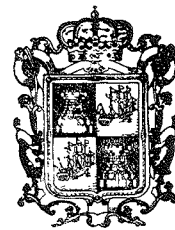


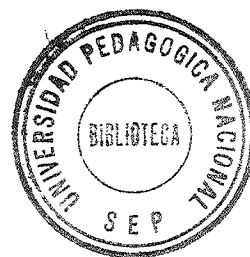


UNIDAD UPN 041



SECUD
CAMPECHE

EL DEPORTE Y EL EJERCICIO FISICO EN LA
ESCUELA PRIMARIA: UNA ALTERNATIVA
PARA PRESERVAR LA SALUD



JOSE DEL CARMEN SONDA POZO

CAMPECHE, CAM., MEXICO, 1994



UNIVERSIDAD
PEDAGÓGICA
NACIONAL

UNIDAD UPN 04 I

*EL DEPORTE Y EL EJERCICIO FÍSICO EN LA
ESCUELA PRIMARIA: UNA ALTERNATIVA
PARA PRESERVAR LA SALUD*

JOSÉ DEL CARMEN SONDA POZO

PROPUESTA PEDAGÓGICA PRESENTADA PARA OBTENER
EL TÍTULO DE LICENCIADO EN EDUCACIÓN PRIMARIA

CAMPECHE, CAM., MÉXICO, 1994

11/95 2.9
56/11



UNIVERSIDAD
PEDAGÓGICA
NACIONAL

DICTAMEN DEL TRABAJO PARA TITULACIÓN

Campeche, Cam., 19 de noviembre de 1994.

C. PROFR.

JOSÉ DEL CARMEN SONDA POZO

PRESENTE.

En mi calidad de Presidente de la Comisión de Titulación de esta Unidad, y como resultado del análisis realizado a su trabajo, intitulado "EL DEPORTE Y EL EJERCICIO FÍSICO EN LA ESCUELA PRIMARIA: UNA ALTERNATIVA PARA PRESERVAR LA SALUD", opción: PROPUESTA PEDAGÓGICA, asesorado por el C. Lic. José Luis Canto Ramírez, manifiesto a Ud., que reúne los requisitos académicos establecidos al respecto por la Institución.

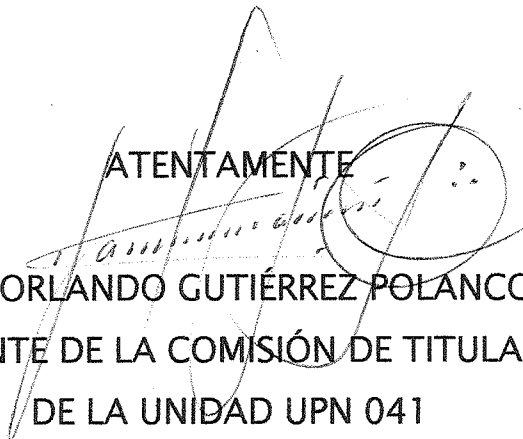
Por lo anterior, se dictamina favorablemente su trabajo y se le autoriza a presentar su examen profesional.



S.E.P.

UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL
UNIDAD UPN 041
CAMPECHE

ATENTAMENTE


LIC. ORLANDO GUTIÉRREZ POLANCO
PRESIDENTE DE LA COMISIÓN DE TITULACIÓN
DE LA UNIDAD UPN 041

DEDICATORIAS

A MIS PADRES:

Por haberme apoyado en mi ideal
y haber compartido momentos de
tristezas y alegrías.

A MI ESPOSA E HIJOS:

Que con su dulzura y amor me motivaron
para llegar a alcanzar tan preciada meta.

A MIS MAESTROS:

Quienes con sus conocimientos, entereza
y dedicación, me guiaron e hicieron posible
optimizar en lo más posible este trabajo

PRÓLOGO

Las situaciones más adecuadas para la práctica y el desarrollo de las actividades motrices (deportes y ejercicios) son las que se presentan principalmente en la dimensión lúdica. El juego es una actividad global: actúa sobre los planos emocional, subjetivo, simbólico, representativo y social, en y durante el desarrollo del niño.

A través de las actividades lúdicas es posible lograr que el niño sea capaz de exaltar algunas expresiones vitales.

Esto dará la pauta para ir conociendo las capacidades, habilidades, destrezas e intereses de los niños además de que proporciona elementos para poder abordar adecuadamente los contenidos que se presentan en los programas de educación primaria.

Las actividades lúdico-motrices, por tanto, se pondrán de manifiesto en situaciones concretas, en las que el niño se prueba mediante movimientos variados y concretos como: correr, saltar, arrastrarse, trepar, agarrar, lanzar, equilibrarse y poco a poco mediante movimientos más diferenciados, más

refinados y cargados de intencionalidad por el destino expresivo-comunicativo que pueden tener.

Por lo tanto, los deportes y ejercicios requieren especial atención en la escuela, si quieren evitarse los riesgos de:

- Relegarlos a los momentos libres, provocando una gran separación entre las actividades que dirige el docente y las actividades espontáneas de los niños.
- Limitarlos a situaciones externas, sin vincularlos con el proceso enseñanza-aprendizaje.
- Transformarlos en una actividad sólo para matar el tiempo.

Si se quiere que la escuela, maestros y alumnos interactúen con el fin de que todos participen en la preparación y organización de actividades encaminadas a mejorar la calidad de la educación, es necesario reorientar acciones y modificar actitudes.

ÍNDICE

Página

DEDICATORIA

PRÓLOGO

| | | |
|------|--|----|
| I. | INTRODUCCIÓN | 9 |
| II. | CONSTRUCCIÓN DEL OBJETO DE ESTUDIO | |
| A. | Selección del problema | 13 |
| B. | Delimitación y planteamiento del problema | 14 |
| C. | Propósitos para convertir el problema en objeto de estudio | 16 |
| D. | Justificación | 17 |
| | 1. Conocimiento del problema en estudio | 17 |
| | 2. Experiencias personales sobre el tema. | 18 |
| | 3. Aportes de otros estudios sobre la problemática | 20 |
| | 4. Interés personal por estudiar el problema | 20 |
| E. | Objetivos | 21 |
| III. | FUNDAMENTOS TEÓRICOS Y CONTEXTUALES | |
| A | Historia del deporte y el ejercicio | 22 |
| B. | El juego. | 25 |
| | 1. Funciones psicológicas del juego. | 27 |
| | 2. Relación juego-cultura | 29 |
| | 3. El papel del juego en el desarrollo del niño. | 30 |
| | 4. Acción y significado del juego del niño | 31 |
| | 5. Evolución del juego en el niño | 32 |
| | 6. Puntos de vista pedagógicos sobre el juego | 36 |
| C. | La fatiga | 54 |

| | | |
|----|--|----|
| D. | Cómo combatir la fatiga | 55 |
| E. | Alimentación | 56 |
| F. | Elementos teóricos vinculados estrechamente. | 57 |
| G. | Sujeto del proceso educativo. | 58 |
| H. | Contexto social e institucional | 60 |

IV. ESTRATEGIA DIDÁCTICA Y SU METODOLOGÍA

| | | |
|----|--|----|
| A. | Elementos del proceso de enseñanza-aprendizaje | 64 |
| B. | Registro de clase | 69 |
| C. | Metodología | 74 |
| D. | Organización del plan de estudios | 76 |

V. ANÁLISIS Y PERSPECTIVAS DE LA PROPUESTA

| | | |
|----|--|----|
| A. | Descripción de recursos | 78 |
| B. | Descripción de actividades. | 80 |
| C. | Establecimiento de situaciones | 82 |
| D. | Relación sujeto-objeto de conocimiento | 84 |
| E. | Líneas de interrelación con otros contenidos | 84 |
| F. | Evaluación | 88 |

| | |
|------------------------|----|
| CONCLUSIONES | 89 |
|------------------------|----|

| | |
|-----------------------|----|
| SUGERENCIAS | 92 |
|-----------------------|----|

| | |
|------------------------|----|
| BIBLIOGRAFÍA | 95 |
|------------------------|----|

| | |
|--------------------|----|
| GLOSARIO | 97 |
|--------------------|----|

INTRODUCCIÓN

Toda práctica social contiene elementos conservadores, así como aspectos innovadores que pueden convertirse en germen de su propia transformación. En particular la práctica educativa contiene una gran riqueza de formas de transmisión y presentación de conocimientos que es necesario analizar para encontrar y fomentar aspectos positivos que propicien una formación más integral en los educandos.

Es muy común observar que, ante los resultados obtenidos en las escuelas de educación básica, con respecto a lo que de ellas se esperaba como efecto de una u otra reforma educativa, se responsabilice a los maestros, se culpe a las condiciones que prevalecen en las escuelas, a las características de los libros e incluso a los propios niños como causantes absolutos de su bajo aprovechamiento.

Es necesario superar estos esquemas parciales y generalmente falsos por apoyarse más en situaciones ideológicas que objetivas y prácticas, más en deseos que en posibilidades reales y que, por tanto, hacen una lectura y una

interpretación deformada de la realidad.

Se requiere hacer énfasis sobre la importancia que tiene el practicar algún deporte y fomentar el ejercicio físico, como medios para aliviar las presiones normales de la rutina diaria. Con esto, el niño retomará sus clases con nuevos bríos y el maestro se relajará y podrá pensar sobre mejores estrategias para sus futuras clases.

Se concibe así la búsqueda de opciones de enseñanza y la modificación de algunas prácticas existentes para dar paso a un proceso donde no se elimine totalmente lo "viejo" de lo cual debe rescatarse lo más positivo, y ni tampoco se adopte todo lo nuevo, puesto que algunos de sus elementos no están claramente definidos, ni su uso indiscriminado garantiza obtener mejores resultados.

Con esto se espera que se creen nuevas alternativas educativas que no pueden ser diseñadas desde fuera de la escuela, sino que tienen que ser producto de la reflexión de los maestros sobre su propia práctica docente y del análisis de los problemas que enfrentan en el proceso de transmisión del conocimiento; del estudio de nuevos enfoques que aporten elementos para optimizar el aprendizaje y; sobre todo, de la construcción de propuestas diseñadas colectivamente, cuyos resultados deben ser revisados entre varios maestros, para seguir buscando opciones que resuelvan problemas del proceso de enseñanza-aprendizaje.

Se sugiere que dentro del proceso educativo del tema: "Deportes y ejercicios", los niños realicen actividades que sean equilibradas, que no

desarrollen una fuerte tensión muscular que los obligue a llegar al límite agotador, sino más bien con la idea de que entren en acción el mayor número posible de músculos del cuerpo.

Cuando los niños no tienen ocasión de disfrutar de su propia naturaleza, de sus movimientos, pierden el gusto por los ejercicios y, en consecuencia, cuando tratan de practicarlos, se ponen "tensos", no logran coordinación motriz y malgastan energías.

Por estas razones, para lograr realizar en forma armónica el deporte y el ejercicio, el maestro debe propiciar la realización de juegos recreativos con una verdadera técnica pedagógica, con el fin de hacer de su trabajo una tarea agradable.

Este documento contiene sugerencias técnicas que se cree ayudarán a los maestros a realizar en forma más solvente, alegre y eficaz el proceso E-A; son producto de experiencias didácticas, en donde el punto central de acción son los ejercicios y el deporte. A partir de ellos, se pueden efectuar diversas prácticas pedagógicas encaminadas a la enseñanza de un tema de cualquier área o asignatura (Ciencias Naturales, Matemáticas, Historia, Geografía, Civismo, Español, etc...)

Está integrado por el índice, el prólogo y la introducción, en la cual se enmarcan las generalidades del trabajo; lo complementan cuatro capítulos, todos ellos con sus apartados.

Así, en el capítulo II, se aborda la construcción del objeto de estudio, se selecciona, se plantea y se delimita el problema.

En este mismo capítulo se enmarcan los propósitos del trabajo, su justificación y objetivos, además de las experiencias y aportaciones personales sobre el tema.

El capítulo III contiene los fundamentos teóricos y el contexto en el cual se desarrolló el problema.

El capítulo IV contiene las estrategias didácticas y metodológicas que se proponen como alternativas de solución para afrontar el tema en estudio.

El último capítulo contiene el análisis crítico-constructivo del trabajo y las perspectivas del mismo.

II. CONSTRUCCIÓN DEL OBJETO DE ESTUDIO

A. Selección del problema

Se toma el apartado de "Actividades que favorecen la salud", Deportes y ejercicios, del tema "La salud".¹ de entre ocho temas que conforman el Programa de Educación Primaria, para analizar y comentar las necesidades que tienen tanto el educando, como su familia respecto del deporte y el ejercicio físico

También se consideran los niños del sexto grado grupo "A" de la escuela primaria "Arq. Carlos M. Lazo" T.V. que practican deportes y ejercicios, que no trascienden los límites de un juego, por lo que es necesario concientizarlos de modo que comprendan la importancia que para su salud física y mental tiene desarrollar ordenada y sistemáticamente dicha actividad.

Para los padres de familia, y sobre la acción del deporte y los ejercicios, éstos no son más que parte de "los juegos que les enseñan en la escuela primaria" y nada más.

¹ SEP. Contenidos básicos de educación primaria. p. 96.

Al vincular este tipo de actividades con los principios de lo que serán las Ciencias Naturales en un futuro no muy lejano, se logrará que la enseñanza que imparta la escuela primaria, propicie que los niños se entusiasmen y tengan un concepto claro de los beneficios que se obtienen mediante la práctica del deporte.

En otras palabras, el deporte y el ejercicio físico son actividades que raramente producen conocimientos de carácter académico, lo cual es evidente en la comunidad en la que se ubica la escuela primaria "Arq. Carlos M. Lazo" T.V.

Además de lo anterior, se ha observado que el uso indiscriminado de playera, short, tenis y calcetas, tampoco significa afición y entusiasmo de los alumnos hacia el deporte; ya que asisten a la escuela vestidos como normalmente lo hacen en sus hogares, porque tampoco existe un conocimiento en sí mismo de la importancia que tiene el vestuario cómodo y práctico para poder realizar los movimientos propios del deporte y el ejercicio.

