



**UNIDAD
S E A D
021**

SECRETARIA DE EDUCACION PUBLICA

**La educación física en 5° y 6° Grados
de la Escuela Primaria Urb. Fed.
"Presidente Alemán"**

María de la Luz Chávez Lugo

Mexicali Baja California 1987

UNIDAD
S E A D
021



SECRETARIA DE EDUCACION PUBLICA

La educación física en 5o. y 6o. Grados
de la Escuela Primaria Urb. Fed.
"Presidente Alemán"

María de la Luz Chávez Lugo

Memoria Presentada para obtener
el título de Licenciada
en Educación Primaria

Mexicali Baja Calif. 1987

OFICIO: 319/D/87

ASUNTO: DICTAMEN DEL TRABAJO DE TITULACION

Mexicali, B.C., a 16 de octubre de 1987.

C. Profr. María de la Luz Chávez Lugo

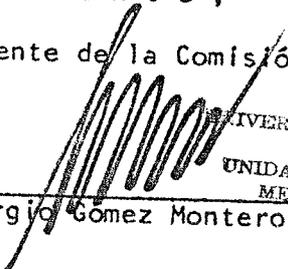
Presente:

En mi calidad de Presidente de la Comisión de Titulación de esta Unidad y después de haber analizado el trabajo de titulación, alternativa Memoria, titulado 'La Educación física en 5º y 6º Grados de la escuela primaria urbana federal "Presidente Alemán"

presentado por usted, le manifiesto que reúne los requisitos a que obligan los reglamentos en vigor para ser presentado ante el H. Jurado del Exámen Profesional, por lo que deberá entregar siete ejemplares como parte de su expediente al solicitar el examen.

Atentamente,

El Presidente de la Comisión


Prof. Sergio Gómez Montero



S. E. P.
UNIVERSIDAD PEDAGOGICA
NACIONAL
UNIDAD SEAD No. 021
MEXICALI, B. C.

Dedicatoria a

Mis hijos con el anhelo de que sigan el sendero del estudio como medio de superación.

Ernestina y Lorenza, mis queridas hermanas con el sincero agradecimiento a su preocupación y cariño.

La Sra. Carmen S. de Quintana, quien me distinguiera con su amistad, con el afecto de siempre.

Los Maestros Carlos Flores R. y Josefina Barraza G. como reconocimiento a su esfuerzo y dedicación a la enseñanza que ha hecho realidad mi sueño.

Con Admiración,

María de la Luz Chávez L.

TABLA DE CONTENIDOS

I.- INTRODUCCION	Página
JUSTIFICACION.....	11
A.-Motivos por los cuales se eligió el tema y el lugar.....	13
B.-Importancia del trabajo en la labor educativa...	14
II.- MARCO DE REFERENCIA.....	18
A.-Ubicación y regiones de Baja California.....	18
B.-Estado de Baja California.....	18
C.-Municipio de Mexicali.....	10
D.-Valle de Mexicali.....	11
1.-Minería.....	12
2.-Medio físico natural de la ciudad de Mexicali	12
3.-Clima.....	12
4.-Topografía.....	12
5.-Geología.....	12
6.-Edafología.....	13
7.-Hidrografía.....	13
8.-Hidrografía superficial.....	13
9.-Vegetación.....	13
10.-Desarrollo Urbano de la Ciudad de Mexicali..	14
11.-Población.....	14
12.-Tendencia de crecimiento.....	14
13.-Tendencia del suelo.....	15
14.-Vivienda.....	15
III.- AREA DE INFLUENCIA DE LA COMUNIDAD ESCOLAR.....	17
A.-El medio Físico Sólcial y Cultural.....	17
B.-La escuela.....	20
A.-Mobiliario.....	21
B.-Pizarrones.....	21

IV.- DESCRIPCION DE ACTIVIDADES.....	30
1.-Desarrollo de Actividades Cívico Sociales.....	30
A.-Tablas gimnásticas.....	33
V.- JUEGOS Y DEPORTES.....	43
1.-Desarrollo de la Actividad deportiva.....	43
A.-Proceso de selección.....	44
B.-Participación en la dirección de equipos.....	45
C.-Arbitraje.....	46
Sugerencias.....	47
BIBLIOGRAFIA.....	48
INDICE DE ANEXOS.....	49

I N T R O D U C C I O N

INTRODUCCION

La Educación Física en el 5o. y 6o. grado de la Escuela -- Primaria debe ser considerada básica en el desarrollo integral -- del educando; de la interpretación y aplicación de los programas por el maestro de Educación Física y los docentes depende en --- gran medida el logro de objetivos educativos.

Por esta razón la Secretaría de Educación Pública se ha --- preocupado por señalar una enseñanza graduada acorde a los inte- reses del niño, tomando en cuenta el proceso de cambio físico--- psíquico.

El presente trabajo correspondiente a la modalidad de memo- ria, presenta algunas actitudes que van en detrimento de la edu- cación de los alumnos y se dan respuestas emanadas de la expe--- riencia, conduciéndola a lograr mejores objetivos pues contiene cinco capítulos.

En el primer capítulo es referente a la justificación donde se manifiesta el porqué se prefirió tomar el tema de la Educación Física en el 5o. y 6o. grado de la Escuela Primaria, el cual con- duce a plantear los problemas siguientes: primero, falta de observancia al programa de educación física segundo, la poca importancia que se le da a los intereses que ob- servan los educandos en la preadolescencia.

El segundo capítulo se describe el marco de referencia el -- cual se relaciona con la ubicación de la entidad, el municipio, que comprende islas, valle y ciudad de Mexicali, con los aspec- tos socio-económicos que influyen en su desarrollo.

En el tercer capítulo se hace mención a los aspectos rela- cionados con el área de influencia de la comunidad escolar, per-

mitiendo conocer el medio físico, social y cultural que caracteriza a la colonia donde se localiza la escuela Presidente Alemán siendo su población escolar el elemento que permitiera colaborar la observancia de los problemas expuestos.

El cuarto capítulo infiere la descripción de actividades -- realizadas iniciando en organizaciones de desfiles con toda la -- población escolar, para lo cual se utilizaron técnicas de formación de columnas, clasificación de secciones y prácticas de ejercicios premilitares y militares.- para la formación de tablas -- gimnásticas, se llevaron a cabo técnicas de ejercicios gradua-- dos, que combinados dieron origen a tablas gimnásticas pedagógi-- cas para alumnos de 5o. y 6o. grado.

La correlación que guardan las funciones del maestro de Educación Física, maestro comisionado como auxiliar, director y personal docente quedan comprendidas en éste capítulo IV.- además -- se presentan una serie de actividades con la finalidad de dar a conocer el desarrollo de la labor efectuada en el ciclo 1986-- 1987.

En el quinto capítulo se manifiestan las técnicas a seguir, para alcanzar resultados óptimos en preselecciones y seleccio-- nes deportivas, que den por resultado equipos representativos en eventos organizados por actividades relacionadas con el deporte escolar, por lo cual, se recurrió a la técnica de práctica de fun-- damentos de los diferentes deportes a participar, así como la im-- portancia que tiene el arbitraje para conservar la disciplina y el entusiasmo entre los componentes.

El alcance del presente trabajo no tiene pretensiones de -- instituir un nuevo programa de Educación Física, sino simplemen-- te ofrecer algunas orientaciones en la labor que se desarrolla -- en el ámbito de la materia.

C A P I T U L O . I

J U S T I F I C A C I O N

CAPITULO I

I JUSTIFICACION

A) Motivos por los cuales se eligió este tema y el lugar la Escuela Primaria Federal Presidente Alemán.

Al participar desde pequeña en diferentes equipos deportivos organizados en la Escuela Primaria, Secundaria, Profesional y ya como Maestra, me he percatado de que debemos ir en auxilio de la Educación Física por ser básica en el desarrollo integral del individuo.

Es en los grados de 5o. y 6o., donde se presenta la mayor inconformidad entre los alumnos, por la forma de impartirse la Educación Física, por ser donde concurren niños que fluctúan entre los diez y los doce años, los cuales, indican la fase de la preadolescencia que se caracteriza por tener períodos de contradicción, una relación tirante con el medio y sin potencia física, dejándose sentir la lucha del cuerpo y su espíritu.

Después de observar que los maestros en su mayoría al impartir la Educación Física, por lo general, clasifican a los alumnos por edades, estatura y algunas veces toman en cuenta el peso pero casi nunca los intereses del niño. Por tales razones se eligió el aspecto de la alternativa memoria para desarrollar el tema "La Educación Física en el 5o. y 6o. Grado de la Escuela Primaria. "Urb. Fed. Presidente Alemán".

B) Importancia del trabajo en la labor educativa

La Educación Física, ha sido una de las materias que ha puesto a los pueblos en la cumbre de sus conquistas y desarrollo, -- pues para conseguir esto, hubo pueblos que aduciendo razones de peso crearon la obligatoriedad del baño de vino, entre los recién

nacidos para que si su potencia pulmonar y física resistía esta dura prueba, sería un aguerrido guerrero o un fuerte conquistador.

En América y particularmente en México, antes de la Conquista, nuestros antepasados practicaban los deportes como una manifestación de la condición física alcanzada, teniendo reglas señaladas por ellos, ya que los que los animaba era el espíritu competitivo, que les servía como recreación y asentamiento de convivencia entre ellos mismos.

