in corpore sano*":

²⁰ Brest Romero Brest, E., *Gimnástica fisiológica*, Buenos Aires, Librería del colegio, 1939. p. 7

²¹ *Ibidem*, p. 76

"El deporte y los ejercicios físicos ya no han de ser una válvula de escape para la alegría juvenil y la energía vital acumulada sino que deben ejercitar al cuerpo, hacerlo dócil instrumento de la voluntad..."²²

La llamada Didáctica de la Educación Física nace en los *Programas de Estudio* del profesorado bajo la dependencia de estos planteamientos y en sus primeros pasos de construcción teórica es impregnada por planteamientos neuropsicológicos y acompañada por otra forma de concebir el cuerpo: la de la máquina informacional. El movimiento, que es generado por medio de un proceso de tratamiento de la información y el empleo del sistema nervioso, necesita adiestrarse, "educarse". Las disciplinas de base que sirven a estos planteamientos son la Cibernética y la Neuropsicología.

"...el modelo de la didáctica, basado en la teoría del aprendizaje, propone metas de estudio que han de asegurar al hombre el mejor equipamiento individual posible. La didáctica de orientación cibernética trata de racionalizar el proceso del aprendizaje y de perfeccionarlo por medio de los reconocimientos de la informática y la psicología de la información"²³

Esta influencia se ve acrecentada hacia los años ochenta por las corrientes psicomotrices francesas y del motor learning americano.

El extremadamente complejo "sistema nervioso, desde las áreas corticales superiores hasta las terminaciones sensoriales periféricas y nervios motores, con sus innumerables mecanismos de entrada y salida, desafía un análisis completo, aun cuando se posean algunos conocimientos acerca de sus sistema de facilitación propioceptiva, con una realimentación sensorial continua, de los servomecanismos de la médula y meso encéfalo y de las extensas áreas de asociación sensoriales, motrices y del cerebro mismo"²⁴

Este modelo explicativo sobre la enseñanza y el aprendizaje avanzó analógicamente a la evolución de las máquinas electrónicas. De máquinas que

²² *Ibidem*, p 67

²³ *Ibidem*, p 87

²⁴ *Ibidem*, p. 26

deciden en forma binaria a máquinas que deciden sobre numerosas alternativas considerando otro tipo de información del medio.

Las teorías explicativas acerca de la enseñanza siguen priorizando la eficacia, pero con un rol más activo en el sujeto, que ahora percibe, decide y ejecuta.

En la actualidad se intenta dejar de lado la concepción de cuerpo como máquina. Los actuales planteamientos epistemológicos reciben la influencia de la Psicología Cognitiva, de las Teorías de la Comunicación, la Psicolingüística y las Teorías Socio críticas.

La concepción de cuerpo sujeto y la capacidad de reflexionar sobre las acciones y otorgarle significados, permite pensar en otro tipo de saberes y en otros procesos de comunicación.

2.2 Conceptos e importancia de la educación física.

Aunque la actividad física ha estado presente desde tiempos ancestrales en todas las civilizaciones, ya sea bajo formas jugadas, competitivas o simplemente preparatorias, y con un carácter religioso, militar, artístico, higiénico o deportivo, como señala Carl Dier, el desarrollo y concepción de la misma como idea educativa (paideia) debe ser considerado a partir de la civilización griega.

"Gut Muths, es el nombre clave de todo el proceso que ha experimentado la educación física hasta la época actual. Publicó en 1793 su obra *Gymnastik für die jugend (gimnasia para jóvenes)*, que se tradujo a varios idiomas. La influencia de este libro en los que después serían famosos propulsores de la educación física, fue decisiva,"²⁵

²⁵ Fernando Sánchez Bañuelos, (1997) *Didáctica de la Educación Física y el Deporte*, Madrid, Gymnos. p. 33

Este autor resalta en su método, la importancia que tiene el practicar ejercicios gimnásticos, tomando al ser humano como individuo hasta ubicarlo como sociedad. "El iniciador y principal representante de la corriente científica fue el sueco P. H. Ling (1776-1839), a quien se debe la famosa gimnasia sueca, que más tarde llegó a ser practicada en todo el mundo entero."²⁶ Al mencionar todas las corrientes anteriores es necesario mencionar la corriente empírica de Frederic Ludwing John (1852-1778) quien fue considerado como padre de la gimnasia moderna alemana siendo el un maestro de las escuelas de Berlín. Él con estas corrientes propuso restaurar y recuperar el espíritu patriótico de todos los jóvenes en su propio país valiéndose y apoyándose de la educación física como un medio para poder lograr una fuerza y vigor ante las mismas unidades de invasión de las tropas de Napoleón.

A partir de 1810 fue creado uno de los primeros gimnasios de Berlín y con ello nació un gran número de sociedades dedicadas al deporte con el fin de agrupar a jóvenes y personas adultas que tenían un ideal común. Los propios ejercicios fueron realizados al aire libre, con su receptiva programación y conforme los propios alumnos necesitaban más actividades físicas ellos mismos las fueron graduando y aportando ideas, actividades y juegos de gran estimulación. Esta corriente fue adoptada por muchas más personas, pues era de gran utilidad para ellos uno de ellos fue John en su obra *Die Deutsche Turnkunst* (los torneos alemanes), quien apareció en 1915. John concebía en todo momento una gran importancia al profesor de gimnasia, cuyo papel calificaba de patriótico y educativo. Los torneos alemanes están divididos en cuatro partes:

1.- EJERCICIOS: El autor los agrupaba con cierta progresión, según los aparatos empleados. Entre estos aparatos incorporaba el potro, el caballo, las paralelas y la barra fija.

2.- JUEGOS: Estos ejercicios debían ser, colectivos y muy variados.

3.- GIMNASIA: En la obra figura una descripción muy detenida del gimnasio y su instalación.

²⁶ *Ibidem* p.40

Otro autor que se puede encuadrar dentro de esta misma corriente es Thomas Arnold (1842-1975), quien fue un gran teólogo y educador inglés, él inicio en el colegio de Rugby una serie de ejercicios corporales basados, más que nada en los deportes especialmente en el fútbol, el cricket y el tenis.

Gracias a Arnold se generalizó poco a poco en todos los colegios de Inglaterra que se practicara dando de ellos las actividades deportivas. Sin embargo la aportación más importante de dicho autor fue incorporar la autonomía educativa, es decir los mismos alumnos elegían a sus representantes democráticamente, la utilización de los campos y la regulación del juego fue puesta en manos de una asamblea hecha por los propios alumnos.

El concepto de la educación física pretende ante todo el aspecto corporal del ser humano, así como el desarrollo y perfeccionamiento de sus cualidades naturales, influyendo con ello de forma activa el medio ambiente teniendo como resultado el desarrollo integral, así como su formación general del individuo desde el momento que se le proporciona estimulación cognoscitiva, afectiva y motriz, permitiéndole la adquisición de habilidades, actitudes y hábitos para coadyuvar a su desarrollo armónico mediante actividades acorde a sus necesidades e intereses en las diferentes etapas de la vida.

Es una disciplina de carácter pedagógico que tiene como medio a los deportes y que se conjugan con actividades físico recreativas para desarrollar armónicamente las capacidades y habilidades del individuo, y que permitirán un mejor desenvolvimiento en su vida diaria.

A través de la educación física se le enseña al niño a conocer su aspecto corporal, a ser autónomo en sus movimientos, a realizar ejercicios en su vida diaria que lo guiaran a una vida sana, le inculcará los hábitos de higiene así como también querer a la naturaleza del hombre.

La educación física es la disciplina pedagógica que mediante la actividad física, tiende a la eficiencia del movimiento 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.

La educación física es una educación, no un adiestramiento corporal, ya que no sólo atañe al cuerpo, sino también a la persona pues por este medio lo que se pretende en el ser humano, es el enriquecimiento integral de él mismo.

Las actividades que realiza la educadora en la clase de educación física deben de favorecer las habilidades motrices así como el desarrollo de su esquema corporal por medio de situaciones de juego, técnicas de recreación, iniciación al ritmo y actividades permanentes.

Por lo que el profesor necesita conocer y atender las características tanto sociales, psicopedagógicas y biológicas del niño para que así de esta manera pueda organizar y promover las actividades didácticas de una forma congruente y así ayude al enriquecimiento de la armonía y buen funcionamiento orgánico e incrementar las habilidades motoras del niño obteniendo así el máximo aprovechamiento tanto físico y mental.

Por todo lo antes dicho se puede llegar a la definición que la educación física, es de carácter pedagógico, y que va dirigida al desarrollo y perfeccionamiento del ser humano, tanto físico y mental en sus aspectos; así como también cabe señalar que esta materia es de suma importancia, para la buena salud de la persona, pues apoya para favorecer el desarrollo integral del ser humano.

En los objetivos generales de la educación física, no es posible concebir, poder a través del movimiento lograr una acción educativa sin antes tener la formulación de objetivos que en este caso la orienten y la encausen; ya que estos son los propósitos concretos de las metas que se pretenden alcanzar en la obra educativa, "todo esto tiene gran importancia pues radica alrededor de las etapas de planeación, realización y evaluación del proceso pedagógico mediante la actividad fisicodeportiva"²⁷.

²⁷ *Ibíd*em p110

El principal fin de la educación física es el perfeccionamiento del hombre, para la consecución de dicho objetivo se encuentran ciertos objetivos generales, estos propósitos son los que orientan u dirigen la formación en la clase de educación física. Los objetivos de más relevancia para la educación física son los siguientes:

a) Área Fisicomotriz:

Estimular los elementos que intervienen en el desarrollo psicomotor: esquema corporal, lateralidad, equilibrio, nociones espacios temporales, coordinación motriz. Estimular el proceso de crecimiento y desarrollo del individuo.

b) Área de Higiene:

Contribuir a través del ejercicio el desarrollo y la preservación de un estado de salud general optimo.

c) Área social:

Fomentar a través de las actividades fisicodeportivas el proceso de socialización promoviendo la convivencia cordial y alegre, por medio de actividades donde refuerce las conductas de respeto, solidaridad, cooperación y conciencia de grupo.

d) Área psicológica:

Estimular el desarrollo psicológico, propiciando la agilidad mental así como la seguridad y la estabilidad emocional del individuo.

e) Área moral:

“Favorecer en el individuo la incorporación de valores morales.”²⁸

²⁸ *Ibidem* p, 112

Y por último, y quizás el más importante de la educación física, el que es favorecer el despliegue completo y armonioso de las capacidades humana, tanto físicas, psíquicas, sociales y morales.

En los objetivos de la educación física en primaria una de las grandes oportunidades que brinda la educación física es poder trabajar directa y sistemáticamente en el proceso educativo del ser humano a través del movimiento del cuerpo acompañado de muchas actividades. En el caso del nivel de educación preescolar, la clase de educación física resulta de una muy particular importancia ya que al ponerla en práctica adecuadamente y con los suficientes cuidados por parte del educador o profesor que imparta dicha clase, ayuda y contribuye a la vez a que el niño se desarrolle y se consolide para su desarrollo físico - motriz, social, psicológico, cognoscitivo en una forma armoniosa e integral.

Por todo lo anterior existen objetivos básicos de educación física para los niños y niñas del nivel preescolar, que son:

- Ampliar y diversificar sus posibilidades motoras.
- Desarrollar las cualidades motoras básicas que conforman la aptitud física.
- Propiciar el desenvolvimiento de los elementos que intervienen en el desarrollo psicomotor.
- Favorecer un adecuado desarrollo morfo funcional.
- Canalizar su amplia necesidad de expresión cinética.
- Estimular y favorecer un adecuado proceso de socialización.
- Propiciar un comportamiento más autónomo.
- Favorecer la seguridad y la estabilidad emocional.
- Preservar la salud.

Las características del ejercicio físico en la educación física es el principal medio con que se cuenta, y es de tal importancia que es preciso su estudio profundo de todos sus aspectos biológicos, mecánicos, fisiológicos y psicológicos. El ejercicio físico puede definirse como una liberación espontánea de energía tanto física como psíquica y ambas están estrechamente relacionadas, que si faltase una de ellas, el ejercicio quedaría alternado fundamentalmente, e incluso inhibido.

En el estudio que viene a continuación sobre las características y las condiciones que deben revertir el ejercicio físico, comprenden los aspectos fundamentales que condicionan su ejercicio; el aspecto técnico y el aspecto psicofisiológico.

En el aspecto técnico supone un primer acercamiento a los tipos o características de los ejercicios. Dentro de éstas hay que considerar dos clases fundamentales:

- “Ejercicio sintético: Este se compone de movimientos naturales y espontáneos, en lo que el sujeto se manifiesta libremente o hace trabajar su sistema nervioso. Más que una parte del cuerpo se dirige al sujeto entero, sin dividirlo artificialmente, contribuyendo así el medio más adecuado para la educación física de pequeños y jóvenes.
- Ejercicio analítico: Parte del estudio detallado de los huesos, articulaciones, músculos, etc. Que intervienen en cada movimiento pretende una educación física mediante la acción separada sobre cada elemento del cuerpo, originando una gimnasia mecánica, fisiológica y estática, que exige una gran atención.”²⁹

En el aspecto psicofisiológico, los movimientos del ser humano, no puede ignorarse el componente neurofisiológico. “El movimiento consiste en una reacción motora ante una excitación interna o externa.”³⁰ Se aprovechan así dos importantes propiedades de los músculos: su excitabilidad y su poder de

²⁹ *Ibidem p, 115*

³⁰ *Ibidem p, 117*

contracción. Para que haya, se precisa un estímulo capaz de excitar la fibra muscular, al contraerse ésta y actuar sobre los huesos en que se inserta se produce el movimiento.

La corriente nerviosa es el estímulo natural y llega a los músculos a través de los nervios motores, cuyas terminaciones se exponen por la superficie muscular bajo el nombre de placa motriz. Pero no siempre es la corriente nerviosa, es el estímulo que actúa sobre los músculos, no todos los movimientos se realizan bajo la coordinación de las zonas motoras de nuestra corteza cerebral.

Según la altura de los centros nerviosos que intervienen y el tipo de enlace entre la excitación y respuesta, se originan los siguientes movimientos:

“Movimiento reflejo: En él hay reacción muscular sin que intervenga lo consciente, esto es sin la actuación de la voluntad, aunque éste puede modificarse la respuesta en diversas ocasiones.

Los movimientos pueden ser:

- Reflejo nervioso: o respuesta motora a un estímulo sensitivo adecuado.
- “Reflejo condicionado: en el que el estímulo apropiado se sustituye por otro distinto (estímulo condicionado desencadenándose la misma respuesta que ante aquél).”³¹

“Movimientos espontáneos: Expresan el libre sentir del alumno, sin intervención de factores externos. Tienen su máximo desarrollo en la edad escolar, manifestándose especialmente en el juego. Aquí la misión del educador es, sobre todo, de control evitando un excesivo gasto de energía al que los escolares son muy propensos por la excitación del juego.

Movimientos voluntarios: En educación física los movimientos voluntarios han de tener prioridad sobre cualquier otro, pues con ellos los alumnos ejercitan sus

³¹ *Ibidem* p, 122

facultades físicas y psíquicas. La automatización ahorra energías en la ejecución de ejercicios difíciles, pero también disminuye la función educativa en acción.”³²

2.3 La importancia del juego en la vida del niño.

“Chance (1979) sugiere que el juego es como el amor todos saben lo que es pero nadie puede definirlo. Pese a ello, en general, como juego podemos considerar cualquier actividad con la finalidad de divertirse, pasarlo bien.”³³

Existen muchas definiciones de juego y es difícil decantarse por una en concreto. Podemos citar como ejemplo la definición que encontramos de juego en el Diccionario de la Real Academia Española: “Jugar: hacer algo con alegría y con el solo fin de entretenerse o divertirse”, o bien la que Johan Huizinga nos ofrece en su obra *Homo Ludens*: Una actividad libre, que se realiza dentro de determinadas reglas libremente aceptadas pero absolutamente obligatorias”³⁴

Se observa principalmente que el juego es un comportamiento infantil y que es una actividad innata, natural, sin aprendizaje previo, que brota de la vida misma. Si nos fijamos en un grupo de niños que juegan nos sorprende la espontánea alegría. De ello parece que se concluye que tan sólo a los niños se les reconozca el derecho a jugar.

El adulto, desde este punto de vista, ha de ser una persona seria para poder enfrentarse con éxito a las responsabilidades que ha tenido que adquirir como tal. Sostener eso implica negar lo serio que puede llegar a ser el juego. De hecho, de una manera u otra, conscientemente o no, podríamos decir que el juego está presente en la vida del individuo desde que nace hasta su muerte. La actividad lúdica, evidentemente, será diferente en las diversas etapas biológicas.

³² *Ibidem* p, 123

³³ Fernando Sánchez Bañuelos op. Cit,p.33

³⁴ Fernando Sánchez Bañuelos op. Cit,p.38

Para el ser humano, como para los animales, el juego es una necesidad vital, una función propia, cuyo origen ha de buscarse en una serie de impulsos que se van desarrollando gradualmente según el entorno de cada sujeto. De esta manera se explica que la actividad lúdica esté presente en las más diversas formas, tanto en el hombre como en otras muchas especies animales.

Hay una diversidad muy importante de tipos de juegos. En este sentido, nosotros nos centraremos en el juego motriz, aquel donde está presente principalmente el movimiento.

El niño y la niña se introducen en el conocimiento mediante el juego y van entrando poco a poco en el complejo mundo de los adultos. Como afirma Piaget, “los juegos tienden a construir una amplia red de dispositivos que permiten al niño la asimilación de toda la realidad, incorporándola para revivirla, dominarla o compensarla”³⁵

Actualmente, se considera que el juego es una actividad esencial parte del desarrollo integral del niño y, sin duda, también del adolescente.

Hacer jugar a un niño o a una niña es sencillo. Cuando juega recibe placer. En el tiempo libre, en el patio, en el gimnasio, jugar es una posibilidad de expresión. Pero ¿es imposible hacer algo más? ¿Podemos aportar algo más que el juego lúdico?

Si observamos las primeras veces que el niño juega en grupo podemos constatar individualismo, poca participación de la persona con menos capacidad física, etc. Así pues, el educador ha de proponer estímulos sucesivos que enriquezcan motriz, social e intelectualmente al niño: aprender jugando y aprender a jugar mejor. Es necesario que mediante el juego, el individuo experimente descubra, vaya dando respuestas (correctas o no) que compare con otras vividas por los compañeros o con modelos posibles, progresando. Por otro lado, no debemos perder de vista que los aprendizajes que el niño realiza cuando juega pueden ser, y de hecho son, transferidos a otras situaciones no lúdicas.

³⁵ *Ibidem*, p.40

“Así pues, el juego es un instrumento trascendental de aprendizaje que el educador ha de aprovechar como un recurso para incidir más profundamente en la formación integral del individuo. Es necesario facilitar siempre la experimentación, no esperar del niño que de la respuesta que daríamos nosotros como adultos.”³⁶ Cada individuo debe poder ir dando sus respuestas, siguiendo el sistema de ensayo/error, para poder reflexionar sobre ellas. Por tanto, el educador debe proponer juegos adecuados a la edad del grupo. La dificultad irá aumentando paralelamente a los progresos individuales y a las características de cada uno de los miembros para poder contribuir positivamente en su formación.

El juego constituye la ocupación principal del niño, así como un papel muy importante, pues a través de éste puede estimularse y adquirir mayor desarrollo en sus diferentes áreas como son psicomotriz, cognitiva y afectivo-social. Además el juego en los niños tiene propósitos educativos y también contribuye en el incremento de sus capacidades creadoras, por lo que es considerado un medio eficaz para el entendimiento de la realidad. Por medio del juego los pequeños experimentan, aprenden, reflejan y transforman activamente la realidad. Los niños crecen a través el juego, por eso no debe limitar al niño en esta actividad lúdica.