B. Delimitación y planteamiento del problema

Se ha mencionado con anterioridad lo importante que son tanto el deporte como el ejercicio.

A efecto de analizar mejor el asunto, se presenta algunas definiciones que pueden explicar estos conceptos:

DEPORTE: Es una práctica metódica de ejercicios.

EJERCICIO: Es paseo, gimnasia que se hace para conservar la salud.²

Dentro del grupo de alumnos del sexto grado "A" de la Escuela Primaria, "Arq. Carlos M. Lazo" T.V., de Champotón, Campeche, se puede observar, que aun viviendo en un medio semi-urbano*, los niños no tienen una idea clara o un conocimiento preciso de la importancia que en realidad tiene la acción de hacer deporte y ejercicio; en ocasiones es preciso orientar sobre el tema a los padres de familia por una parte, y a los profesores por otra.

Es importante dar mejor y más amplio conocimiento a los niños sobre este aspecto; aunque desde luego, tomando en cuenta su edad y la forma en que se les va a transmitir el mensaje, para que capten o entiendan las diferentes formas de llevar a la práctica, tanto el deporte como los ejercicios.

Lo anterior es un aspecto muy importante, ya que servirá para unificar criterios en cuanto a las vestimentas apropiadas para la práctica del deporte.

Así tanto el niño como su padre tomarán conciencia, de que reunir el material adecuado para este tipo de actividades contribuirá a un mejor aprendizaje y desarrollo de la función escolar.

Se considera útil dar pláticas a los padres sobre temas que aborden los aspectos: social, económico, alimentación y de salud. De ser posible, solicitar

² Ramón García Pelayo y Gross. Pequeño Larousse ilustrado. pp. 326-380.

* En párrafos posteriores se aclarará este aspecto.

la participación de médicos, enfermeras o personal especializado, según requiera el caso.

También se cree conveniente realizar visitas domiciliarias a los padres acerca de la utilidad que proporciona la práctica de buenos hábitos de higiene.

Se ha de aprovechar lo que el medio proporciona, ya sea en la elaboración de materiales o en utilizar los lugares propicios para las actividades.

Lo anterior permite circunscribir el problema a la siguiente interrogante:

¿Cómo fomentar la práctica adecuada del deporte y el ejercicio que cotidianamente realizan los niños en la escuela primaria y en la comunidad?

C. Propósitos para convertir el problema en objeto de estudio

Entre los propósitos que se tienen al abordar el problema se pueden citar:

Mejorar el interés y conocimiento acerca del deporte y el ejercicio físico, que comúnmente se realizan como un acto mecánico.

Despertar el interés de los padres de familia y de la comunidad toda por la práctica adecuada de dichas actividades.

Los niños captan todo con avidez, todo lo que se les presenta en forma clara, coherente y motivante; les sirve de base para los aprendizajes que más tarde irán acumulando.

Para que los padres participen, las actividades deberán realizarse cuando la ocasión lo amerite. De esta manera los padres que en su niñez no asistieron a la escuela, comprenderán y sentirán la necesidad de realizar actividades como el deporte y el ejercicio.

Es mediante el conocimiento y la práctica de las actividades del deporte y del ejercicio como se llegará a la comprensión de la importancia de éstas dentro del campo de la salud, de la escuela y de la vida diaria en la comunidad.

D. Justificación

1. Conocimiento del problema en estudio

Se sabe que muchos de los deportes provienen de la antigua Grecia. Fueron los griegos quienes dieron especial atención e importancia al atletismo más que otras naciones antiguas. Asimismo los helenos crearon los juegos olímpicos que se celebraban cada cuatro años y siguen vigentes hasta la fecha.

En la Hélade antigua también contaban su tiempo por sus juegos atléticos y los cuatro años transcurridos entre dos torneos formaban una olimpiada. El ser coronado como vencedor de los Juegos Olímpicos, era el más alto honor a que una persona podía aspirar. El premio era una simple corona de olivo.

Desde tiempos muy remotos se ha comprobado lo útil y saludable de la actividad del deporte y el ejercicio. En este sentido es necesario aclararle al niño

conceptos poco claros como salud y enfermedad, sobre los que a veces no reflexiona o lo hace muy poco, y por lo tanto, aún no sabe cómo preservar una y prevenir la otra.

En el sexto grado grupo "A" de la escuela primaria "Arq. Carlos M. Lazo" T.V. es necesario ahondar más en la enseñanza del deporte y ejercicio como medios para preservar la salud.

Por ello, tanto niños como padres de familia deben saber de la importancia que tiene la salud para vivir mejor y sobre todo la forma de hacer deporte y ejercicio como medio para preservarla y si esto se incluye en la educación escolar, puede aportar experiencias positivas.

Existen deportes para todos los gustos y las edades, y es mucho más divertido participar en ellos que ser espectadores. Además el cuerpo humano necesita mucho ejercicio para su completo desarrollo y no hay mejor manera de hacerlo que practicando uno de los múltiples deportes de la época moderna.

2. Experiencias personales sobre el tema

En el sexto grado grupo "A" de la escuela primaria "Arq. Carlos M. Lazo" T.V., una de las causas de la inasistencia constante de los niños son las enfermedades que frecuentemente padecen. Cuando asisten a la escuela, durante las actividades, sobre todo en las de rutina que son parte del programa de educación física --que consisten en realizar una serie de ejercicios--, se puede

observar si los niños son "estáticos" o "desganados".

La misma actitud de desgano y escasa participación, se observa en los niños durante la clase de educación física, que tiene una duración aproximada de treinta minutos, y que también consiste en realizar una secuencia de ejercicios y prácticas deportivas.

Existe además la necesidad de concientizar a los padres de familia de las escuelas primarias, mediante pláticas e inclusive actividades, resaltando la importancia de realizar el deporte y el ejercicio con la vestimenta adecuada, el material necesario y sobre todo, con una buena alimentación que permita a sus hijos destinar energías a la práctica de ejercicios y deportes.

Durante la rutina se han dejado escuchar comentarios como: "anda hijo, corre porque ya están jugando".

Con este comentario se puede sacar en conclusión, que no existe una conciencia verdadera o acertada de lo que en sí conlleva esa actividad como es y como su nombre lo indica, rutina de activación colectiva*, para estimular, sacar malos humores, y entrar al salón a trabajar con más ánimo.

Es importante que tanto padres de familia como docentes consideren que el niño de educación primaria requiere que se le enfatice sobre el contenido de organización del esquema corporal y al contenido de rendimiento físico, ya que es el primer paso hacia lo que será su educación física futura y su interés por

* Esta actividad consiste en hacer que todos los niños de la escuela realicen diversos ejercicios (saltos, conversiones, flancos, cantos, etc). antes de entrar a sus clases.

practicar un deporte.

3. Aportes de otros estudios sobre la problemática

Sabido es que un niño sano aprovecha en mejor medida la enseñanza, que un niño enfermo.

Se han de aprovechar los productos del medio en que se vive, tales como: las frutas, verduras, carnes, plantas medicinales, etc.

Realizar ejercicios o deportes puede ser en buena parte determinante para mantener saludable el organismo humano.

Además las enfermedades se dan según la región donde se viva; en ellas puede influir el clima, el tipo de alimentación, etc. Por ello para mantener saludable el cuerpo, cada individuo ha de cuidar su salud, practicando siempre deportes y ejercicios.

4. Interés personal por estudiar el problema

El interés personal por estudiar el problema, se debe a que los niños aún no se interesan como debieran en lo que es toda actividad relacionada con el deporte y el ejercicio. Los niños toman actitudes de indiferencia.

Toda iniciativa escolar debe emprenderse tomando en cuenta tanto a los niños como a los padres de familia; así se podrá saber hasta qué punto pueden interesarse éstos en actividades de las que se ocupa el presente estudio.

E. Objetivos

Para de dar una solución al problema, el autor se ha propuesto alcanzar los siguientes objetivos:

- Analizar la problemática que representa la inadecuada información acerca de la práctica del deporte y del ejercicio físico.
- Concientizar al maestro sobre la utilidad que representa el hacer deporte y ejercicio dentro de sus funciones docentes.
- Lograr que el maestro desarrolle en el alumno la capacidad de hacer deporte y ejercicio para mejorar la salud.
- Demostrar la importancia de la vinculación entre teoría y práctica, en el proceso de Enseñanza-Aprendizaje de las Ciencias Naturales, en cuanto a factores que favorecen la salud.
- Concientizar a padres de familia hacia el trabajo activo el cual conduce a la formación de sujetos con mentalidad creativa o innovadora.
- Proponer alternativas para el mejoramiento del proceso de aprendizaje en cuanto a la práctica del deporte y del ejercicio físico se refiere.

III. FUNDAMENTOS TEÓRICOS Y CONTEXTUALES

A. Historia del deporte y el ejercicio

Si se reflexiona sobre la historia del deporte y del ejercicio físico desde sus inicios, indiscutiblemente se tiene que partir desde el principio de la existencia del hombre, cuando éste se encontraba solo ante la naturaleza. El medio ambiente condiciona las formas de cultura y consecuentemente la evolución de los fines del deporte y el ejercicio.

Así, para poder subsistir en el medio primitivo, el hombre debió tener un cuerpo robusto, grandes habilidades físicas y muy desarrolladas sus aptitudes sensoriales.

El origen de la educación se encuentra en la familia, célula inicial de la sociedad. Al entrar en juego se da como consecuencia la transmisión de experiencias rectificadas de padres a hijos; esta herencia que legaban de generación en generación para poder vivir era eminentemente de carácter físico: adquirir su alimentación, su abrigo, convivir, y para ello acudían al ataque y la

defensa.

Al hablar del hombre primitivo es necesario referirse exclusivamente al deporte y al ejercicio. La evolución del deporte y el ejercicio son concomitantes a la evolución del conocimiento humano.

A medida que el hombre progresaba en la articulación de palabras, eficientando su dominio del lenguaje, disminuía el sentido expresivo que tenía su cuerpo.

Conforme el hombre primitivo avanza en la adquisición de una cultura superior, los medios de vida se le van facilitando al organizarse en tribus cazadoras o tribus agricultoras; las facultades físicas van siendo menos indispensables que en un principio, la naturaleza les va dando lo que necesitan con menos esfuerzos que antes para poder subsistir.

Entra en acción el estado anímico, dando lugar a la creación de sistemas religiosos primitivos; con la magia pretende el hombre ejercer un dominio sobre la vida y la naturaleza, pero al no lograr tales propósitos, experimenta una sensación de inferioridad que lo desvía hacia ideas y prácticas religiosas.

Más tarde la ciencia persiste en liberarlo de esas creencias místicas, purificando su inteligencia; observa, investiga, descubre e inventa y con ello el deporte, que era un rito astronómico en algunas culturas como la maya y la azteca, se convierte en una parte de la educación de la humanidad.³

³ SEP. Didáctica sobre actividades, creadoras y prácticas. pp. 9-12.

Al correr el tiempo quienes se han dedicado al cultivo del deporte se dan cuenta de que para desarrollar esta disciplina deben tener como base la gimnasia educativa; fueron los chinos, en el año 2700, a. C., los primeros que lo hicieron; posteriormente, ya en forma organizada, los griegos levantaron sus gimnasios con el fin de impartir a sus educandos dicha actividad.

Esta gimnasia de carácter educativo, básicamente viene a ser inicio de todo trabajo de deportes y ejercicios, máxime primaria.

Con relación a ello, la etapa educativa debe lograr que los ejercicios que realizan los niños sean equilibrados, que no desarrollen una fuerte tensión muscular que los obligue a llegar a un límite agotador, con el propósito de hacer entrar en acción el mayor número de músculos del cuerpo.

Cuando los niños no tienen ocasión de disfrutar de su propia naturaleza que es el movimiento, se pierde el gusto por los ejercicios, y en consecuencia, al tratar de practicarlos se ponen tensos, no hay coordinación y malgastan energías.

Por estas razones y teniendo en cuenta las condiciones necesarias para lograr una buena práctica de los deportes y ejercicios, el maestro habrá de aplicar la gimnasia educativa con una verdadera técnica pedagógica, muy depurada, con el fin de hacer de su trabajo una tarea agradable.

B. EL JUEGO

Las escuelas modernas han reaccionado fuertemente contra esta actividad lúdica, sin desecharla radicalmente como un medio educativo de valor innegable; a menudo han reconocido la importancia del juego, llegando a otorgarle un lugar autónomo y complementario del deporte y el ejercicio, pero no confundiéndolo con ellos.

Bajo este punto de vista la actitud ha variado según los países, por ejemplo:

La escuela alemana utiliza el juego reglamentado para la adquisición de formas de conducta colectivas; su finalidad es la formación del sentido de equipo; utiliza concurrentemente el juego libre por medio del cual se espera descubrir a los futuros jefes, los "führer", que las selecciones escolares son incapaces de designar con certeza.

La escuela romana se inspira en las mismas ideas, y explota con sentido nacional el folklore del país.

La escuela inglesa, la más antigua, incorpora al juego una parte del deporte, y el ejercicio, es verdaderamente su aplicación, así se trate de juegos escolares (éstos son más numerosos y bien codiciados en Inglaterra) o de los deportes de equipos.

La escuela francesa ha estimado el juego cada vez más seriamente. Se cree siempre que el deporte de equipos debe de desarrollar las cualidades

morales e intelectuales y crear un espíritu nacional.⁴

Los fines que persigue el hacer deporte y ejercicio son:

- a. Mejorar las funciones y estructuras del cuerpo humano.
- b. Los cuidados corporales en general, importancia de los ejercicios físicos, higiene del vestido, alimentación y trabajo.
- c. Prever enfermedades infecciosas.
- d. Fomentar la higiene deportiva.

Por ello, en primer término se comentará sobre la higiene deportiva; lo inicial será el reconocimiento escolar, cuyos resultados el maestro debe anotar en un expediente o ficha médico-deportiva, que será llevada por cada alumno. Los datos que se recopilarán serán de carácter fisiológico, antropométrico y motor.