Al pasar el tiempo no hubo grandes cambios en la enseñanza de la Educación Física en la Escuela Primaria, hasta después de la Segunda Guerra Mundial, la etapa evolutiva en la Educación Física ha sido la más progresiva en la larga historia de esta materia en las Escuelas.

He visto que los maestros que imparten esta materia olvidan la gran responsabilidad que tienen de buscar por medio de los diferentes caminos de la Educación Física, el desarrollo integral de las facultades de los educandos en los aspectos físico, intelectual, moral y social; comprender que con coordinación neuromuscular establecida en el educando se logrará el propósito de la Educación Integral.

Ya no se debe confundir la Educación Física con rendimiento deportivo como ha ocurrido en los últimos cuarenta años, en que los altos grados de destreza exigidos en los movimientos que se realizan han hecho suponer que únicamente los sobredotados pueden realizar actividades físicas.- Con dicha concepción, se minimizan los verdaderos valores, en su concepto original; proporcionar el deporte tanto en lo individual como en lo colectivo. (1)

Partiendo de éste principio no implica ignorarse las diferencias individuales respecto a la capacidad; sugiere que sea el mismo niño quien descubra estas diferencias, las analice y las -

(1) Cfr. S.E.P Libro para el Maestro Quinto Grado México D.F. 1982
260 p.

comprenda, en lugar de que le sean impuestas desde el exterior; como suele ocurrir ya que en lo general se toma como base el cam bio orgánico olvidando muchas veces al número de células, las -- cuales son las mismas desde el nacimiento del individuo hasta su muerte

CAPITULO II

MARCO DE REFERENCIA

CAPITULO II

MARCO DE REFERENCIA

Enjuiciar la teoría y la práctica, para sacar de ella las conclusiones que han de servir de base y asentamiento al presente trabajo en el que siguiendo las predilecciones de la especialidad de la carrera Magisterial, se pone a vuestra consideración el presente trabajo nacido del esfuerzo, de la práctica realizada durante años de servicio educativo y de la orientación técnica, recibida de maestros de Cultura Superior.

Estudié e inicié y sigo trabajando en el Estado de Baja California.

A) Ubicación y regiones de Baja California

Baja California es una Península larga y angosta que se localiza en el Noroeste de la República Mexicana. Su longitud es de poco más de 1,250 kilómetros (km) y su anchura media es de -- 120 kilómetros.

En toda su extensión sigue una orientación general de Noroeste a Sureste, y esta unida al resto de nuestro país por una estrecha franja de terreno.

Políticamente esta dividida en dos entidades: el estado de Baja California y el estado de Baja California Sur. El límite divisorio es el paralelo 28° Norte, que como los demás paralelos es una línea imaginaria que puede señalarse en el terreno por medio de mediciones geográficas. La longitud con que limita a los dos estados es de 130 kilómetros.

B) Estado de Baja California

Nuestro estado se extiende al Norte de este paralelo a unos 580 kilómetros hasta la Línea Divisoria Internacional o sea la --

frontera con Estados Unidos que lo separa del estado Norteamericano de California en una longitud de 211 kilómetros, contados desde el Océano Pacífico hasta el Río Colorado. Al Oeste el estado colinda con el Océano Pacífico y el Este con el Mar de Cortés o Golfo de California y con el Río Colorado en el tramo en que lo separa del estado de Sonora y en otro más corto que lo separa del estado Norteamericano de Arizona.

Geográficamente esta situado entre los meridianos $117^{\circ}08'$ y $112^{\circ}48'$ de longitud Oeste. Su superficie es de 71609.26 Km^2 por lo que corresponde al decimo primer lugar entre las entidades federativas que integran nuestro país. (Vease Anexo Fig. 1)

La longitud de los litorales que baña el Océano Pacífico es de 720 kilómetros y en el Mar de Cortés es 560 kilómetros a esta gran longitud costera se debe sumar la de nuestras islas, que son numerosas en ambos mares y de superficie variada.

Datos específicos de Baja California

Fecha en que pasó de Territorio a Estado. El 16 de Enero se publicó en el Diario Oficial de la Federación el decreto aprobado el 31 de Diciembre anterior por el Congreso de la Unión.

División Política de Baja California:

Capital del Estado: Ciudad de Mexicali

Existen seis grupos indígenas: Cucapá, Kiliwa, Pai Pai, Cochimí y Kimia.

Extensión Territorial: 71609.26 Km^2

Longitud de la Línea Divisoria del Estado 221 Km.

Población: 1,177886 habitantes correspondiendo 580227 hombres y 597159 mujeres (censo de 1980). (1)

Circunscripción Territorial del Municipio de Mexicali

La ley Orgánica Municipal expedida por el congreso del Estado creó los Municipios de Mexicali, Tijuana, Ensenada y Tecate y

(1) Cfr. Celso Aguirre Bernal-Compendio Histórico-Biográfico de Mexicali 3 ed. 372-373 p.

en lo que respecta al Municipio de Mexicali dice lo siguiente: -
 "Artículo 7o. El Estado de Baja California se divide y comprende las Municipalidades siguientes". (sic)

Municipalidad de Mexicali, Tecate, Tijuana y Ensenada siendo cabecera municipal las respectivas ciudades en la forma siguiente:

C) Municipio de Mexicali

El Municipio de Mexicali esta formado por la población de este nombre, fincas rurales, ranchos, congregaciones que estan comprendidas de los límites que señala la siguiente línea: partiendo del monumento 228 de la Línea Divisoria Internacional hasta el punto donde comienza el Río Colorado, de este punto siguiendo el litoral Oriental del Estado de Baja California, hasta la punta de Digs sobre el Golfo de Cortés; de este lugar, y siguiendo una línea recta con rumbo general al Noroeste hasta encontrar el vértice del cerro "La Encantada", del vértice anterior con una dirección general al Noroeste, hasta encontrar el vértice del cerro "Colorado", de este punto y en dirección al Norte hasta el Monumento 228 de la Línea Divisoria Internacional.

Se incluye en la Municipalidad de Mexicali, las siguientes islas del Golfo de California: Gore, Miramar, Lobos, Encantada, San Luis, Angel de la Guarda, Pond, Partida, Rosa, Salsipuedes y San Lorenzo.

El perímetro descrito tiene las siguientes colindancias: Al Norte los Estados Unidos de América; al Este los Estados Unidos de América, el Estado de Sonora y el Golfo de Cortés; al Sur los Municipios de Ensenada y Tecate. (1)

Al Municipio de Mexicali corresponden las siguientes Delegaciones Municipales: Compuertas, Hechicera, Cuervos, Bataques, Cerro Prieto, Venustiano Carranza, Colonias Nuevas, San Felipe, --

(1) Vid. Adalberto Walter Meade- Monografía Estatal-México 1981 S.E.P. 11 12 p.

Los Algodones, Delta y Colonia Progreso. (Vease Anexo Fig. 2)
Composición del Ayuntamiento de Mexicali.

"Artículo 12 los Ayuntamientos radicarán en las cabeceras Municipales y estarán integrados, al de Mexicali, por un Presidente Municipal, un síndico y cinco Regidores.

D) Valle de Mexicali

La Agroindustria

La Agroindustria de Mexicali se ha consolidado paralelamente con el desarrollo agrícola del Valle de Mexicali, por lo que durante el período de 1980-82 las empresas mostraron un incremento del 90% en el valor de la producción, expandiéndose la capacidad instalada agroindustrial en un 10%.

Las Agroindustrias principales que se localizan en esta región son: Molinos de trigo, Procesadoras de algodón (despepitadoras y extractos de aceite), elaboradoras de pastas y jugos de tomate, productoras de aceite, enlatadoras, así como empacadoras de hortalizas y procesadoras de productos balanceados para el consumo animal y otros. (Vease Anexo Fig. 3)

El Valle de Mexicali ofrece otro tipo de recursos fuera del esquema agropecuario; como el campo geotérmico de Mexicali que es considerado como uno de los más grandes del mundo, ha generado de 1973 a 1981 No. 5,840 millones Kwh, el programa de expansión indica la generación suficiente para dotar de servicio a nuestro estado, a Baja California Sur parte de Sonora y a partir de 1984 para ser vendida a los E.U.A (1)

El litoral del Mar de Cortés proporciona la explotación de 2 tipos de recursos naturales importantes: Los productos del mar y las áreas exclusivas para el turismo.

Ambas actividades se han destacado por la generación de divisas para la economía estatal.

(1) Cfr. SAHOPE-Secretaría de Asentamientos Humanos y Obras Públicas del Estado.

1.- Minería

Los recursos minerales que se explotan en la región son: -- manganeso, oro, plata, plomo, azufre, yeso, arena y grava; mis-- mos que no alcanzan a ser importantes dentro de la economía de -- la región ya que se emplean métodos sumamente rudimentarios.

2.- Medio físico natural de la ciudad de Mexicali

El estudio comprende los siguientes aspectos: clima, topo-- grafía, geología, edafología, hidrografía, vegetación y ocupa--- ción del suelo.

3.- Clima

La ciudad de Mexicali posee un clima clasificado como desér-- tico, cálido con un régimen de lluvias en invierno, las tempera-- turas máximas es promedio registrado oscilan en los 49°c mien--- tras que las mínimas premedían 23°c lo cual hace considerar a Me-- xicali como una ciudad de clima extremoso, de ahí que esta cons-- tituye el elemento natural que mayor impacto tiene en el desarro-- llo urbano presentando un alto costo social las medidas utiliza-- das para solventar sus efectos.