Jugar es el primer acto creativo del ser humano. Comienza cuando el niño es bebé, a través del vínculo que se establece con la realidad exterior y las fantasías, necesidades y deseos que va adquiriendo. Cuando un niño toma un objeto cualquiera y lo hace volar, está creando un momento único e irrepetible que es absolutamente suyo.

Porque ese jugar no sabe de pautas preestablecidas, no entiende de exigencias del medio, no hay un "hacerlo bien". ¿Todos los juguetes conducen a un juego? El juguete es el medio que se utiliza para jugar: incluye desde una sabanita, hasta una muñeca, una pelota, una hormiga, o una computadora. Todos estos elementos pueden también ser utilizados con fines educativos. Pero si se vuelven una herramienta didáctica, pierden su entidad de juego. Muchos papás, cuando se sientan a jugar con su hijo, confunden el jugar con el

³⁶ Ibídem, p.44

enseñar. Y el niño que quería jugar de igual a igual, sin exigencias, sin aprender nada, se frustra.

Se puede aprender con gusto, creando un vínculo de sabiduría y afecto, entre el que enseña y el que aprende. Esto es muy bueno y necesario. Pero debe quedar en claro que el juego de reglas es una herramienta por la cual se está intentando llegar a una meta. Uno sabe y el otro no. A medida que uno se va volviendo adulto, el juego propiamente dicho se pierde.

Características del Juego: Es una actividad espontánea y libre, además de que el juego es el cambio para construir libremente su espíritu creador. El juego se orienta sobre la misma práctica. El jugador se preocupa por el resultado de su actividad. La interacción de juego es la recreación de las escenas e imágenes del mundo real con el fantástico, de los cual participan los roles de los personajes, donde el pequeño los asigna. El juego logra que el niño tenga una actitud espontánea y libre cuando el niño juega hace una recreación de escenas e imágenes del mundo real o fantástico.

El niño expresa una actitud lúdica, tiene necesidades psicológicas como: la relación, autonomía y competencia, lo que le permiten prepararse para el futuro. Otra cosa interesante es el grado hasta donde el niño es capaz de fantasear para llegar a la realidad tomando en cuenta que los niños juegan a los héroes, villanos, papá, mamá y ellos imitan lo que observan. El juego es evolutivo ya que empieza por el dominio del cuerpo y posteriormente maneja las relaciones sociales y su medio. Por medio del juego el niño se socializa, es divertido, placentero, voluntario y lo más importante no es obligatorio. (ver tabla No.2.

Tabla No. 2

FUNCIONES DEL JUEGO.				
Permite respetar una lucha o un conflicto. -Da un espacio para la creación y la exploración.	-Promueve facilita vínculos humanos. -Favorece la regulación de tenciones y relajaciones.	Es un vínculo excelente para el ejercicio de la estructu- ración del lenguaje y del pensamiento.	Favorece la conexión del individuo con otras situaciones ya vividas. -Da vía libre a la construcción de un espacio intermedio entre la realidad y el placer.	Posibilita distintos tipos de aprendizaje. -Permite reducir el impacto de los fracasos y de los errores.

Fuente: Elaboración propia a partir del texto de la *Didáctica de la Educación Física y el Deporte*, Madrid, Gymnos. p.50

El niño juega con lo que tiene a su alcance y donde esté. Pese a la espontaneidad de estos juegos pueden tener una finalidad dirigida para favorecer el desarrollo de la inteligencia y de la adaptación. En este año se perfecciona el hablar y andar. A los tres años: se produce una importante actividad física la cual se debe dejar interrumpir de forma voluntaria. El niño tiende a repetir lo aprendido hasta conseguir su dominio. Más tarde y tras incorporar el nuevo aprendizaje al sistema psicomotor, lo emplea en combinaciones más complejas. (Ver tabla No. 3)

Tabla No. 3

BENEFICIOS DEL JUEGO.	Satisface las necesidades básicas de ejercicio físico.
	Es una vía excelente para expresar y realizar sus deseos.
	La imaginación del juego facilita el posicionamiento moral y maduración de ideas.
	Es un canal de expresión y descarga de sentimientos, positivos y negativos, ayudando al equilibrio emocional.
	Con los juegos de imitación está ensayando y ejercitándose para la vida de adulto.
	Cuando juega con otros niños y niñas se socializa y gesta sus futuras habilidades sociales.
	El juego es un canal para conocer los comportamientos del niño y así poder encauzar o premiar hábitos.
	-Es muy importante participar en el juego con ellos.

Fuente. Elaboración propia a partir del texto de la *Didáctica de la Educación Física y el Deporte*, Madrid, Gymnos. p.52

La psicomotricidad es un elemento muy importante en el desarrollo de los niños ya que sienta las bases para la adquisición de posteriores aprendizajes.

La psicomotricidad y el juego: La psicomotricidad se puede desarrollar a través de juegos al aire libre o en lugares cerrados. Es necesaria para la adquisición de habilidades básicas como: lectura, escritura y cálculo. Muchas actividades cotidianas en los juegos de los niños como moverse, correr, saltar,... desarrollan la psicomotricidad. Además mediante este tipo de juegos los niños van conociendo tanto su cuerpo como el mundo que le rodea. Mediante los juegos de movimiento, los niños, además de desarrollarse físicamente, aprenden ciertos conceptos como derecha, izquierda, delante, detrás, arriba,

abajo, cercas, lejos, que les ayudarán a orientarse en el espacio y a ajustar sus movimientos.

Juegos que favorecen el desarrollo de la psicomotricidad: Montar en carritos, triciclos, bicicletas, patinar, o andar con monopatines, saltar a la comba (la cuerda) , jugar a la goma, realizar marchas, carreras, saltos, pisar una línea en el suelo, juegos con balones, pelotas, raquetas, aros, juegos de hacer puntería: meter goles, encestar, bolos y jugar a la carretilla, volteretas, piruetas, etc.

Los juegos de movimiento, pueden ser utilizados como una preparación importante para el aprendizaje ya que favorecen la psicomotricidad, coordinación, equilibrio, orientación en el espacio y tiempo, aspectos claves en donde también se integraran a las niñas y los niños con necesidades educativas especiales o con alguna discapacidad motriz, aparte de tener alguna atención en particular se deberán incluir en las actividades de juego y movimiento, invitando a participar y otorgando apoyo por parte de los profesores a superar inhibiciones y temores y sean capaces de realizar las actividades de una forma segura y positiva que se realicen dentro de la escuela.

2.4 Juegos para potenciar la motricidad.

El juego, conjuntamente con el movimiento, constituye expresiones vitales del ser humano. Ambos se encuentran presentes desde el inicio de la vida y permiten establecer relaciones con el medio y con los demás, a partir de la corporeidad, entidad totalizadora y presencia efectiva de la disponibilidad personal.

“El planteamiento de los contenidos básicos comunes (C.B.C.), desarrollados para la educación general básica toma a los juegos motores como uno de los bloques de contenidos que permite ordenar la tarea de la educación física en esta etapa evolutiva. Aquí aparece la concepción del juego no encarada con

una visión simplificadora, relacionada con la adquisición de determinados patrones motores sino con la resonancia afectiva que todo juego tiene sobre la construcción de la personalidad.”³⁷

Los juegos motores son una opción adecuada y necesaria para implementar la educación física hacia un camino significativo y trascendente donde las niñas y los niños sean los principales protagonistas, pudiendo proponer y decir sobre los juegos que les resulta interesante, guiados por sus docentes, lograron de esta manera la construcción de las situaciones vividas. El logro de este planteamiento redundará, no solo en beneficio de las niñas y niños; además también tendrá un efecto valioso para el docente que podrá disfrutar de cada una de sus clases. No ocupara ya el lugar mítico de aquel que todo lo sabe o debe saberlo, sino que se situara como coordinador de los saberes de los componentes del grupo, tratando de que cada uno de ellos alcance un pleno desarrollo de sus potencialidades personales, incluido el mismo.

Los juegos presentan como componentes la cooperación y la competencia, que también son características distintivas de los seres humanos. La sociedad marca la tendencia a exaltar al más capaz, fuerte, inteligente, hábil, ubicándolo en forma prioritaria en desmedro de quienes no alcanzan estos parámetros, provocando una competencia discriminatoria.

El medio ambiente se encuentra preparado, niños y niñas explorarán posibilidades, recurriendo a los esquemas que tengan incorporados con anterioridad. Espontáneamente veremos acciones cooperativas: alcanzarse la pelota, mencionar como lograron anotar y al mismo tiempo podremos observar cómo compiten, contando que cantidad de aciertos logra cada uno, quien realiza mejor los lanzamientos, quien lo realiza más parecido a un jugador de básquet conocido.

Será fundamental el valor afectivo que le demos a este medio y a las acciones que realicen niños y niñas, ya que si la consigna siempre se orienta a ver quién gana y no sólo en cada pareja, sino a la que más veces le toca anotar de todo el grupo, valorando a este niño o niña de forma muy diferenciada con el resto

³⁷ Ibidem, p.52

de los integrantes del grupo sentirán que solamente tendrán el afecto del docente alcanzando la mayor producción y destacándose por sobre los demás.

Esto hace que el juego no sea placentero, que no se disfrute de él y que tanto niños y niñas como así mismo el docente, pierden la oportunidad de lograr un intercambio que promueva adecuados vínculos socio-afectivos.

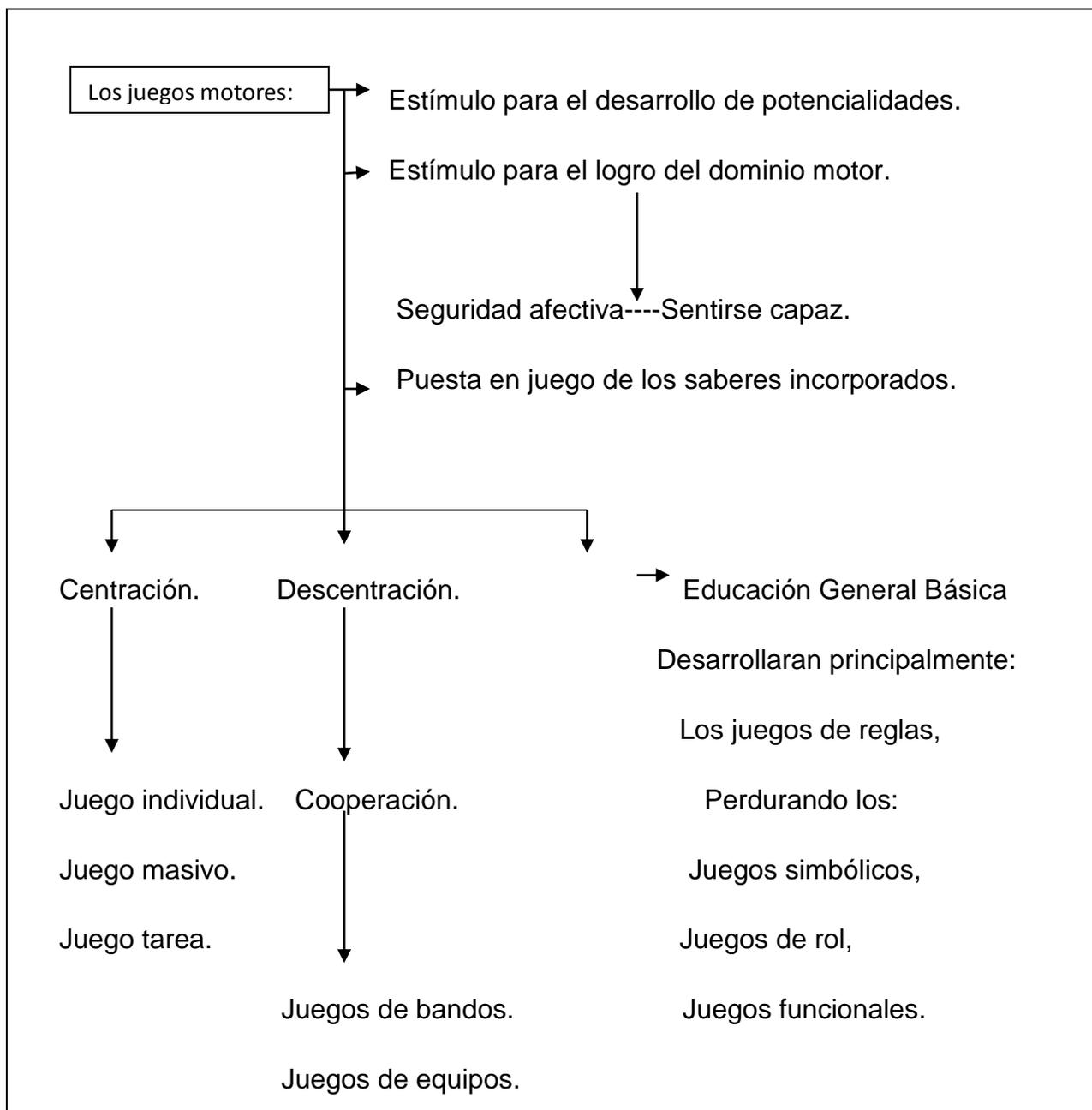
Al comprender la orientación que el docente debe dar, por medio de sus intervenciones verbales y también corporales, los alumnos se sentirán apoyados en sus descubrimientos valorando la importancia de encontrar diferentes respuestas a las diversas situaciones planeadas, teniendo a cotejarlas y enriquecerlas con las de sus compañeros y compañeras.

Niñas y niños estarán permanentemente interactuando con los juegos, sus compañeros y docentes. Ello lograra estimular la creatividad espontaneidad y expresión por medio del juego y el movimiento.

En el siguiente esquema, (No. 1) se puede observar como los juegos motores permiten la estimulación del ser en su totalidad, cuales son los juegos que son posibles de ser planteados de acuerdo a los periodos de centración o descentración y cuales tienen relación directa con la Educación General Básica.

Esquema No. 1

Juegos motores



Fuente: Elaboración propia a partir del texto (*Didáctica de la Educación Física y el Deporte*, Madrid, Gymnos. Pp.52)

CAP.3 FUNDAMENTACIÓN PEDAGÓGICA Y CURRICULAR DE LA REFORMA INTEGRAL DE LA EDUCACIÓN BÁSICA

3.1 Horizonte curricular. El enfoque de competencias en la Reforma Integral de la Educación Básica.

En el enfoque de competencias para la vida, se busca un desarrollo pleno e integral de los niños y jóvenes hacia la generación de competencias y capacidades para la vida personal, pública y laboral, tales como los aprendizajes que les brinden capacidades necesarias para tener acceso a las oportunidades, el bienestar, la libertad, la felicidad, y el ejercicio de los derechos.

Desarrollar competencias para la vida, el aprendizaje permanente, el manejo de la información, el manejo de situaciones, la convivencia y la vida social. Aunque se mantienen los enfoques por asignatura, la educación está basada en el desarrollo de competencias.

Temas que se desarrollan de manera transversal. Se establecen cinco competencias para la vida que guían el currículo:

- * Competencias para el aprendizaje permanente.
- * Competencias para el manejo de la información.
- * Competencias para el manejo de situaciones.
- * Competencias para la convivencia.
- * Orientación de la educación con base en el perfil de egreso.

La formación integral de los estudiantes del siglo XXI, requiere la puesta en marcha de proyectos innovadores que respondan a las nuevas necesidades de formación de los alumnos. Estas tendencias prospectivas en educación, dirigen la mirada al desarrollo de habilidades y capacidades que anteriormente no habían sido priorizadas y que son indispensables para responder a las exigencias y demandas de un mundo globalizado.

El *Plan de Estudios de la Educación Primaria* establece que. “Una competencia implica un saber hacer (habilidades) con saber (conocimiento), así como la

valoración de las consecuencias del impacto de ese hacer (valores y actitudes)
Las competencias involucran a un conjunto de aspectos cognitivos, afectivos y sociales que debe tener un individuo para funcionar adecuadamente en un ámbito particular. Estos conceptos suponen la combinación de tres elementos fundamentales: * El dominio de una información específica.*El desarrollo de habilidades derivadas de la información.* La puesta en acción de dichas habilidades en una situación problemática”³⁸

En lo que se refiere a la educación para niños de seis a siete años que cursan la educación primaria, la Reforma Integral de la Educación Básica hace referencias a la formación que los niños deben de tener dentro de la primaria ya sea por medio de vivencias reales y a través de actividades didácticas, será donde los niños reflejaran por medio de competencias afectivas, sociales y cognitivas sus logros según sea el grado que curse el niño, con diferentes niveles de complejidad.

El éxito que los niños tengan en su aprendizaje dependerá de las condiciones, organización y el funcionamiento de la escuela. Hoy en día las escuelas primarias cuentan con amplias variedades de prácticas y actividades para orientar y dirigir a los alumnos hacia aprendizajes verdaderamente significativos dentro de la realidad y contexto de la comunidad donde se ubique la escuela permitiéndolo avanzar en el desarrollo de sus competencias.

“*El programa de educación primaria 2009*, plantea temas generales, como temas educativos y los conocimientos que los niños han de adquirir centrándose principalmente en competencias, ya que estas son un conjunto de capacidades que incluye conocimientos, actitudes, habilidades y destrezas que una persona logra mediante procesos de aprendizaje manifestándose en situaciones y contextos diversos”³⁹.

³⁸ *Plan y programa de estudios 2009, Educación básica primaria*, México, secretaria de educación pública, 2009 , p 11

³⁹ *Ibidem*, p 12-13

La selección y difusión de los lineamientos académicos hace posible el desarrollo de competencias que tiene *el programa*, partiendo de los conocimientos, experiencias y capacidades que los niños ya tienen desde su ambiente familiar, social y grados anteriores, promoviendo el desarrollo y fortalecimiento de las competencias que cada niño posee. Tomando en cuenta que las competencias no serán adquiridas de manera definitiva, se deberán ir ampliando y enriqueciendo en función de la experiencia, los retos a los que se enfrente el niño y de los problemas que logre resolver en los distintos ámbitos en los que se desenvuelve.

El diseño de los lineamientos académicos y materias parte de los conocimientos, experiencias y capacidades que los niños ya traen desde sus hogares y la comunidad con la que conviven, fortaleciendo las capacidades que resaltan más en cada niño, esto implica que estas competencias no se adquirirán de forma definitiva, cada vez que el niño avance en su nivel académico y se enfrente a distintos problemas se ampliarán y fortalecerán dichas competencias.

La profesora de primaria tiene la obligación de buscar, investigar y diseñar actividades o situaciones didácticas acorde al grado impartido en primaria, logrando avanzar en el nivel de complejidad para que los niños logren aprender lo que ya conocen de su entorno con seguridad, autonomía y de forma participativa.

El plan y programa de primaria 2009: "son un medio para mejorar la calidad de la educación, atendiendo las necesidades básicas, que vivirán en una sociedad más compleja y demandante que la actual, este *programa* tiene como propósito organizar la enseñanza y el aprendizaje de los contenidos básicos para asegurar que los niños desarrollen y adquieran las habilidades intelectuales de manera que aprendan con independencia de manera permanente actuando en la vida cotidiana."⁴⁰

⁴⁰ *Ibíd*em p-9

Además el Plan y Programa de Educación Básica, permite que adquieran conocimientos fundamentales para comprender fenómenos naturales, también forma derechos y deberes y la práctica de valores en su vida personal y con todos los que le rodean, favorece al desarrollo de actitudes propicias para el aprecio y disfrute de las artes y del ejercicio físico y deportivo.

El nuevo plan prevé un calendario anual de doscientos días laborales, conservando la actual jornada de cuatro horas de clase al día distribuyendo los horarios como a continuación muestra la tabla No. 4

Tabla No. 4

Distribución de tiempo de trabajo/primer y segundo grado de primaria.