Con el reconocimiento médico, efectuado en algunas ocasiones por el maestro o el médico escolar, se determina el grado de esfuerzos que está en posibilidad de realizar cada miembro de un grupo de alumnos. Con esa información es posible determinar los ejercicios apropiados para aquellos que se encuentran en condiciones físicas que requieran atención especial.

Todos los niños del mundo juegan, y esta actividad es tan preponderante en su existencia, que se diría que es la razón de ser de la infancia.

El juego es vital; condiciona un desarrollo armonioso del cuerpo, de la

⁴ SEP. Juegos organizados y actividades deportivas. p. 14-15.

inteligencia y de la afectividad. El niño que no juega es un niño enfermo, de cuerpo y de espíritu.

La necesidad del juego se presenta como una realidad universal, y se encuentra enraizada en lo más profundo de los pueblos, cuya identidad cultural se lee a través de los juegos y los juguetes creados por ellos: las prácticas y los objetos lúdicos son infinitamente variados y están marcados profundamente por las características étnicas y sociales específicas. El juego infantil con sus tradiciones y sus reglas, constituye un auténtico espejo social.⁵

A través de los juegos y de su historia se lee no sólo el presente de las sociedades, sino el pasado mismo de los pueblos. Una parte importante del capital cultural de cada grupo étnico reside en su patrimonio lúdico, enriquecido por las generaciones sucesivas, pero amenazado también a veces de corrupción y extinción.

El juego constituye por lo demás una de las actividades educativas esenciales y merece entrar por derecho propio en el marco de la institución escolar. El juego ofrece al pedagogo a la vez el medio de conocer mejor al niño y de renovar los métodos pedagógicos.

1. Funciones psicológicas del juego

Para el inglés Henry Bett:

⁵ UPN. El niño, aprendizaje y desarrollo. pp. 130-131.

Los juegos son un resurgimiento involuntario de instintos vitales que han perdido hoy su significación; para otros, el juego es una actividad funcional de distensión, o bien el medio de invertir un excedente de energía que las actividades de supervivencia, ya no logran absorber".⁶

La teoría psicogenética de Jean Piaget, ve en el juego a la vez "la expresión y la condición del desarrollo del niño. A cada etapa va indisolublemente vinculado cierto tipo de juego. El juego constituye un verdadero revelador de la evolución mental del niño".⁷

Para la teoría psicoanalítica freudiana

El juego puede emparentarse a otras actividades fantasmáticas del niño, y más particularmente al sueño. La función esencial del juego resulta ser entonces la reducción de las tensiones nacidas de la imposibilidad de realizar los deseos; para la diferencia del sueño, el juego se basa en una transacción permanente entre las pulsiones y las reglas, entre lo imaginario y lo real".⁸

Por otra parte para J. Henriot el juego se descompondría entonces en tres momentos distintos:

1. Captado por su juego, "el jugador parece engañado por la ilusión, metamorfosea el mundo. La silla no es una silla, sino un automóvil. La muñeca duerme, el palo no es un pedazo de madera, sino una espada.
2. En realidad, el jugador permanece lúcido. Nunca es engañado. Sabe que la silla no es sino una silla y que la muñeca no vive.
3. Es necesario, sin embargo, un cierto grado de ilusión, si se queda uno fuera, si no juega uno, corre el riesgo de no comprender de qué juego se trata o incluso si se trata de un juego.⁹

Es evidente que que el juego desempeña un papel fundamental en la formación

⁶ Ibidem. p. 132.

⁷ Ibidem. p. 133.

⁸ Ídem.

⁹ Ibidem. p. 133-134.

de la personalidad y en el desarrollo de la inteligencia, por lo tanto, su función en los procedimientos de aprendizaje es esencial.

Desde el punto de vista lingüístico, existen divergencias significativas en la noción misma del juego. La etimología nos enseña, por ejemplo, que el adjetivo "lúdico" (o lúdico) del que derivan términos modernos como "ludotecas" procede de la palabra latina "ludus" que significa a la vez diversión infantil, juego, chanza y escuela.

Una evolución comparable proviene del griego "schola" --que significa en un principio ocio, antes de adquirir el sentido de ocio dedicado al estudio-- al sentido actual de escuela.

El inglés distingue claramente entre juego como actividad desordenada y ocasionalmente turbulenta, "play", y el juego que obedece a reglas estrictas: "game".

2. Relación juego-cultura

Desde el punto de vista etnológico, en efecto, el juego es un verdadero indicador cultural, lo mismo que los modales en la mesa o los ritos, sin embargo, su estudio en este aspecto es todavía demasiado parcial.

Huitzinga considera incluso:

...el juego constituye el fundamento mismo de la cultura, en la medida que es el único comportamiento irreductible al instinto elemental de supervivencia. Afirma que el juego está en el origen de todas las instituciones sociales, del poder político, de la guerra, del comercio, cuyo

elemento lúdico pone de manifiesto.¹⁰

3. El papel del juego en el desarrollo del niño

La definición del juego como una actividad placentera para el niño resulta inadecuada por dos razones. Primero, porque existen muchas actividades que proporcionan al pequeño mayores experiencias de placer que el juego, por ejemplo, el succionar un chupete, aunque ello no lo sacie. Segundo, porque hay juegos en los que la actividad no es placentera en sí misma, por ejemplo, juegos que únicamente producen placer si el niño encuentra interesante el resultado. Los juegos deportivos (no solamente los deportes atléticos, sino también otros juegos en los que uno puede ganar o perder) a menudo van acompañados de disgustos si el resultado es desfavorable para el niño.

El juego es igual que todas las funciones del conocimiento, surge originalmente de la imaginación a la acción. El viejo proverbio dice que el juego del niño es la imaginación; en la acción ha de ser invertido: para los adolescentes y niños en edad escolar la imaginación es un juego sin acción.

Todo juego con reglas encierra una situación imaginaria; aunque de forma velada. La evolución a partir de juegos con una evidente situación imaginaria y ciertas reglas ocultas, a juegos con reglas manifiestas y situaciones imaginarias poco evidentes, señala el desarrollo del juego del niño.

¹⁰ Ibidem. p. 135.

4. Acción y significado del juego del niño

La influencia del juego en el desarrollo del niño es enorme. El jugar en una situación imaginaria, resulta totalmente imposible para un niño de menos de tres años, puesto que es una nueva forma de conducta que libera al pequeño de las coacciones a que va a ser sometido.

Durante el juego, el niño opera con significados separados de sus objetos y acciones acostumbradas; sin embargo surge una interesante contradicción en la que funde las acciones reales y los objetos reales. Esto caracteriza la naturaleza tradicional del juego; es un estadio entre las limitaciones puramente situacionales de la temprana infancia y el pensamiento adulto, que puede estar totalmente libre de situaciones reales.

La creación de una situación imaginaria no es un hecho fortuito en la vida del pequeño, sino más bien la primera manifestación de su emancipación de las limitaciones situacionales. La primera paradoja del juego estriba en que el niño opera con un significado alienado en una situación real. La segunda es que en el juego el pequeño adopta la línea de menor resistencia --hace lo que más le apetece, porque el juego está relacionado con el placer-- y, al mismo tiempo, aprende a seguir la línea de mayor resistencia sometiéndose a ciertas reglas y renunciando a lo que desea, pues la sujeción a las reglas y la renuncia a la acción impulsiva constituyen el camino hacia el máximo placer en el juego.

El juego no es sólo el rasgo predominante de la infancia, sino un factor

básico en el desarrollo.

5. Evolución del juego en el niño

a. "Un primer estadio parece consagrado a los 'juegos de ejercicio' (Piaget) o "juegos funcionales", según Ch. Bühler y Jean Chateau. Su fuente se halla, para H. Wallon, en el funcionamiento liso y llano de los aparatos motores del lactante: los juegos funcionales pueden consistir en movimientos muy sencillos, como los de extender y recoger los brazos y las piernas, tocar los objetos, imprimirles balanceos, producir ruidos o sonidos.¹¹

Es fácil reconocer en ellos, actividades que buscan efectos elementales todavía, aun por esa ley cuya importancia es fundamental para preparar la utilización concordante, adecuada y variada de nuestros gestos como ya hemos visto.

- Ley del efecto (Thorndike), el efecto favorable produce la repetición del gesto y el fracaso de supresión.

El efecto es inesperado y previsible. Cuando es inesperado, provoca su repetición, pero esto nada indica parentesco con lo que más tarde y en otro caso nos llevará a hablar de juego. Lo que prevalece es la curiosidad ante la íntima función del acto y el efecto, unidad en cuyo seno el punto de vista experimental es el único capaz de distinguir lo subjetivo de lo objetivo.¹²

- El gesto, dice Wallon, puede hallar en su propia realización, en su

¹¹ Ibídem. p. 161.

¹² Ibídem. p p. 161-162.

cadencia, en su ritmo, en su soltura, en el preciosismo de sus vueltas, el efecto que lo estimula y dirige. es ésta una abundante fuente de actividad en el niño pequeño y en ciertos débiles mentales.

- Efecto imprevisto: placer y gratuidad

El niño toca y empuja, desplaza y dispone, yuxtapone y superpone "para ver qué pasa". En la actividad lúdica el niño se introduce desde el comienzo en una dimensión de riesgos y gratuidad en la cual el placer de la sorpresa se opone a la curiosidad satisfecha. Aquí habría que decir contrariamente a la idea propagada por los especialistas en juegos infantiles, que si bien pueden existir "juegos de ejercicio", no todos los ejercicios son juegos.

El juego carente de valor explorativo y dimensión hedonista alcanza su plenitud en el hecho de que lo objetivo y lo subjetivo se funden en una acción perfectamente gratuita.

b. El segundo estadio en la actividad lúdica del niño está constituido por la aparición de *los juegos de ficción* (Ch. Bühler), *simbólicos* (Piaget) o *de imitación* (J. Chateau)¹³. Entre estos juegos de ficción se encuentran:

- La mímica. Pretende que la ficción valga para otros sin necesidad de recurrir para ello a la ayuda de soportes objetivos que la hagan verosímil.
- Ficción simbólica. Ésta se prolonga en combinaciones compensatorias.
- Simbolización. Los juegos de imitación o los juegos de ficción, servirán de

¹³ Ibidem. p. 163-164

sustrato al gran juego de la simbolización.

c. El tercer estadio se caracteriza por el juego reglado

- Psicología y etología. Apenas logra el niño introducir un compañero en el ciclo de sus simbolizaciones, surge una regla de juego. Lo mismo ocurre cuando el esfuerzo en el interior de la acción halla eco en la actividad ajena. La comparación entre los juegos del niño y los juegos del gato es clásica, pero es también obsesiva porque en esto es difícil establecer distinciones fundamentales. Sin embargo, un gato mordisquea, y eso es un juego de ejercicio; se agazapa para saltar sobre una inexistente presa o bien se desplaza hacia un lado, contra un enemigo imaginario, y ésta es una modalidad de un "juego de ficción" o bien juega con sus hermanos a una especie de escondidas; y en este caso participa de un juego reglado.

- Lenguaje. Para que pueda alcanzar la relación lúdica, su consistencia, su inquietud y su goce por el respeto de una regla que pudiera ser burlada, se necesita la mediación de un lenguaje suficientemente elaborado. A un tiempo aparecen por un lado, la posibilidad de enunciar y respetar una regla, y por el otro, los vocablos "ganar", "hacer trampa" y "pido", lo cual por otra parte depende del inminente "no juego más contigo" siempre posible.

OBSERVACIONES: Una vez llegado el juego a su madurez, su evolución parece coincidir con el desarrollo paralelo de tres actividades lúdicas: el juego de ejercicio, el juego simbólico y el juego reglado.

Para Henri Wallon:

El juego resulta del contraste entre una actividad liberada y aquéllas en las cuales normalmente ésta se integra. Evoluciona entre oposiciones, se realiza superándolas. Pero si esa acción liberada no quiere perderse en repeticiones monótonas y fastidiosas es preciso que se impongan reglas, a veces más estrictas que las necesidades a las cuales se sustrae.¹⁴

- Motivación éxito-apuesta. Un método destacado del juego es el de democratizar las relaciones sociales. Fortuna y autoridad no resisten ante el juego: gana el mejor. Pero enseguida entra el jugador en una nueva contradicción; para que el éxito sea reconocido hay que ganar algo en el juego. Al juego se le agrega de manera natural la apuesta, pero con la amenaza de convertirlo en una nueva tarea. Desde este punto de vista el deporte siempre es profesional. El premio hace del juego un deporte y devuelve al éxito la dimensión social que inicialmente tenía por misión negar.

- El azar. El azar es el antídoto del destino cotidiano y contribuye a sustraer de él al juego. Asocia así a los placeres funcionales cierto sabor de aventura. Pero si se exagera su parte o queda solo, el juego es de nuevo suprimido por no restarle al jugador sino la angustia de la espera. Jugar con las propias emociones prescindiendo de toda actividad física o intelectual acaso sea también un juego, pero de una especie particular más emparentada con las toxicomanías que con las alegrías funcionales.

- Regla y ficción: La regla permite que una actividad que se libera del

¹⁴

Ibidem. p. 167-168.

contexto cotidiano se integre en un orden distinto al de las necesidades vitales. La ficción, por lo contrario, desintegra subjetivamente las actividades habituales que muy bien pueden ser conducidas imaginariamente al término de su evolución normal.

- Juegos reglados: Los juegos reglados se incorporan con facilidad al deseo de jugar del niño, puesto que éste va espontáneamente hacia la regla.

Adopta, pues, de inmediato, juegos cuya práctica conocida pública y codificada está sometida a una regla tradicional reflejada por su nombre: "el vigilante y el ladrón". En este caso las reglas son muy sencillas, prender, no ser arrestado.

6. Puntos de vista pedagógicos sobre el juego

Las actividades y los materiales lúdicos pueden servir de fundamento a las técnicas y los métodos pedagógicos que el alumno quiere llegar a elaborar con el pensamiento, puesto que ese niño cuya educación se ha confiado al maestro, tiene características internas que poco a poco sacará a relucir. Hace ya cerca de dos mil años el maestro de retórica latina Quintiliano formulaba el deseo de que *el estudio sea para el niño un juego*.¹⁵ Sin embargo, pese a las teorías innovadoras de Freinet, Claparède y Decroly, *el papel del juego está lejos de ser*

¹⁵

Ibidem. p. 179.