4.- Topografía

Las condiciones topográficas de la ciudad de Mexicali, son relativamente homogéneas, detectándose pendientes variables, que oscilan en cero y 2.5% a excepción de las depresiones que repre-- sentan el Río Nuevo y el Dren 134.

El primero de ellos constituye el primer obstáculo de comu-- nicaciones terrestres dentro de la ciudad ocupando aproximadamen-- te el 2% del área urbana. El extremo occidental de la ciudad -- tiene 0 mts. sobre el nivel del mar, constituyendo la parte baja de la misma, en cambio al oriente la plataforma tiene una altura que oscila en los 10.00 mts. conformando la parte alta de la ciu-- dad.

5.- Geología

El área de la ciudad de Mexicali esta ubicada sobre una zo-- na sujeta a numerosos esfuerzos de tipo tectónico, lo que se com--

prueba con la abundancia de fracturas, fallas detectadas en las sierras y valles del municipio con una orientación general Noroeste Sureste y ligadas estrechamente con la falla de San Andrés que se considera una de las más importantes del continente.

6.- Edafología

La ciudad de Mexicali presenta varios tipos de suelo los -- que destacan los colapsables (arcilla de baja plasticidad), que ocupan el 75% en la Mancha Urbana. Estos suelos sufren de asentamientos repentinos cuando se saturan con agua o se encuentran en una zona sísmica.

7.- Hidrografía

Otros de los factores del medio natural que influyen en la conformación de la ciudad y su desarrollo es el referido a los -- cuerpos de agua; para su análisis se subdividen en hidrografía -- superficial y subterránea.

8.- Hidrografía superficial

La corriente más importante se localiza dentro del área de estudio y la constituye el Río Nuevo, que atraviesa la ciudad de Sureste a Noroeste internándose a los Estados Unidos.

Otra corriente superficial de vital importancia es el canal Alimentador, derivado del sistema de riego agrícola y que se localiza al este del área urbana internándose en éste 2 kms. par-- cialmente revestido de concreto.

De suma importancia con características muy especiales por la función que desempeñan son las lagunas de oxidación de aguas negras, se localizan en las proximidades del límite Suroeste de la Mancha Urbana.

9.- Vegetación

La importancia de la vegetación radica al considerarse como elemento regulador de las condiciones microclimáticas y como pul-- món de la ciudad, dándose en función de ello el nivel de comodi-- dad y control de los efectos ambientales. Dentro de esta encon-- tramos parques, jardines públicos o privados.

10.- Desarrollo urbano de la ciudad de Mexicali

La ciudad de Mexicali se ha venido desarrollando aunque con una marcada subutilización del suelo, dentro de los límites del fondo legal establecido, el cual tuvo su última ampliación según decreto número 77 de fecha 31 del mes de Enero de 1973, teniendo como límite al Norte la Línea Divisoria Internacional entre México y los Estados Unidos. (Plan de Desarrollo Urbano de la Ciudad de Mexicali) Secretaría de Asentamientos Humanos y Obras Públicas del Estado.

11.-Población

En la actualidad la Mancha Urbana de la ciudad de Mexicali, cuenta aproximadamente con más de medio millón de habitantes (población estimada de D. P. D. U./SAHOPE) y una superficie de - - - 8,567.00 Héctareas con una densidad de habitantes de 52.23 en su Mancha Urbana.

12.- Tendencia de crecimiento (Mexicali)

Las direcciones de crecimiento de la Mancha Urbana se han dado en forma concéntrica, en base al centro comercial tradicional, teniendo como única limitante al Norte la Línea Divisoria entre México y los Estados Unidos. En los últimos diez años las tendencias de crecimiento están orientadas en las siguientes direcciones: al Este se ha alcanzado el periférico Luis Echeverría y parte de la colonia Rivera, incorporándose al uso urbano áreas que hasta hace poco eran áreas agrícolas.

Al Sur, esta área comprendida entre Boulevard Lázaro Cárdenas, Carretera Tijuana-San Felipe, sobre la carretera Mexicali-San Felipe se han acentado una serie de agencias prestadoras de servicios terminándose en el Cementerio Particular Jardín Descanso. (Vease Anexo 4).

A ambos lados del Boulevard Sánchez Taboada, se encuentra enclavada una zona industrial que va desde el monumento a Sánchez Taboada hasta la estación del FFCC Pascualitos; de este punto

(1) Cfr. SAHOPE-CONAPO Plan de Desarrollo Urbano de la Cd. de Mexicali XI Ayunt. 56,57 y 60 p.

to hacia el Sur se ubican comercios hasta casi formar una unión con el área urbana del ejido Puebla.

13.- Tendencia del suelo

La tendencia del suelo urbano de Mexicali se clasifica así: Propiedad, Propiedad Pública, Federal, Estatal, Municipal y Propiedad Ejidal.

14.- Vivienda

Es el principal elemento que genera el desarrollo de los asentamientos humanos, la familia es necesaria considerar la vivienda no solo con espacio habitable donde la familia resuelve la necesidad de protegerse de las inclemencias del medio ambiente sino como un concepto y actividad más amplio donde se considera el medio social, económico y cultural en que se desenvuelve; persiguiéndose como fin único que el hombre satisfaga un mínimo de bienestar.

Podemos considerar en vivienda residencial que cuenta con todos los servicios, vivienda media que tiene la mayoría de los servicios y en vivienda popular que ocupa la mayor parte.

C A P I T U L O I I I

A R E A D E I N F L U E N C I A D E
L A C O M U N I D A D E S C O L A R

CAPITULO III

AREA DE INFLUENCIA DE LA COMUNIDAD ESCOLAR

A) El Medio Físico, Social y Cultural

La Escuela donde laboro está ubicada en una colonia popular, que se le denomina Cuauhtémoc Sur, * se localiza al Este de la ciudad de Mexicali, esta limitada al Norte por la Calzada de las Américas, al Sur por la Calzada Cuauhtémoc, al Oeste por la Avenida Justo Sierra y al Este por la calle Río Culiacán. (1)

Esta colonia se formó en el año de 1952, por motivo de una inundación, causada por exceso de lluvias, haciendo que las aguas del Río Nuevo se salieran de cause y como a las margenes de dicho río, había un numeroso grupo de habitantes, hubo necesidad de ponerlos a salvo para ello se ocuparon en forma inmediata las escuelas. Unas familias fueron reubicadas al Oeste de la ciudad formando la colonia San Rafael.- la colonia San Rafael se formó en las parcelas de Don Emiliano Fernández y de Don Isederio Martínez, los cuales vendieron la posesión de dichos terrenos en -- \$800.00 pesos que después fueron adquiridos por la Fraccionadora y Constructora de Baja California, los que de hecho hicieron el contrato de Compra-Venta con los usuarios a razón de \$1,500.00 - pesos por lotes con medidas en lo general de 20X25 m. (Contrato de Compra-Venta y Título de propiedad, gestión realizada en la Notaria No. 5).

Como cualquier parte del Valle de Mexicali, su clima es extremo con veranos sofocantes y crudos inviernos.

(1) Cfr. Plano de la Ciudad

Esta zona esta completamente urbanizada, conectada al centro de la ciudad por medio de líneas de camiones y taxis proporcionando un servicio eficiente y rápido.

Clase social

La clase social que caracteriza a la comunidad es la media.

Ocupación

La ocupación de los habitantes es muy variada como en todas las ciudades, existen obreros, industriales, comerciantes, oficinistas, de bares turísticos, de maquiladoras etc. y sobre todo - de estas últimas que han proliferado ultimamente así como los emigrados que en su mayoría jornaleros agrícolas en E.U. haciendo con ello que la comunidad sin llegar a ser próspera, sea una comunidad de medianas posibilidades.

La colonia tiene una población de 19,000 habitantes aproximadamente predominando los mestizos y con íntimo porcentaje de - indígenas. (Consejo Estatal de Población)

Nivel Cultural

En cuanto al nivel cultural de sus habitantes es mediano, - pues un considerable número, cursó estudios secundarios o preparatorios, la mayoría la enseñanza primaria y sólo un pequeño grupo de personas mayores son analfabetas; contando además con gentes especializadas técnicamente para un oficio y algunos profe--sionistas que viven y ejercen su profesión como: doctores, abogados, ingenieros, maestros de escuela, químicos en diferentes ramas.

La colonia cuenta con dos edificios donde funcionan dos primarias: "Presidente Alemán" y "Centro Escolar Revolución", dos - secundarias "Justo Sierra" en sus turnos matutinos y vespertino, y un jardín de niños. Como único centro social, cuenta con el - Casino Magisterial "Lázaro Cárdenas del Río" propiedad de la sección 37 de Maestros Estatales.

La colonia se forma de 40 manzanas donde se ubican sus habitantes teniendo una densidad de población de 1,9000 aproximada--

mente siendo en su mayoría jóvenes y adultos y en número menor, niños, de estos nos damos cuenta por la cantidad de alumnos que tenemos en nuestro centro de trabajo. (Vease Anexo Fig. 5)

Como habitantes de zonas urbanas sus costumbres no son las mismas; agrupándose o amistando por afinidad religiosa, origen étnico, afinidad en la diversión o esparcimiento; relación de trabajo y consaguinidad o parentesco. Confraternizan en bautizos, onomásticos, días de santo, bodas o cualquier otro pretexto.