Asignatura:	Horas anuales:	Horas semanales:
Español.	360.	9.
Matemáticas.	240.	6.
Conocimiento del medio. Trabajo integrado de. Ciencias naturales. Historia. Geografía. Educación cívica.	120.	3.
Educación artística.	40.	1.
Educación física.	40.	1.
Total:	800.	20.

Fuente: Cuadro otorgado por la supervisión de la zona. A cada profesor de la Escuela Primaria Independencia.

“Mediante las actividades cotidianas se favorecerá el trabajo pedagógico y la forma en las que se presentan, permitirá identificar la relación directa que tienen con cada área de actividad, tomando en cuenta la gran diversidad cultural, lingüística, social y étnica que caracteriza nuestro país, partiendo de las características de cada individuo y de cualquier nivel. Se espera que todos los niños durante su educación primaria desarrollen las mismas posibilidades de aprendizaje, en donde adquieran un sentido positivo de sí mismos, asuman distintos roles, confianza al expresarse, comprenda la importancia del lenguaje oral y escrito, la existencia de distintos rasgos culturales, que construyan aprendizajes y problemas matemáticos, desarrollen problemas de manera creativa mediante distintas situaciones didácticas y algunas otras en juego, que surja un interés por los fenómenos naturales, que se apropien de valores y principios necesarios para la vida en comunidad, desarrollen sensibilidad, la iniciativa, la imaginación y la creatividad para expresarse a través de los lenguajes artísticos, conocer mejor su cuerpo actuando y comunicándose mediante la expresión corporal, mejorando diversas habilidades como coordinación, control manipulación y desplazamiento, comprendiendo que su cuerpo experimenta cambios cuando está en actividad y durante el crecimiento”⁴¹.

El área de trabajo donde se sitúa mi problemática es el de “Educación Física”.

Se ubica principalmente en las capacidades u actividades motrices que tienen los niños, que en un principio suelen tener movimientos incontrolados pasando a movimientos controlados es decir de la dependencia a la autonomía o autocontrol de su cuerpo.

El desarrollo físico y cuidados de su salud abarca por un lado, el desarrollo de las capacidad motriz gruesa y fina de manera rápida en donde los niños suelen darse cuenta de lo que son capaces de hacer ya sea al desplazarse, al tener más equilibrio, al poder brincar con los dos pies, al poder realizar juegos y

⁴¹ *Ibíd*em, p-29

actividades sin complicaciones. Cuando entran a la primaria los niños ya han alcanzado diversos logros motrices con los cuales al estar en la escuela con las diversas actividades que se ofrecen a los niños perfeccionan su equilibrio, la fuerza, el movimiento y la forma en que se desplazan enfrentándose a nuevos desafíos y sentimientos de logro poniendo en juego aparte de sus capacidades motrices también las cognitivas y afectivas.

Se suele encontrar que dentro del ambiente escolar suelen haber niños que son reprimidos en su ambiente familiar, ya que se encuentran en espacios reducidos, o por pasar tiempo solos, viendo televisión o porque tienen necesidades educativas especiales. La escuela suele contar con un espacio apropiado y seguro donde se les dan oportunidades de juego, movimiento y actividad compartida.

Se sabe que cada niño y niño tienen diferentes tipos de logro en cuestión de sus habilidades motoras en el transcurso de su vida y es ahí donde la profesora debe partir para la elaboración de diversas actividades que propicien su fortalezcan y amplíen sus capacidades de control y conciencia corporal, experimentando a su vez una serie de movimientos y su expresión corporal.

Al crear actividades donde implique juego, movimiento e intelecto de los niños se irá favoreciendo el desarrollo de la motricidad fina y gruesa. Esto implica que no sólo se darán actividades de ejercitación, si no también se verán situaciones de bienestar físico, mental y social, así como las problemáticas y participación para el cuidado de su medio ambiente y de salud.

Debido a las dificultades que se presentan en la clase de educación física para intentar lograr un desarrollo óptimo de las capacidades físicas de los niños, es necesario tomar como referencia las habilidades que estos niños han de desarrollar para cumplir con los propósitos que esta clase implica, de manera que todo el grupo participe sin ningún tipo de problemática entre ellos.

3.2 Elementos y organización curricular de la RIEB: El campo de desarrollo personal y para la convivencia.

La Reforma Integral de la Educación Básica promueve enseñar por competencias; esto implica un cambio radical en la labor docente: ahora el profesor diseñará estrategias didácticas que impliquen un desafío para los alumnos y los lleven tanto a descubrir por sí mismos diversos conocimientos como poner en juego habilidades y actitudes para desarrollar proyectos; resolver problemas; comunicarse con claridad y fluidez; interpretar y explicar procesos sociales, económicos, financieros, culturales y naturales para tomar decisiones en función del bien común; cuidar su salud y el ambiente; además de conocer y ejercer los derechos humanos y los valores que favorecen la vida democrática y la interculturalidad.

Contribuir a formar alumnos con estas competencias entraña un gran reto y esfuerzo para cambiar hábitos en el proceso de enseñanza. Ahora es preciso que el docente mantenga una actitud abierta a las diferentes formas de pensar de los alumnos y de concebir el mundo; asimismo, que discuta y analice con ellos cada situación para acompañarlos en su aprendizaje. Por ello, en el Módulo III del *Manual para la aplicación de la Reforma Integral de la Educación Básica en primaria* nos ofrecen una evaluación de competencias docentes, con cuya guía podrá valorar su labor y en qué medida promueve en los alumnos el desarrollo de las competencias establecidas por esta reforma educativa.

“La situación de aprendizaje es aquella acción didáctica que permite aplicar una estrategia en cuestión a algún proyecto educativo”⁴², este aprendizaje debe contener o estar basado en un problema a resolver que:

Integre una situación de la vida real, apoye la asimilación de los contenidos académicos, apoye a otros contenidos curriculares y/o áreas de conocimiento.

A su vez también se debe aplicar en caso donde:

⁴² *Ibidem*, p-34

El alumno identifique el problema y sus causas. Se presenta el alumno y sus causas para que él determine las posibles soluciones y se describa la situación, se presente el problema, se den soluciones y el alumno analice la solución elegida.

Ésta consiste en una actividad compuesta de estudio y trabajo del alumno, guiado y asesorado por el profesor. Actualmente se está imponiendo el enfoque de que el alumno deja de ser un receptáculo de la carga informativa que le deposita el docente, hecho ante el cual la memoria solía jugar un rol prioritario.

Cuando se trata de contenidos de tipo cognitivo existe ahora en didáctica una tendencia a considerar que el proceso de aprendizaje debe estar constituido por las tres siguientes fases: comprensión, retención y aplicación. En el caso de mecanismos y cierto tipo de habilidades afines, las fases pasan a ser de aprehensión, ejercitación y aplicación.

Lo destacable de este paradigma o modelo es que permite compatibilizar los aportes que hacen respectivamente la inteligencia y la memoria demostrando que ambas se complementan y se necesitan entre sí.

El enfoque didáctico de la educación física en la educación básica es el enfoque global de la motricidad en donde se pretende que los niños desarrollen su motricidad y construyan su corporidad mediante el conocimiento de la convivencia de sí mismos, proyectando su disponibilidad corporal: se acepten, descubran, aprecien su cuerpo y se expresen de diversas formas utilizando el juego motor como medio. “El aprendizaje son las actividades que realiza el alumno para adquirir o asimilar los contenidos; y la enseñanza, las acciones que efectúa el docente para facilitar tal aprendizaje.”⁴³

- “seleccionar: decidir qué se debe enseñar y aprender.
- dosificar: establecer cuánto de ellos, en cantidad y complejidad.
- organizar: resolver si los contenidos se tratarán en forma aislada o de un

⁴³ *Ibidem*, p 13-15

modo concentrado.

- sistematizar: determinar la secuencia lógica de un tema con otro.”⁴⁴

Indicar cuál debe ir antes que otro en términos de 1°, 2°, 3° y así sucesivamente. Se trata de aprender el 1° como requisito para quedar en condiciones de poder aprender el que sigue.

3.3 Metodología de aprendizaje para el desarrollo de competencias en primaria.

La metodología de proyectos, es una alternativa didáctica comprendida dentro del enfoque globalizador y se fundamenta en el constructivismo, un enfoque socializador.

El método de proyectos es una alternativa en la que se parte de las necesidades, intereses y problemáticas planteadas por el alumno, partiendo de sus características contextuales particulares, con esto el método de proyectos pretende generar un aprendizaje significativo aperturando el ámbito áulico a las características sociales.

Este es una estrategia de aprendizaje que involucra a los estudiantes en la solución de problemas y otras áreas significativas, les permite trabajar de manera autónoma para construir su propio aprendizaje.

Los objetivos de la metodología de proyectos son:

- permitir al alumno formar parte del plano decisorio de su educación y lograr un aprendizaje significativo.

El trabajar con proyectos puede cambiar las relaciones entre los maestros y los estudiantes, reduce la competencia entre alumnos y permite a los estudiantes colaborar , más que trabajar unos contra otros, los proyectos pueden cambiar

⁴⁴ *Ibidem*, p 13-15

el enfoque del aprendizaje, la que puede llevar de la simple memorización de hechos a la explotación de ideas.

En la organización de aprendizajes a partir del método de proyectos, al poner al alumno en una situación problemática real, se favorece un aprendizaje que le permite adquirir el conocimiento de manera no fragmentada o aislada o bien aprende a investigar.

“El método de proyectos permite a los alumnos formar sus propias representaciones comunes y cuestiones complejas, determinar aspectos del contenido, trabajar en cuestiones actuales que son relevantes para ellos y de interés local y delinear el contenido con su vida diaria.”⁴⁵

Para el desarrollo del método de proyectos existen varias estructuras, la más generalizada es:

-planeación.

-realización.

-evaluación.

La metodología de la enseñanza y el aprendizaje basada en proyectos debe tener un interés para el niño y así trabajar de forma grupal en ante una situación problemática en donde se debe reflejar lo que se pretende hacer, ¿Por qué?, ¿para qué?, ¿cuánto?, ¿dónde?, ¿cómo?, ¿cuándo?, ¿a quiénes?, ¿quiénes lo van hacer? y ¿qué recursos se van a utilizar?

Debido a que el *Plan y Programa para Preescolar 2004* tiene un carácter abierto y flexible, con el diseño de las competencias, las profesoras son capaces de diseñar y seleccionar actividades y didácticas más convenientes para el cumplimiento de los propósitos de las competencias que los niños han de desarrollar, ya sea que la profesora diseñe un proyecto, taller, etc., lograr que los niños se interesen en diversos temas y seleccionar los que más convengan para la formación de los aprendizajes dependiendo el contexto cultural de los niños.

⁴⁵ Horacio, Levene. Buenos Aires, Orientación Integral Humana. Gimnasia Metodizada 1924. P 156

CAPÍTULO. 4 APLICACIÓN DE LA ALTERNATIVA: DESARROLLO DE LAS CAPACIDADES MOTRICES GRUESAS EN LA EDUCACIÓN FÍSICA EN PRIMARIA.

4.1 El cuerpo: habilidades y destrezas.

Con el estudio de la Educación Física en primaria, se pretende que los niños: desarrollen su motricidad y construyan su corporeidad, mediante el reconocimiento de la conciencia de sí mismos, proyectando su disponibilidad corporal, se acepten, descubran, aprecien su cuerpo, y se expresen de diversas formas, utilizando el juego motor como medio.

Durante la clase de educación física se pretende favorecer ante todo el aspecto corporal del ser humano, así como el desarrollo y perfeccionamiento de sus cualidades naturales, influyendo con ello de forma activa el medio ambiente teniendo como resultado el desarrollo integral, así como la formación general del individuo desde el momento que se le proporciona la estimulación cognoscitiva, afectiva y motriz, permitiéndole la adquisición de habilidades, actitudes y hábitos para coadyuvar a su desarrollo armónico mediante actividades acorde a sus necesidades e intereses en las diferentes etapas de la vida.

Se consideró lo anterior, para el diseño de actividades que por medio de éstas permitieran al niño participar en juegos y otras actividades, y al mismo tiempo que se lleve a cabo este desarrollo físico, estableciendo relaciones sociales y grupales más complejas, a que a su vez también aprenden a valorar diferentes comportamientos que se les presentan en la práctica de la actividad física, siendo capaces de reconocer los que se consideran correctos y rechazar los comportamientos agresivos, utilizando fundamentalmente las vivencias de las distintas situaciones habituales.

Cuando los niños llegan a la primaria ya han tenido distintos logros en sus capacidades motrices en el paso por el preescolar, estos ya pueden: coordinar diversos movimientos de su cuerpo, mantienen un cierto nivel de equilibrio, caminan, corren, trepan, etc., se encuentra desarrollado en el niño

dependiendo la situación o el ambiente familiar en el que se desenvuelven, ya que en algunos casos son hijos únicos y no conviven con sus pares y sus experiencias u oportunidades se ven limitadas en su ambiente familiar.

Dentro de la organización del contenido de los bloques se incluye un eje transversal que permite acercar a los alumnos a la educación en valores, de manera paulatina se incorporan a lo largo de los seis años de la educación primaria , cada secuencia pretende orientar al docente respecto a las actividades que posibilitan el logro de las competencias, a su manejo e implementación; las características de los alumnos y del grupo, las condiciones escolares, el contexto social, el medio ambiente entre otros, determinan el grado de avance del programa.

Desde luego que por la naturaleza y problemática de cada estado y zona del país se hace necesario flexibilizar y adecuar las condiciones para su aplicación.

Por ello es necesario implementar:

1. Actividades para el disfrute del tiempo libre.
2. Actividades de promoción y cuidado de la salud.
3. Actividades deportivas escolares.
4. Demostraciones pedagógicas de la educación física.

Por lo que la profesora necesita conocer y atender las características tanto sociales, psicopedagógicas y biológicas del niño para que así de esta manera pueda organizar y promover las actividades didácticas de una forma congruente y así ayude al enriquecimiento de la armonía y buen funcionamiento orgánico e incrementar las habilidades motoras del niño obteniendo así el máximo aprovechamiento tanto físico como mental.

Tras observar las dificultades que los niños de 6-7 años presentan ante las actividades físicas se lograron identificar algunos indicadores que enmarcan las necesidades de los niños en donde se logro notar que sus movimientos de desplazamiento, equilibrio y orientación, son imprecisos, aquí se diseñaron una serie de situaciones didácticas, en donde cada secuencia fue diseñada

para cubrir las necesidades de estas habilidades de los niños adaptándola a su edad y características.

Debido a que la clase de educación física sólo se da los días jueves al grupo de primero de primaria, en un tiempo de treinta a cuarenta minutos, suele ser un obstáculo ya que las actividades suelen ser de gran diversión para los niños y profesora resultándoles el tiempo corto e innecesario para elaborar todas las actividades de forma completa.

Durante el mes de octubre se trabajó la primera situación didáctica. Ante la actividad realizada en la semana del 3 al 7 de octubre, se trabajo el indicador de control muscular en: ¿Cómo puedo frenar ante la marcha sin dificultad? Se inicio formando dos filas, se recordaron las medidas preventivas para correr o jugar en el patio, después cada niño tomo un aro para llevarlo con flexión del tronco dos veces atrás, arriba de la cabeza y dos veces al frente hasta el suelo. Con los aros de colores formaron un círculo en el piso, corrieron alrededor de los aros frenando la marcha cada que la profesora lo indicaba para correr en sentido contrario.

Posteriormente, se hizo la indicación de colocarse únicamente dentro de los aros del color que se vaya mencionando, a la vez los niños fueron recolectando los aros de colores en los lugares que ellos ya habían ganado, se volvieron a colocar todos los aros en el piso formando tres líneas a lo largo de patio y del otro extremo del patio, los niños de cinco en cinco, corrían y frenaban para tomar un aro de la primer línea y corriendo para tomar el siguiente y el que sigue.

Ante la actividad los niños se mostraron con mucho entusiasmo, pero el problema fue que cada que tenían que estar dentro del aro del color mencionado los niños que no alcanzaban aro del color se disgustaban y empezaban a empujar al que ya estaba dentro del aro para quitarle su lugar y ser ellos los ganadores.

Para ser evaluados los niños tuvieron que elegir entre los dibujos para seleccionar los movimientos que no son correctos y después exponer lo que

seleccionaron. Los niños lograron la actividad al estar conscientes de los movimientos que son correctos o no, evitando accidentes al tener más autocontrol de su cuerpo. (Ver foto No. 1)

Foto No. 1



Actividad realizada por los niños para reafirmar el concepto de control muscular

Segunda situación didáctica se realizó del 10 al 14 de octubre referida al desarrollo de la orientación que se considera como un elemento indispensable para los viajes o desplazamientos más o menos largos, ya ha pasado a considerarse como elemento necesario para determinado tipo de actividades dentro de las actividades de la vida cotidiana, deportes , etc., realizando la actividad ¿Qué hace y hacia dónde debe dirigirse nuestro cuerpo? se les preguntó ¿hacia que direcciones podemos ir o dirigirnos?, se hizo una referencia indicando con las manos distintas direcciones (adelante, atrás, arriba, abajo, etc.), el niño agito el resorte por los distintos lados de su cuerpo, de manera individual lanzaron su resorte hacia distintas direcciones donde según se estuvo indicando dirigiéndose por él.

Hicieron movimientos de vestirse y desvestirse con el resorte, entraron al resorte con los pies (vestirse) sacar el resorte por la cabeza (desvestirse), realizándolo en relevos por equipos. Corrieron por parejas y se colocaron dentro de un círculo que se formó en el piso con los resortes.

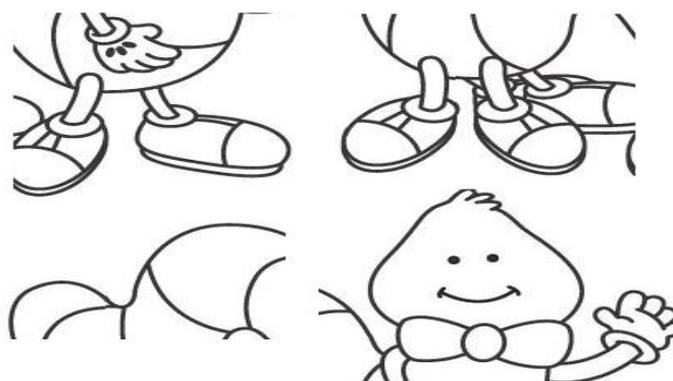
Tomaron cada quien su resorte y con las manos lo extendieron lo más que se pudo hacia arriba, balanceando a su vez el cuerpo adelante-atrás, derecha-

izquierda, etc. los niños utilizaron los resortes y por equipos jugaron al trencito moviéndose y transportándose hacia atrás, adelante, dirigiéndose a distintas direcciones ya sea: cerca, lejos, enfrente, atrás, a un lado a otro, después sostuvieron el resorte en alto, los alumnos simularon ser aviones orientándose hacia la dirección de su preferencia sin llegar a chocar entre ellos.

En esta actividad los niños comenzaron hacer todo lo que se les indicaba, hasta que uno de los alumnos se desesperó al ver que no podía vestirse y desvestirse con el resorte tan rápido como los demás y comenzó a molestar a sus compañeros dándoles de resorte rasos, se le llamó la atención y se le dijo paso a paso las indicaciones hasta que lo logro. Posteriormente, se hizo la indicación hacia donde deberían ir los aviones y así pudieran llegar a su salón de clases haciendo la indicación de aterrizaje y mencionando hacia qué dirección se encontraba el salón (derecha-izquierda, arriba-abajo, etc.,)

La actividad de evaluación consistió en que al armar correctamente su figura, reforzando arriba-abajo, dirección en la que caminaba la oruga, derecha o izquierda. Esta actividad quedo, de tarea, debido a que la clase se da cada semana. A la siguiente clase nadie cumplió llevándola y con una muestra se reafirmaron las posiciones en donde algunos seguían desubicados, pero la mayoría sabían las diferentes direcciones una vez explicadas. (Ver foto No. 2)

Foto No. 2



Para reafirmar la orientación.