*reconocido por todas las instituciones educativas.*¹⁶

Reconocer la importancia fundamental del juego no significa tampoco confundirlo con las actividades escolares. Krou advierte sobre el peligro de incurrir en tal confusión:

Cuando el adulto interviene, en el juego como adulto, el juego deja de ser un juego infantil. Si se deja que el juego del niño se desarrolle libremente no corresponde al deseo del educador, el cual quisiera encauzarlo para responder a los fines educativos concebidos por él. En estas condiciones el juego corre el riesgo de convertirse en un trabajo como cualquier otro, pudiendo caer en la trampa del pedagogo que sabe que el juego tiene una función educativa pero que no puede recuperarlo como él desea".¹⁷

Hay que comprender que la función del juego es autoeducativa. Lo único que puede favorecer al adulto es la creación de grupos de juego, responder a las preguntas que le hagan espontáneamente los niños con motivo de esos juegos y aportar materiales que aquéllos puedan pedirle. La tarea es difícil porque enseñar evitando dar la buena respuesta requiere de gran habilidad; pero no por ello hay que caer en el otro extremo: sentarse y mirar pasivamente cómo juegan los niños. Llevarles a experimentar sus propias hipótesis sobre los objetos y los seres humanos es un arte, para el cual no es posible inventar una receta.

a. Reconocer y favorecer el juego. Para el educador el juego será ante todo un excelente medio para conocer al niño, tanto en el plano de la psicología individual como de los componentes culturales y sociales. Gracias a la observación del juego del niño se podrá ver cómo se manifiesta una perturbación

¹⁶ Ibídem. p. 179.

¹⁷ Ibídem. p. 180.

del desarrollo afectivo, psicomotor o intelectual; se podrá identificar la fase de desarrollo mental a que ha llegado el niño y que se habrá de tener en cuenta si se desea perfeccionar las técnicas de aprendizaje utilizadas y descubrir los métodos que tienen más probabilidades de éxito.

El hecho de captar que el niño pertenece a una cultura a la que hay que tratar y respetar, puede ayudar al educador, en consecuencia, a conocer la manera de pensar, las creencias, las experiencias y las aspiraciones de los niños que se le han confiado y a partir de ahí, a elaborar su estrategia metodológico-didáctica.

En un primer tiempo, el educador utilizará medios discretos que favorezcan el juego sin controlarlo, limitándose a un estímulo tácito al que los niños se notarán muy sensibles en la medida en que perciban que el adulto está verdaderamente contento de verlos jugar sin querer mezclarse en sus juegos. Sin embargo el papel del pedagogo será muchas veces determinante en la circulación de los conocimientos lúdicos, que se esforzará por promover mediante intercambios entre niños y grupos de edad, orígenes sociales o étnicos distintos; ayudará así a constituir un verdadero dispositivo de desarrollo de los conocimientos adquiridos mediante las actividades lúdicas en el medio natural.

b. Juego y aprendizaje. Antes de introducir el juego en la clase, el educador debe definir claramente sus objetivos pedagógicos y ver de qué manera los juegos y los juguetes de los niños pueden responder a esos objetivos.

Bloom R., Doghe y S.N Diaye definen las finalidades pedagógicas con

base en siete objetivos:

1. Nivel del simple conocimiento:
Memorización y retención de información registrada.
2. Nivel de la comprensión:
Transposición de una forma de lenguaje a otra, interpretación de los datos de una comunicación, extrapolación de una tendencia o de un sistema.
3. Nivel de la aplicación:
Escoger y utilizar abstracciones, principios y reglas en situaciones nuevas y en relación con los problemas de la vida corriente.
4. Nivel del análisis:
Analizar un conjunto complejo de elementos, de relaciones o principios.
5. Nivel de la síntesis:
Estructura (resumen, plan, esquema, razonamiento) de los elementos diversos procedentes de distintas fuentes.
6. Nivel de evaluación:
Juicio crítico de las informaciones, las ideas, los métodos.
7. Nivel de invención y de la creación:
Transferencia del conocimiento adquirido a una operación creadora¹⁸.

En más de un punto el juego responde precisamente a estos objetivos, puesto que hace participar:

Todas las actividades perceptivas tales como el contacto con el objeto: la vista, el oído, etc..

Todas las actividades sensoriomotrices, tales como al carrera, el salto de altura o de longitud, los movimientos rítmicos, la presión, el lanzamiento, etc..

Todas las actividades verbales tales como la vocalización y todas las

¹⁸ UPN. El niño, aprendizaje y desarrollo p. 132-133.

formas de expresión que se sirvan de las palabras, las frases, etc..

Todas las actividades en las que intervenga la afectividad, tales como la atracción, la repulsión, la identificación, la representación de los diversos papeles y funciones familiares, escolares y sociales.

Todas las actividades en las que intervenga el intelecto, tales como los procedimientos cognitivos, es decir la observación, la descripción, la comparación y la clasificación; en una palabra: todos los diversos procesos del razonamiento correcto a partir de datos concretos, verbales, situacionales (o sociales).

Todas las actividades relativas a la construcción o a la fabricación de objetos que movilizan tanto la energía física como la capacidad intelectual y afectiva, apoyándose total o parcialmente en experiencias pretéritas.

Todas las actividades de expresión corporal y estética tales como la gimnasia, la coreografía, el teatro, la música, el dibujo, el modelado, el recorte, el *collage*.

Puede decirse que el juego constituye un verdadero sistema educativo espontáneo que funciona antes de la escuela y paralelamente a ésta. Se presenta al mismo tiempo como un medio pedagógico natural, y barato, capaz de combinarse con medios más rigurosos y más tradicionales.

c. Los juegos. Sin discusión alguna los juegos tienen un valor educativo inapreciable, siendo tan importantes que se considera con razón, que ninguna forma de ejercicio les iguala en eficiencia.

Gulick, con verdadero sentido pedagógico, expresa: "Que ningún programa hará tanto por el desarrollo del niño como sus juegos naturales, porque éstos constituyen el resultado de un trabajo de selección que se ha ido verificando a través de los años y de un número incalculable de siglos" -y añade-: "Durante el año, el niño ha hecho ejercicios con cuya ayuda sus manos han adquirido habilidades: ha aumentado el golpe de vista; los músculos del tronco se han desarrollado, a la vez que los de las extremidades; el corazón y los pulmones han sido objeto de un entrenamiento enérgico, y de hecho, el organismo entero ha sido puesto en juego en una forma en que habría sido enteramente imposible hacerlo por medio de los ejercicios gimnásticos clásicos"¹⁹.

El juego debe de tomarse como un medio para llegar a la finalidad propuesta y la forma del juego debe encaminarse a facilitar la tarea paciente y constante del educador.

En el juego, el sujeto se abstrae del mundo que lo circunda y se manifiesta con las tendencias predominantes, punto medular que debe considerarse para fomentar o desviar con razones, ejemplos, estímulos, u otra clase de presiones que influyan y encaucen la conducta, finalidad real que como misión tiene el profesor, ya que el juego, de cualquier tipo y en cualquier época, es sólo un medio que, como la instrucción, pretende formar hombres útiles, pero sobre todo morales, y nada mejor que el juego para aplicar la influencia modeladora que para

¹⁹ Abel Valero Alatorre. Manual de juegos. p. 9.

bien o para mal, queda bajo la responsabilidad del maestro.

La acción mecánica convertida en ejercicio y éste en actividad agradable por libertad de participación y elasticidad en sus bases de orden, tiempo y variedad, es la que constituye el juego recreativo propiamente dicho, el que nada tiene que ver con los juegos mentales (ajedrez) ni con los juegos "espectáculo" (carrera de coches) o deportes (competición).

Los juegos recreativos pueden tener tantas finalidades como sea el propósito: desgaste de energía, entretenimiento, valoración, habilidad, agilidad, control, resistencia, etc.. y pueden ser clasificados en todos los órdenes, tales como: emotivos, motores, sociales, intelectuales, etc.; sin embargo, como maestros se debe poner en práctica lo que se aprendió de psicología; objetivo e interés y por sobre todo, el resultado, que como consecuencia obligada debe conducir a lo que se llama conducta.

Una de las definiciones más acertadas que se han dado acerca del juego es la que dirigió Ralph Wimm que dice: "Tipo fundamental y ocupación del niño normal".²⁰ Pero etimológicamente viene de la voz latina *jocus*, que significa acción de jugar.

El educador para llegar a una meta segura deberá tener siempre presente la siguiente observación: no debe imponer un juego al azar, es necesario identificar primero los intereses de los niños en determinada actividad,

²⁰

SEP. Didáctica sobre las actividades creadoras y prácticas. p. 57.

observar y a través de esa actividad, buscarle los juegos recreativos que necesite.

Este concepto es de gran valor para el educador, ya que está manejando los verdaderos intereses del niño, actitud diferente a la del técnico, quien se concreta a enseñar la manera de realizar un juego que ha determinado previamente.

Dentro del terreno pedagógico se ve que el maestro es educador en lo general, pero a la vez se pretende que sea un educador particular dentro del aspecto físico.

Entre las teorías sobre el juego destaca la de Spencer, conocida como energía superflua, que dice que: "el juego es la descarga agradable y sin finalidad de un exceso de energías".

Lazarus y Steinthal adoptaron un punto de vista contrario a Spencer. Definen el juego como: "descanso, basándose en que la recreación posibilita equilibrar la fatiga nerviosa de una parte del sistema que trabajó por otras que han permanecido en descanso".

K. Groos considera que: "el juego es un ejercicio de preparación para la vida y cada especie desarrolla, mediante él, algunas virtudes específicas que luego le ayuden a subsistir".²¹

Rafael Chávez dice: "el juego es una actividad lúdica que contribuye a

²¹ Ibídem. p. 58.

preparar para hacer y ser en la vida conforme a un ideal".²²

Karl Bühler afirma que: "el juego proporciona un placer funcional, más que apetitos físicos, y que este placer funcional es motivado por la oportunidad de un trabajo creador del pensamiento puesto en juego".²³

Freud lo define como

...un aspecto ludoterápico, que reemplaza en los niños a los clásicos métodos de interpretación de los sueños o de la dialéctica introspectiva, siendo el juego el lenguaje natural del niño, el maestro puede hallar en su expresión más honda, tanto un diagnóstico como un tratamiento. El diagnóstico representaría el pasado, el tratamiento el futuro y el presente está dado en el niño que se dispone a jugar.²⁴

El desarrollo ascendente de los juegos conforme a la edad

De los seis años a los siete años. A esta edad prefieren los juegos de "imitación" ficticia; se imita a los animales, a las máquinas, a los barcos, etc... Esta imitación va ligada con la fantasía y los sueños (hadas, exploradores, aviadores, indios, etc).

De los siete a los ocho años. Tienden a imitar las labores de trabajo, por ejemplo: la niña tratará de imitar a mamá en sus quehaceres, los niños al papá en su trabajo, pero los mayores no comprenden esta actitud de los niños y se mofan de ellos; entonces el niño, al no comprender esa burla de sus mayores, se refugia en su imaginación y al darse cuenta de que no está solo, que a su alrededor tiene compañeros menores que él, es cuando se torna vigoroso, impone

²² Ídem.

²³ Ídem.

²⁴ Ídem.

su juego, se hace obedecer, incluso los llega a dominar físicamente, entonces el niño descubre un tipo de juego que llamará "juego colectivo descendente"; descendente porque los compañeros a quienes manda son menores que él; en este tipo de juego organiza concursos, entabla luchas, y por su dominio físico e intelectual siempre saldrá victorioso y será admirado por los más pequeños.

De los ocho a los nueve años. Aquí entra en la fase del juego ascendente, sus compañeros son mayores, entonces él se siente inferior, su calidad de héroe en el juego colectivo descendente cae por tierra. Como el grupo es mayor, él participa como "mirón" y entonces admira a sus compañeros del nuevo grupo como sus héroes y trata a toda costa de participar en las actividades de sus nuevos compañeros.

De los nueve a los once años. El niño empieza a dominar su cuerpo, refrena su juego, aprende a callarse y a tener en cuenta al vecino y retrocede ante el egocentrismo, y ya puede practicar "el juego en grande colectivo" en la medida de ese doble progreso.

El niño se acerca a la fase del juego verdaderamente cooperativo en donde la división del trabajo le proporciona un papel preciso.

De los once a los doce años. A medida que avanza su valor físico, intelectual y moral sube en categoría en el seno de un grupo de iguales. Ya adquiere los medios necesarios para imponerse a los niños menores.

La competencia, el talento organizador, la autoridad y fuerza corporal le

hacen el jefe de los juegos.

De los doce a los catorce años. Es cuando el juego pierde su interés; a medida que se adentra en él un grado de superioridad, el niño de catorce años empieza de nuevo a mirar a la mayor edad.

Se siente con fuerza para competir con ellos, surge la necesidad imperiosa del trabajo serio. Se cansa de la actividad escolar, de los juegos de los niños más pequeños, a los que a veces finge desdeñar, pero en otros casos se mete al juego con furor.

En este período surge la duda, el ahogo de deseos locos para poner en práctica los proyectos más ambiciosos. Vuelve a sumergirse en sus sueños, pero dando a éstos un carácter más utilitario, juega al explorador (salir al campo y cocinar, arreglar su cabaña, etc). Evadirá en fin, a las personas que él cree que no lo estiman.

De los catorce a los quince años. Jubilosamente entra a trabajar. Ahora el trabajo es su juego. El juego se hace necesario en su función primitiva, porque el trabajo es ahora para él, el juego. El juego quedará relegado a actividad sin importancia y ya conservará esta consideración drante toda su vida adulta.

El juego infantil. Los niños tienen gran parte de su vida dedicada al juego.