Religión

La religión predominante es la católica, existe una iglesia católica y un centro donde concurren Evangelistas de diferentes colonias.

Tendencia política

Respecto a la Tendencia Política se puede clasificar como del Partido Revolucionario Institucional ya que los candidatos que postula dicho partido son los que siempre ganan en el Distrito donde ubica esta comunidad. (4o. Distrito Estatal y 3o. Distrito Federal).

Salvo en las escuelas la colonia no cuenta con instalaciones deportivas para el ejercicio libre e ilimitado de cualquiera de los deportes que se practican en la región, pero se localiza cerca de la colonia una Unidad Deportiva considerada la más grande y completa de la ciudad, completando esta unidad el Auditorio del Estado y el parque de beisbol denominado "Nido de los Águilas", nada más que para poder entrar a éstas instalaciones, se debe pagar.

Algunos de los jóvenes de esta comunidad son afectos a la marihuana, inhaladores de cemento, gasolina, thinner y principalmente al consumo de pastillas tóxico-medicamentosas, depresoras del sistema nervioso central, que los impulsan a cometer robos, asaltos a mano armada y otros delitos que están en franca oposición con nuestros códigos civiles y penales.

B) La Escuela

Datos Generales

Nombre: "Presidente Alemán"

Clave: O2DPRO246D

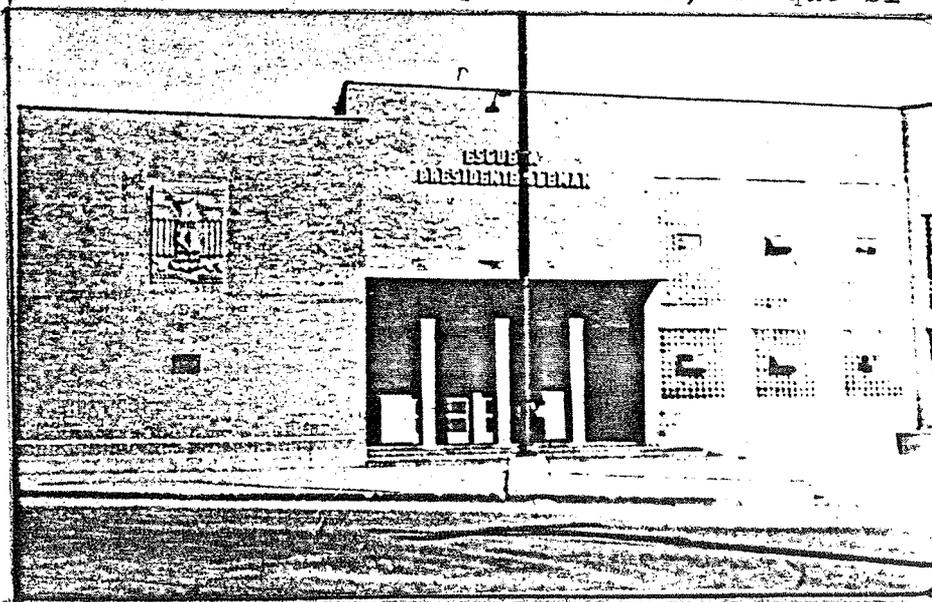
Turno: Matutino

Edificio escolar y sus anexos

La Escuela se localiza en la manzana que se forma con: Av. Panamá al Sur, Al Norte la Avenida República de Honduras, Al Oeste la calle Bogotá y Al Este la Avenida Buenos Aires.

Esta Escuela se terminó de construir en el año de 1952 en los últimos días de gestión del Sr. Lic. Alfonso García González como Gobernador Provisional del Estado de Baja California.

Para llegar a tan feliz término hubo necesidad de realizar varias peticiones por parte de Maestros, padres de familia y de la comunidad, a las autoridades correspondientes para que les eligiera una Escuela, no obteniendo respuesta, fue hasta en el año de 1951 que la C. Profesora Josefina Quiroz Loya, forma una comisión de alumnos que la integran Ignacio Vega, Gabina Landín y María de la Luz Chávez L. para que vayan al poblado de Algodones, a solicitar una entrevista con el Sr. Miguel Alemán Valdéz Presidente de la República, que tenía como objeto recordarle su promesa hecha cuando era candidato a la presidencia, de que sí nos construiría una Escuela.



Frente de la Escuela

En el momento en que le solicitamos la Escuela pareció que no se interesó pero cuando menos pensamos empezó a llegar material a los patios donde estaba ubicada la "Escuelita", que se llamaba Revolución, y para principios del año de 1952 se inauguró un flamante edificio que en honor al Señor Presidente se le puso por nombre "Escuela Presidente Alemán".

Este edificio Escolar vino a resolver el problema a muchos niños que por no tener un Edificio adecuado asistimos a una casa rodeada de enramadas con paredes de cartón, los niños que no querían padecer las inclemencias del tiempo por estar recibiendo enseñanza casi a la interperie, se trasladaban a la Escuela "Benito Juárez" bastante distante de nuestra comunidad.

El material de que esta construída, es armazón de concreto y varilla, ladrillo comprimido, pisos de lozeta y techos de madera con cartón asfáltico.

Teniendo al frente Este una ala de salones hacia el Norte, a lo largo de 50 metros, otra ala se orienta de Este a Oeste con 57 metros de longitud, para remotar en otra que corre de Norte a Sur en una extensión de 24 metros. A todo lo largo de estas construcciones y la parte interior se encuentra un corredor. El edificio escolar consta de dos plantas que cubren casi toda la construcción, quedando solamente como una planta, una pequeña sección de ala frontal, que va de Sur a Norte.

Al Norte y a una distancia de diez metros al terminar el ala frontal, fue construído un edificio de una sola planta, que consta de nueve salones de clases, habiéndose adaptado uno para vivienda del conserje de la escuela y su familia. Cabe aclarar a esta construcción se hizo en virtud de la demanda de lugares resolviendo así en gran parte, el problema de la sobrepoblación Escolar en este rumbo de la ciudad en años anteriores.

Consta el Edificio Principal en su planta alta con seis salones de clase, con una sala de conferencias que también hace --

las veces de teatro y tiene dos vestidores, dos unidades de servicios sanitarios, el cubículo de dos escaleras de acceso a la planta un salón de geografía con mapas en las paredes en relieve y su corredor correspondiente.

La Planta baja consta de doce salones de clase, uno de los cuales, estaba habilitado para sala social con sus indispensables instalaciones pero ahora es almacén, además aquí encontramos tres salas de aseo y sanitarios modernos y funcionales, con un corredor que va a lo largo de toda la construcción, dividida por el corredor y a la altura de la entrada principal, se encuentran tres locales para oficinas, uno de los cuales ocupa la Directora de la Escuela.

Ventilación e iluminación

La ventilación se efectúa por una sección de la parte central de enormes ventanas que permiten una renovación constante de aire.

La iluminación es natural y adecuada, ya que los ventanales son suficientes y convenientemente distribuidos en las salas de clase.

A) Mobiliario

Se cuenta con una gran variedad de mesabancos desde los de dos plazas o binarios proporcionados por el Comité Administrativo del Programa de Construcción de Escuelas (CAPFCE) los unitarios tradicionales, hasta los mesabancos tipo universitario.

B) Los pizarrones son en su mayoría de cartón comprimidos pintados de color verde opaco, para evitar el brillo que lastime los ojos y se encuentran instalados a la altura que recomienda el reglamento de la escuela. Casi ninguno de los maestros cuentan con un escritorio en condiciones adecuadas, pues unos están casi inservibles y son varios los salones que no los tienen; no se cuenta con libreros o estantes y otros muebles para el uso del maestro, sólo la Dirección de la Escuela está equipada con escritorio y silla, dos libreros, un estante, botiquín, nicho para la

bandera y gabinetes para archivos y material didáctico, etc., En la parte posterior y semiencerrado por los edificios se encuentra una zona para jardín y árboles rodeado por una calzada con piso de cemento que se aprovecha para la formación de los niños antes de entrar a clases. Más allá y en esta parte posterior del edificio principal, encontramos extensos patios de recreo. Como anexos cuenta la escuela con extenso campo donde se juega a discreción en el tiempo determinado para ello, habilitando una sección para la práctica del fútbol.

Existen dos anexos más que son canchas de basquetbol que se pueden convertir en canchas de volibol cuando es necesario.

No tenemos talleres bien organizados, pero contamos con algunas herramientas de carpintería. Hay un periódico mural para uso general en el que se exponen los trabajos importantes y mejor presentados de cada uno de los grupos en ocasión de las fechas conmemorativas.

Organización general de la escuela

Es una Escuela Federal Urbana Mixta, de organización completa y en ella funcionan diez y seis grupos de primero al sexto grado y el número de grupos paralelos, depende de las necesidades de la población escolar.

El personal esta formado por la C. Directora, un Sub-Director cinco maestros hombres, once maestras mujeres y un conserje.