La tercera situación didáctica se realizó del 17 al 21 de octubre en la cual se trabajo el indicador de desplazamiento y equilibrio: ¿Cómo puedo desplazarme libremente sin dificultad? se trabajó de la siguiente manera: se comentaron algunos lugares preferidos y las veces que han ido a visitarlos y de qué manera llegaban a ellos, en donde el propósito general era observar en el patio y fuera de la escuela, para distinguir los lugares seguros por los cuales podían desplazarse libremente sin dificultad, después comenzaron a desplazarse a diferentes direcciones y a mi señal, avanzaron en paso yogui (elevación de muslos y braceo), con otra señal salieron corriendo.

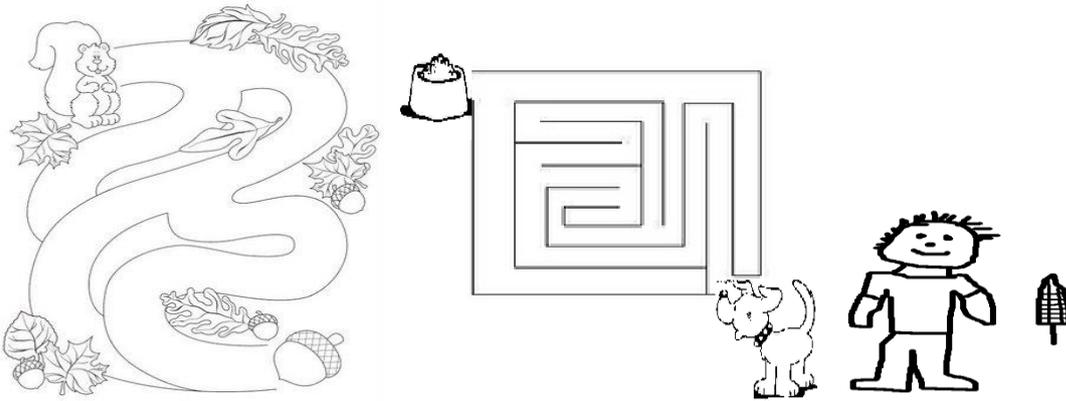
Caminaron por el patio alrededor de las llantas previamente puestas en fila; elevaron una pierna dando un salto y una palmada en cada silbatazo, tomaron cada quien una llanta y comenzaron a correr alrededor de ella, y en cada silbatazo se sentaban arriba de la llanta para sacudir la parte del cuerpo que se les indicó.

Sentados colocaron los pies arriba o debajo de la llanta según se indicaba y por equipos de dos formaron sin ayuda una hilera o línea, se colocaron las llantas en diferentes lugares del patio para que los niños se desplazaran y se dieran cuenta que podían desplazarse para el lugar que ellos quisieran, al buscar la llanta del color que se iba indicando.

Realizada la actividad los niños tenían que identificar entre las ilustraciones a quien pertenecía cada alimento y quien era el animal más rápido para llegar por su comida, para ser evaluados ellos tenían que hacer una comparación con el dibujo de ellos mismos y el alimento que más les gustaba, preguntándoles si correrían tan rápido como los animales de la ilustración para comer lo que les gusta.

Con cada indicación que se fue dando, los niños se mostraron muy divertidos y la mayoría logró identificar el animal más rápido, pero se confundían al elegir el camino, al dibujarse ellos no tuvieron problemas, pero si al decir quién era más rápido si ellos o los animales de las ilustraciones. (Ver foto No. 3)

Foto No. 3



Actividad realizada por los niños para identificar el desplazamiento que existe entre animales y ellos.

La cuarta y última situación didáctica se realizó del 24 al 28 de octubre se quedó incompleta al intentar trabajar con el indicador de equilibrio que podría definirse como el mantenimiento adecuado de la posición de las distintas partes del cuerpo y del cuerpo mismo en el espacio. El concepto genérico de equilibrio engloba todos aquellos aspectos referidos al dominio postural, permitiendo actuar eficazmente y con el máximo ahorro de energía, al conjunto de sistemas orgánicos.

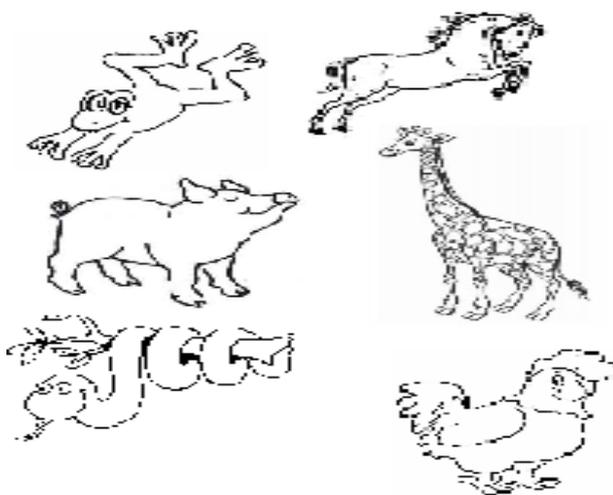
Se hizo referencia y se platicó acerca de los animales de su preferencia. Se desplazaron en diferentes posiciones en tres y cuatro apoyos, gatearon, brincaron, a su vez imitaron la forma de desplazamiento de animales grandes y pequeños.

La mayoría de los niños lograron imitar a su animal preferido, y los que no decían que les daba pena, pero al paso de los minutos pudieron incorporarse a la actividad ya que se les motivó y al ver que los demás lo estaban haciendo ellos solitos comenzaron a trabajar.

En fila hicieron saltos impulsándose con fuerza para ver quien saltaba más alto; a su vez colocaron una cuerda en el piso para brincar con los pies juntos alrededor de una cuerda en forma de círculos, saltando de diferentes maneras una cuerda que estaba en el piso. Posteriormente, saltaron en un solo pie a lo

largo de la cuerda con trayectoria de zig-zag de un lado a otro. Por parejas un compañero agitaba la cuerda que simularía una víbora mientras el otro compañero saltaba de un lado a otro, tratando de no perder el equilibrio de su cuerpo para esquivar la supuesta víbora. (Ver foto No. 4)

Foto No. 4



Escogieron el animal de su preferencia.

La orientación que como en las situaciones pasadas se mencionó, se considera como un elemento indispensable para los viajes o desplazamientos más o menos largos, ya ha pasado a considerarse como elemento necesario para determinado tipo de actividades realizadas en la vida.

Dentro de las actividades que realiza la educadora en la clase de educación física deben de favorecer las habilidades motrices así como el desarrollo de su esquema corporal por medio de situaciones de juego, técnicas de recreación, iniciación al ritmo y actividades permanentes.

Por lo que la profesora necesita conocer y atender las características tanto sociales, psicopedagógicas y biológicas del niño para que así de esta manera pueda organizar y promover las actividades didácticas de una forma congruente y así ayudé al enriquecimiento de la armonía y buen

funcionamiento orgánico e incrementar las habilidades motoras del niño obteniendo así el máximo aprovechamiento tanto físico como mental.

En la primera situación didáctica del 31 de octubre al 4 de noviembre se trabajó la clase de educación física de manera dinámica, retomando los indicadores de desplazamiento, equilibrio que ya fueron definidos con anterioridad, además de tono muscular y postura.

Durante la cuarta semana la situación didáctica fue acerca del tono muscular que se define como la capacidad que tiene un músculo para oponerse a un estiramiento, es decir es una contracción muscular sostenida: ¿Quién tiene el cuerpo más grande? formaron dos filas, se indicó que formaran equipos de dos (hombre con mujer), después cada niño tomó su material respetando indicaciones.

Se dio la indicación de poner su papel bond en el piso, a elección propia se recostaron sobre el papel para dibujarse entre compañeros su silueta

Se pegaron todos los papeles con las siluetas dibujadas de los niños, observando quien era el más grande de su equipo, todos los niños tomaron su propia silueta y la compararon con las demás observando y diciendo quien era el que tenía el cuerpo más grande y quien era el más pequeño. En la parte final los niños separaron las siluetas más grande de las pequeñas, y con una lluvia de ideas comenzaron a mencionar él porque creían que algunos eran más pequeños y delgados que otros.

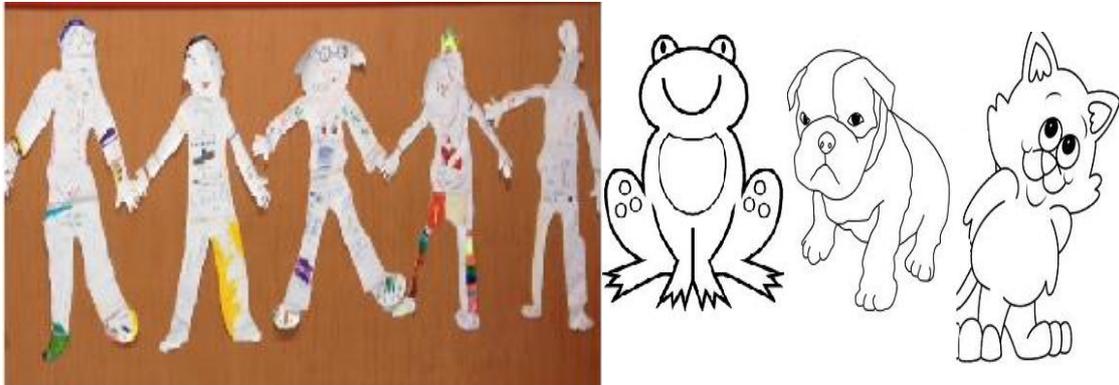
Al ser evaluados, los niños tenían que elegir observando entre las siluetas cual es la que se parece a su cuerpo haciendo, un dibujo de su silueta ya que no la encontraron, se dibujaban a ellos mismos sólo su silueta elaborando un colas pegando dentro lo que más les gustaba de comida a cada niño.

Esta dinámica le agradó a la mayoría ya que al momento de marcar la silueta lo hicieron rápido y sin complicaciones, logrando identificar lo grande de lo pequeño, en su mayoría lograron la actividad y estuvieron concientes que el

tono muscular puede variar, ya sea por su alimentación, el ejercicio, condición física, etc. (Ver foto No. 5)

Foto No. 5

Dibúja.



Actividad realizada por los niños para observar que el tono muscular varía entre animales y personas.

La segunda situación didáctica realizada del 7 al 11 de noviembre con el indicador de orientación: ¿hacia dónde puedo moverme? se inició caminando alrededor del patio levantando una pelota al frente con los brazos extendidos, a su vez iban trotando y levantando la pelota arriba de la cabeza, corriendo libremente, lanzaron la pelota para tratar de pegarle a un compañero en las piernas y éste esquivara lo más posible la pelota. Después se colocaron adelante, atrás, cerca, lejos según las instrucciones que fue dando la maestra.

Posteriormente corrieron en diferentes direcciones y a la indicación se colocaron cerca o lejos del bote ya sea sentados, parados, acostados, etc. formando dos equipos en los cuales unos lanzaron y otros atraparon la pelota lo más fuerte posible, los que lanzaron la pelota trataron de atraparla o ir por ella rápidamente para que todos logran e intercambiando papeles o roles.

Todos los niños al mismo tiempo lanzaron su pelota hacia arriba para atraparla con el bote.

Todos formaron un círculo grande y sentados, con su bote y su pelota hicieron movimientos indicados por la profesora, en donde coloraron su material hacia diferentes direcciones ya sea el bote arriba de sus piernas y a su vez el bote

debajo de la pelota o colocar ambos materiales a su derecha o izquierda, adelante o atrás, etc.

La evaluación se dio por medio de este ejercicio: los niños tenían que ir coloreando según las indicaciones la que se encuentra arriba, abajo, atrás, adelante, derecha-izquierda de los niños.

La mayoría de los niños lograron tener conocimiento de algunas direcciones sin necesidad de indicación y la otra parte se les tuvo que explicar de manera personal las diferentes posiciones vistas en la clase para así compararlas observando entre ellos si fue la elección correcta.(Ver foto No. 6)

Foto No. 6



Actividad realizada para reafirmar el concepto de orientación dentro de la realidad.

En la tercera situación didáctica realizada del 14 al 19 de noviembre: se trabajo con el indicador para desarrollar la fuerza: ¿Cuánta fuerza tengo? formaron dos filas mencionando las medidas preventivas y las reglas para salir a trabajar al patio.

Se caminó en círculo, realizando el movimiento que se les fue indicando, elevar rodillas, levantar un pie, levantar los brazos, brincar, etc.

Se colocaron por parejas tomados de la mano y sobre un pie giraron, alternando el pie de apoyo, después saltaron con un pie, colocaron una mano detrás del cuerpo y con la otra trataban de empujar a su compañero. Posteriormente, en parejas se colocaron todos los niños en línea y con la

indicación corrierón por una llanta para jalársela entre compañeros utilizando la fuerza necesaria para ver quien se quedaba con ella.

Quedando los niños que tenían mayor fuerza se enfrentaron formando nuevos equipos para quedar sólo los más fuertes, todos los niños formaron dos equipos por partes iguales y de extremo a extremo de una cuerda, jalaron de cada lado oponiéndose a la fuerza del equipo contrario, quedando sólo un equipo ganador.

La actividad se evaluó en donde los niños tenían que discriminar los diferentes tipos de fuerza (movimiento del aire, del agua, etc.) al compararla con la de ellos mismos.

La mayoría de los niños logro distinguir los tipos de fuerza que ellos consideraron más potente comparada con la de ellos mismos dando ejemplos de su poder en la naturaleza. El equipo perdedor discutía acerca de que les había tocado los niños más pequeños y pidieron que se les hiciera la revancha, pero por falta de tiempo no se pudo. (Ver foto No. 7)

Foto No. 7



Actividad realizada por los niños para definir los tipos de fuerza que existen.

Cuarta situación didáctica realizada del 21 al 25 de noviembre, con el indicador a desarrollar de resistencia: ¿Cuánto resistirá mi cuerpo? todos los niños tomaron una pelota y formaron un círculo grande con ellos mismos, ya estando

en círculo caminarón en puntas lanzando la pelota hacia arriba tratando de atraparla, a la siguiente indicación lanzaron la pelota lo más fuerte posible y fueron corriendo por ella, en cuatro ocasiones.

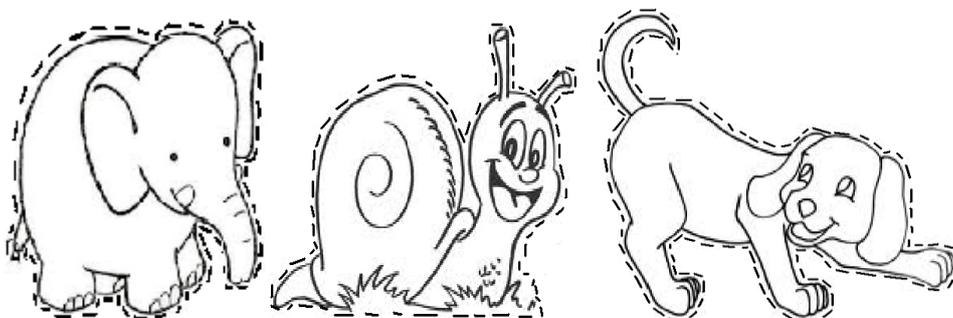
Trataron en círculo a una señal haciendo alto para realizar movimientos corriendo imitando diversos animales. Se expuso brevemente algunos movimientos que hace el mar y el movimiento de la tierra.

Se mantuvo a los niños con movimientos de trotar sin descanso para ver quien aguantaba más. Se marcó en un extremo del patio el mar y del otro lado la tierra y con indicaciones de la profesora corrieron hacia donde se iba indicando, posterior a ésto se invitó a los niños para simular movimientos propios del lugar que se fue indicando, en el mar, nadar, en la tierra, gatear, caminar rodar, etc.

La evaluación se dio en donde el niño tenía que observar e iluminar, recortar y relacionar las ilustraciones con personajes de la vida real imaginando que van a correr por un camino largo haciéndoles la pregunta ¿Quién creen que llegue primero sin estar muy cansado?

Los niños lograron la actividad ya que participaron exponiendo sus ideas explicando porque eligieron el personaje que ellos creían resistía más corriendo sin llegar a cansarse demasiado. (Ver foto No. 8).

Foto No. 8



Muestra de la actividad de los niños elaborada para el indicador de resistencia.

La primera situación didáctica del mes fue del 28 al 2 de diciembre trabajando con el indicador de desplazamiento: ¿Cómo podemos desplazarnos? se recordaron las medidas preventivas para desplazarse en el patio dividiendo en dos el grupo, uno de los grupos se colocó dividido por una separación de cinco metros en donde cada niño tenía un balón.

El otro equipo tenía que pasar por el pasillo esquivando los lanzamientos contra ellos de pelota del equipo contrario, cuando terminaron de pasar todos los del equipo se cambiaron de lugar para realizar la misma actividad, posteriormente, se hizo la indicación que entre ellos tenían que recolectar las pelotas quitándoselas entre ellos mismos, lo cual tenían todo el patio para correr y desplazarse libremente lo más rápido posible que su compañero fijándose quien era más veloz evitando que se las quitaran.

En la parte final los niños realizaron la misma actividad, desplazándose de diferentes maneras, gateando y pecho tierra, así como brincando, el ganador fue el niño que logro recolectar el mayor número de pelotas.

La evaluación se estableció en que los niños tenían que dibujar el animal que ellos creían era el más rápido, haciendo un dibujo de ellos mismos también, para comparar como es que se desplazaba el animal (en cuatro patas. en dos patas, se arrastra, corre, camina, etc.) y como se desplazaban ellos mismos.

La mayoría de los niños logró la actividad al observar la comparación y los diferentes tipos de desplazamiento que existe entre los animales y el ser humano. (Ver foto No. 9).

Foto No. 9



Comparación entre diferentes tipos de desplazamiento

Segunda situación didáctica aplicada del 5 al 9 de noviembre tomando como indicador postura que es “la posición que adopta una persona sobre cualquier situación, así sea física o social”⁴⁶: ¿Qué posiciones puedo hacer?, los niños formaron dos filas recordando las medidas de prevención para poder trabajar diversas actividades en el patio, se dio la indicación de formar equipos de dos colocándose uno detrás del otro.

Después el compañero que quedó atrás imitaba las posiciones que su compañero hacían, intercambiaron roles haciendo las mismas indicaciones, también se hizo la imitación de las posturas que tienen algunos animales entre ellos sus favoritos en donde su compañero tuvo que adivinar de que animal se trataba.

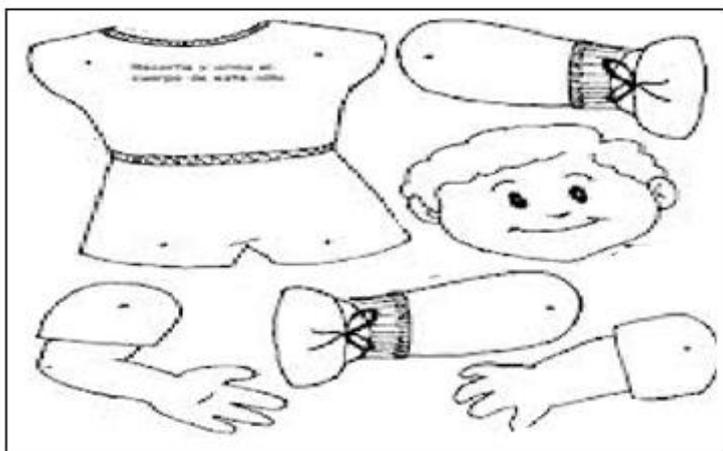
Con los ojos vendados adivinaban la gesticulación que tenían su compañero de equipo entre ellos, enojados, contentos tristes, etc. en la parte final se hizo un zoológico en donde formando dos equipos unos imitaban las posiciones de animales ubicados en supuestas jaulas teniendo que adivinar de qué grupo de animales se trataba.