Estas actividades a la vez que entretienen, sirven para descargar sus energías. Respecto a ellas, atienden y perfeccionan las coordinaciones neuromusculares, así como educan las manos y la vista.

El juego también influye y estimula el desarrollo social porque el niño toma parte con otros grupos.

Los juegos son un instrumento de poderosas sugerencias para la convivencia y las normales relaciones entre los niños, constituyen magníficas oportunidades para la expresión y el desarrollo de las apetencias que contribuirán más adelante en el desenvolvimiento de su personalidad.

Jugar es la esencia de la vida de un niño. Nadie necesita enseñar a un niño a jugar. Un bebito a las pocas semanas sabe hacerlo; sacude sus brazos, flexiona las piernas, fija la mirada con atención; arrulla, demuestra haber percibido el acercamiento de otros mediante pataleos, etc.

El juego es su actividad, su trabajo; el niño no juega por compulsión exterior, sino impulsado por una necesidad interior.

El jardín de infantes y la escuela, se sirven de esa necesidad para usarlo como un recurso psicopedagógico y socializador. Es la misma causa por la que un gatito corre a un ovillo de lana, porque se mueve y más tarde correrá a una rata, es un ensayo a vivir.

El niño con sus múltiples actividades indica: la carrera, el salto y la pelota, las flexiones, etc. Como el gatito, el niño realiza un juego evocativo porque sus actividades son heredadas de sus antepasados para usar y aplicar en un futuro no muy lejano.

El juego de un niño aparece espontáneamente, como producto de sus

incitaciones instintivas que expresan necesidades de su evolución. Es un ejercicio natural y placentero que tiene fuerzas de crecimiento y al mismo tiempo prepara para la madurez.

En ninguna circunstancia el juego deja de ser la ocupación más importante del niño. Para satisfacer las necesidades básicas del desarrollo, la naturaleza implanta señaladas inclinaciones al juego en todo niño que se manifiesta normal.

La educación dirige y orienta los juegos para convertirlos en métodos y formas de trabajo para canalizar los intereses y propiciar aprendizajes. El juego profundamente absorbente, parece ser indispensable para el total crecimiento mental.

Los niños capaces del juego intenso, entretenido, interesante, serán seguramente los que tendrán mayores facilidades para manejarse y tendrán eficientes resultados cuando emprendan su vida de adultos. A medida que se cumple el proceso de crecer se van graduando los intereses y motivos de los juegos. Si se toma por ejemplo la arena y él como elementos primogénicos de juego, veremos que la arena goza de la atracción del niño hasta los dieciocho meses. Le interesa mucho y le gusta la flexibilidad de la arena para sus juegos y es capaz de entretenerse horas y horas llenando y vaciando baldecitos y recipientes.

En este juego de tiempo, el niño adquiere una rica experiencia motriz, táctil y visual y un concepto de dominación que informa su crecimiento mental. Sus

juegos futuros serán más completos pero tendrán el mismo efecto evolutivo que los anteriores.

El juego como factor de desarrollo mental. La experiencia general de juego, en la niñez, contribuye en gran parte a la evolución total de la personalidad, las actividades del juego desarrollan evidentemente los músculos y la coordinación neuro-muscular, el peso total de la musculatura humana aumenta de un kilo al nacer, hasta cerca de 36 kg. al final de la adolescencia.

En un niño cuyos músculos permanecieron inactivos en ese lapso, no sería sorprendente encontrárselos atrofiados, comprobándose que son pequeños y sin desarrollo o bien, débiles y flácidos.

Los años de juego, en otras palabras, desarrollan los músculos grandes y también la coordinación y precisión neuromuscular.

Probablemente, no exista ningún grupo muscular en el sistema esquelético que no sea ejercitado o desarrollado por medio de actividades del juego.

El juego como fuerza socializadora. Exceptuando los primeros años, el juego para la mayoría de los niños, no es una actividad solitaria, sino decididamente social y comunitaria.

Un niño expresa mejor su yo, y se proyecta en su ambiente más satisfactoriamente cuando hay otros de su edad presentes. En el proceso de juegos en grupo, los niños sufren una profunda socialización. Cuando las personalidades, los valores y lamentos se mezclan en el juego, cada niño aprende

lecciones inconmensurables de ajustes de los que le servirán de mucho.

Las grandes lecciones de buenos deportistas que el niño aprendió en el baldío, en el fondo de la casa, en la escuela y más tarde en las pistas de atletismo, sin duda son transferidas en grado considerable, a la oficina, a la fábrica, al palacio legislativo y en todas las demás empresas adultas que emprenden los hombres.

El juego como liberador de emociones. Apenas toca la hora de la pausa después de una clase, se puede ver a los niños salir en tropel del aula al patio de juegos.

Los juegos, los deportes y el atletismo brindan un campo rico e incitante, en que los niños pueden expresar sus emociones hasta el máximo. En ese momento las energías contenidas en el hogar y en la escuela en su diaria labor única, buscan de esa forma una gran liberación.

Según Schiller, "el hombre no está completo sino cuando juega; arte, ciencia y religión a menudo son juegos serios. Sucede inclusive que el juego se desliza a especulaciones en apariencia muy poco preocupadas por la satisfacción íntima que ocasiona la conducta lúdica".²⁵

Por el juego, en efecto, podemos dejar el mundo de nuestras necesidades y de nuestras técnicas, ese mundo interesado que nos rodea y nos constriñe, escapamos de la influencia de la coacción exterior, del peso de la carne, para

²⁵ Luis Roberto Barone. El niño y su mundo. p. 40.

crearnos un mundo de utopía.

En el niño, escribe Clapárede: "el juego es el trabajo, es el bien, es el ideal. es la única atmósfera en la cual su ser psicológico puede respirar y, en consecuencia, puede actuar. No se puede imaginar la infancia sin sus risas y sus juegos".²⁶

De lo lúdico a lo competitivo. No se requiere ser especialista para saber que los menores disfrutan de las actividades físicas como una forma más de juego, de recrear su realidad, de relacionarse con los demás, pero escapa a su mente la idea de competencia, como no sea por una mera relación con los demás o consigo mismo. Es decir: juega para divertirse, no para ganar.

Aquí se impone la explicación; la psicóloga Serrano Sánchez expresa: "que el niño no toma el deporte como una actividad de competencia, sino algo lúdico, un juego donde existe interacción con otros compañeros o consigo mismo".²⁷ Básicamente le sirve para que desarrolle su propia creatividad y más que nada su imaginación, iniciándose así en su etapa sensoriomotora, tendiente a evolucionar en una serie de actividades tanto cognoscitivas como para un buen desarrollo psicomotor.

Interesante resulta esta etapa de los niños, pues crean nuevos instrumentos de juegos y paralelamente comienzan a recibir órdenes, reglas, que los van

²⁶ Luis Roberto Barone. En Op.Cit. p. 40.

²⁷ Jorge Sepúlveda Marín. La Jornada. p. 25.

integrando poco a poco al grupo social, regido por normas, donde hay ganadores y perdedores, pero sobre todo empezará a interiorizar que esas reglas se deben respetar, y desde que se le empieza a dar la connotación de que "debes de ganar", "perder no está bien"; cambia radicalmente, la idea original. Ahora está instalado en lo que se puede llamar la competencia.

Pero aquí hay que tener mucho cuidado, porque si bien es cierto que aumenta su nivel de aspiración personal, su persistencia, cuando no logra el fin perseguido, puede caer en la frustración, con lo que pierde ya su fin recreativo, y entonces ya lo entiende como una competencia contra los demás.

Este proceso no se da automáticamente a una edad determinada, es variable según cada caso, pero por lo regular es posible encontrarlo desde los diez años de edad.

Es por ello que la educación física, al tener como agente al movimiento, utiliza al juego como uno de los medios más eficaces para cubrir sus funciones, y es así como los juegos de expresión corporal, individual y colectivos, incluyen desde los juegos más preliminares hasta aquellos que al estandarizarse a nivel universal y sometidos a una alta organización, son reconocidos como deportes.

Luego el deporte, siendo contenido y medio de la educación física, es elevado a la categoría de actividad educativa; el deporte como juego, es reconocido como la activación física del ser humano con fines eminentemente recreativos.

Dentro de la diversidad de clasificaciones que se pueden hacer del deporte y su función, se puede distinguir al deporte de alto rendimiento y al deporte para la ocupación del tiempo libre.

El primero tiene un objetivo prioritario: ganar el primer puesto por todos los medios legales posibles; y por ello se torna tan estricto, que se apoya en recursos humanos seleccionados, sometidos a un régimen de preparación de primera clase, y requiere de instalaciones deportivas acordes con las especificaciones minuciosas de los reglamentos de competencia.

Por otra parte se encuentra el deporte para la ocupación del tiempo libre que responde a los objetivos de la auténtica manifestación deportiva.

Acorde con las necesidades de la actualidad, y con las del futuro, se ha creado un movimiento mundial en favor de la acentuación de las funciones, que el deporte, como expresión especializada de la educación física tiene en cuanto a la contribución que hace en el desarrollo integral del hombre, en sus posibilidades de desenvolvimiento biológico, psicomotor, de adaptación social y como una de las formas óptimas para la recreación.

Estos valores, naturalmente, también fundamentan al deporte de alto nivel y rendimiento, tanto en su modalidad de aficionados como profesional. Desafortunadamente por las restricciones antes expuestas, sólo afectan positivamente a una población en minoría, frente al deporte concebido como una de las formas esenciales de la justicia social, y que por lo tanto, debe ser

accesible a la totalidad de la población, como una de las expresiones de mayor consistencia de un régimen democrático.

El deporte para la ocupación del tiempo libre, está liberado de las condiciones estrictas del deporte de alto nivel; quienes lo practican lo hacen por el placer que conlleva, y lo realizan a la medida de sus capacidades e intereses. Este tipo de deportistas no está interesado en obtener un reconocimiento público a gran escala de su actuación, ni requiere de costosas instalaciones que reúnan las especificaciones y requisitos del deporte de rendimiento; realizan actividades recreativas que no son del campo del deporte formal, se valen de su imaginación y creatividad, utilizando los recursos que el medio ambiente les proporciona; y el caminar, correr a campo traviesa bajando y subiendo colinas, nadar, trepar, etc; constituyen formas de actuación física estimulándose en las áreas de la educación, la higiene y la salud, así como en el desarrollo social.

C. La fatiga

Con relación a ésta, la definición de la fatiga en el hombre sano y normal, es una disminución del poder funcional de los órganos, provocada por un exceso de trabajo y acompañada de una sensación característica de malestar, que puede llegar hasta el dolor.

Cuando uno de los escolares aptos para la práctica deportiva se presenta

después de practicar un deporte, generalmente es un niño fatigado.

Claro que esta situación no es alarmante, puesto que es un fenómeno saludable, consecuencia del ejercicio (siempre y cuando no se llegue a los extremos) y necesario para que se consignent resultados positivos en la educación.

La causa directa de la fatiga es la acción tóxica de los productos inútiles acumulados, junto con la pérdida de energía en las células. Para poder contrarrestar esta acción se necesita un descanso, el cual deberá ser lo suficiente para recuperarse hasta que pueda volver a la actividad normal el cuerpo.

D. Cómo combatir la fatiga

Cuando la fatiga se presenta y ésta es puramente local, lo saludable es un cambio de trabajo, el cual le dará descanso a los tejidos que están fatigados.

El cambio de un trabajo mental por otro, o de una labor mental por otra física, traerá consigo alivio y buenos resultados.

Los cambios regulares de esta clase durante el día ponen sucesiva y alternativamente a todos los centros nerviosos en acción y dan períodos de relajación a cada uno, durante los cuales puede tener lugar el restablecimiento.

El agotamiento y el exceso de tensión se deben en gran parte al mal arreglo de los quehaceres y se prevendrían si los cambios de trabajo fuesen más

frecuentes.

E. Alimentación

Por si misma, la alimentación es primordial para la subsistencia del hombre, mayor es su importancia cuando se trata de la alimentación a quienes van a hacer deporte, y esta importancia cuenta cuando el deportista es un niño o un adolescente.

La alimentación deberá reponer las energías gastadas en el sostenimiento de su funcionamiento orgánico y de las necesidades energéticas que presenta para atender el gasto ocasionado por el esfuerzo realizado en su vida de relación en el niño y en el adolescente, se debe tener en cuenta el crecimiento y la mayor movilidad.

El metabolismo o nutrición, es el cambio que sufren los alimentos entre el organismo y el medio externo.

El organismo toma del medio externo todos aquellos elementos que necesita para su nutrición y después de transformarlos y tomar los que son indispensables, arroja al exterior los residuos de ellos.

Hay dos actos de nutrición: el anabolismo y el catabolismo; la función del anabolismo es la de aumentar, reparar y acumular reservas; el catabolismo tiene la función de destruir los materiales nutritivos, y es por eso que, en los casos en

que predomine sobre el anabolismo, se ocasiona la desnutrición.

Entre los escolares, como en todo ser en crecimiento, existen un mayor número los anabólicos.

En el hombre y en la mujer el metabolismo es distinto: en la mujer es más bajo; y entre el lactante y el hombre con relación a su peso, es más del doble que el del adulto.

El metabolismo basal es la cantidad de energías que se necesita producir para mantener la vida en reposo, para el trabajo del corazón, de la digestión, de la mecánica respiratoria, etc.; por lo tanto se debe establecer una alimentación adecuada y, para comprobar que lo es, hay que calcular el total de calorías para obtener el metabolismo basal.

F. Elementos teóricos vinculados estrechamente

Como ya se ha mencionado anteriormente, propiciar el deporte y el ejercicio, del tema de la salud; tiene una directa relación con la educación física, que dentro de sus actividades comprende la realización de una serie de ejercicios diarios, ocupando cinco minutos antes de iniciar las actividades dentro del aula.

Al término de la actividad, se quiere lograr relajamiento tanto del cuerpo como de la mente, y de esta forma; poder iniciar con gusto y entusiasmo las actividades de trabajo del día; esto incluye tanto a alumnos como a maestros.