La Directora del plantel es actualmente la Profra. Loreto Marmolejo Camacho, Sub-Director Profr. Julio Enrique Alfaro Garcia, Maestro de Educación Física Profr. Rene Medina Aguirre, intendente Sr. Flavio Montoya Castro y el personal docente esta formado por:

RELACION DEL PERSONAL DOCENTE

No.	N O M B R E	G R A D O
1.-	JOSE LUIS SALCEDO V.	1o. A
2.-	PATRICIA PEREZ G.	1o. B
3.-	ALICIA ASTRID GALVAN E.	2o. A

116425

No.	N O M B R E	G R A D O
4.-	CRISTINA ACOSTA	2o. B
5.-	AGUSTIN CINTORA C.	3o. A
6.-	HORTENCIA AMAYA A.	3o. B
7.-	RAMOS BASULTO T.	3o. C
8.-	MERCEDES CASTRO B.	4o. A
9.-	ELODIA CASTRO F.	4o. B
10.-	JOVITA CHAVEZ C.	4o. C
11.-	MARTHA HERRERA S.	5o. A
12.-	MARIA DE LA LUZ CHAVEZ L.	5o. B
13.-	LUCIANO PINO S.	5o. C
14.-	GILBERTO LIZAMA C.	6o. A
15.-	GUADALUPE GUERRERO D.	6o. B
16.-	DORA GERALDINA HERNANDEZ S.	6o. C

Al terminar el año escolar 1985-1986 previo oficio de vacaciones e información correspondiente respecto del grupo por atender en el próximo ciclo escolar, se disfrutó del descanso de fin de cursos.

Al regreso e inicio de actividades se emprendió la tarea docente en el 5o. y 6o. Grado Grupo "B" con 27 alumnos 14 hombres y 13 mujeres. Este grupo se caracterizó por estar compuesto de niños dedicados al aprendizaje sin problema de conducta, pero sí luchadores por lo que consideraban les correspondía, no se les podía prometer algo y no cumplirles porque inmediatamente manifestaban su inconformidad. (Vease Anexo 6)

Al iniciarse el año escolar 1986-1987 la C. Directora reunió a todo el personal con la finalidad de formar el consejo técnico y designar a cada maestro en una comisión que se les denomina permanente, porque la desempeñará durante todo el año escolar (esto no evita que tendrá que desempeñar otras comisiones) en este año me tocó cumplir la comisión de auxiliar del maestro de Educación Física de la Escuela, la cual acepté con mucho agrado.

Esta comisión me dió la oportunidad de relacionarme con todos los alumnos del plantel siendo aproximadamente 500 niños y comprobar que lo relacionado a la Educación Física, respecto a la selección de alumnos para formar equipos deportivos no se toma en consideración los intereses del niño. (Vease Anexo 7)

Los equipos deportivos representativos en lo general se forman con alumnos de 10 a 12 años y es en los grupos de 5o. y 6o. donde se encuentran la mayoría de niños de estas edades que es la etapa de la preadolescencia e inicio de la adolescencia donde se manifiesta cierto egoísmo, se encierra en él, observando a los demás porque esta adquiriendo su personalidad de acuerdo con el estado de crisis que esta atravesando.

Cada etapa tiene sus características netamente relacionadas al terminar una e iniciar otra dan lugar a la mezcla es en este

momento en el que muchas veces no entendemos a nuestros alumnos porque les reclamamos puramente en su etapa correspondiente olvidando que los niños están siempre viviendo etapas de transición.

La población escolar del plantel en este año escolar próximo pasado estuvo formado por aproximadamente 500 alumnos en su mayoría niños que manifestaron estar más o menos bien alimentados, por venir de hogares donde sus padres tienen un trabajo estable y muchos laboran de jornaleros en Estados Unidos.

La población escolar comparada del inicio del centro educativo a la fecha ha disminuido considerablemente, antes hubo necesidad de ampliar el edificio escolar, actualmente en el turno matutino que dan 6 aulas que no se ocupan, esto considero se debe a que la población de la colonia no ha aumentado sino que es estable mas no reproductiva en el sentido de procreación de familia.

El presente marco de referencia conduce al desarrollo del tema "Importancia de la Educación Física en el 5o. y 6o. Grado" de la "Escuela Primaria Presidente Alemán" permitiendo vertir -- mis experiencias en este campo y seguir los medios posibles para superar los errores que se cometen.

Con la finalidad de ofrecer un panorama general en la descripción de actividades se integra al final del capítulo el plan trabajo.

PLAN DE TRABAJO

La vida infantil hace mucho que preocupa al educador, pero no todos se dan cuenta cabal del ritmo de crecimiento, tanto físico como psíquico de los niños que atienden.

En los educandos actúa constantemente el medio ambiente que los rodea y los factores internos y externos, por ello es indispensable ya, aplicar las normas didácticas que integran un todo orgánico con el conocimiento psicológico del niño.

Al analizar lo antes expuesto, se plantea la necesidad de ordenar las actividades indispensables a realizar buscando obtener mejores resultados en la labor educativa.

Plan de Trabajo

Tema: "La Educación Física en 5o. y 6o. Grado de la Esc. Primaria"

Tiempo probable: Ciclo escolar 1986-1987

Lugar: Escuela Presidente Alemán 2o. Zona

Destinatario: Población escolar de 5o. y 6o. Grado

Responsable: Profra. María de la Luz Chávez Lugo

Objetivo general.-

Al término de la realización de estas actividades se podrá comprobar, que basando la enseñanza de la Educación Física en las facultades e intereses del niño, mejorará la formación de ciudadanos.

Objetivos particulares.-

- 1.- El maestro hará uso de la progresión en ejercicios gimnásticos.
- 2.- Se aplicarán técnicas de selección tomando en cuenta además los intereses del niño.

Objetivo específico.-

Se participará en la organización de desfiles.

Actividades.-

Practique ejercicios militares como integrarse en la columna tomando en cuenta su estatura.

Se organice en la formación de dos tres y cuatro en fondo.

Ejecute ejercicios de tomar y conservar la distancia.

Realice suficiente práctica de marcar el paso.

Practique el paso redoblado, marcha y conversiones.

Ejecute a pie firme flancos y medias vueltas.

Objetivo específico.-

Hará ejercicios coordinados diariamente al iniciar las clases -- del día, cambio de una materia a otra, o cuando se crea conve--- niente, en forma progresiva consesiones no mayores de 5 minutos.

Convine los ejercicios anteriores y forme tablas gimnásticas.

Se motive y explique al alumno la fecha a conmemorar, para que - participe en programas cívico-sociales.

Objetivo específico.-

Se seleccionarán alumnos para formar equipos deportivos represen_u tativos.

Se organicen equipos en los grupos de 5o. y 6o.

Participe en campeonatos internos de la escuela.

Se observen las facultades de cada niño.

Clasifique a los niños de acuerdo a la edad.

Pregunte después de terminar todos los eventos en que deporte -- les gustaría participar.

Se formen las preselecciones.

Ejecute los diferentes fundamentos técnicos del deporte en que - participe.

C A P I T U L O I V

D E S C R I P C I O N D E A C T I V I D A D E S

CAPITULO IV

DESCRIPCION DE ACTIVIDADES

Introducción

Al escoger el tema de la Educación Física en el 5o. y 6o. - Grado es por el interés que se tiene en la forma como se imparte dicha materia y considerar que los maestros de Educación Física en la Escuela Primaria no llenan los requisitos en su enseñanza, y habiendo escogido la interesante carrera de maestra y considerando al niño como elemento principal de la educación en lo general, se busca en lo particular ayudar a corregir vicios o errores que afecten al educando en la formación integral.

La Educación Física, se maneja en 5o. y 6o. como formadora de equipos deportivos representativos, sin tomar en cuenta los - juegos predeportivos y no se pone en práctica el programa que la S.E.P. señala en esta materia.

Se sigue confundiendo la Educación Física con rendimiento - deportivo e incluso con el deporte espectáculo, sin considerar - que para esta materia es más importante propiciar la creación de hábitos adecuados en el uso del movimiento, objeto de un aprendizaje paralelo al desarrollo del niño.

Todo lo cual se ha observado durante años de servicio en la labor docente y corroborado en este año lectivo 1986-1987 al ser considerada por la C. Directora del Plantel en la Comisión Permanente de Auxiliar del Maestro de Educación Física.

1.- Desarrollo de Actividades Cívico-Sociales

Para cumplir la Comisión de Auxiliar del Maestro de Educación Física, primero se dió la tarea de organizar actividades -

de índole económico y así obtener fondos para comprar material deportivo y pintar canchas. Teniendo la responsabilidad de organizar el desfile que con motivo del Aniversario de la Revolución Mexicana se realiza el 20 de Noviembre por lo que maestros y alumnos hacen un recorrido por la colonia.