Se aplicó la evaluación en donde los niños recortaron las partes del cuerpo humano, ellos decidían una posición para su muñeco pegándola en una hoja de papel e iluminando su imagen en la posición elegida.

⁴⁶ *Ibíd*em, p-126

La mayoría de los niños lograron observar la gran variedad de posiciones que existen y que nuestro cuerpo es capaz de hacer, y la otra parte no eligió una posición diferente a la normal (parado). (Ver foto No. 10)

Foto No. 10



Actividad que mostraba las diversas posiciones que puede realizar el cuerpo humano

Tercera situación didáctica realizada del 12 al 16 de diciembre se trabajó con el indicador de equilibrio: ¿Cómo mantener el equilibrio mientras camino o salto? Los niños comenzaron caminando sin hacer ruido en puntas y talones, formaron un círculo grande con una cuerda volviendo a caminar sobre ella sin perder equilibrio y con la cuerda en el piso brincaron con pies juntos alrededor de ella, posteriormente saltaron la cuerda de diferentes maneras según se indico tratando de que en cada cambio no se perdiera el equilibrio, después saltaron en un solo pie a lo largo de la cuerda, hacia el frente y hacia atrás.

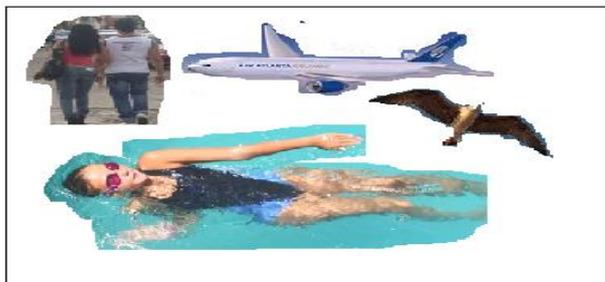
Posteriormente, saltaron nuevamente en un solo pie a lo largo de la cuerda con trayectoria de zig-zag de un lado a otro de la misma, también realizaron movimientos diversos (salta con los dos pies, con uno, da dos saltos con un pie, ahora con dos, etc.) alrededor de la cuerda dando indicaciones a su vez de realizar la actividad adentro o afuera del círculo tratando de hacer movimientos cada vez más rápidos.

La evaluación de la actividad se dio con indicaciones en donde el niño en la hoja, escogió una serie de imágenes que recorto de una revista observando las personas, objetos, animales, que se mantenían en equilibrio por voluntad propia, ya sea de pie, nadando, volando, etc., en alguna actividad, posteriormente, pegaron en su hoja las imágenes dando una explicación de porque creen que los personajes de sus recortes se mantenían en equilibrio en la actividad que estaban realizando.

El niño hizo conciencia de que el equilibrio lo practicamos a cada momento, ya sea cuando caminábamos, al tomar un objeto pesado, al correr, al saltar, las aves cuando vuelan, etc., y que con el transcurso del tiempo el cuerpo adquiere o mejora sus movimientos para perfeccionar su equilibrio en cualquier actividad.

Un 60% de los niños logró tener un buen equilibrio en la cuerda durante la actividad, y el otro 40% perdía el equilibrio al cambio de actividad y no podían saltar con un solo pie ya que al tratar de dar el brinco al momento de caerse. (Ver foto No. 11).

Foto No. 11



Actividad que muestra el equilibrio por voluntad propia al nadar caminar, etc.

4.2 mis capacidades: fuerza y resistencia

Durante el mes de febrero se trabajaron los indicadores de resistencia física que es una de las 4 capacidades físicas básicas, particularmente, aquella que nos permite llevar a cabo un trabajo o esfuerzo. La resistencia es un

componente básico para la práctica deportiva y se considera por regla general, el factor más importante en la preparación fisiológica e indispensable en cualquier deporte.

Cuando la resistencia falla como resultado de un esfuerzo muscular fuerte y sostenido, disminuye las otras cualidades que hacen posible los mejores rendimientos deportivos: fuerza, velocidad o tiempo de reacción coordinación, etc.

“Resistencia aeróbica: es “la capacidad de sostener un esfuerzo cíclico, rítmico y relativamente fuerte mas allá de seis minutos aproximadamente”⁴⁷. Esta resistencia se la conoce vulgarmente con el nombre de resistencia cardiovascular, cardiorrespiratoria, orgánica o general.

·Resistencia anaeróbica: es “la capacidad de sostener un esfuerzo muy fuerte durante el mayor tiempo posible en presencia de una deuda de oxígeno producida por el fuerte esfuerzo y que será pagada una vez que finalice o aminore suficientemente”⁴⁸. Se la conoce también con el nombre de muscular, local o específica, ésta se trabajo en la semana del 9 al 13 de febrero con la situación didáctica ¿Quién tiene más control en sus movimientos al resistir la actividad sin cansarse demasiado?, el indicador de la flexibilidad esta es la capacidad del organismo para manifestar su movilidad articular y elasticidad muscular. La primera depende de elementos articulares, entendiéndose por tales; los cartílagos articulares, las cápsulas, ligamentos, meniscos y el líquido sinovial. La segunda es una propiedad del tejido por la cual los músculos pueden contraerse y prolongarse recuperando luego su longitud normal.

Se divide en dos:

- Ejercicios de movilidad articular.
- Ejercicios de elongación muscular.
- Ejercicio de movilidad articular: consiste en la realización de varias repeticiones (insistencias) de cada uno de los movimientos articulares,

⁴⁷ *Ibidem*, p-122

procurando alcanzar la máxima amplitud en cada una de las repeticiones. Esto, se puede realizar en pareja o individual.

Recomendaciones:

- Se deben realizar los ejercicios de movilidad articular antes de las actividades de tipo aeróbico o anaeróbico.
- Los ejercicios se deben realizar con calma, contando con cada una de las repeticiones hechas.
- Elongación muscular: "Consiste en la realización de diferentes movimientos articulares, alcanzando la máxima amplitud en cada uno de ellos"⁴⁹. Generalmente, se realiza una sola repetición muy lentamente, manteniéndose por algunos segundos la posición de máxima amplitud.

A esto, se le llama también, estiramiento muscular, pues se estiran algunos músculos que intervienen en los movimientos articulares realizados. Este estiramiento provoca cierta cantidad de dolor en el o los músculos que intervienen. Pueden ser realizados en forma individual o en pareja."⁵⁰

Recomendaciones:

- Se deben realizar antes de cualquier ejercicio o actividad, aeróbica o anaeróbica.
- Se deben realizar lentamente cada ejercicio hasta al máximo y cuando sientas dolor, entonces, se cuenta del uno al treinta y cuando se finalice se pasa al otro ejercicio.
- Se debe respirar lenta y profundamente.
- No se deben realizar repeticiones, sólo una vez cada ejercicio.

Se trabajó en la semana del 16 al 20 de febrero con la situación didáctica ¿Cuáles son las posibilidades de flexibilidad que tiene mi cuerpo ante las diversas actividades?

⁴⁹ *Ibidem*, p-124

⁵⁰ Fernando Sánchez Bañuelos. *Didáctica de la Educación Física y el deporte*. México, Edit. GYMNOS. 1999, p-75-114.

“La respiración: Es un proceso fisiológico por el cual los organismos vivos toman oxígeno del medio circundante y desprenden dióxido de carbono, de manera que estamos hablando de ventilación pulmonar... consta de dos fases: inspiración y espiración.”⁵¹

En el ámbito de la educación física, el proceso de respiración hace que el niño/a interiorice y controle este proceso. Influye al igual que la relajación en la actitud postural y en el equilibrio psicofísico y es importante para el desarrollo del conocimiento y del control corporal.

La orientación es el último indicador que se trabajó en el mes de febrero el cual se considera como un elemento indispensable para los viajes o desplazamientos más o menos largos, posteriormente (hasta no hace muchos años) ya ha pasado a considerarse como elemento necesario para determinado para cierto tipo de actividades de ocio.

Además, de un sistema de entrenamiento de adaptación al medio llevado a cabo fundamentalmente por militares, se ha pasado a considerar como un deporte reglado y reglamentado en el que ya existe una organización bastante profesionalizada.

Es aquí donde tiene cabida la orientación en las clases de educación física. De las tres vertientes anteriormente mencionadas (sistema tradicional de desplazamiento, entrenamientos militares, deporte reglado y reglamentado), además de la puramente dirigida al ocio (senderismo, excursionismo), los profesores deben saber extraer de cada una de ellas aquellos valores educativos que se puedan transmitir a los alumnos.

La Orientación en el área de la Educación Física debemos plantearla como “una actividad que al finalizar permitirá a los alumnos desenvolverse con mayor autonomía en el medio natural; que la descubrirán como un método de desarrollo de la condición física mucho más entretenido y divertido que otros

⁵¹ *Ibidem* p- 114

que ya conocían; que les servirá para ampliar sus conocimientos en determinados temas (mapas, geografía, brújulas); que les permitirá ampliar el abanico de actividades que tenían para ocupar su tiempo de ocio (mayores posibilidades en el senderismo, excursionismo, acampadas, excursiones en bicicleta) y, por último les permitirá conocer en mayor o menor profundidad un deporte que era desconocido para la mayoría y poder participar en sus competiciones”⁵². La orientación se trabajó en la semana del 30 de enero al 3 de febrero con la situación didáctica ¿Para dónde puede moverse mi cuerpo cuando no puedo observar?

Para desarrollar las diversas habilidades mencionadas en los niños de primaria de 6-7 años. A lo largo de la educación primaria el desarrollo físico se lleva a cabo mayoritariamente sobre la base de juegos y actividades realizadas con otros niños y niñas. Al mismo tiempo se lleva a cabo este desarrollo físico, se establecen relaciones sociales y grupales más complejas.

Con este objetivo se pretende que el niño sea capaz de participar en toda clase de actividades sin ningún tipo de discriminación por razones de sexo, características sociales o nivel de destreza, se pretende que el niño desarrolle un gran bagaje de capacidades motrices referentes fundamentalmente al dominio y control de su propio cuerpo, de manera que sea capaz de resolver situaciones problemáticas que se le presenten.

Los niños hallan en su cuerpo y en el movimiento las principales vías para entrar en contacto con la realidad que los envuelve y, de esta manera, adquirir los primeros conocimientos acerca del mundo en el que están creciendo y desarrollándose.

Sin duda, el progresivo descubrimiento del propio cuerpo como fuente de sensaciones, la exploración de las posibilidades de acción y funciones corporales, constituirán experiencias necesarias sobre las que se irá construyendo el pensamiento infantil. Asimismo, las relaciones afectivas

⁵² *Ibidem*, p- 54

establecidas en situaciones de actividad motriz, y en particular mediante el juego, serán fundamentales para el crecimiento emocional.

Por otra parte, es precisamente a esta asignatura, y para la etapa que nos ocupa, que le corresponde la tarea de extinguir el excesivo sedentarismo o la obesidad infantil. Para ello es necesario que los maestros y educadores de este nivel educativo se cuestionen, de forma responsable, las intenciones y las formas de intervención didáctica en el ámbito motor.

Es por ello que recogemos conceptos y supuestos en torno al desarrollo motor, los contenidos motrices, la expresión corporal, el juego motor y el planteamiento metodológico y programador de la motricidad en la etapa infantil.

Ante la etapa del niño de 6-7 años se desarrollarán capacidades motoras y habilidades básicas para crear una base lo más amplia posible para las futuras prácticas de actividad física (habilidades genéricas y específicas).

El niño debe de dar respuestas distintas ante situaciones diferentes, en la combinación de movimientos aceptando las posibilidades y limitaciones que son propias de cada uno, así como sus niveles de destrezas, confianza y autonomía en colaboración y amistad en la igualdad de oportunidades entre ambos sexos.

Para la evolución de las diversas habilidades a desarrollar durante los meses de enero y febrero se diseñaron situaciones didácticas que favorecieron los procesos para el desarrollo motor de los indicadores programados ejecutando diversas actividades durante el tiempo programado.

En la primera semana del 9 al 13 de enero se trabajó el indicador de resistencia con la situación didáctica ¿Quién tiene más control en sus movimientos al resistir la actividad sin cansarse demasiado? formaron dos filas, se indicó que formarían equipos de dos (hombre con mujer), cada niño tomó su material respetando indicaciones y medidas de seguridad.

Los equipos tomaron dos bastones cada uno, se colocaron uno detrás del otro tomando los bastones por cada extremo como trenecito, corrieron por un camino previamente marcado por el profesor, frenaban cada que se les indicaba. Realizaron la misma actividad colocando una llanta mediana en cada bastón, observaron si la velocidad y resistencia eran las mismas que la actividad anterior.

Posteriormente se colocaron por parejas tomando solamente un bastón y frente a frente colocando el bastón en forma transversal, primeramente hicieron tracción y después de treinta segundos empujaron simultáneamente el bastón, trataron de resistir lo más posible para combatir la fuerza de su oponente, haciendo cambios en cada indicación.

Ante este ejercicio los niños fueron evaluados con una actividad, tuvieron que elegir en revistas, periódicos, etc., una serie de figuras de animales y personas realizando diversas actividades, optando por las que resisten más ante la actividad que se encontraban realizando, explicando o exponiendo el por qué creían que su capacidad de resistir era tan fuerte.

Se trataba de que los niños estuvieran conscientes que el resistir las diversas actividades de la vida cotidiana es muy importante y puede variar, ya sea por el tipo de alimentación de cada persona, el ejercicio, la condición física, las enfermedades, etc.

Con cada explicación que se iba dando en la secuencia de la actividad, los niños mostraron mucho entusiasmo, la mayoría de los niños tuvo la resistencia suficiente para aguantar toda la actividad con la secuencia que se fue dando. Al igual lograron identificar la mayoría, y el por qué algunas personas resisten más que otras. (Ver foto No. 12).

Foto No. 12



Imágenes elegidas para identificar y diferenciar la capacidad de resistencia que tiene el hombre y los animales.

Segunda situación didáctica efectuada del 16 al 20 de enero: ¿Cuáles son las posibilidades de flexibilidad que tiene mi cuerpo para las actividad juega y muévete así? Formaron una fila y fueron caminando sin hacer ruido en puntas y talones alrededor del patio.

Posteriormente, se colocaron por parejas uno detrás de otro para realizar movimientos en su lugar en paso yogui (elevación de muslos alternada con braceo) a diferentes velocidades según se fue indicando, pasaron a levantar talones tocando sus glúteos haciéndolo rápido o lento según se fue indicando, después los niños formaron dos círculos y en cada círculo los niños tenían en sus manos una cuerda grande atada formando igualmente un círculo, caminaron hacia la derecha e izquierda, subían y bajaban la cuerda con cada indicación pasando la cuerda sin soltarla por la parte de arriba hacia atrás de ellos y luego por debajo de ellos.

En la parte final colocaron la cuerda en el piso sentándose fuera de ella con los pies separados, se tomaron de las manos y todos al mismo tiempo trataron de tocar las puntas de sus pies sin flexionarlos, la capacidad de flexibilidad se hizo más compleja al colocarse por parejas igualmente sentados con las piernas separadas y frente a frente, al jalarse uno a otro tratando de tocar el piso con el tronco del cuerpo, no por más de 10 segundos terminada la actividad se recostaron para respirar simulando que inflaban y desinflaban un globo.

Para evaluar a los niños dividieron la hoja en dos y en un extremo dibujaron el animal que ellos creían era el que tenía más flexibilidad. Ellos mismos hicieron una breve explicación de por qué creían que eran tan flexibles, y del otro extremo pegaron la imagen de una persona realizando el deporte que requería de mayor flexibilidad corporal.

Los niños se mostraron confundidos, al observar en varias imágenes llevadas por la profesora y las que ellos mismos llevaban, los movimientos de flexibilidad que puede hacer nuestro cuerpo, preguntaban, porque ellos, sus familiares no podían hacer esos movimientos, pero llegaron a comprender que existen deportes que requieren de mucha práctica, buena alimentación, estar saludables física y mentalmente para llegar a poder ser tan flexibles como la gimnasia, el karate, entre otras.(Ver foto No. 13)

Foto No. 13



muestra de la actividad realizada por los niños en la actividad de flexibilidad.

Tercera situación didáctica efectuada del 23 al 27 de enero ¿Cómo puedo respirar para resistir más las actividades de ponte a respirar y soplar en educación física? formaron una fila, se recordaron las medidas de seguridad para trabajar en patio las diversas actividades planeadas, inflaron un globo mediano con una secuencia de donde tomaron aire y soplaron. Ya inflado soplaron nuevamente lanzando de un soplo con fuerza hacia arriba, aquí trataron de que el globo no cayera al piso durante 15 segundos aproximadamente.

Sujetaron el globo con ambas piernas para poder tener libre las manos, en donde nuevamente tomaron aire y soplaron suavemente sobre la palma de su mano a diferentes ritmos de exhalación e inhalación (suave, rápido, etc.), posteriormente se dibujo un rectángulo grande para simular una balsa y con la balsa simulada se jugó con la imaginación de los niños regando los globos en el suelo como si fuera agua del mar en donde los niños tuvieron que creer que habían caído todos de un barco que se hundió y tenían que nadar rápidamente hacia la balsa para salvarse.

Para esto se hizo hincapié que la respiración y el ritmo de ésta es importante para nadar rápida y adecuadamente simulando la inhalación y exhalación corrieron por el patio para salvarse de que no se los coman los tiburones que al igual fueron simulados por cinco compañero que iban correteando a los niños e impedían que éstos subieran a la balsa.

Para evaluar los avances del niño se pidió que en la hoja pegaran una serie de imágenes que se escogieron y recortaron previamente de una revista o periódico observando las personas objetos, animales, que requerían de respiración para realizar diversas actividades en la vida cotidiana dentro del agua o en algún deporte, los niños lograron entender que existen animales y plantas que pueden respirar dentro y fuera del agua. (Ver foto No. 14).

Foto No. 14



Imágenes elegidas por los niños para identificar los tipos de respiración dentro y fuera del agua.

Cuarta situación didáctica efectuada del 30 enero al 3 de febrero ¿A dónde puede moverse mi cuerpo cuando no puedo observar al buscar objetos? se hizo la indicación de formar cuatro filas formando equipos de niños en forma equitativa y mixtas, se recordarán las medidas de seguridad para que pudieran correr de un extremo a otro del patio en paso yogui, uno detrás del otro de cada equipo, se recordarán diferentes con la ayuda de un aro, derecha- izquierda, arriba-abajo, adentro-afuera

Se dijo según la posición en que se encontraban los niños, la profesora fue mencionando los movimientos en donde las niñas gateaban con su aro a la izquierda y los niños a la derecha y viceversa con los ojos vendados colocándose dentro o fuera del aro según se fue indicando.

En la parte final se taparon los ojos perfectamente y la profesora colocó pelotas por un extremo del patio, aquí se fueron cambiando de posición las pelotas en el transcurso de la actividad, ya sea derecha o izquierda, y en posición de gateo, la profesora iba indicando que orientación tenía que tomar su cuerpo (de los niños) para ir a recolectar pelotas en una bolsa grande, ganó el que más pelotas recolectó en su bolsa.

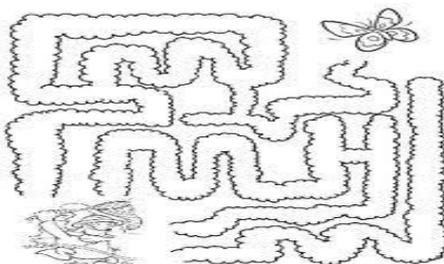
Al evaluar a los niños ante la actividad donde los niños tenían que observar su hoja que tenía marcados diferentes caminos, los niños lograron analizar la dirección que debe de tomar la señora para llegar a su canasta investigando y se equivocaron algunos al marcar otro camino para llegar exactamente sin dificultad.

