



BENEMÉRITA Y CENTENARIA ESCUELA NORMAL DEL ESTADO DE SAN LUIS POTOSÍ.

TITULO: Favorecer las habilidades motrices básicas a través de diferentes estrategias de la educación física

AUTOR: Citlali Guadalupe Tovar Hernández

FECHA: 07/15/2025

PALABRAS CLAVE: Habilidades motrices, Estrategias, Coordinación, Juegos, Educación Física

**SECRETARÍA DE EDUCACIÓN DE GOBIERNO DEL ESTADO
SISTEMA EDUCATIVO ESTATAL REGULAR
DIRECCIÓN DE EDUCACIÓN
INSPECCIÓN DE EDUCACIÓN NORMAL**

**BENEMÉRITA Y CENTENARIA
ESCUELA NORMAL DEL ESTADO DE SAN LUIS POTOSÍ
GENERACIÓN**

2021



2025

**"FAVORECER LAS HABILIDADES MOTRICES BÁSICAS A TRAVÉS
DE DIFERENTES ESTRATEGIAS DE LA EDUCACION FÍSICA".**

**INFORME DE PRACTICAS PROFESIONALES
QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE LICENCIADO EN
EDUCACIÓN FÍSICA**

PRESENTA:

CITLALI GUADALUPE TOVAR HERNÁNDEZ

ASESOR (A):

MTRA. ANABEL DEL CARMEN CANDIA RIVERA

SAN LUIS POTOSÍ, S.L.P.

JULIO de 2025



BENEMÉRITA Y CENTENARIA ESCUELA NORMAL DEL ESTADO DE SAN LUIS POTOSÍ
CENTRO DE INFORMACIÓN CIENTÍFICA Y TECNOLÓGICA

ACUERDO DE AUTORIZACIÓN PARA USO DE INFORMACIÓN DEL DOCUMENTO
RECEPCIONAL EN EL REPOSITORIO INSTITUCIONAL DE LA BECENE DE ACUERDO A LA
POLÍTICA DE PROPIEDAD INTELECTUAL

A quien corresponda.
PRESENTE. –

Por medio del presente escrito Cittali Guadalupe Tovar Hernandez
autorizo a la Benemérita y Centenaria Escuela Normal del Estado de San Luis Potosí, (BECENE) la
utilización de la obra Titulada:

FAVORECER LAS HABILIDADES MOTRICES BÁSICAS A TRAVÉS DE DIFERENTES
ESTRATEGIAS DE LA EDUCACIÓN FÍSICA

en la modalidad de: Informe de prácticas profesionales

para obtener el

Título en Licenciatura en Educación Física

en la generación 2021 - 2025 para su divulgación, y preservación en cualquier medio, incluido el
electrónico y como parte del Repositorio Institucional de Acceso Abierto de la BECENE con fines
educativos y Académicos, así como la difusión entre sus usuarios, profesores, estudiantes o terceras
personas, sin que pueda percibir ninguna retribución económica.

Por medio de este acuerdo deseo expresar que es una autorización voluntaria y gratuita y en
atención a lo señalado en los artículos 21 y 27 de Ley Federal del Derecho de Autor, la BECENE
cuenta con mi autorización para la utilización de la información antes señalada estableciendo que se
utilizará única y exclusivamente para los fines antes señalados.

La utilización de la información será durante el tiempo que sea pertinente bajo los términos de los
párrafos anteriores, finalmente manifiesto que cuento con las facultades y los derechos
correspondientes para otorgar la presente autorización, por ser de mi autoría la obra.

Por lo anterior deslindo a la BECENE de cualquier responsabilidad concerniente a lo establecido en
la presente autorización.

Para que así conste por mi libre voluntad firmo el presente.

En la Ciudad de San Luis Potosí. S.L.P. a los 14 días del mes de Julio de 2025.

ATENTAMENTE.

Cittali Tovar

CITLALI GUADALUPE TOVAR HERNANDEZ

Nombre y Firma

AUTOR DUEÑO DE LOS DERECHOS PATRIMONIALES

San Luis Potosí, S.L.P.: a 08 de Julio del 2025

Los que suscriben, tienen a bien

DICTAMINAR

que el(la) alumno(a): C. TOVAR HERNANDEZ CITLALI GUADALUPE
De la Generación: 2021 - 2025

concluyó en forma satisfactoria y conforme a las indicaciones señaladas en el Documento Recepcional en la modalidad de: Informe de Prácticas Profesionales.