En la situación de trabajo "Hagamos deporte y ejercicio" del tema la salud; se relaciona con las matemáticas, en donde el niño utiliza sus conocimientos matemáticos, por ejemplo: al contar la vueltas que da al correr por algún espacio abierto, al contar el material destinado para la actividad y/o el momento de contar sus puntos ganados en los diversos juegos, etc.

La relación con lo referente a lo social, sería en cuanto que el niño ha de formar equipos para la realización de actividades y para concretar opiniones respecto a las estrategias a seguir, como ya se hecho alguna vez; puesto que el ser humano tiene la necesidad de convivir y relacionarse, en las acciones señaladas, se pretende a que el niño ponga en práctica la interrelación con las personas que lo rodean.

Dicha interrelación le permitirá desenvolverse en forma más eficaz en el medio en que se encuentra.

Se relaciona también con el lenguaje, lo cual se pone de manifiesto a través del diálogo que se da en las relaciones maestro-alumno, alumnos-comunidad o medio en el que se desenvuelven.

G. Sujeto del proceso educativo

En todo proceso educativo, el sujeto adquiere un conocimiento, es considerado agente de su aprendizaje al interactuar con el medio en el que se

desarrolla.

En este sentido el sujeto elabora su aprendizaje al interactuar con el objeto de conocimiento. Para ello existen tres tipos de conocimiento que son: el físico, el social y el lógico.

Conocimiento físico: Lo adquiere al interactuar con los objetos, diferenciando las características que tienen.

Conocimiento social: Lo que ha legado la sociedad a través del tiempo; es convencional.

Conocimiento lógico-matemático: Cuando el sujeto logra abstraer las semejanzas y diferencias de los objetos, sin tenerlos presentes. Aquí el pensamiento es lógico.

Para que el sujeto adquiriera un aprendizaje es necesario tener factores tales como:

Maduración: Considerada como un factor biológico, psicológico, social, en todas las acciones que realice.

Experiencia: Es la interacción que el niño ha tenido en el medio físico y con las personas que lo rodean.

Transmisión social: Lo que se adquiere al interactuar con el medio. En la medida que cuente con los materiales adecuados en su medio, su proceso cultural será mejor.

Equilibración: Al tener los factores antes mencionados, los acomoda a las

estructuras ya acumuladas, poniéndolas en práctica, cuando se crea necesario.

En el transcurso de su aprendizaje, el sujeto pasa por diferentes etapas graduales como son:

1. Sensoriomotriz: de 0 a 2 años. Aquí perfecciona sus reflejos.
2. Preoperatorio: de 2 a 5 y 6 años. Es egocéntrico.
3. Operaciones concretas: desde los 6, a 9 y 10 años. Aquí se refuerza con materiales para elaborar un conocimiento; necesita manipular objetos concretos.
4. Operaciones formales: desde 9, a los 14 y 15 años. El pensamiento es lógico, logra la abstracción de los objetos.

En este orden de ideas, respecto a los alumnos del sexto grado, grupo "A" de la Esc. "Arq. Carlos M. Lazo" T.V., se puede decir que aún no conciben el deporte y el ejercicio como algo indispensable para mantener la salud; su concepto es que solamente se realizan estos tipos de actividades para jugar o pasar el tiempo.

La experiencia al respecto demuestra que, a pesar de que se cuenta con los recursos necesarios, tanto los padres de familia como los maestros, no han sabido utilizarlos.

El proceso de equilibración avanza de forma muy lenta.

Por otra parte, es importante mencionar que los niños se desenvuelven en un medio social y cultural poco activo, y puede percibirse como resultado de ello, que los niños demuestran poca espontaneidad en participar en alguno de los

números artísticos de las "veladas".

En el campo religioso solamente se ha palpado el pequeño inconformismo, respecto a las tradiciones allegadas a los diferentes cultos religiosos; sin embargo, haciéndoles ver las cosas, los paterfamilias participan y colaboran en cuanto a lo relacionado con el aula y con la escuela.

H. Contexto social e institucional

En la ciudad de Champotón, Campeche, en donde se encuentra ubicada la escuela "Arq. Carlos M. Lazo" T.V. existen pocos campos accesibles y cercanos a la escuela, si se considera como medio de transporte la locomoción pedestre.

Por tal motivo se dificulta que los alumnos del sexto grado grupo "A" de la escuela en mención practiquen en forma periódica algún deporte o diversos ejercicios.

Entre las tradiciones en la comunidad, se pueden considerar la de Navidad, Año Nuevo, "pibi-pollos" o el Día de Muertos, Carnaval, fiestas del pueblo y novenarios.

En lo referente a lo cultural habría que concientizar más a los padres de familia, para que a través de diferentes medios se lograra fomentar más el deporte y el ejercicio en la comunidad.

La Iglesia Católica no impide, e incluso fomenta el deporte en la

comunidad. Las otras religiones se dedican más bien a sus cultos.

Respecto a lo económico podría decirse que aproximadamente una mitad de la población cuenta con empleos, aunque no muy bien remunerados, sí con sueldo seguro, dentro de la otra mitad, se cuentan campesinos o personas cuya ocupación es de muy poca remuneración, zapateros, mecánicos, tricicleros, comerciantes en pequeño, etc.

Los alumnos de la escuela, son niños que provienen de todos los niveles económicos de la población.

Según la lectura "Estudio exploratorio de la participación comunitaria en la escuela rural básica formal" de Silvia Schoelkes, Margarita Cervantes, Pablo Sprarkin, Pablo González y Margarita Márquez; señala a manera de teoría y como supuestos básicos de un estudio exploratorio que:

"La relación entre la comunidad rural y la escuela, es algo que se da en todas las comunidades en donde la escuela juega un papel muy importante".²⁸

Algunos elementos que entran en juego en esta relación, podrían calificarse de la siguiente manera:

1. La comunidad tiene una determinada pre-concepción de la escuela y, por tanto determinadas expectativas respecto a la misma.
2. La escuela en su propio quehacer cotidiano hacia dentro del aula y hacia la comunidad a través de su personal, emite una serie de mensajes que van

²⁸

SEP. Educación y cultura. p. 143-145.

reforzando, conformando o midificando esta concepción y, por lo tanto, las expectativas que la propia comunidad tiene de la escuela.

3. La comunidad plantea, a partir de la expectativas pre-existentes o generadas con respecto a la escuela, una serie de demandas sobre la misma.

4. La escuela responde a esas demandas o exigencias comunitarias, parcial o totalmente; positiva o negativamente. Es así como se da un proceso de comunicación y retroalimentación en la interacción escuela-comunidad, que origina una dinámica propia y que en un momento dado, puede explicar la situación que guarda la escuela con respecto a la comunidad.

Este flujo comunicativo se da las más de las veces a través de procesos informales; es por ello que su detección se dificulta de manera considerable.

IV. ESTRATEGIA DIDÁCTICA Y SU METODOLOGÍA

A. Elementos del proceso enseñanza-aprendizaje

Para abordar un contenido existen diversidad de estrategias que van supeditadas a: características del maestro, del niño y del entorno en el cual se efectuará el proceso E-A.

Si se quiere lograr el uso correcto de una estrategia didáctica, se debe considerar dentro del proceso E-A, los elementos que intervienen y que deberán estar estrechamente vinculados para un mejor aprovechamiento.

Para esto debe existir un sujeto que enseña y uno que aprende. El sujeto pone órganos sensoriales a través de los cuales recibe estímulos; posee un cerebro que transforma de diversas y complejas maneras las señales que llegan por medio de los sentidos y posee un conjunto de músculos mediante los cuales manifiesta los actos que demuestran lo aprendido por él.

A la vez deberá existir una circunstancia propicia que involucre la actividad sensorial llamada estímulo.

El contenido es otro elemento esencial y por supuesto, ya posee una forma organizada que resulta de actividades anteriores.

Otro elemento importante es el maestro, quien dirige las acciones encaminadas a propiciar un mejor proceso en la E-A.

Los propósitos y los objetivos son elementos que tienden a enunciar puntos de llegada del estudiante, ya que muchas veces los propósitos apenas coinciden con los objetivos planteados.

Las estrategias son las acciones que el profesor planifica para facilitar el aprendizaje de los estudiantes de acuerdo con las características de los mismos.

En sí, todos los elementos son indispensables y deben participar activamente, siendo el contenido el punto de partida, debiendo de ser además, muy significativo; para que facilite la comunicación y el desarrollo de las estructuras lógicas de los estudiantes.

Para el logro de las estrategias, se pretende usar el método experimental que le permitirá al niño observar situaciones reales y concretas.

A la vez podrá realizar sus propias hipótesis, dándose cuenta de que por principio, algunas serán falsas, creándose asimismo una actitud crítica y reflexiva.

Llevará a cabo actividades que le permitirán experimentar y comprobar, si lo dicho o realizado da buen resultado para el funcionamiento de su salud física y mental.

Para lograr lo antes comentado se sugieren las siguientes nociones:

SITUACIÓN DEL TRABAJO

Fecha: del 7 al 8 de marzo de 1994.

Tema: Actividades que favorecen la salud: Deportes y ejercicios.²⁹

ACTIVIDADES GENERALES DE LA SITUACIÓN

1. Planear una visita al parque u otro lugar.
2. Realizar el paseo.
3. Elaborar mensajes sobre la importancia de hacer deporte y ejercicio.
4. Practicar algún deporte o juego.

Revisión de recursos: Solicitar permiso a los padres de familia para visitar el lugar que se destine. Llevar implementos de deporte como: pelotas, bates, shorts, playeras, tenis, láminas didácticas, etc.

Participación del niño y del maestro en la elección del lugar por visitar.

Intención educativa: Considerar la importancia de mantener la salud física y mental en buen estado, satisfaciendo las necesidades de higiene, alimentación, actividad física, descanso, trabajo, diversión, etc...

ASPECTOS Y ACTIVIDADES ESPECÍFICAS DE CADA DÍA

Día 1 ACTIVIDADES ESPECÍFICAS DE CADA DÍA Y SUS

Hora 5:30 pm POSIBILIDADES EDUCATIVAS

- Decisión del lugar al cual se va a ir: al parque, al campo, etc (Diálogo entre todos).

²⁹ SEP. Plan y programas de estudio. p. 164.

- Hacer una lista de lo que se tiene que llevar para jugar (pelotas, reatas para saltar, etc.) y reunir dichos objetos. (empleará su lenguaje escrito).
- Preparar algún alimento sencillo para llevar (propondrá ideas).
- Determinar qué aspectos se van a observar en el lugar, en función de los juegos que se pretende realizar y la manera en que se van a registrar (dará sus puntos de vista).
- Planear la manera de transportarse al lugar (de acuerdo a la distancia) y saber por qué camino llegar) (se comunicarán para llegar a un acuerdo).

OBSERVACIONES DIARIAS:

Balance entre lo previsto y lo efectuado; hechos y actitudes sobresalientes de niños y maestro. Además del estímulo visual, se requirió del oral.

Día 2 ACTIVIDADES ESPECÍFICAS DE CADA DÍA Y SUS

Hora 5:30 pm POSIBILIDADES EDUCATIVAS

- Estando en el lugar, observar, hacer preguntas y registrar las actividades que se realizarán en ese lugar, así como los aparatos y materiales deportivos y de

recreación que allí se encuentren (relacionará el espacio del salón de clases con el del lugar que se escogió).

- Organizar algún encuentro deportivo o juego entre los niños del grupo.

- Practicar ejercicios de calentamiento como los realizan los deportistas. (Relacionará los distintos tipos de ejercicios).

- Tomar los alimentos que se prepararon para el caso.

OBSERVACIONES DIARIAS:

El tiempo alcanzó medido ,pero se pudo realizar lo previsto.

Los niños llegaron cansados pero contentos, al salón de clases. En la escuela, de regreso intercambian opiniones sobre lo observado, valiéndose de los registros; se hicieron actividades gráfico-plásticas, para representar lo que les gustó en el recorrido o del lugar escogido (utilizará de diferentes formas los materiales).

Se planea que actividad se realizará a continuación.

Decidir qué se quiere comunicar y a quien va a dirigirse el mensaje (dará alternativas de cambio).

Determinar la forma en que se elaborará el mensaje (folleto, boletín, periódico mural, etc) se buscarán otras formas.

Inventar (crear) y escribir el texto del mensaje (comprenderá la importancia

de la escritura).

B. REGISTRO DE CLASE

Se les pide a los niños que se acomoden en columnas de dos en fondo para iniciar el recorrido que se va a hacer hasta la unidad deportiva, (lugar que se escogió para la actividad). Los niños gritan, corren, al irse integrando en las columnas.

M= Dije columnas de dos en fondo ¿Por qué hay más columnas aquí?

N= Ya les dije maestro, pero no quieren acomodarse.

M= Vamos a ir con mucho cuidado, hasta llegar al campo.

N= Si maestro.

Se inicia el recorrido y se lleva en forma normal hasta la unidad deportiva.

Al llegar:

N= ¡Vamos a jugar basquetbol!

M= Un momento, primero vamos a realizar ejercicios de calentamiento.

N= ¿Y para qué? mejor jugamos.

M= No, primero debemos de calentar para evitar que nos lesionemos algún músculo del cuerpo.

N= ¿Y todos los que juegan calientan?

M= Claro que sí. Pero vamos a iniciar.

Se realizan varios ejercicios, y al terminar:

N= Estoy muy cansado.

M= Para evitar eso vamos a relajarnos. Respiren hondo y mantengan el aire por un momento.

N= ¡Umff!

M= Esto sirve para llevar aire a los pulmones y evitar el cansancio y la fatiga en cierta medida. Pero ahora vamos a ver qué materiales trajeron para organizar juegos

N= Yo traje un balón de básquetbol.

N= Yo uno de futbol.

N= Yo uno de volibol.

M= Muy bien, vamos a jugar lo que más nos guste. Los que quieran jugar futbol al campo y los de básquetbol y volibol se quedan en la cancha.

N= Bueno, vamos (con euforia y alegría).

Terminado el tiempo, el maestro los reúne y los forma nuevamente.

N= ¡Estoy muy cansado!