Esta actividad conmemorativa al Aniversario de la Revolución Mexicana, se organizó de la siguiente manera: primero se solicitó la ayuda de los maestros que no tenían impedimento físico por edad o alguna enfermedad, con su colaboración se pidió que sacaran del salón a todos los niños y los mandaran a las canchas donde se integrarían a la fila que les correspondiera, (una de niños y otra de niñas) la cual ya estaba iniciada por el grupo que se atendiera en el ciclo escolar, se les indicó a los niños que caminaran alrededor de la cancha para que fueran integrando por estatura, cuando ya quedaran bien formadas las filas, se les dijo que contaran del uno al cuatro para formar la columna de cuatro en fondo, así se realizó, enseguida se les pidió a los niños que pasaran, el número dos a la derecha del número uno, el tres a la derecha del dos, el cuatro a la derecha del tres, se les ordenó flanco izquierdo para tener la atención de todos los participantes y explicarles que con motivo del Aniversario de la Revolución Mexicana se participaría en un desfile por lo que se procedió a formar las secciones quedando la columna integrada por: Escolta de la Bandera, Estandarte con el nombre de la Escuela, - primera sección con 132 alumnos de los más grandes, 44 con banderines verdes, 44 con banderines blancos y 44 con banderines rojos, seguidos por la sección deportiva, haciendo evoluciones con balones de basquetbol, futbol y volibol algunos niños con trajes de beisbolistas con bat al hombro y guante en la mano izquierda en su mayoría esta sección la integraban niños de 3o. y 4o. grado y algunos de 5o. que por su estatura quedaron entre los niños de esos grados, luego seguían los de la sección de "Revolucionarios y Adelitas" o sea los niños que se caracterizan en trajes repre-

representativos de la época de la Revolución con calzón blanco largo, huaraches, sombrero grande de palma, pañuelo rojo al cuello, cananas o carrilleras de cartón cruzadas en el pecho (hechas por las maestras) y con rifles recortados de madera pintados, las Adelitas o Guerrilleras con falda floreada larga, blusa con flores estampadas, rebozo cruzado en el pecho, algunas con muñecos envueltos en el rebozo y cargado en la espalda, de peinado se procuró que llevaran trenzas con moños grandes de diferentes colores predominando el color rojo. (Vease Anexo 8).

Las secciones que se formaron, tanto en los ensayos realizados alrededor de la escuela, como el recorrido, en la fecha precisa conmemorativa fueron atendidos por maestros que se comisionaron, más la columna en su totalidad se tuvo la responsabilidad.

Después del desfile, al regresar a la escuela se formaron los niños en el perímetro de la cancha acompañados de padres de familia que concurrieron a presenciar el programa alusivo a la fecha, que consistió en: primero, todos los presentes hicimos honores a la Bandera la despedimos o sea que la escolta trasladó la Bandera a la Dirección de la Escuela para guardarla en el nicho, segundo, los niños que realizaron ejercicios sobre la marcha pasaron a la cancha y marcando el paso ejecutaron los mismos movimientos para que los observaran mejor los presentes, siendo premiados con aplausos y felicitados por la C. Directora al igual que unas sencillas pirámides dirigidas por el maestro de Educación Física.

La actividad antes descrita fue organizada y presentada en 8 días. Otra actividad parecida a la antes señalada fue la realizada el 24 de Febrero con motivo del "Día de la Bandera". Se colaboró con el maestro de Educación Física ayudándole, pero no de responsable en forma oficial.

Esta vez se organizaron guardias a la bandera que esta colocada en el nicho, se hicieron los honores a la Bandera y quedó -

en el asta la que para tal objeto se tiene en el plantel.

El desfile se organizó con la escolta, el estandarte y las diferentes banderas y estandartes que señala la historia en el proceso de nuestra enseña patria hasta llegar a la actual.

A) Tablas gimnásticas

En el programa se participó con una tabla rítmica de gimnasia de percusión a 16 tiempos, para ello se utilizaron botes uno en cada mano y pintados de blanco.

Esta tabla como los ejercicios realizados en la anterior actividad nacieron del ejercicio continuo que se realizan en el grupo donde pongo en práctica la progresión. - La razón de las progresiones es para no someter al organismo a un trabajo de saltos ni brusquedades que van en contra de su normal y perfecto funcionamiento.

La progresión que aplico a la Educación Física es de ir de lo fácil a lo difícil (tanto mecánica como psíquicamente) esto es diario durante todo el curso, sin olvidar que en toda progresión hay un límite del cual no debemos pasar, este límite depende del niño, porque al pasar dicho límite podemos producir lesiones en el organismo del educando.

Cuando se impartió los ejercicios fue procurando hacerlo en forma racional, con el fin de que no se acumule el trabajo solo en determinada parte del organismo, mientras que otras partes de dicho organismo actúan poco o nada (aplicación de la gimnasia natural coadyubando la gimnasia Sueca) procurando que trabajen todas las partes del organismo según su importancia funcional por lo que apliqué la alternancia de: 1.- manos 2.- piernas 3.- brazos 4.- cabeza 5.- tronco 6.- flexiones 7.- equilibrios 8.- saltos.

De las primeras saque las siguientes ordenes manos cabeza, manos nuca, manos frente, manos cuello, manos pecho, manos cintura, manos dorso con los movimientos brazos en alto, brazos al --

frente, brazos horizontales y firmes.

De las piernas: pierna al frente, pierna sobre el costado - derecho, pierna sobre el costado izquierdo, piernas atrás (alternando) estos ejercicios se procuró hacerlos con la cuadratura de los flancos, a diferencia de los desplazamientos que vienen en - segundo término; flexiones y cabeza toman diferentes modalidades vista a la derecha, vista a la izquierda, vista hacia arriba, -- vista hacia abajo.

Las flexiones se procuró hacerlas auxiliándose con mover -- los brazos y manos para obtener igualdad a los costados al fren- te, con manos a la cintura, al piso, horizontal e inverso.

En invierno y cuando los días se presentan muy fríos, reali- zaron aparte del ejercicio anterior, el de equilibrios por ser - los que se obtienen del dominio de los brazos y piernas, ejecu- tándose para controlar el cuerpo equilibrándolo en una u otra -- pierna con unos giros a un flanco u otro de los lados, para que no se ejecuten con los talones; se enseñó primero a brincar al - contigente, haciéndolo con la flexibilidad del pie para que el - golpe del talón no repercuta en el sistema nervioso directamente a la cabeza.

La progresión de estos ejercicios como de todos es contados por tiempos 8-16-32 progresivas y regresivas, siendo las más co- munes los de 8 tiempos, que sobre la marcha también se utilizó - el ritmo o cadencia por cuatro, para la ejecución de los ejerci- cios que se ejecutaron.

Como se vé, esta progresión en gimnasia sin aparatos, puso de manifiesto lo importante que es seguirla para lograr buenos - resultados en la Educación Física, por ser la serie ordenada y - lógica de ejercicios que partieron de los que presentaron menos dificultades para su ejecución hasta el que necesitó mayor coor- dinación neuromuscular de parte de los niños.

La progresión gimnástica que mejor resultados dió al cum--- plir con la comisión de auxiliar del maestro de Educación Física fue:

- 1.- Ejercicios de pies
- 2.- Ejercicios de manos
- 3.- Ejercicios de brazos
- 4.- Ejercicios de piernas
- 5.- Ejercicios de tronco
- 6.- Ejercicios generales
- 7.- Ejercicios de cuello
- 8.- Ejercicios de salto
- 9.- Ejercicios respiratorios

Comprobándose que se adapta a la capacidad física e intelectual de nuestros niños, por lo que se puede considerar una progresión gimnástica en su aplicación para que sea efectiva y lleve una función específica se tomaron en cuenta la intensidad, el tiempo y la coordinación de los ejercicios gimnásticos de estas directivas dependió la dosificación y la aplicación de los ejercicios sistematizados, por considerar la estructura ósea que a la edad de 10 a 13 años se tiene y que les pudieran servir y ayudar a su normal desarrollo físico.

La gimnasia que más se aplicó fué la gimnasia natural combinada con la gimnasia sueca por la belleza de sus ejercicios que practica el educando y le son indispensables para asegurar su protección y su conservación (salud) deben ser además una preparación sistemática para todo trabajo manual, sin llegar a especialización alguna. Este viene a suprimir el automatismo estático de la gimnasia sueca, pues los ejercicios se indicarán de manera integral y continua.- carreras, saltos lanzamientos etc.

Como observación premordial se puede asentar que la intensidad de la gimnasia aumenta de acuerdo:

- a) Con el número de tiempo de cada ejercicio
- b) Con el número de ejercicios que se efectúan
- c) Con la mayor coordinación neuromuscular que el ejercicio implique al ejecutarse.

En estos casos se ordenarán diferentes ejercicios ya sea sobre un pié, sobre los dos etc., según lo deseen.

Tabla de gimnasia que realizaron los niños como el objetivo principal de la gimnasia en la Escuela Primaria es el lograr el desarrollo armónico de las facultades de los educandos lograndoles una coordinación neuromuscular, que los permita afrontar con decisión y efectividad los distintos problemas de su vida.

La gimnasia se exhibición es una actividad importante en -- las Escuelas Primarias; y los maestros deberán organizar tablas gimnásticas con bastones, botes, mancuernas, aros, cuerdas, banderines a manos libres etc.

Tabla de gimnasia pedagógica para 5o. y 6o. grado
(16 tiempos cada ejercicio)

Primer ejercicio

Manos caderas	1
firmes	2
Manos caderas	3
firmes	4

Segundo ejercicio

Brazos laterales	1
Brazos al frente	2
Brazos laterales	3
firmes	4

Tercer ejercicio

Posición manos caderas	
Flexión tronco al frente	1
Extensión tronco	2
Flexión tronco atrás	3
Extensión tronco	4

Cuarto ejercicio

Posición manos caderas	
Torsión cuello a la izquierda	1
Extensión cuello	2
Torsión cuello a la derecha	3
Extensión	4

Quinto ejercicio

Piés separados	1
firmes	2

Sexto ejercicio

Pié izquierdo lateral manos caderas	1
Firmes	2
Pié derecho lateral manos cadera	3
Firmes	4

Las ordenes dadas a los alumnos para realizar los ejercicios fueron los términos que comunmente se usan y que son dos: - una voz preventiva y una voz ejecutiva considerando que la voz preventiva sirve para exponer claro y concisamente al ejercicio que se va a realizar, es cuando como maestra se indicará todo lo concerniente al ejercicio, orden, componentes y tipo de movimiento, la voz ejecutiva servirá para iniciar el ejercicio conforme a lo expuesto en la voz preventiva.