Titulado:
FAVORECER LAS HABILIDADES MOTRICES BÁSICAS A TRAVÉS DE DIFERENTES ESTRATEGIAS DE LA EDUCACIÓN FÍSICA

Por lo anterior, se determina que reúne los requisitos para proceder a sustentar el Examen Profesional que establecen las normas correspondientes, con el propósito de obtener el Título de Licenciado(a) en EDUCACIÓN FÍSICA

ATENTAMENTE COMISIÓN DE TITULACIÓN

DIRECTORA ACADÉMICA

MTRA. MARCELA DE LA CONCEPCION MIRELES
MEDINA



DIRECTORA DE SERVICIOS ADMINISTRATIVOS

MTRA. ELIDA GÓDINA BELMARES

RESPONSABLE DE TITULACIÓN

MTR. GERARDO JAVIER GUÉL CABRERA

ASESOR DEL DOCUMENTO RECEPCIONAL

MTRA. ANABEL DEL CARMEN CANDIA RIVERA



Agradecimiento

Quiero agradecer a aquellas personas que han recorrido este camino junto a mí, agarrados de la mano, dando cada paso conmigo en este proceso para obtener mi título como licenciada en Educación Física.

A mis queridos padres, María de Jesús y Tereso de Jesús, que son una parte esencial en mi vida, porque siempre han estado apoyándome en todo momento y cuidándome. Son mis pilares para mantenerme fuerte y seguir adelante. Muchas gracias por siempre estar conmigo, dándome su amor y cariño. Me enseñaron a ser fuerte y a luchar por lo que quiero, que a pesar de que las cosas sean difíciles, siempre se puede seguir adelante con el esfuerzo propio. Gracias a su ayuda he obtenido esta linda carrera como maestra de Educación Física.

Estoy orgullosa de que me hayan brindado esta oportunidad, de haberme dado fuerzas, de haber hecho sacrificios para que yo lograra tener esta licenciatura. Gracias por motivarme siempre, incluso cuando estaba triste o en los momentos más difíciles de esta etapa. Gracias por confiar en mí, por creer en mis logros incluso cuando yo pensaba que no podía continuar.

Mis logros son sus logros, y quiero que se sientan orgullosos de este proceso, porque ustedes estuvieron conmigo, me motivaron a ser mejor y a seguir cumpliendo mis metas y sueños. Con sus palabras y consejos aprendí que siempre hay que ser valientes frente a los obstáculos que se presenten en el camino. Mis dos padres son unos guerreros, y estoy profundamente orgullosa de que sean mis padres. Los amo con todo mi corazón.

A mi querido hermano Gregorio, te agradezco por siempre estar ahí, por apoyarme y darme esos consejos llenos de aliento para que no me rindiera, para que luchara por lo que quiero. Estoy orgullosa de tener a un hermano tan listo; soy una persona muy afortunada por tenerte. Gracias por estar siempre conmigo cuando te necesito, por hacerme bromas cuando ves que estoy desesperada, molesta o triste, solo para sacarme una sonrisa y hacerme sentir mejor.

Gracias por tu cariño y tu apoyo incondicional, por ser mi otra mitad, mi confidente, mi ejemplo a seguir. Gracias por todos los momentos que hemos compartido, por las risas, por apoyarme desde que era pequeña y por nunca dejarme sola.

A mi querida mamá Carmen, que donde quiera que usted se encuentre, se sienta orgullosa de mí. Mi ángel más grande en el cielo, que me observa desde lejos. Le quiero dar las gracias por quererme tanto, por sus consejos, por su amor incondicional, por seguir guiándome en este camino y por seguir cuidándome. La extraño tanto. Siempre estuvo feliz y orgullosa de mí por cada logro que alcanzaba, y me motivaba a seguir adelante. Me hubiera encantado que estuviera aquí para ver esta nueva etapa de mi vida, graduándome.

A ti, mi querido Pedro Gutiérrez, te doy las gracias por estar a mi lado en este proceso, apoyándome de la mano, por compartir tu tiempo, tu espacio, tu amor y tu cariño conmigo. Gracias por ser esa persona que sé que estará ahí cuando lo necesite, por darme tus consejos, por ser leal, sincero, cariñoso y amoroso. Gracias por tenerme paciencia, por darme confianza, por ser un apoyo esencial para mí en esta etapa. Te agradezco sinceramente por estar conmigo, por creer en mí cuando más lo necesitaba, por animarme, por cuidarme.