M= Tóquense el lado por donde está el corazón.

N= Late muy rápido.

M= Si, se debe al ejercicio que han realizado. Descansemos un momento, mientras tomamos nuestros alimentos.

Al concluir, se vuelve a la escuela de la misma manera.

Al llegar a la escuela:

N= Vamos a hacer un anuncio, en donde se diga que el deporte nos ayuda a mantenernos sanos y lo ponemos en el periódico mural.

M= Buena idea, pero podemos hacer cinco equipos y cada equipo hace un cartelón que hable sobre el deporte, el ejercicio y la salud; y los colocamos en diversas partes de la escuela ¿qué les parece?

N= Muy bien.

Como el tiempo se acabó, expresaron:

N= Los traeremos mañana.

M= Me parece bien.

Se despiden y los niños se van poniendo de acuerdo, en casa de quién van a trabajar para realizar los cartelones.

El educador, para llegar a una meta segura, deberá tener siempre en cuenta la siguiente observación: no debe imponer un juego al azar, debe observar primero los intereses del niño en determinada actividad y consecuentemente, verlo en y a través del juego.

Este concepto es de gran valor para el educador, ya que está manejando los verdaderos intereses de los niños.

Como educador general, se encuentra ante los intereses del niño; el niño

juega a lo que desea y el educador deberá buscar los juegos que mayor similitud tengan con lo que deseen los niños.

Por lo que se sugieren los siguientes juegos que se pueden usar para practicar el deporte y los ejercicios:

a. EL HOMBRE MÁS ALTO

Material: Ninguno.

Organización: Se forma un círculo con todos los alumnos, el maestro se situará en el centro.

Desarrollo: Al silbatazo todos los niños tomarán la posición "en cuclillas", una vez que esta posición se realice, el maestro vigilará rápidamente la postura correcta, el pecho de los niños deberá estar erguido, su vista al frente, la cabeza en alto y las manos sobre su cintura. Los niños en coro dirán.

Estamos agachados

Giremos a la derecha

Una vez que terminan la palabra "agachados", todos los niños automáticamente se irán parando poco a poco, apoyándose sobre las puntas de sus pies, con elevación de talones, los brazos deberán extenderse verticalmente, el pecho saliente, conforme vayan elevándose dirán en coro:

Vamos haciéndonos grandotes

dando media vuelta.

Una vez terminada la palabra "vuelta" todos correrán hacia el centro sin perder sus posturas (sobre las puntas de sus pies y con los brazos extendidos verticalmente), el niño que toque primero al maestro es el ganador.

b. EL HOMBRE DERECHO

Material: Ninguno.

Organización: Se forman los niños en dos hileras: A y B, dándose al frente cada uno; se numera de izquierda a derecha cada hilera.

Desarrollo: La posición que adoptarán los niños será la de "firmes"; al silbatazo, los números 1 de las filas A y B dan un paso al frente y marcharán por flanco derecho o izquierdo conforme a la hilera A o B, con paso firme y braceando llegarán hasta el último de sus compañeros, ocupando su lugar y el último niño dará un paso hacia atrás y el flanco respectivo para iniciar la marcha e ir a ocupar el lugar del número 1; inmediatamente que ocupe ese lugar, el número dos dará un paso al frente de su flanco respectivo iniciando la marcha para ocupar el lugar del penúltimo compañero y así sucesivamente; la hilera que cambie más pronto su numeración inicial será la hilera ganadora.

C. Metodología

"El método, el modo razonado de obrar o hablar; es un procedimiento, técnica, tratamiento, teoría o sistema".³⁰

"La metodología es la ciencia que trata del método. Es un conjunto de métodos con miras a propiciar una mejor enseñanza."³¹

Dentro del trabajo docente todos invariablemente usan un método, una forma o manera de enseñar un conocimiento nuevo, con diversas estrategias que deberán estar apegadas al medio, a las características de los niños y a la escuela.

Por lo tanto se considera que para abordar la temática de deportes y ejercicios como un medio para preservar la salud, el método más adecuado es el heurístico: --entendido como el arte de inventar, crear, por medio de la acción directa entre el niño y el objeto de conocimiento-- puesto que es el que permite una interrelación más directa entre el niño y su medio.

Se pretende con este método, lograr la participación del pequeño, fomentar su creatividad e inducirlo hacia la reflexión crítica de su entorno en cuanto a su desenvolvimiento en él.

La participación del niño es parte fundamental dentro del método heurístico,

³⁰ García Pelayo R. Pequeño Larousse Ilustrado. p. 679.

³¹ Ídem.

puesto que erradica la monotonía y el verbalismo del profesor; es activo y socializante.

Mediante la heurística como fundamento metodológico, se pretende buscar nuevos caminos que conlleven al maestro y al alumno a participar más activamente en el proceso de enseñanza-aprendizaje.

Cabe mencionar que al referirse al tema metodología de la enseñanza, se señala como elemento definitorio para su conceptualización y valoración, al método que subyace en la formulación, generando la sensación de que todo se juega en la posición que se tome frente a él.

De hecho, hoy se toma al método como elemento de ruptura en la conceptualización pedagógica entre lo asignado como viejo, caduco, tradicional, y lo nuevo, dinámico, moderno, entendiendo la mayoría de las veces al primer término como reaccionario y al segundo como progresista.

Sin embargo, a pesar de la aparente ruptura en la conceptualización pedagógica, es posible señalar la continuidad: el rompimiento metódico de la continuidad conceptual, permanece.

Los métodos de enseñanza y la organización del trabajo escolar, que tienen una gran importancia social, no son algo caprichoso, ni producto del azar, sino que dependen de muchos factores entre los que sobresalen: la situación social y económica, las ideas filosóficas sobre lo que se ha construido el conocimiento y cómo se obtiene, del valor que se atribuya a la ciencia, etc.

La epistemología* tiene un gran interés para la educación, ya que el tema de cómo se forman los conocimientos, está profundamente conectado con el de la enseñanza. Los métodos de enseñanza dependen siempre de concepciones epistemológicas que en unos casos están explícitas y en otros no, pero que siempre están presentes.

Por todo lo anterior, se considera que al usar el método heurístico, se valoró y se consideró como el más apropiado para abordar en forma eficaz el problema en estudio, y lograr los objetivos previstos.

D. Organización del plan de estudios

Distribución del tiempo de trabajo / primero y segundo grado.

| Asignatura | Horas anuales | Horas semanales |
|--|---------------|-----------------|
| Español | 360 | 9 |
| Matemáticas | 240 | 6 |
| Conocimiento del medio (trabajo integrado de: C. Naturales, Historia; Geografía, Educ. Cívica). | 120 | 3 |
| Educ. Artística | 40 | 1 |
| Educación Física | 40 | 1 |
| Total | 800 | 20 |

* Epistemología: se explica como la doctrina de los fundamentos y métodos del conocimiento científico.

Distribución del tiempo de trabajo /tercer a sexto grado.

| Asignatura | Horas anuales | Horas semanales |
|-----------------|---------------|-----------------|
| Español | 240 | 6 |
| Matemáticas | 200 | 5 |
| C. Naturales | 120 | 3 |
| Historia | 69 | 1.5 |
| Geografía | 60 | 1.5 |
| Educ. Cívica | 40 | 1 |
| Educ. Artística | 40 | 1 |
| Educ. Física | 40 | 1 |
| Total | 800 | 20 |

V. ANÁLISIS Y PERSPECTIVAS DE LA PROPUESTA

A. Descripción de recursos

Este siglo XX se enmarca por un salto prodigioso de los conocimientos, una institucionalización de la investigación y la innovación, una aceleración del cambio, de la capitalización del saber, del desarrollo científico entre otros factores. Todo está en relación al fenómeno educativo como objeto de estudio sistemático, en la sociedad.

Ya no prevalece la idea de que la educación solamente sea en la escuela, con el maestro ante el grupo de alumnos en clase; éstos pueden alejarse del espacio físico y sin embargo, se cumple con la función docente.

En cuanto a los medios que se usan para que se lleve a cabo el proceso E-A, se puede citar al propio maestro, los libros, los mapas, los objetos físicos, las fotografías, las bandas de sonido, la televisión y si es posible hasta películas; todos ellos sirven para estimular a los alumnos.

Los medios de enseñanza-aprendizaje se emplean para manifestar a los

alumnos aquellos estímulos que están implicados en los aprendizajes pretendidos.

El estímulo provoca la acción del alumno, la respuesta esperada que permitirá que se produzca un aprendizaje.

Los medios de enseñanza cubren diversas funciones como las de orientar la atención, sugerir, dosificar, guiar el pensamiento, provocar una respuesta o propiciar la transferencia.

Se conoce con precisión el tipo de aprendizaje que se pretende, las condiciones en que se presenta la necesidad educativa, las características de la población a la que se pretende enseñar algo, y en razón de esto, con una intención específica se elige el medio más conveniente.

En todo momento de la acción o innovación educativa, ha de tenerse en cuenta el cuestionamiento axiológico, teórico y metodológico de la educación, para lograr un cambio real en la enseñanza.

En cuanto a la escuela primaria, un medio muy importante, que se ha de considerar, es la comunicación constante con los padres de familia; solicitarles con anticipación permisos para efectuar actividades en las que participen sus hijos, guiarlos para que el material escolar sea el necesario y otras recomendaciones más que puedan hacerseles.

En el caso de los objetivos a lograr para la solución del problema, figuran: visitas al parque o al campo deportivo que esté más cercano a la escuela.

Para ampliar ideas y con material de apoyo, podemos usar fotografías de deportes y ejercicios, recortes de periódicos alusivos a dichas actividades, láminas didácticas; inclusive como tarea tendrían que observar en la televisión de su casa o del vecino, programas relacionados con el deporte y ejercicios y después, ya en el salón, intercambiar experiencias al respecto.

Otro recurso podría ser el que entrevisten a personas instruidas, como: médicos, maestros de educación física, deportistas y otros, sobre el tema de deportes y ejercicios y, posteriormente intercambiar ideas en el salón de clases.

B. Descripción de actividades

El enemigo número uno de la escuela, sería la reproducción de conocimientos a partir de la explicación a ultranza, la elección permanente, en la que la voz del maestro es el principal instrumento en la vida de la enseñanza escolar.

La experimentación es lenta y caprichosa, exige instrumentos e instalación, la observación misma supone atención y perseverancia. En la escuela nueva, el método ya no es la explicación del maestro, sino que ha suplido por la experimentación y la observación, que se han convertido en la principal función del educador,

Por lo tanto se debe considerar que las actividades de aprendizaje se

organicen de acuerdo con tres momentos metódicos, los que a su vez se relacionan con toda forma de conocimiento:

- a. Una primera aproximación al objeto de conocimiento.
- b. Un análisis del objeto para identificar sus elementos, pautas e interrelaciones.
- c. Un tercer momento de reconstrucción del objeto de conocimiento, producto del proceso seguido, correspondiente a estas distintas fases del conocimiento, diferentes procesos de investigación o actividades elementales: observación, descripción, experimentación, comparación, inducción, deducción, análisis, síntesis, elaboración y generalización.

Transfiriendo lo anterior al aspecto didáctico, estos tres momentos metódicos aplicados a la organización de situaciones de aprendizaje, se conciben como momentos de:

Apertura: Actividades encaminadas básicamente a proporcionar una percepción global del fenómeno a estudiar (tema, problema), lo que implica seleccionar situaciones que permiten al estudiante vincular la experiencia anterior con la nueva situación de aprendizaje.

Desarrollo: Son las actividades que por un lado se orientarán a la búsqueda de información, en torno al tema o problema planteado desde distintos puntos de vista, y por otro, al trabajo con la misma información.

Culminación: Son las actividades encaminadas a reconstruir el fenómeno,

tema, problema, etc., en una nueva síntesis (desde luego cualitativamente distinta a la primera), síntesis que no es final, sino que se convertirá en principios de nuevos aprendizajes).

Las actividades que se proponen a nivel primaria tienen como finalidad: que el niño comente sus experiencias, analice algún problema fijándose una estrategia a seguir para relacionarse con los problemas que conoce respecto al tema, conozca más acerca de él y luego intercambie ideas con sus compañeros acerca de las actividades que ha realizado.

También se quiere que piense y analice sobre lo que ha realizado, investigado, observado, descrito, experimentado, comparado y generalizado; puede observarse después de todo este proceso, cómo el niño puede relacionar lo aprendido con sus experiencias vividas fuera del ámbito escolar, en su hogar y el medio en que vive.

C. Establecimiento de relaciones

En todos los casos, lo esencial del proceso educativo se realiza en un contexto de interacciones entre personas que ejercen el rol explícito de enseñar-aprender. Se trata de personas que interactúan entre sí, movilizándose en esta acción sus respectivas personalidades en un contexto social definido como es el espacio académico.

El maestro ha de aprovechar al grupo, para que el estudiante realice actividades de aprendizaje compartiendo responsabilidades con un grupo de compañeros, en presencia del maestro, que planteará formas de trabajo que permitan aprender sobre las bases del esfuerzo cooperativo.

Es necesario observar cómo maestro y alumno ocupan un lugar en la sociedad y se colocan en ella; y a partir de esa colocación, definir la estructura necesaria a desarrollar en la clase.

El estudiante debe de incorporarse al conocimiento como actor de una problemática socialmente definida.

En este sentido, el planteamiento metodológico se construye también a partir del sistema de interacciones entre los estudiantes y el profesor.

El maestro interactuará con los alumnos, para guiarlos y ponerlos al tanto de la problemática planteada y que se ha de resolver para bien de la sociedad en que vive. Entre maestro y alumno se plantearán o elaborarán estrategias de trabajo para la solución del problema.

El alumno tomará conciencia del papel de modificador dentro de la sociedad en que se desenvuelve, se fijará estrategias de trabajo y metas a seguir mediante la intervención e intercambio de ideas de los alumnos en acuerdo o en relación con el maestro.