El niño observó que hay diversos caminos hacia distintas direcciones y que cada uno lo llevará por lados equivocados sin conseguir el propósito.

Al igual logró analizar que en la vida cotidiana dentro y fuera de la escuela es importante saber que orientación debemos tomar para facilitar la llegada a determinado lugar sea el lugar que sea ellos dieron varios ejemplos: al ir a la

escuela, al parque, al mercado, etc., pero al mencionar hacia qué dirección quedaban varios lugares, la gran mayoría tuvo dificultades para ubicar la orientación adecuada. (Ver foto No. 15).

Foto No. 15



Laberinto que realizaron los niños de primer grado de primaria para identificar la importancia de la orientación en las diversas actividades.

Algunos niños a pesar de que ya tuvieron conocimiento de direccionalidad en el preescolar, todavía en primaria suelen equivocarse en las diferentes direcciones y aún con más frecuencia derecha-izquierda, éste es el caso del enunciado once donde el 60 % se equivocó en estas direcciones (derecha-izquierda). Estas fueron algunas actividades que los niños no lograron ejecutar con seguridad y certeza.

Por lo demás las actividades fueron de agrado y aprendizaje para reforzar sus capacidades físicas de acuerdo con los indicadores mencionados con anterioridad. Durante el mes de marzo se trabajo con los indicadores a desarrollar como resistencia que es la capacidad de sostener un esfuerzo muy fuerte durante el mayor tiempo posible en presencia de una deuda de ó producida por el fuerte esfuerzo y que será pagada una vez que finalice o aminore suficientemente.

También se trabajó la coordinación motriz que es uno de los elementos cualitativos del movimiento, que va a depender del grado de desarrollo del Sistema Nervioso Central, del potencial genético de los alumnos para controlar el movimiento y los estímulos, y como no, de las experiencias y aprendizajes motores que hayan adquirido en las etapas anteriores.

Tipos de coordinación: Coordinación Dinámica general. “Es el buen funcionamiento existente entre el sistema nervioso central y la musculatura esquelética en movimiento. Se caracteriza porque hay una gran participación muscular. Coordinación Óculo-Segmentaria: es el lazo entre el campo visual y la motricidad fina de cualquier segmento del cuerpo”⁵³. Puede ser óculo-manual y óculo-pédica.

En función de la relación muscular, bien sea interna o externa, la coordinación puede ser:

Coordinación Intermuscular (externa): referida a la participación adecuada de todos los músculos que se encuentran involucrados en el movimiento.

Coordinación Intramuscular (interna): es “la capacidad del propio músculo para contraerse eficazmente”⁵⁴.

Factores que intervienen en la coordinación: la coordinación va a influir de forma decisiva sobre la velocidad y la calidad de los procesos de aprendizaje de destrezas y técnicas específicas, que mas tarde hará su aparición en el mundo escolar. Es por ello que la coordinación es una cualidad neuromuscular íntimamente ligada con el aprendizaje y que esta determinada, sobre todo por factores genéticos.

- La velocidad de ejecución.
- Los cambios de dirección y sentido.
- El grado de entretenimiento.
- La altura de centro de gravedad.
- La duración del ejercicio.
- Las cualidades psíquicas del individuo.
- Nivel de condición física.
- La elasticidad de músculos, tendones y ligamentos.
- Tamaño de los objetos (si son utilizados).
- La herencia.

⁵³ *Ibidem.* P-100

⁵⁴ *Ibidem,* p-100

- La edad.
- El grado de fatiga.
- La tensión nerviosa.

En la primera semana del 6 al 10 de febrero se trabajó el desplazamiento y el control segmentario con la situación didáctica ¿Quién resiste más al jalar la cuerda?, iniciaron formando dos filas, se indicaron las medidas de seguridad para realizar la actividad en el patio, también en el patio se marcaron cuatro zonas a la misma distancia libre de obstáculos con una marca como meta para que fuera tocada por los participantes de la actividad, posteriormente, se realizaron movimientos de calentamiento en forma circular en brazos, piernas, pies, cabeza, etc., durante unos minutos para después correr en paso yogui alrededor del patio.

Se marcaron algunas partes del cuerpo con las que se podían apoyar para jalar con más fuerza la cuerda o algún otro objeto, practicaron entre dos alumnos una cuerda corta. Después se dividió el grupo en cuatro equipos procurando que el peso de los participantes fuera similar.

En la parte final ya dividido el grupo se colocaron en cada esquina de los cuadros que ya fueron marcados y con una cuerda grande amarrada formaron el mismo cuadro y comenzaron haciendo tracción al mismo tiempo para ver quien tocaba el punto que fue marcado fuera del cuadro como meta observando y poniendo en práctica con cual parte se podían apoyar para obtener más fuerza jalando.

La profesora fue identificando quienes eran los que resistían mas la actividad haciendo notorio mencionando a cada integrante y enfrentándolos con nuevos opositores, preguntando a los alumnos las causas del por qué unos aguantaban más que otros al estar haciendo la tracción.

Para evaluación del indicador de resistencia, los niños tenían que hacer ante este ejercicio que mostraba tres figuras con personas realizando diversas actividades se pretendió que los niños se enteraran de la diversidad de

actividades de fortalecimiento que existe para mejorar su capacidad de fuerza ante la práctica de algunos deportes, tenían que exponer sus ideas acerca de que deportes les gustaría realizar y que creían fueran capaces de resistir más en su desempeño. (Ver foto No. 16)

Foto No. 16



Elección del niño por actividades de su preferencia.

En la segunda semana del 13 al 17 de febrero se trabajo con el indicador de coordinación ¿Cómo puedo coordinar mi cuerpo?, formaron una fila intercalados mujer- hombre corrieron saltando a cada indicación en diversas series de tres saltos, dos saltos, etc., a su vez tomaron un aro todos los alumnos de diferente color colocándolos por diferentes lugares del piso, para después se colocaran dentro del aro a realizar actividades de calentamiento con movimientos de brazos, piernas y cabeza.

Después de cada indicación los jugadores cambiaron de aro a cada silbatazo remarcando que el que no se moviera o cambiara de lugar se tenía que retirar del juego, después se designo un jugador que era el pescador entregándole una pelota. Al pasar a la parte final se distribuyo a todo el grupo en todo el patio colocándose dentro de un aro.

A la señal todos los niños cambiaron el aro tratando de coordinar sus movimientos para desplazarse y no ser tocados por la pelota. Ante esta acción el pescador que estaba paseando entre los niños, tratara de acertar con la pelta, cambiara de papel y si alguno es tocado por la pelota cuando esta fuera del aro.

Para evaluar el desempeño del indicador de coordinación y por diversos motivos para tener una buena coordinación en donde implica la fuerza

necesaria para la ejecución de cualquier actividad, movimientos viso motores, control muscular, masa corporal, etc. Los niños tenían que investigar los alimentos que favorecen al cuerpo estando en buenas condiciones para el desarrollo de las capacidades físicas sin llegar a debilitarse o sufrir un desmayo por no alimentarse sanamente.

Los niños escogerán entre varias presentaciones de alimentos cuales son de su agrado, explicando cuales son los alimentos buenos y malos y el equilibrio que debe haber entre ellos. (Ver foto No. 17)

Foto No. 17



Alimentos saludables que escogieron los niños de entre varias presentaciones.

En la tercera semana del 20 al 24 de febrero se trabajó con el indicador de desplazamiento con la situación didáctica ¿Quién es más ágil para desplazarse? Se formaron dos filas recordando las medidas de prevención para realizar las actividades en el patio y la importancia de escuchar con atención las reglas y seguimiento del juego para obtener mejores resultados y disfrutar de la actividad.

Formaron equipos de dos, tomaron una pelota por equipo y a elección propia del niño correataron y tocaron con la pelota al otro miembro de su equipo e intercalaron papeles, esta actividad sólo duró tres minutos. Se formaron dos equipos intercalados hombres y mujeres.

En la parte final un equipo fueron los gallos y los otros las gallinas, en una línea central se colocaron con una pelota por cada pareja de niños, los equipos se colocaron a tres metros de la línea, mencionando gallos o gallinas y sus integrantes tomaron una pelota para tocar con ella a sus parejas, quienes huían corriendo hasta la zona de resguardo que será una línea marcada con anterioridad como límite del área de juego, se observaron entre ellos de manera que notaban quienes eran los más hábiles para desplazarse corriendo y esquivando durante la actividad y mencionando otras alternativas de desplazamiento para dificultar el proceso del juego.

Para evaluar el indicador de desplazamiento, los niños tenían que elaborar un collage de todos los tipos de desplazamiento que existe en el ser humano ya sea en el agua, tierra, aire, etc. El niño a través de recortes de revista eligió los desplazamientos que pudo encontrar y el considero fueron los correctos según a las indicaciones dadas. (Ver foto No. 18).

Foto No. 18



Collage sobre desplazamiento en los animales realizado por un alumno de primer grado de primaria.

Durante la cuarta semana de febrero del 27 febrero al 2 de marzo se tomo en cuenta el control segmentario con la situación didáctica ¿Cómo controlar mis brazos? se determinaron algunos puntos importantes de la actividad a realizar, se analizo la importancia que tienen los brazos en diversas actividades cotidianas dentro de la escuela y en sus hogares, formaron cuatro filas intercaladas de niños y niñas. Se preguntaron las medidas de seguridad para

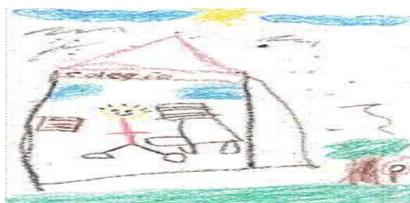
realizar la actividad en el patio, se hicieron movimientos de calentamiento en brazos, muñeca y dedos principalmente.

Después todos los niños tomaron un bastón y una pelota de vinil escuchando las indicaciones para realizar la siguiente actividad: se hicieron secuencias o series que consistía en golpear la pelota con el bastón según se indicaba.

En la parte final los niños tomaron el bastón y la pelota nuevamente, golpearon la pelota hacia arriba con el bastón rebotando solo una vez para ser atrapada después lo hicieron botando la pelota con el bastón alternado tres golpes con la mano derecha y tres con la izquierda, posterior a eso sujetaron el bastón con ambas manos por cada extremo golpeando la pelota hacia arriba y hacia abajo. Trataron de controlar sus brazos en fuerza y movimientos para poder manipular el movimiento de la pelota sin perder la dirección de ésta.

Para la evaluación de la última semana de marzo, los niños en una nube de color blanca dibujaron todas las cosas que realiza a diario solo con las manos y que además eran necesarias para satisfacer las necesidades propias, el niño a través de esta actividad reflexiono acerca de la importancia de tener un mayor control segmentario de brazos ya que son los que se utilizan para satisfacer la mayoría de nuestras necesidades. (Ver foto No. 19)

Foto No. 19



Dibujo de los niños realizando una actividad propia

4.3 El desarrollo de mis capacidades físicas

Dentro del mes de marzo, los niños ya teniendo como práctica todas las situaciones didácticas anteriores, su agilidad corporal se muestra con mayor autonomía al realizar las propuestas de actividades, sin necesidad de

corrección por parte de la profesora, se enfrentaron al trabajo en equipo, al trabajo individual, de tal manera que todos tuvieran las mismas oportunidades de desarrollo motor dentro de la clase de educación física realizando en el último mes de práctica las siguientes situaciones didácticas por parte de los alumnos:

La primera situación didáctica efectuada del 5 al 9 de marzo ¿Cómo puedo realizar movimiento ágiles para no ser tocado mientras me desplazo a diferentes direcciones?, trabajando los indicadores de desplazamiento-orientación, realizándola de la siguiente manera: primeramente se dieron las reglas del juego mientras se daba una explicación de las diferentes direcciones que podemos tomar dependiendo nuestra ubicación, después se colocaron una pulsera hecha de listones de diferentes colores (cuatro de cada color), para pasar posteriormente a pedir que corrieran hacia la derecha los que tienen la pulsera de color verde, hacia la izquierda los de color amarillo y según su ubicación delante de la línea los que tengan la pulsera roja, etc.

Se intercalaron al mismo tiempo mencionando rojos-izquierda, verdes hacia atrás, amarillos-derecha, etc., de lento a rápido de forma alternada Ya que se fueron repasadas las diferentes orientaciones hacia donde podían desplazarse, se dieron nuevas indicaciones para la siguiente actividad.

En la parte final se designaron a dos jugadores que deberán situarse sobre un rectángulo de 1.5m x 4m de largo con nombre en sus extremos derecha-izquierda adelante atrás que simulará un muro colocándose en posición de alerta para que nadie pasará por ella.

Se colocó al resto del grupo indistintamente por diversos lugares del patio y a la señal convenida, los niños debían correr y tratar de pasar el muro, para no ser tocados por los dos compañeros designados que impedían que atravesarán

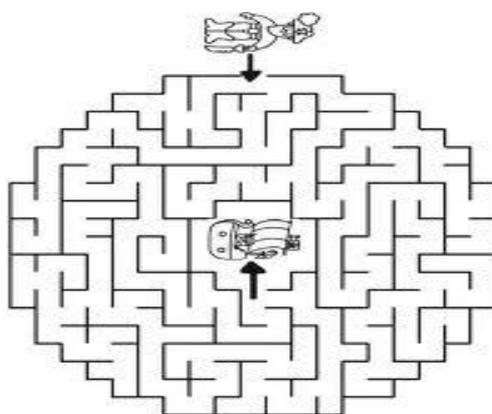
Al ser tocados por los cuidadores se debían colocar en la misma posición que ellos apoyándolos para hacer cada vez más difícil que los niños que quedan lograrán atravesar el muro, se dará la indicación porque lugar tendrán que atravesar (derecha-izquierda, adelante-atrás) haciéndolo con desplazamientos diversos (gateando, brincando, en cuatro puntos de apoyo, etc.).

Se hizo hincapié para que los niños de manera estratégica observarán los espacios libres para esquivar a sus compañeros, incrementando su orientación espacial para realizar la actividad del muro.

Para verificar los logros de los niños se elaboro una forma estratégica para garantizar lo aprendido, se otorgo a los niños una hoja con dibujos que presentaba un bebe queriendo llegar a sus juguetes favoritos, les daba a los niños una serie de opciones de caminos, el cual el niño tenía que elegir cual camino era el correcto, se les hizo la pregunta en general de cómo podía llegar el niño más rápido y hacia qué dirección quedaban sus juguetes.

Los niños en su gran mayoría tuvieron contestaciones acertadas y eligieron el camino adecuado, aunque algunos en su minoría todavía presentaban confusión hacia las diferentes direcciones que existen para llegar a diferentes lugares de la escuela (cooperativa, baños, salones, etc.) (Ver foto No. 20).

Foto No. 20



Laberinto realizado por los niños de 1er año de primaria.

La segunda situación didáctica realizada del 12 al 16 de marzo: ¿Cómo puedo moverme rápidamente al adoptar una postura sin perder el equilibrio?, trabajando los indicadores de postura-equilibrio de la siguiente manera: iniciaron formando dos filas dando una explicación de la secuencia de la actividad que se realizaría en la clase.

Seguimos con el calentamiento en su lugar de origen con movimientos circulares en brazos, piernas, tronco, cabeza, etc., avanzaron en una fila corriendo en paso yogui hacia la derecha y la segunda fila hacia la izquierda, mientras corrían en paso yogui se pidió que fueran haciendo alto o interrumpiendo la actividad para adoptar la posición de diversos deportistas o animales.

Posteriormente se organizó al grupo por parejas determinando miembros del grupo A y los del B señalándolos con etiquetas para pasar a la parte final, los niños tenían que mantenerse en movimiento constante ya que debían imitar diversas posturas sin perder el equilibrio y para no perder tiempo ya que debían correr a la señal convenida, A tenía que correr y ser perseguido por B, para no ser atrapados, A tenía que adoptar una posición, misma que imito B en el cual A podrá escapar, ya que se contara hasta tres en voz alta y si eran tocados por B antes de que se colocarán en alguna posición se intercambiaban los papeles.

Para destacar si los niños habían entendido la importancia de perfeccionar su postura manteniendo el equilibrio se les proporciono a los niños una hoja con diferentes personaje adoptando diversas posiciones, las cuales desde su lugar tenían que imitar con precisión dichas posturas, preguntado a su vez cuales fueron las que se les dificultaron más al realizar, la mayoría de los niños logro realizar las diferentes posturas aunque también después de unos segundo perdían el equilibrio y se tambaleaban o caían.

La actividad resulto de gran agrado para los niños ya que algunos presentaron algunas posturas diferentes a las realizadas o expuestas enriqueciendo más la actividad. (Ver foto No. 21)

Foto No. 21



Imágenes de representando diferentes posturas que los niños imitaron.

Tercera situación didáctica realizada del 26 al 30 de marzo ¿Cómo puedo realizar la mímica gestual y corporal para representar un trabajo u oficio?, trabajando el indicador de postura se realizó de la siguiente manera: se formaron primeramente en una sola fila intercalados hombre-mujer donde se iban mencionando algunos oficios o trabajos que tenían sus padres o familiares, también se mencionaron algunos transportes y animales al igual que eran de su preferencia.

Posterior a lo anterior, se realizaron los movimientos y ruidos que hacen los personajes que se fueron o iban mencionando respetando el turno de los que querían participar, se agruparon según sus preferencias con los compañeros que coincidan realizando movimientos de mímica y gesticulación.

Posteriormente se dividió al grupo en equipos de diez, en donde cada equipo tenía que formar un círculo y trabajar por separado. En la parte final se seleccionó un niño que tenía que realizar diversos movimientos de mímica y gesticulación sin hacer ruido alguno para representar el oficio, animal, medio de transporte, personaje, etc. que se le asigno al azar al tomar un papel sin mencionar que le toco. El resto de los compañeros tenía que adivinar de que se trataba, él que acertaba pasaba al centro a ejecutar su representación y así sucesivamente con todos los que fueron adivinando o querían pasar.

La actividad resulto de gran ayuda, ya que con la clase anterior se noto que los niños ya habían perfeccionado su equilibrio y su postura duraba un poco más de segundos y para constatar lo que los niños ya habían reforzado se les otorgó una nueva actividad otorgándoles una hoja donde los niños tuvieron que representar con un dibujo la postura de un deporte, oficio o animal de su preferencia, así como también dibujar una carita con el estado anímico en el que se encontraban en ese momento. (Ver foto No. 22).

Foto No. 22



Dibujos realizados por los niños.

Los indicadores de desplazamiento y equilibrio, se trabajaron en el mes de abril, con el fin de que los niños manifestaran dentro de su practicas físicas con seguridad, iniciativa propia, compartiendo sus experiencias y opiniones entre compañeros e intercambiando ideas acerca de las posibilidades que tienen para desplazarse reforzando y practicando para tener un mejor equilibrio, pero al mismo tiempo un buen desplazamiento en el tiempo y lugar elegido o señalado.

Se plantearon dos situaciones didácticas por parte de la profesora, aplicando cada indicador por semana.

Tales situaciones se plantearon de acuerdo al *plan de trabajo* que se maneja en educación física para primaria en primer grado, con el fin de que todas sus capacidades físicas se vayan desarrollando de acuerdo como lo marca dicho plan de forma que los alumnos participen de forma óptima y segura todas las actividades que se presenten teniendo iniciativa propia y buena aceptación y comunicación entre compañeros.

La primera situación didáctica realizada del 16 al 20 de abril, ¿Cuáles son mis posibilidades de desplazamiento al lanzar el aro e ir saltando, corriendo, etc.? Se trabajó con el indicador de desplazamiento de la siguiente manera, se realizaron una serie de actividades en donde el propósito de está era que el niño realizará el desplazamiento en tiempo y forma como se señalaba, pero a su vez teniendo iniciativa propia para proponer nuevas formas y lugares donde podían desplazarse durante la serie de actividades con un comportamiento seguro hacia lo que estaban realizando.