Se procuró que el ejercicio tuviera en su ejecución una progresión escalonada, en primer lugar se empleará "el mando por tiempos" después "el mando por tiempos contando mentalmente" "el mando rítmico" y "el mando rítmico con ritmo mental".

Entre la voz preventiva y la voz ejecutiva deberán hacer una pausa, esta pausa estará relacionada con el grado de dificultad del ejercicio, procurarán que el empleo de silbato no sea exagerado, el cual debe emplearse cuando hay mucho ruido, cuando se ordena formación, y cuando la columna es muy grande y depende de una persona la responsabilidad de la ejecución de ejercicios.

La voz es de gran importancia y la modulación de ella influirá en la realización de los ejercicios (no debemos gritar) - procurarán tener en la voz cualidades como: seguridad, buena vocalización, tono e intensidad adecuada (según número de participantes).

El tono lo usarán en las distintas formas del ejercicio, -- por ejemplo los tonos ascendentes, en los movimientos de elevación y tonos bajos para los ejercicios descendentes, los tonos altos para los ejercicios de ritmo frecuente y bajos para ejercicios de ritmo lento.

La intensidad será suficiente para ser oída por todos los alumnos aumentando en las partes fuertes y disminuyendo en las suaves. Según la progresión antes señalada, en primer plano el mando por tiempos independientes en el que el maestro anuncia ca

da uno de los movimientos de que consta el ejercicio.

Deberán hacerse las correcciones de los errores que se vayan observando, haciendo las aclaraciones pertinentes que se hayan pasado en la voz preventiva.

Considerarán usar primero las palabras que el número ejemplo "elevar" "descender" "volver" etc.

El "mando contando mentalmente" lo emplearán cuando las distancias entre los distintos tipos de ejercicios están ya aprendidos por los alumnos.

El "mando rítmico" es el que usarán entre un movimiento y otro, siguiendo una secuencia rítmica.

Cuando los alumnos aprendieron exactamente el momento de cada uno de los tiempos les permitió ejecutar los movimientos con la máxima soltura y naturalidad.

C) Considerarán que la coordinación psicomotriz aumenta la intensidad de la gimnasia, deberán entender por ello, "A la mayor o menor dificultad que presente el ejercicio para su ejecución", - así verán que el ejercicio brazos laterales (1) firmes (2) requiere menor coordinación neuromuscular, que el ejercicio brazo izquierdo lateral, derecho al frente (1) firmes (2).

Terminología de las posiciones gimnásticas de los pies

- 1.- Pié izquierdo al frente
- 2.- Pié izquierdo lateral
- 3.- Pié izquierdo atrás

Las posiciones gimnásticas del pié son las mismas posiciones gimnásticas de las manos.

- | | |
|----------------------|------------------|
| 1.- Manos cadera | 4.- Manos frente |
| 2.- Manos hombros | 5.- Manos cabeza |
| 3.- Manos clavículas | 6.- Manos nuca |

Posiciones gimnásticas de los brazos

- 1.- Brazos oblicuos abajo
- 2.- Brazos oblicuos al frente y abajo

- 3.- Brazos oblicuos al frente
- 4.- Brazos al frente
- 5.- Brazos oblicuos al frente y arriba
- 6.- Brazos oblicuos arriba
- 7.- Brazos arriba

Posiciones gimnásticas de las piernas

- 1.- Elevación pierna izquierda al frente
- 2.- Elevación pierna izquierda lateral
- 3.- Elevación pierna izquierda atrás
- 4.- Semiflexiones piernas
- 5.- Flexión piernas

Indicarán las mismas posiciones para la pierna derecha

posiciones gimnásticas del tronco:

- 1.- Flexión tronco al frente
- 2.- Flexión tronco atrás
- 3.- Flexión tronco a la izquierda
- 4.- Flexión tronco a la derecha
- 5.- Torsión tronco a la izquierda
- 6.- Torsión tronco a la derecha

Posiciones gimnásticas del cuello

- 1.- Flexión del cuello al frente
- 2.- Flexión del cuello a la izquierda
- 3.- Flexión del cuello atrás
- 4.- Flexión del cuello a la derecha
- 5.- Torsión del cuello a la izquierda
- 6.- Torsión del cuello a la derecha

Por lo general las flexiones del tronco y del cuello, antes de ordenar la siguiente flexión deberán regresar a la posición vertical.

Los ejercicios de saltos se ordenarán en la forma siguiente
Piés separados saltando (1)

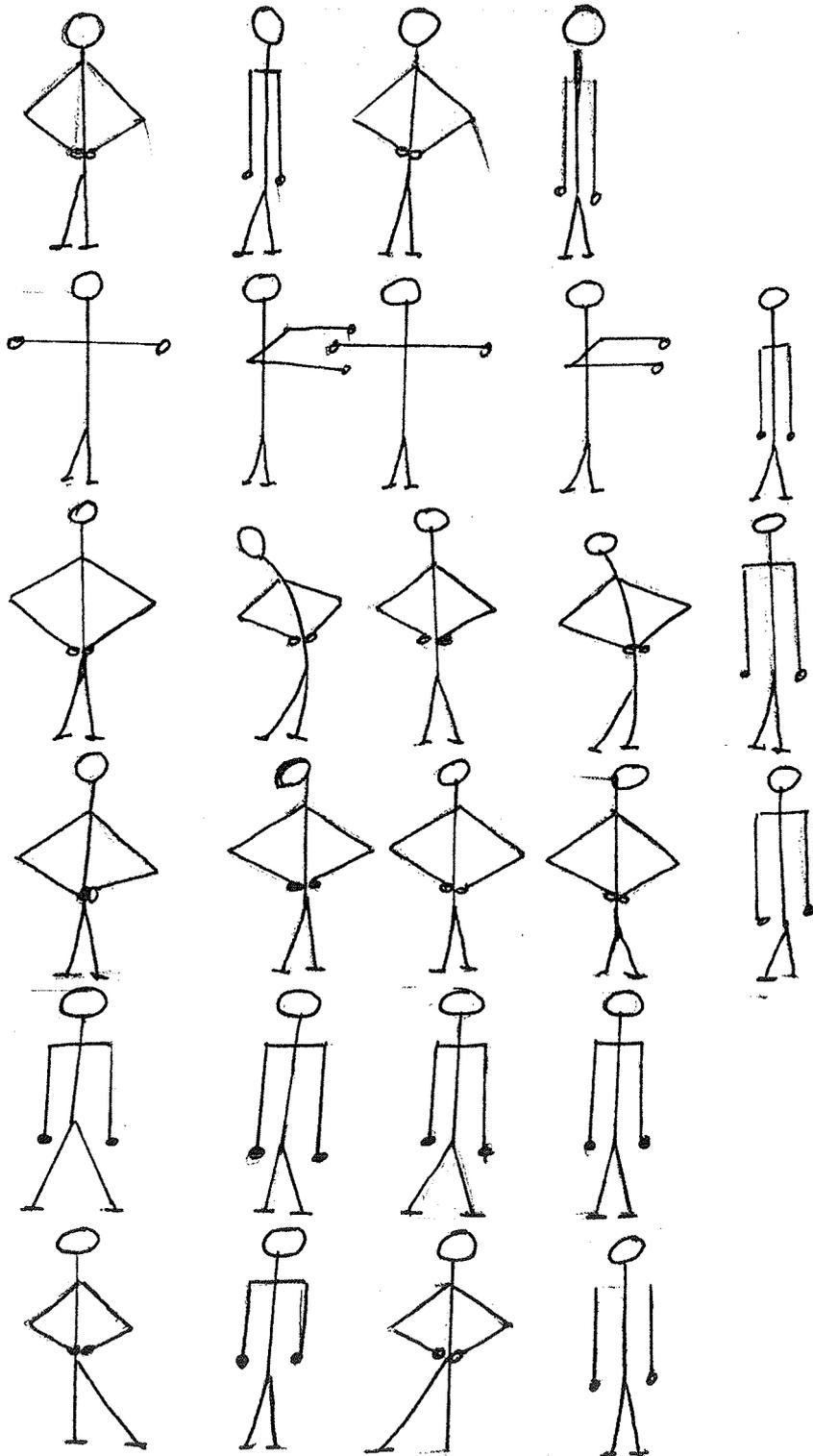
Piés juntos (2)

Piés separados saltando izquierdo al frente, derecho atrás (1)
alternando (2)

Séptimo ejercicio

- Semiflexión piernas manos cadera 1
- Firmes 2
- Semiflexión piernas manos cadera 3
- Firmes 4

TABLA PEDAGOGICA



Ejercicio No. 1

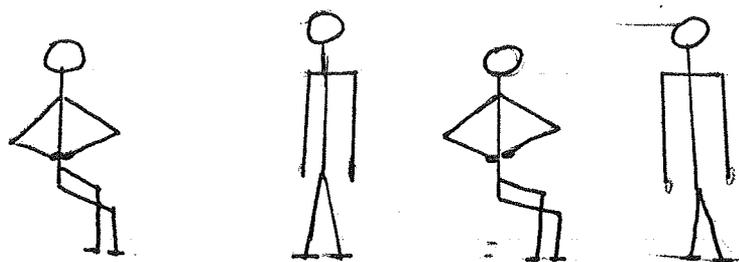
Ejercicio No. 2

Ejercicio No. 3

Ejercicio No. 4

Ejercicio No. 5

Ejercicio No. 6



Ejercicio No. 7

C A P I T U L O V

J U E G O S Y D E P O R T E S

CAPITULO V

JUEGOS Y DEPORTES

Introducción

La condición de maestra de grupo y comisionada como auxiliar del maestro de Educación Física permitió la oportunidad de ayudar un poco en la formación de equipos deportivos representativos y dirigirlos en los diferentes eventos que se realizaron.