D. Relación sujeto-objeto de conocimiento

La escuela debiera ser un ámbito donde se enriqueciera la personalidad, un campo de relaciones humanas maduras, en donde se hiciesen efectivas: el paso de la subordinación a la autonomía, de la dependencia a la independencia, de la imitación a la creatividad. La experiencia docente muestra lo contrario en todo nivel educativo. La incoherencia entre los propósitos de la institución y su función real y efectiva, muestra la finalidad política encubierta en el régimen vigente.

La relación que existe entre el alumno y la situación de trabajo: Hagamos deporte y ejercicio, puede darse de manera libre y comunicativa, con la variante de que el niño se encuentra estimulado para proponer en su momento, ya sean nuevos juegos que cree o invente y ejercicios; solamente se orientará al niño en los momentos necesarios para organizarse al realizar las actividades, que preferentemente serán al aire libre o fuera del aula.

E. Líneas de interrelación con otros contenidos

La situación de trabajo de la unidad La salud: Hagamos deporte y ejercicio, se relaciona con los contenidos de salud, cuando señala el conocimiento que ha de lograr el alumno para mantenerse saludable.

También cuando se abordan diversos aspectos de alimentación y la necesidad de ingerir una dieta adecuada en cuanto al valor nutritivo de los alimentos y a los cuidados higiénicos que tengan en su preparación y consumo.

Al igual se relaciona con los contenidos de la unidad *El trabajo*, al enfatizar la función de éste como un medio para obtener bienes y servicios que satisfagan las necesidades del hombre (entre ellas la salud).

Respecto a la unidad: *Ciencia y sociedad*, en sus contenidos aborda todo el proceso que han sufrido los medios de comunicación, transporte y su repercusión en la sociedad, enfatizando especialmente aquellas formas de comunicación interpersonal a través de la expresión oral, la escrita y la gráfica.

INTEGRACIÓN DEL DEPORTE Y EL EJERCICIO, COMO JUEGO EN LAS ÁREAS DEL PROGRAMA

La integración de las diversas áreas del programa escolar constituye un tópico que muy a menudo se discute y cuya meta es la integración del niño y no de las asignaturas. El programa ha de permitir que el pequeño pueda lograr el más alto grado de integración. El deporte, el ejercicio y el juego pueden ser formalmente incorporados al resto del programa, pero si el alumno es incapaz de utilizar las actividades o sus aprendizajes para resolver sus problemas, quiere decir que su integración personal no ha sido promovida por sus experiencias escolares. La integración de dichos aspectos, de acuerdo con el sentido que se

les asigna, pueden contribuir al desarrollo óptimo del niño.

El juego es integrativo.- El educando puede abrirse caminos hacia aprendizajes significativos en muchos dominios del programa. Por ejemplo se puede jugar a la "pelota numerada" para ayudarlo a comprender el significado de algunos conceptos aritméticos, o puede participar en una versión modificada de los Juegos Olímpicos para aprender más acerca del modo de vida de los griegos.

Los intereses del niño promueven la integración.

Los intereses del niño dan al maestro una clave vital para establecer las posibilidades de integración. El advenimiento periódico de ocasiones especiales, como fiestas, cumpleaños, excursiones de la clase y ceremonias anuales de la escuela, la comunidad y las educacionales, proporcionan momentos ideales para integrar los juegos, el deporte y el ejercicio con los intereses más pronunciados individuales y de grupo.

Cómo encontrar posibilidades de integración

Uno de los papeles permanentes del maestro, al planear y en la enseñanza misma, es el de descubrir y ofrecer posibilidades de integración por medio de las experiencias de aprendizaje.

El maestro necesita pues, un caudal de ideas integrantes relacionadas con los intereses y necesidades de los niños a quienes enseña, de modo que pueda utilizarlos, si es necesario, a los pocos minutos de advertirlos.

Entre las ideas que el maestro puede utilizar en el área de Ciencias Naturales figuran::

A partir del concepto de la correlación con el deporte, el ejercicio y el juego a través del término de que el cuerpo es una "máquina" natural, se sugieren las siguientes actividades de integración:

1. Aprendizaje de la física elemental, por ejemplo: equilibrio, acción de las palancas, impulsión de objetos de diversos tamaños y formas, ley de la gravedad, principio del movimiento en los ejercicios de agilidad.
2. Apreciación de los fenómenos de la naturaleza a través de excursiones, campamentos, etc.
3. Participación en actividades miméticas vinculadas con la naturaleza y la ciencia, por ejemplo: marcha del cangrejo, fenómenos naturales, actividades de campamento.
4. Salud y seguridad; ciertos aspectos de la salud y la seguridad son inseparables del deporte, el ejercicio y los juegos, en el nivel de escuela primaria.
 - a. Aprendizaje del cuidado y uso del cuerpo mediante actividades físicas.
 - b. Discriminación entre los buenos y los malos hábitos en las actividades físicas.
 - c. Darse cuenta de qué es lo que constituye una vestimenta adecuada para diversas condiciones del juego.
 - d. Aprendizaje de lo que significa una dieta apropiada para un buen estado

físico.

e. Aprendizaje de hábitos personales saludables.

F. Evaluación

Durante el desarrollo de las actividades, los niños se desenvuelven en un ambiente favorable de confianza que los invita a participar, inclusive proponiendo ideas nuevas o alguna variable en tal o cual ejercicio o deporte.

Se ha tomado durante este ciclo escolar diversas situaciones de deportes y ejercicios y se pudo notar el dinamismo de los alumnos durante las actividades.

CONCLUSIONES

Como resultado del trabajo efectuado y una vez realizado el análisis correspondiente en cada aspecto tratado en los capítulos anteriores, con fines de llegar a conocer la importancia del deporte y el ejercicio para preservar la salud dentro de las escuelas primarias, se concluye lo siguiente:

- La mayoría de los niños de la escuela y del grupo estudiado practican deportes y ejercicios, aunque no en la forma en que deberían de realizarse.
- En el grupo no existe la iniciativa por parte de los alumnos para superar carencias en el aspecto material, aduciendo siempre falta de tiempo.
- Se adolece de creatividad por parte de los profesores, para implementar estrategias que ayuden a los niños y a los padres de familia a conocer más a fondo sobre la práctica del deporte y el ejercicio.

Se unen a los criterios anteriores:

- El desinterés de los padres para dotar a sus hijos del vestuario indispensable para llevar a cabo la fase de actividades físicas.

Al presentarse la reforma educativa, se hace necesario que el maestro se

se ubique en varios campos del conocimiento, entre ellos el de la educación física preparándose adecuadamente y demuestre así su preocupación como docente.

En la actualidad los alumnos, al participar activamente en clases, están conscientes de la necesidad de efectuar actividades deportivas y ejercicios que vienen a reforzar los conocimientos teóricos obtenidos y que son parte de los planes y programas del nivel primario.

Existe un marcado desinterés por parte de los alumnos y padres de familia cuando se trata de apoyar acciones que tiendan a mejorar el proceso educativo, en general y del deporte y los ejercicios en particular.

Asimismo, el deporte considerado como la expresión más elevada de la educación física, puede desarrollarse en tres áreas con diverso contenido y orientación distinta. En el área escolar la práctica deportiva generalmente es iniciada con una serie de actividades que pretenden la unión de los ejercicios y el juego con el deporte. Es aquí donde el maestro encontrará que con frecuencia el desarrollo psicomotor de los alumnos no ha sido completo debido a que no se le ha concedido importancia a una serie de factores de orden cultural y social que han condicionado determinadas actividades negativas.

Por ejemplo: en el medio rural los lactantes son transportados por la madre en rebozos, que impiden a aquéllos libertad de movimientos. En el medio urbano se les evita el *gateo* suponiendo que su contacto con el suelo puede acarrearle enfermedades.

De esta manera es fácil comprender que muchos niños en edad escolar, mal nutridos y con un desarrollo físico deficiente, no pueden habilitarse para el desempeño de deportes cuyas características exigen cierta condición física armónica o que conduzcan al ejercicio deportivo como un medio de esparcimiento y, de ninguna manera, como una actividad competitiva.

Otra de las áreas en donde el deporte puede desarrollarse, está situada a nivel comunidad como factor determinante de socialización. Éste es el caso de los deportes practicados en el tiempo libre de individuos que habitualmente se dedican a actividades manuales o intelectuales distintas.

Una tercera área estaría constituida por los propios profesionales del deporte, quienes poseyendo las capacidades físicas indispensables pueden dedicarse por completo a la práctica deportiva de alto rendimiento.

Sea cual fuere el área de actividad, la sociedad necesita del deporte para canalizar la energía de los individuos hacia metas positivas.

A su vez, una efectiva orientación del niño a través del deporte y el ejercicio físico puede realizarse cuando el maestro pone un sincero interés en el desarrollo integral de aquél. El nivel de la salud mental del educando puede mejorarse a menudo a través de las actividades físicas guiadas por el maestro.

El maestro, a quien los niños consideran un amigo y compañero de juegos, puede así ayudarlos con mayor facilidad a superar los temores que pueden sentir cuando ejecutan actividades físicas.

SUGERENCIAS

- Integrar en las escuelas un comité formado por: padres de familia, maestros y alumnos, que permita facilitar intercambios deportivos entre las escuelas de la comunidad; planee la forma de adquirir material deportivo sin desviar recursos disponibles, ni afectar a los niños, ni a padres de familia.
- Planear y programar una capacitación formal de los docentes del nivel primario para coordinar y concertar acciones que solucionen los problemas observados, adecuando las distintas modalidades de la educación y objetivos de desarrollo regional, para hacer pleno uso de la capacitación en cuanto a deporte y ejercicio se refiere.
- Siendo la indumentaria usual de los pequeños uno de los factores que impiden la realización adecuada de algunas actividades deportivas, se sugiere que los padres de familia participen en forma activa, de común acuerdo con el maestro, en eventos que se programen, como: juegos interescolares, tablas rítmicas, etc, con el fin de irlos concientizando de la importancia de dichas actividades para mejorar las condiciones de salud de aquéllos; de tal forma que procuren para sus hijos la vestimenta requerida.

Como una contribución para fomentar el deporte y el ejercicio en las escuelas primarias que no cuenten con un maestro de educación física, se sugieren realizar los siguientes juegos organizados que contienen muchos

aspectos de ejercicios y deportes:

- a. Los bolos.
- b. Carreras de relevos.
- c. Carreras de equilibrio.
- d. Carreras de embudo.
- e. Carreras de estafetas.
- f. Carreras de papas.
- g. Caza de animalitos.
- h. El ciego.
- i. El mar agitado.
- j. El cazador, el gorrión y la abeja.
- k. El gato y el ratón.
- l. El domador.
- m. El túnel.
- n. Carreras de pañuelos.

Y tantos otros recursos que podrían ayudar a fomentar en los niños el interés por realizar actividades de deportes y ejercicios, que les servirán para mejorar su salud física y mental, durante su vida cotidiana.

Una de las premisas fundamentales que orientó a la estructuración de este material, fue la confianza y seguridad de que el maestro es un animador y promotor de actividades deportivas y culturales, dentro y fuera de los recintos

escolares, sin perder la mística y función pedagógica que tiene en sus manos; en síntesis: él puede hacer viable una vinculación entre el ámbito educativo y el quehacer deportivo.

La propuesta pedagógica expuesta, al tiempo que se propone corregir algunos naturales yerros que se cometen en el ejercicio de la práctica docente cotidiana, cuando hace falta la reflexión sistemática, es proclive a la mejoría, mediante las experiencias que aporten los docentes que en su oportunidad la lleven a la práctica.

BIBLIOGRAFÍA

AGUIRRE, María Esther et al. Manual de Didáctica General. México, UNAM, 1976.

ARDILLA, Rubén. Psicología del Aprendizaje. México, Siglo XXI, 1972.

BARONE, Luis Roberto. El niño y su mundo. España. Clasa, 1973.

BIGGE MORRIS, L. Teorías de aprendizaje para maestros. México, Trillas, 1972.

CONSEJO NACIONAL para la Cultura y las Artes. Educación y Cultura. Fundamentos conceptuales y metodológicos. México, Conaculta, 1989.

----- Cultura y Aprendizaje. México, Conaculta, 1989.

CRUZ LIRÓN, Juan Manuel. Didáctica de las actividades creadoras y prácticas. México, Oasis, 1969.

PEARSON C., Erik. Guía de Educación Física para el Maestro. Buenos Aires, Paidós, 1964.

SECRETARÍA DE EDUCACIÓN Pública. Programa y Guías Didácticas de Educación para Escuelas Primarias. México, SEP, 1974.

----- Cursos Nacionales de Superación Profesional. México, SEP, 1975.

SEPÚLVEDA MARÍN, Jorge. "Suplemento", en: *La Jornada*, México, DF, 24 de septiembre de 1993.

UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL. Teorías del Aprendizaje. México, UPN, 1987.

----- El niño, aprendizaje y desarrollo. México, UPN, 1988.

VALERO ALATORRE, Abel. Manual de juegos. México, Porrúa, 1965.

GLOSARIO

APRENDIZAJE: Tiempo durante el cual se aprende algún arte u oficio o se adquiere el conocimiento de alguna cosa: arte, leer, escribir, memorizar, etc.

ATLETISMO: Práctica de diversos ejercicios relacionados con algún deporte.

CANSANCIO. Falta de fuerzas por el exceso de ejercicios o trabajo.

DEPORTE. Práctica metódica de ejercicios físicos.

DESARROLLO. Acción y efecto de desarrollarse. Cambios físicos en un individuo al llegar a determinada edad.

EJERCICIO. Paseo, gimnasia que se hace para preservar la salud.

ENSEÑANZA. Acción, arte de enseñar. Educación, instrucción, pedagogía, magisterio.

EPISTEMOLOGÍA. Doctrina de los fundamentos y métodos del conocimiento científico.

ESTADIO. Diversos períodos del desarrollo del sujeto.

ESTÍMULO. Incitamiento, excitación para obrar.

FATIGA. Cansancio causado por el trabajo o el exceso de ejercicios.

JUEGO. Acción de jugar; diversión, recreación.

NUTRICIÓN. Conjunto de los fenómenos que tienen por objeto la conservación del ser viviente. Buena alimentación.