Durante esta actividad se les dio una breve explicación acerca de las medidas de seguridad para realizar la actividad en el patio, se les dio la indicación de colocarse todos en una sola fila a lo largo del patio. Después debían colocarse un bote de metal mediano a 3 ½ de ellos para posteriormente con ayuda de un aro tratarán de hacer un tiro certero al bote. Esta actividad se realizó y repitió solo en cuatro ocasiones. Se hizo una nueva indicación de que en cada tiro tenían que dar un paso hacia atrás alejándose cada vez más del bote para hacer más difícil la puntería (solo será en cuatro ocasiones).

Tuvieron después que volver a colocarse en una sola fila, los alumnos tuvieron que rodar el aro lo más lejos posible corriendo para alcanzar el aro (la actividad durara no más de 40 segundos).

Teniendo como práctica la actividad anterior ahora debían lanzar el aro igualmente tratando de llegar a la línea antes que el aro, en donde la regla era que tenían que sentarse sobre la línea para poder agarrar el aro.

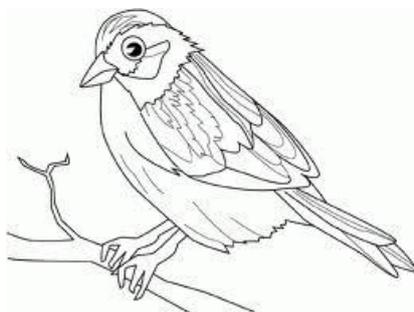
Inmediatamente en la parte final al agarrar el aro lo harán girar tratando de saltar por arriba del aro por varias ocasiones hasta la indicación, se harán indicaciones de que se observen entre ellos y analicen que no solamente se pueden desplazar ellos mismos sino que también o los objetos mientras ellos se encuentran en movimiento. Se dividirá al grupo en cuatro equipos y cada uno dará un ejemplo de otros desplazamientos mientras desplazan al mismo tiempo objetos.

En seguida se les preguntó a los niños cuantos animales conocían y que habían observado cual era su forma de desplazamiento pidiendo que imitarán al que más les haya gustado.

Para lograr observar y verificar los avances que se dieron acerca de la forma de desplazamiento que más le agrado y si se realizo de forma correcta, se les proporciono una hoja, donde tenían que dibujar al animal que imitaron y eligieron para lograr su desplazamiento favorito.

Se finalizó la actividad compartiendo entre compañeros sus ideas y comparando y realizando el tipo de desplazamiento que cada quien eligió. Todos los niños lograron realizar la actividad ya que no tuvieron dificultad para efectuar el desplazamiento en tiempo y forma comentado y compartiendo opiniones entre compañeros. (Ver foto No. 23)

Foto No. 23



Dibujo de un animal elegido por los niños.

La segunda situación didáctica realizada del 23 al 27 de abril: ¿Cómo mantengo el equilibrio mientras me desplazo de diversas formas (saltando, gateando, en cuatro puntos de apoyo, etc.), trabajando el indicador de desplazamiento-equilibrio, realizándose la actividad de la siguiente manera: se dieron las indicaciones para trabajar en el patio, se dividió al grupo en tercias elegidas por ellos mismos, determinando una zona de recorrido de ocho metros.

Se colocó al grupo en hileras a lo largo de la línea previamente marcada, en donde los participantes debían iniciar el recorrido a la señal indicada. El primer jugador tenía que hacer su recorrido corriendo; una vez de regreso tenía que tocar en la palma de la mano al segundo compañero que, a su vez, hacía su recorrido, regresaba y tocaba al tercero. Resultaba ganadora la tercia que realizó primero todo el recorrido con mayor rapidez.

Después para la parte final se hizo la misma actividad pero ahora el primer jugador salía corriendo, el segundo saltando con los pies juntos y el tercero gateando al estar realizando la actividad los niños tenían que mantener el equilibrio mientras se desplazan con rapidez ya que si lo perdían, caían o eran más lentos.

En seguida se les mencionó a los niños que propusieran otros tipos de desplazamiento para realizar los mismos recorridos pero ahora sólo con las cinco tercias más rápidas. En esta actividad los niños propusieron formas de desplazamiento poco usual para complicar un poco más la actividad. evaluación: se les proporcionó una hoja con el dibujo de varias tercias de animales, donde el niño tenía que escoger cual de las tercias de animales que están en la figura son las que tienen más equilibrio para desplazarse con mayor rapidez sin llegar a tropezar o caer eligiendo un nombre para ese equipo e iluminándolos.

Se finalizó la actividad preguntando a diversos niños, cuál era la tercia elegida y porque creían que tenían más equilibrio para desplazarse, la mayoría participó según lo que ellos observaron y creyeron que era lo correcto.

Se concluyó la actividad mencionando que existe el desplazamiento en tierra, aire y agua y diversos personajes son especialistas en tales, los niños daban ejemplos de cada tipo de desplazamiento. (Ver foto No. 24).

Foto No. 24



ejercicio coloreado por los niños.

En las dos situaciones didácticas correspondieron a los indicadores de desplazamiento y equilibrio, se observó que los niños participarán y expresarán sus opiniones acerca del tema, sugerir algunas ideas para que ellos analizaran su respuesta sin temor a equivocarse con iniciativa propia.

En la evaluación de estos indicadores se tomó en cuenta que los niños participaran y ejecutaran la actividad en tiempo y forma señalada, además de ampliar su conocimiento de equilibrio como necesario para lograr un buen desplazamiento.

Al aplicar las secuencias didácticas surgieron algunos conflictos ya que no todos los niños tienen el mismo nivel de logro y por lo tanto no desarrollaron algunas de las habilidades que se propusieron en la evaluación de forma igualitaria.

4.4 Evaluación del proyecto.

Como parte de las actividades que permiten involucrar de mejor manera al alumno a la asignatura de Educación Física, el programa sugiere incorporar una serie de actividades encauzadas al enriquecimiento motriz de los alumnos, al tiempo que les brinda la posibilidad de aprovechar de mejor manera su

tiempo libre, ya sea entre semana (a contra turno) o los sábados durante el ciclo escolar vigente.

Debido a que la clase de educación física sólo se da los días jueves al grupo de primero de primaria, durante treinta a cuarenta minutos, suele ser un obstáculo ya que las actividades suelen ser de gran diversión para los niños y profesora resultándoles el tiempo muy corto e innecesario para elaborar todas las actividades de forma completa

Durante el mes de noviembre se trabajaron diversas actividades referidas a indicadores a desarrollar como el control muscular que tiene que ver en todo momento sin movimientos bruscos que puedan propiciar una lesión. Cada movimiento tiene su función tratando de que estos sean precisos, con lo cual aumenta la calidad de cada ejercicio. Fuerza que “es la capacidad de superar una resistencia mediante una contracción muscular”⁵⁵. Se manifiesta en el deporte de varias maneras:

-En salto y lanzamientos; fuerza-explosiva.

-En carreras de media distancia; fuerza-resistencia.

-En el levantamiento de pesas; fuerza máxima.

Resistencia es “la capacidad que tiene el organismo para soportar cargas durante un cierto tiempo o de practicar un ejercicio estático/ dinámico repetidas veces, sea un cuerpo o un objeto”⁵⁶. Se trabaja realizando un número de ejercicios (de ocho a doce), llamados estaciones, durante un periodo de tiempo de diez a sesenta segundos. Estos ejercicios deben ser fáciles y conocidos en el que en cada uno se trabaje un grupo muscular diferente, descansando entre estaciones.

En la evaluación mensual del mes de noviembre se realizaron veinte preguntas para verificar los logros obtenidos durante el mes, los primeros ocho

⁵⁵ *Ibidem*, p-115

⁵⁶ *Ibidem*, p-120

se referían al control muscular, en donde en el enunciado cinco los niños tuvieron dificultad para ejecutar la actividad de forma correcta. Los siguientes cuatro enunciados fueron referidos a la fuerza en donde no hubo ninguna dificultad para ejecutar y distinguir los tipos de fuerza existente en ellos y la naturaleza.

Del enunciado trece al dieciocho fueron referidos a la capacidad a desarrollar de resistencia en donde tampoco hubo dificultad por parte de los niños al aplicar y ejecutar tal actividad. Los últimos dos enunciados fueron para observar el avance de orientación en donde los niños presentaron dificultad para elegir la orientación correcta que fue mencionada por el profesor y ellos en su momento.

Las actividades durante el mes fueron de gran agrado ya que la mayoría participo cumpliendo con su material en un 90% haciéndolo de forma positiva y dinámica aunque en algunas ocasiones hubo ausentismo por parte de los niños.

Para lograr la evaluación del mes de diciembre se realizo un cuestionario que consta de catorce enunciados que hacen referencia a los diversos indicadores a desarrollar durante el mes. La evaluación no presentó problemas ya que dos de los indicadores ya se había mencionado con anterioridad.

Los siguientes ocho enunciados fueron para postura y tono muscular en donde al igual que los enunciados anteriores el 95% de los alumnos no tuvo ninguna dificultad en cuanto a conocimiento del tema y a la ejecución de la actividad

.

Durante el mes de diciembre se trabajo nuevamente como el mes anterior, control muscular y resistencia para que los niños fueran perfeccionando sus acciones de movimiento dentro de las actividades diseñadas.

Para la evaluación del mes de enero la profesora diseñó una rúbrica con la cual se evaluaron las actividades que abarcaron las cuatro semanas. En ella se manifestó una serie de preguntas, las cuales las primeras cuatro preguntas se utilizaron para valorar si el desarrollo de la fuerza fue el adecuado.

Las siguientes de la pregunta cinco a la diez se valoró la respiración dentro de la actividad ¿Cómo puedo respirar para resistir más las actividades?, de la pregunta once a la trece sirvieron para observar los avances en la flexibilidad que tiene su cuerpo, de la catorce a la diecisiete valoraron la orientación ante la actividad ¿para donde puede moverse mi cuerpo cuando no puedo observar?

Las actividades del mes se trabajaron de manera rápida, ya que solo contamos con un tiempo de treinta a cuarenta minutos.

En la actividad referida a la respiración en el enunciado número cinco de la rúbrica, los niños no saben respirar de forma adecuada y al correr o ejecutar movimientos bruscos una minoría presenta dolor en el abdomen y cansancio rápido con respiración acelerada, no consiguieron seguir la secuencia de respiración para prevenir el dolor.

Al igual que el enunciado nueve referido al desarrollo de la fuerza, se muestran tímidos por temor a que sus compañeros rechacen las diversas propuestas de actividades donde tuvieran que ver con la respiración o relajación para no sentir cansancio, además de que muchos ignoraban que al respirar adecuadamente su capacidad de resistir aumentaba.

Para la evaluación final del mes de febrero se diseñó una rúbrica que consta de veinte preguntas, las cuales las primeras tres corresponden a la observación del proceso de la resistencia con las cuales no se tuvo ninguna dificultad, del enunciado cuatro al siete se utilizaron para evaluar la coordinación en el cual en el enunciado seis, los niños tuvieron dificultad, ya que la mayoría al hacer tracción lo hacía con jalones también y a pesar de que se hacía la indicación

para corregir ese error, los niños lo volvían a hacer, ya que decían que así era más fácil de ganarle a sus compañeros.

Del enunciado ocho al catorce se evaluó el desplazamiento el cual han mejorado mucho la mayoría de los niños, aquí no tuvieron dificultades para realizar la actividad y el desplazamiento fue adecuado al mencionado en tiempo y forma, también hubo sugerencias de los niños para realizar desplazamientos no habituales. Del enunciado quince al veinte se evaluó el desempeño del control segmentario en brazos y manos, aquí en el enunciado diecinueve sigue la serie de botar la pelota sin que esta caiga, resultado difícil para los niños, ya que de manera brusca realizaban el bote con el bastón resultando muy fuerte o muy despacio y a la gran mayoría se le caía en seguidas ocasiones la pelota y se desesperaban ya que no podían controlar sus brazos y manos en fuerza y resistencia, ya que se cansaban de los brazos muy rápido.

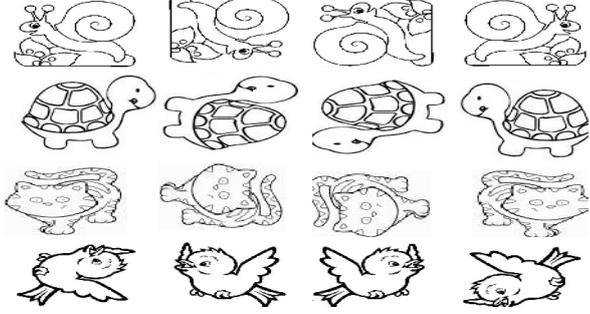
Durante el mes de marzo se plantearon diversas situaciones didácticas referidas a los indicadores de desplazamiento-equilibrio, postura- equilibrio, postura y ritmo, con el fin de que al ejecutar las actividades el niño mostrara mayor seguridad en sus movimientos con autonomía a sus posibilidades.

En el mes de abril se trabajo con los indicadores de desplazamiento y equilibrio con el fin de favorecer el desarrollo de estas capacidades físicas dentro de la práctica en la clase de educación física.

4.5 Evaluación del aprendizaje obtenido por los niños frente al proyecto.

Se realizo una evaluación mensual constituida a forma de intervención pedagógica que se extiende como práctica social y humanista, estimulando la experiencia de cada alumno, sus acciones y conductas motrices expresadas mediante formas intencionadas de movimiento, en donde de manera semanal se desarrollaran diversas habilidades no solo como actividades físicas sino

también de manera transversal en las diferentes materias como: el desarrollo del lenguaje oral, en matemáticas, cívica y ética etc. Estas fortalecerán las experiencias motrices de los niños, sus gustos, motivaciones, aficiones, necesidades de movimiento e interacción con otros en los patios, así como en las diferentes actividades de su vida cotidiana

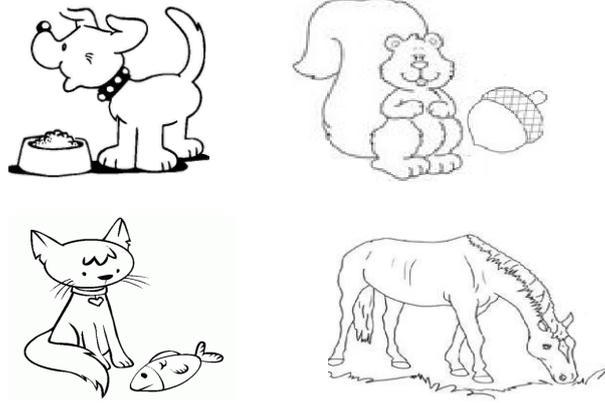
<p>OCTUBRE.</p> <p>PRIMERA SEMANA CONTROL MUSCULAR.</p> <p>*Que los niños hagan los movimientos señalados a la actividad indicada. *Que sus movimientos no sean bruscos.</p>	 <p>INSTRUCCIONES: En este ejercicio los niños tendrán que elegir entre los dibujos para seleccionar los movimientos que no son correctos y después exponer lo que seleccionaron. Se pretende que los niños estén conscientes de las actividades o movimientos que no son correctos y no se deben hacer, evitando accidentes al tener más autocontrol de su cuerpo.</p>
<p>SEGUNDA SEMANA. ORIENTACION.</p> <p>*El niño tendrá que visualizar las diferentes direcciones a las que puede dirigirse nuestro cuerpo y los objetos. *Además reconocerán algunas direcciones que podemos utilizar durante las actividades.</p>	 <p>INSTRUCCIONES: Los niños tendrán que colorear de diferente color (como se indique) los animales que se dirigen a la izquierda, derecha, arriba, abajo, etc. Mencionando posteriormente en equipos eligiendo un grupo de animales para dirigirse según las ilustraciones. Se pretende que los niños tomen conciencia de las diferentes direcciones en las que nos podemos dirigir los objetos, personas y animales.</p>

**TERCERA SEMANA.
DESPLAZAMIENTO.**

*Que los niños reconozcan la importancia del desplazamiento durante el juego y dentro de sus hogares.

*Que su desplazamiento sea por iniciativa propia cuando sea necesario.

*Que el desplazamiento por ejecutar sea en forma y el indicado.



INSTRUCCIONES:

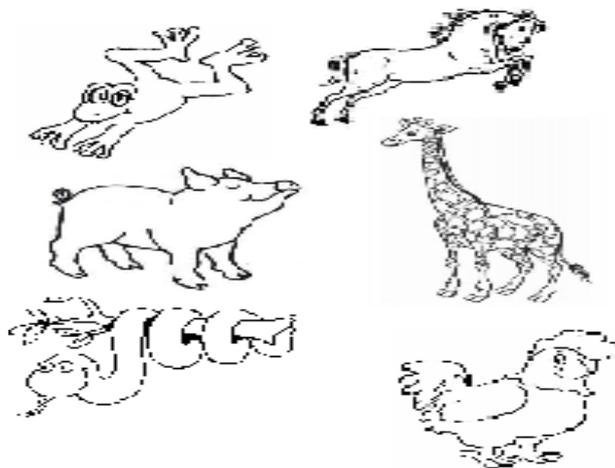
En este ejercicio el niño tendrá que elegir los dos animales más rápidos, colorearlos y dibujarles un compañero observar cómo se desplazan y con qué frecuencia son comunes en nuestra comunidad, a su vez se deberá comparar con el tipo de desplazamiento que tienen las personas.

**CUARTA SEMANA.
EQUILIBRIO.**

*Que el niño reconozca que el equilibrio es parte fundamental de todos nuestros movimientos ya sea de forma estática o dinámica.

*Que el niño observe que al saltar el equilibrio puede perderse, teniendo que esforzarse por no perderlo.

* El niño al imitar saltos o brincos como los animales podrá identificar y ampliar conocimientos conociendo mas animales q llevan a cabo esta actividad de saltar.



INSTRUCCIONES:

Colorea los animales que suelen saltar. El niño tendrá que imitar cada uno de los animales que coloreo con diversos saltos.

NOVIEMBRE.

PRIMERA SEMANA.
TONO MUSCULAR.

*Que los niños visualicen e interioricen la imagen de la diversidad de tono muscular y su importancia.

*Valorar la propia variedad corporal aumentando la confianza en sus habilidades.

*Hacer notar que la alimentación y el ejercicio son fundamentales para el buen desarrollo del tono muscular.

*conocimiento de las posibilidades de tono muscular (tensión, relajación).



INSTRUCCIONES:

Ante este ejercicio los niños tendrán que elegir observando entre las siluetas cuál es la que se parece a su cuerpo haciendo, un dibujo de su silueta ya que no la encontrará, posteriormente harán un collage pegando dentro de la silueta que ellos dibujaron, lo que más les guste de comer. Se pretende que los niños estén conscientes que el tono muscular puede variar ya sea por su alimentación, el ejercicio, condición física, etc.

SEGUNDA SEMANA.
ORIENTACIÓN.

*Que los niños reconozcan en qué dirección se encuentra los diversos objetos de su alrededor.

*Que los niños no interrumpan la actividad por descontrol de orientación.

*Que los niños sepan donde se ubican con relación a otros objetos o compañeros.



INSTRUCCIONES:

Por medio de este ejercicio los niños tendrán que ir coloreando según las indicaciones la que se encuentra arriba, abajo, derecha-izquierda de los niños.

Se expondrán sus trabajos con los demás compañeros. que los niños tengan exactitud al elegir lo que se les pide comparan

TERCERA SEMANA.
FUERZA.

- *Que los niños ubiquen los momentos en que deben utilizar la fuerza entre los compañeros.
- *Que los niños distingan la fuerza que pueden utilizar para cada actividad.