Considerando que el juego es una actividad insustituible en la cultura física, el deporte y la recreación para su práctica no deben existir edades.

De lo anterior se deduce que el deporte y la práctica de juegos recreativos no constituyen un fin en sí, en el proceso de la motivación que contiene, debe ser aprovechada para exaltar el sentido de obediencia consciente principalmente para convencer a los niños de la bondad del ejercicio físico, hasta convertirlo en una conducta intencionada que perdure toda su vida.

Los juegos deben ser apropiados a la edad de los educandos. Por ello, los juegos atléticos y los juegos deportivos han de ser impartidos sólo en los últimos grados de la enseñanza primaria.

I.- Desarrollo de la actividad deportiva

A fines del mes de septiembre de 1986, se hicieron invitaciones a los alumnos de 5o. y 6o. grado para realizar diferentes eventos deportivos internos, para ello era necesario formar equipos, por lo que se les indicó en el momento que tenía la clase de educación física cada grupo la forma de organizarse, o sea los elementos que contiene cada equipo de los diferentes depor-

tes, nombrar un representante y un capitán, el representante deberá hacer la cédula de inscripción con nombre de los compañeros edad y participar en las reuniones de organización del evento.

Al organizar estos eventos, se tuvo como objetivo observar las facultades de cada niño, las cuales fueron base para formar equipos representativos de la escuela.

A) Proceso de selección

Al iniciar las actividades deportivas se les explicó en diferentes eventos por lo que era necesario empezar a practicar, - por ello se les pedía su opinión acerca de cual deporte proponían para organizar el primer torneo interno, la mayoría votó por el fútbol, se les pidió que nombraran su representante por grupo, - formaron un equipo y eligieron un "capitán" de campo y entrenador.

Hacer las cédulas de inscripción con nombre y edad de sus - compañeros participantes.

Las cédulas de inscripción servirán de base para observar - con mayor atención a los niños que contemplen la edad señalada - por el Departamento de Educación Física para participar en campeonatos convocados por dicho departamento, estas edades deben - ser para infantil menor, máximo 10 años y para infantil mayor 11 años 11 meses, los niños mayores a estas edades con facultades - para los diferentes deportes, serán los que tendrán como objetivo convivir con niños de otros centros educativos para fomentar las buenas relaciones.

En la misma forma que se realizaron las actividades concernientes al fútbol, se hizo con los demás deportes de conjunto -- (basquetbol, volibol, softbol etc.) y algunas de tipo atlético - (carreras de diferentes modalidades, saltos, lanzamientos etc.)

Al ayudar a realizar los diferentes torneos se fueron señalando las reglas de cada deporte.

Después de llevarse a cabo los torneos deportivos internos

en lo general, los participantes expresaron su opinión respecto a cuál deporte les agradaba más y le gustaría participar en lo particular, así se formaron las preselecciones de los diferentes deportes (algunos niños participaron en dos).

Al procurar que los preseleccionados adquirieran mejor condición física los ejercicios los realizaron juntos, más los fundamentos de cada deporte se harán por separado.

Los preseleccionados que mejor comprendieron y ejecutaron las jugadas señaladas, fueron los seleccionados para formar los equipos representativos a los eventos convocados por el Departamento de Educación Física o por la maestra coordinadora de zona.

El número de participantes es de acuerdo al deporte en que se va a competir, fútbol 12 jugadores máximo 18 mínimo 14 basquetbol 5 jugadores máximo 10 mínimo 7, volibol 6 jugadores máximo 10 mínimo 7, softbol 9 jugadores máximo 12 mínimo 10 (pitcher 2).

B) Participación en la dirección de equipos por lo general en los torneos deportivos de zona o de sector, por el exceso de equipos representativos, los organizadores hacen los roles de juego permitiendo que dos equipos de un centro de juego permitiendo que dos equipos de un centro de trabajo deban de participar al mismo tiempo, y es en ese momento que se solicita la ayuda del auxiliar y fue así como se me asignó algunas veces a dirigir equipos, por lo que se pudo observar que sí al niño no se le fomenta la conducta a seguir como elemento de un equipo se convierte en "enemigo" deportivo de sus propios compañeros por el hecho de permanecer en la banca o creer que es el mejor jugador hace observaciones hirientes; esa actitud negativa de algunos niños (pocos por cierto) se tuvo la oportunidad de corregir en el propio campo de competencia, sin necesidad de herir susceptibilidades o faltarles al respeto a la personalidad del educando, la explicación fue general e indicándoles que sí sus compañeros a ve-

ces fallan en las jugadas es natural más no porque lo hicieran intencionalmente ya que todos los jugadores desean hacerlo lo mejor posible y nuestra obligación es levantarle el ánimo al compañero, tomar en cuenta el esfuerzo que esté realizando manifestándole nuestro apoyo por medio de palabras o actitudes que lo estimulen, por ejemplo: "no te preocupes la siguiente jugada la harás mejor", darle palmadas en la espalda etc.

C) Arbitraje

El arbitraje debe ser adecuado al nivel que se este jugando las reglas se deben aplicar sin ser demasiado estricto, esto permitirá al participante no desilucionarse en sus primeras competencias.

El árbitro deberá aplicar las reglas en los diferentes deportes en forma graduada procurando conservar la disciplina y que el entusiasmo en los eventos no decaiga.

Es el árbitro la persona de mayor responsabilidad en los centros deportivos, evitar los pleitos entre los componentes de cada equipo por lo que deberá aplicar los castigos a tiempo actuando en forma imparcial.

Por la comisión de auxiliar del maestro de Educación Física durante el ciclo escolar 1986-1987 se invitó a participar de árbitro en encuentros de volibol y basquetbol, teniendo la oportunidad de corregir actitudes negativas de algunos niños como: jugadas bruscas antideportivas, palabras inadecuadas se les pidió no repetir las indicándoles que si persistían en esa actitud dejarían un mal concepto de la escuela que representaban y de ellos mismos.

Se comprobó que un buen árbitro puede auxiliar mucho en la educación de nuestros niños deportistas.

SUGERENCIAS

El índice Objetivo de un desarrollo elevado del niño que -- asiste a los últimos grados de la escuela primaria reside en su buena preparación tanto psíquico como físico.

La actividad que dedica a los estudios y a su preparación -- general es lo principal de la vida del escolar. Esta actividad determina en gran medida toda su vida, todos sus intereses, su -- actitud hacia lo que lo rodea, lo que exige de los demás, la ac-- titud hacia sí mismo, etc., Durante su permanencia en la escuela se forman las más variadas capacidades del alumno.- De ahí que -- la tarea fundamental del maestro consiste ante todo, en organi-- zar correctamente su trabajo por lo que se sugiere:

- 1.- Que se realicen reuniones de maestros de Educación Física y personal docente a nivel zona o Centro de Trabajo donde se expongan procedimientos que tengan por objetivo superar la enseñanza de la Educación Física.
- 2.- Que lo que el maestro de Educación Física enseñe en la cancha sea con objetivos definidos y en forma progresiva, acorde a los -- intereses del niño basandose en el programa, para que junto con -- el maestro de grupo se logre una educación integral.
- 3.- Que el maestro de Educación Física dé a conocer el tema que -- va a desarrollar para que los maestros de grupo se conviertan en auxiliares continuos.

BIBLIOGRAFIA

- AGUIRRE Bernal Celso. Compendio Histórico Biográfico de Mexicali 3a. ed. Mexicali, B. C. Impreso en México 1966 520 p.
- CLAUSSG-Hiebsh H. Psicología del niño escolar 4a. ed. Editorial Grijalba S.A. Av. Granjas 82 México 16, D.F. 1966 307 p.
- CRUZ Lirón Juan Manuel. Didáctica sobre actividades creadoras y prácticas tomo 11 3a. ed. Ediciones Oasis 1969 Oaxaca 28 México 7, D.F.
- DEL POZO Hugo. Recreación Escolar 4a. ed. Avante S. de R. L. -- Luis González Obregón Núm. 9 México 1, D.F. 279 p.
- L. MERANI Alberto. y A. A. Lubliankaia. Colección Pedagógica -- 1a. ed. Editorial Grijalba, S.A. Benito Juárez No. 92-A México 13, D.F. 1977 252 p.
- S.E.P. Libro para el Maestro Quinto Grado México D.F. 1982 260 p.
- SOLIS C. Wilebaldo y Esquivel G. Beatriz E. Responsables de la Memoria Editada por el Centro de Información de la Dirección General de Educación Física 1a. ed. Editores Asociados Tokio 906 539-12-40 México 13, D.F.
- WALTER Meade Adalberto. Monografía del Estado de Baja California 1a. ed. Comisión Nacional de los Libros de Texto Gratuitos - 1982 Talleres de Excélsior, Donato Guerra No. 12, D.F. 200 p.