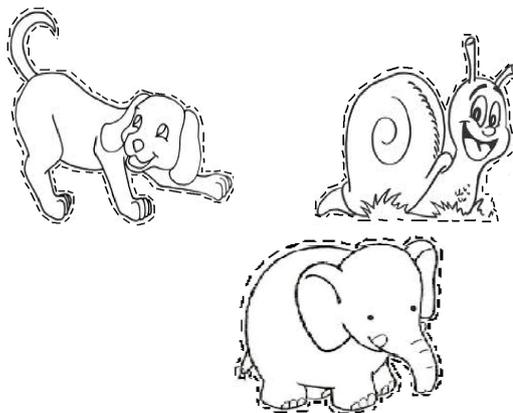
INSTRUCCIONES:

Este ejercicio pretende que los niños discriminen los diferentes tipos de fuerza (movimiento del aire del agua, etc.) comparándola con la de ellos mismos. Iluminaran el tipo de fuerza que ellos consideren más potente.

Se observa el trabajo de cada niño, preguntándoles la comparación entre ese tipo de fuerza.

CUARTA SEMANA.
RESISTENCIA.

- *Que los niños reconozcan la capacidad de resistencia que tiene su cuerpo.
- *Que compartan experiencias y momentos de actividades donde se explote al máximo su resistencia, observando quién aguanta más.



INSTRUCCIONES:

Este ejercicio pretende que el niño observe, ilumine, recorte y relacione las ilustraciones con personas de la vida real imaginando que van a correr por un camino largo haciéndoles una pregunta ¿Quién creen que llegue primero sin esta muy cansado?

Se observa que los niños participen exponiendo sus ideas, explicando por qué consideran que el que eligieron más resistente no se cansa tan rápido.

DICIEMBRE.
PRIMERA SEMANA.
DESPLASAMIENTO.

*La ejecución de habilidades básicas enlazadas a los desplazamientos con giros, saltos con uno o dos pies, gateando y rodando.

*La ejecución de desplazamientos rápido medio y lento con diversos movimientos.

*Que los niños observen el tipo de desplazamiento que tienen los animales y lo comparen con el de ellos mismos, comentando las diferencias o parecidos.

*Adaptar el movimiento a las circunstancias y condiciones de la actividad utilizando formas de desplazamiento no habituales (cucullas, con los ojos vendados, rodando, etc.).



INSTRUCCIONES:

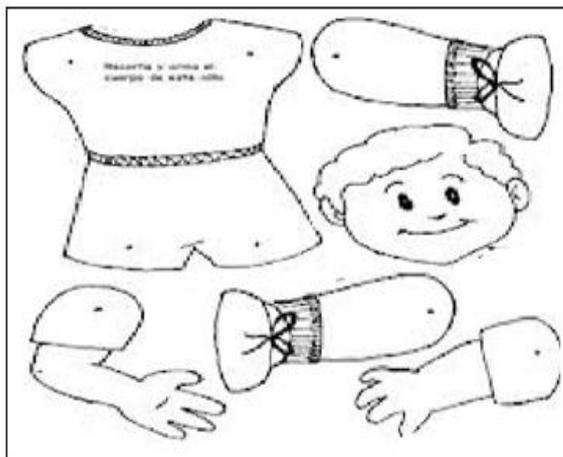
Los niños tendrán que dibujar el animal que ellos creen es el más rápido, haciendo un dibujo de ellos mismos también, para poder comparar como es que se desplaza el animal (en cuatro patas, en dos patas, se arrastra, corre, camina, etc.) y cómo pueden desplazarse ellos mismos.

El niño logrará observar la comparación y los diferentes tipos de desplazamiento que existe entre los animales y el ser humano.

SEGUNDA SEMANA.
POSTURA.

* Que el niño mantenga postura de equilibrio estático y dinámico en diferentes situaciones de la actividad o juego.

* La interiorización del niño de su imagen corporal para mantener el equilibrio sobre planos elevados.



INSTRUCCIONES:

El niño recortará las partes del cuerpo humano los niños decidirán una posición para su muñeco pegándola en una hoja de papel e iluminando su imagen en la posición elegida.

Los niños podrán observar la gran variedad de posiciones que existen y que nuestro cuerpo es capaz de hacer, posteriormente realizará a la cuenta de tres la posición que eligieron en su muñeco.

TERCERA SEMANA.
EQUILIBRIO.

*La realización de diferentes tipos de saltos en diversas situaciones de juego (brincar la riata, saltar un obstáculo, etc.)

* Que trate de mantener el equilibrio por más tiempo dando saltos con un pie y dos en función de la circunstancia de la actividad.



INSTRUCCIONES:

El niño en una hoja, escogerá una serie de imágenes que recortara de una revista observando las personas, objetos, animales que se mantienen en equilibrio por voluntad propia, ya sea de pie, volando, nadando, etc. Posteriormente, pegarán en su hoja las imágenes para poder dar una explicación de por qué creen que los personajes de sus recortes se mantengan en equilibrio en la actividad que estén realizando.

El niño hará conciencia de que el equilibrio lo practicamos a cada momento, ya sea para caminar, al tomar un objeto pesado, al correr, al saltar, las aves cuando vuelan, etc., y que con el transcurso del tiempo su cuerpo adquiere o mejora para perfeccionar su equilibrio en cualquier actividad.

ENERO.
PRIMERA SEMANA.
RESISTENCIA.

*Que los niños visualicen sus capacidades

*Que los niños ejecuten las actividades de resistencia, adoptando diversos movimientos en equipos y solos.

*La ejecución de las habilidades sea la adecuada a la mencionada por la profesora.



INSTRUCCIONES:

Ante este ejercicio los niños tendrán que elegir entre una serie de figuras de animales y personas realizando diversas actividades, cuáles son las que resisten más ante la actividad que realizan y porque creen que su capacidad de resistir sea tan capaz. Se pretende que los niños estén consistentes que el resistir las diversas actividades de la vida cotidiana es parte importante y puede variar, ya sea por su alimentación, el ejercicio, condición física, etc.

SEGUNDA SEMANA.
FLEXIBILIDAD.

- *La ejecución de habilidades básicas enlazadas a la flexibilidad de extremidades y tronco.
- *La ejecución de flexibilidad con movimientos rápido, medio y lento.
- *Que los niños observen el tipo de flexibilidad de el mismo y sus compañeros comparándola con la de los animales, comentando las diferencias o parecidos.
- *Adaptar el movimiento a las circunstancias y condiciones de la actividad utilizando formas de flexibilidad no habituales.



INSTRUCCIONES:

Los niños tendrán que dividir la hoja en dos y en un extremo habrá que dibujar el animal que ellos creen es el que más tiene flexibilidad y ellos mismos explicando a su vez el por qué lo creen, y de el otro extremo pegarán la imagen de una persona realizando el deporte que requiere de mayor flexibilidad corporal.

TERCERA SEMANA.
RESPIRACIÓN.

- * La realización de diferentes tipos de respiración (inhalación y exhalación rápida o lenta.)
- * Que trate de mantener la respiración lo más posible.
- * Que el niño mantenga una respiración adecuada en la ejecución de las diversas actividades.



INSTRUCCIONES:

El niño en la hoja escogerá una serie de animales que recortará de una revista observando las personas, objetos, animales, que requieren de respiración para realizar diversas actividades en la vida cotidiana o en algún deporte haciendo hincapié que hay animales y plantas que pueden respirar dentro del agua.

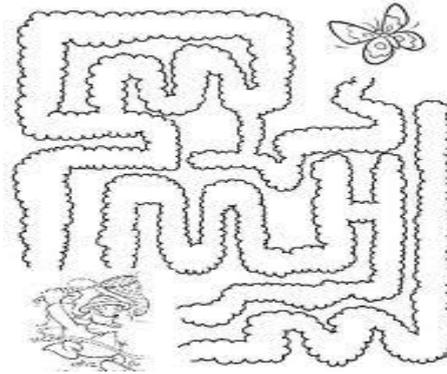
Los niños podrán observar que no solo las personas y animales diversos como los peces pueden respirar dentro del agua sino que también las plantas lo hacen.

CUARTA SEMANA.
ORIENTACIÓN.

*Que el niño conozca las diferentes orientaciones existentes.

*Que el niño este consiente de la importancia de orientación de las cosas

*Que el niño conozca que también los objetos pueden dirigirse a diferentes lugares con ayuda del ser humano (los diferentes tipos de transportes).



INSTRUCCIONES:

El niño analizará la dirección que debe de tomar el señor para llegar a la mariposa investigando cada uno de los caminos para llegar exactamente sin dificultad.

El niño observará que hay diversos caminos hacia distintas direcciones y que cada uno lo lleva por lados equivocados sin conseguir el propósito.

Analizará que en la vida cotidiana dentro y fuera de la escuela es importante saber que orientación debemos tomar para facilitar la llegada a determinado lugar.

FEBRERO.
PRIMERA SEMANA.
RESISTENCIA.

*Que los niños visualicen sus capacidades corporales

*que los niños estén consistentes en su capacidad de resistir.

*que los niños investiguen la importancia de la alimentación para el desarrollo de las capacidades corporales.

*que la actividad sea ejecutada adecuadamente.



INSTRUCCIONES:

Ante este ejercicio se pretende que los niños sepan las actividades de fortalecimiento que existen para mejorar su capacidad de fuerza ante la práctica de algunos deportes.

SEGUNDA SEMANA.
COORDINACIÓN.

*Que el niño conozca los alimentos que debe consumir para que su cuerpo tenga lo esencial para el desarrollo corporal y de coordinación.

*Que el niño experimente diversas formas de desplazamiento.

*Que el niño actúe cooperativamente con sus compañeros.



INSTRUCCIONES:

El niño tendrá e investigará los alimentos que favorecen al cuerpo estando en buenas condiciones para el desarrollo de las capacidades físicas sin llegar a debilitarse o un desmayo por no alimentarse sanamente.

Los niños elegirán entre los alimentos cuales son de su agrado explicando cuales son los alimentos buenos y malos y el equilibrio que debe haber entre ellos.

TERCERA SEMANA.
DESPLAZAMIENTO.

*Que el niño desarrolle su capacidad de atención mientras se desplaza.

*Que el niño desarrolle su capacidad de coordinación ojo-mano-objetos.

*Fomentar el control segmentario del cuerpo sobre todo el movimiento de brazos.

Que el niño desarrolle la seguridad en sí mismo y la refleje.



INSTRUCCIONES:

El niño elaborará un collage de todos los tipos de desplazamiento que existen en el ser humano ya sea en el agua, la tierra, el aire, etc.

El niño a través de recortes de revista elegirá los desplazamientos que pueda encontrar y que él considere son los correctos según a las indicaciones dadas.

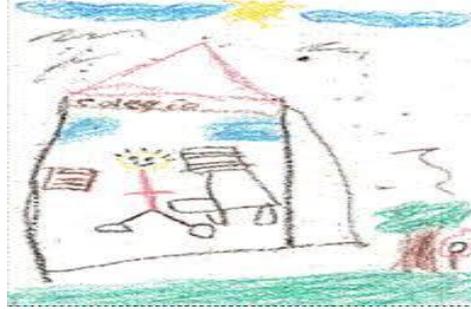
CUARTA SEMANA.
CONTROL SEGMENTARIO.

*Que el niño desarrolle su capacidad de atención mientras se desplaza.

*Que el niño desarrolle su capacidad de coordinación ojo-mano-objetos.

*Fomentar el control segmentario del cuerpo sobre todo el movimiento de brazos.

Que el niño desarrolle la seguridad en sí mismo y la refleje.



INSTRUCCIONES:

El niño en una hoja blanca elaborara todas las cosas que realizará a diario solo con las manos y que además son necesarias para satisfacer las necesidades propias.

El niño a través de esta actividad reflexionará acerca de la importancia de tener un mayor control segmentario de brazos ya que son los que se utilizan para satisfacer la mayoría de nuestras necesidades.

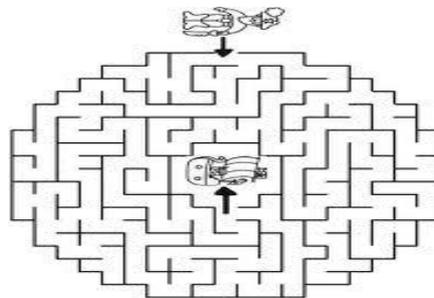
MARZO.
PRIMERA SEMANA.
DESPLAZAMIENTO- ORIENTACIÓN

*Que los alumnos estén consistentes de que existen diversos espacios para desplazarse según convenga.

*Que estén al tanto QUE PRIMERO SE DEBE saber hacia dónde dirigimos para así posteriormente poder desplazarse.

Que estén enterados que para desplazarse no es necesario empujar o chocar para tratar de llagar primero.

* Fomentar que el desplazamiento y la orientación están ligados para obtener mejores resultados.



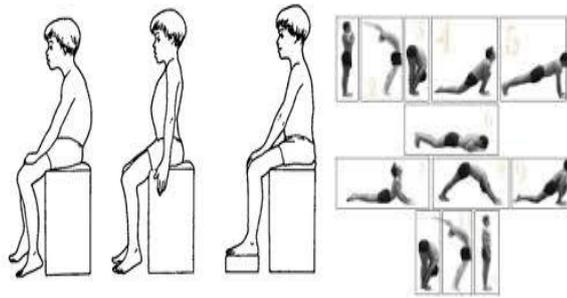
INSTRUCCIONES:

Los niños tendrán que elegir entre los juguetes de su preferencia y colorear el camino correcto que lleve hacia él.

SEGUNDA SEMANA.
POSTURA-EQUILIBRIO.

*fomentar en el niño las diversidad de posturas que puede tener nuestro cuerpo a las posibilidades físicas de cada uno.

Destacar que para adoptar diversas posiciones, es muy importante mantener un buen equilibrio de nuestro cuerpo para facilitar la postura.



INSTRUCCIONES:

Se le presentan estas fotografías a los niños en las cuales se representan diversas posiciones que requieren de equilibrio extremo y dependiendo a sus posibilidades, realizaran la posición conforme se vayan exponiendo , invitando a dar más ejemplos de que otras posiciones puede realizar nuestro cuerpo.

TERCERA SEMANA.
POSTURA.

*Fomentar en los niños que no solo nuestro cuerpo puede adoptar una gran diversidad de posiciones sino también nuestro rostro.

*Fomentar en el niño que el rostro puede expresar diversos estados de ánimo y expresiones que ayudan a comunicarnos con los demás.

*Desarrollar en el niño la imaginación para expresar diversas posturas tanto corporalmente como gesticular



INSTRUCCIONES:

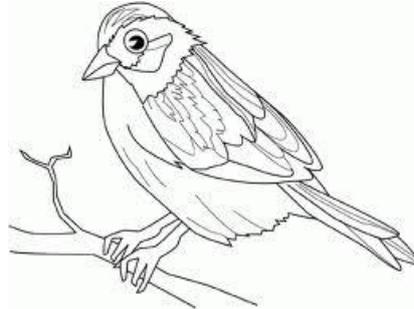
El niño realizará un dibujo en la mitad de una hoja con la posición del deporte, oficio, animal, etc., que más le gusta realizar y en la otra mitad dibujarán un rostro representando el estado de ánimo en el que se encuentra en ese momento

ABRIL.
PRIMERA SEMANA.
DESPLAZAMIENTO.

*Que los niños estén consientes de que pueden desplazar objetos mientras se desplaza el mismo.

*Analice las diversas formas de desplazamiento y de ejemplos reales.

*Analice cuales formas de desplazamiento mas practicas.



INSTRUCCIONES:

Realizarán un dibujo de cuál es la forma de desplazamiento que les gustaría realizar eligiendo un animal.

CONCLUSIONES

Es obvio que por todo lo expuesto, que la Educación física contribuye al desarrollo armónico del educando mediante la práctica sistemática de actividades que favorecen el crecimiento sano del organismo, y propicia el descubrimiento y el perfeccionamiento de las posibilidades de acción motriz. Asimismo, a través de la práctica de juegos y deportes escolares se fortalece la integración del alumno a los grupos en que práctica.

La educación física resulta también un medio para promover la formación de actitudes y valores para compartirlos entre compañeros, como la confianza y seguridad en sí mismos, la conciencia de las posibilidades propias, el respetar las posibilidades de los demás y la solidaridad entre compañeros.

Se respondieron algunas cuestiones en donde se manifestó la inquietud de los niños para iniciar la actividad física en el inicio de clases, observando primeramente las posibilidades de cada uno para obtener un punto de partida para la clase obteniendo como instrumento el juego para favorecer el desempeño de los niños en el desarrollo de sus capacidades de manera divertida, en donde desarrollaran indicadores como desplazamiento, equilibrio, fuerza, resistencia, postura, etc., con autonomía, seguridad e iniciativa propia trabajando en equipo y de forma individual, creando un ambiente basados en valores para poder convivir entre compañeros.

Los propósitos que el presente trabajo plantea para la clase de educación física se dieron de forma estratégica para que los alumnos desarrollaran sus capacidades, logrando el éxito en la medida en que fueron aprovechadas las situaciones didácticas por parte de los alumnos, perfeccionaron el dominio de las diversas acciones motrices mediante la clase, explorando y disfrutando de sus posibilidades, su desplazamiento fue más libre y adecuado a las señalizaciones, así como su equilibrio a la hora de mantener una postura o actividad, la fuerza acorde a la indicada para cada situación, en general sus movimientos tuvieron un notable desarrollo en el transcurso de la aplicación del proyecto notándose en la actividad final donde se ponían en practica todos los

indicadores anteriores mediante el rito ejecutando movimientos con una selección de música.

Los niños de primer grado, al sentirse libres de burla y rechazo entre compañeros, ya que de manera transversal también se trabajaron algunos valores para poder convivir entre compañeros, lograron participar en juegos y las actividades que se diseñaron para este proyecto, estas actividades fueron ejecutadas con la seguridad apropiada, estableciendo relaciones constructivas y equilibradas con los demás, valorando su comportamiento que se les presento en la práctica resolviendo problemas en el dominio de sus capacidades físicas manifestando el desarrollo que tuvieron durante el ciclo escolar.

BIBLIOGRAFIA

- Aisenstein, Ángela *Curriculum presente, Ciencia ausente*, Buenos Aires, Miño y Dávila, 1995
- Alonso Chombo, María Eugenia. *Chimalhuacán, Monografía Municipal*, Gobierno del Estado de México/Asociación Mexiquense de Cronistas Municipales, 1998.
- Alonso Martínez, Eugenio. *Chimalhuacán, apuntes históricos* (Biblioteca Enciclopédica del Estado de México), Gobierno del Estado de México, 1981.
- Chimalhuacán. com. -Fotos de Chimalhuacán, Estado de México.
 - Asentamientos de Chimalhuacán.
 - Chimalhuacán INFO.
 - Mapa de Chimalhuacán.
- Cratty, B. C. *Desarrollo perceptual y motor en el niño*. Barcelona, Paidós, 1982
- Domingo Blázquez *Juegos Motrices Cooperativos*. Edit. PAIDOTRIBO, 1986
- Fernando Sánchez Bañuelos. *Didáctica de la Educación Física y el deporte*. Edit. GYMNOS, 1989
- González, M. A. y Sánchez, g, *educación física en primaria*. Amarú. Salamanca, 1994
- John D. Lawther, *Aprendizaje de las habilidades motrices.*, Buenos Aires, Paidós, 1983
- Levene, Horacio (1924) *Gimnasia metodizada*, Buenos Aires, Orientación Integral Humana, 1990
- Maurice Pieron *Didáctica de las Actividades Físicas y Deportivas*. Edit. GYMNOS. 1983

-Oscar Incarbone, *juego y movimiento*. Gil Editores, México, 2000,

-Pilar Aznar y otros *La Educación Física en la educación infantil de 3 a 6 años*.
Edit. INDE.1985

-Revista Apunts, nº 32, junio 1993.

-Romero Brest, E., "*Gimnástica fisiológica*", Librería del colegio, Buenos Aires,
1939.

-Sánchez Bañuelos, Fernando *Didáctica de la Educación Física y el Deporte*,
Madrid, Gymnos, 1997