A todos ustedes les dedico estas palabras de aliento y gratitud.

Gracias, de todo corazón, por su apoyo y amor. Han sido una parte esencial en este camino.

Cada uno de ustedes ha jugado un papel muy importante en esta nueva etapa de mi vida y siempre estaré agradecida por acompañarme en cada logro y en cada momento.

ÍNDICE

I. INTRODUCCIÓN.	1
1.1 RESEÑA HISTÓRICA DE LA ESCUELA PRIMARIA ING. JAVIER BARROS SIERRA 1973-2023.	1
1.2 Lugar de práctica profesional.	2
1.3 Grupo de estudio.	3
1.3.1. Características de los participantes.	3
1.4 Justificación.	6
1.5 Interés personal sobre el tema y responsabilidad.	7
1.6 Contextualización de la problemática.	9
1.7 Objetivos.	10
1.8 Competencias.	11
1.9 Motivaciones.	12
1.10 Descripción del contenido del informe.	13
II. PLAN DE ACCIÓN.	14
2.1 Análisis del contexto en el que se realiza la mejora.	14
2.2 Descripción y focalización el problema.	18
2.3 Diagnóstico del grupo de estudio.	19
2.4 Los propósitos.	27
2.5 Revisión teórica.	28
2.6 Acciones y estrategias que se definieron como alternativas de solución	34
III. DESARROLLO, REFLEXIÓN Y EVALUACIÓN DE LA PROPUESTA DE MEJORA.	37
Actividad 1 "Circuito de acción motriz"	39
Actividad 2 "Cuento motor"	43
Actividad 3 "Mini olimpiada"	50
Actividad 4 "Actividades Circenses"	55
Actividad 5 "Juegos de persecución "	62
Actividad 6 "Formas jugadas "	66
Actividad 7 "Terreno de aventuras"	72
Actividad 8 "Reto motor"	76
IV. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.	82
V. REFERENCIAS	85
VI. ANEXOS	89

I. INTRODUCCIÓN.

1.1 RESEÑA HISTÓRICA DE LA ESCUELA PRIMARIA ING. JAVIER BARROS SIERRA 1973-2023.

La Escuela Primaria "Ing. Javier Barros Sierra" inició sus actividades el 2 de septiembre de 1973 en un edificio prestado por la Universidad Autónoma de San Luis Potosí, que anteriormente albergaba una escuela preparatoria con el mismo nombre. En sus inicios, la institución contó con seis grupos de primero a sexto grado y estuvo bajo la dirección de la profesora Josefina Gallegos López. Posteriormente, se gestionó ante el CAPCE y el ISSSTE la donación del terreno y la construcción del edificio actual, el cual fue inaugurado por el entonces gobernador del estado, el Profesor y Licenciado Carlos Jonguitud Barrios.

Desde su fundación, la escuela ha sido dirigida por distintos docentes comprometidos con la formación educativa, entre los que destacan la Mtra. Josefina Gallegos López (1974-1975) y la Mtra. María Estela Silva Rojas (1997-2017). Actualmente, la institución cuenta con 19 grupos, reflejo de su crecimiento constante.

Entre 1999 y 2000 se construyeron nuevas aulas y se realizaron mejoras significativas, como la ampliación del aula de medios y la construcción de una cancha de baloncesto. A partir del año 2002, la escuela se integró al programa "Escuela de Calidad", orientando sus esfuerzos hacia el fortalecimiento de la comprensión lectora. Durante el ciclo escolar 2002-2003 se inauguró la biblioteca escolar, la cual ha sido remodelada para ofrecer un mejor servicio a la comunidad educativa.

En el año 2004 se implementó el programa "Enciclomedia" en los grupos de quinto y sexto grado, siendo una de las primeras escuelas en recibir este beneficio. Aunque dicho programa ha dejado de funcionar, todas las aulas han sido equipadas con pantallas de apoyo didáctico. Además, entre 2004 y 2009 se llevaron a cabo

importantes obras de infraestructura, como el techado de la cancha deportiva, el patio central, y la renovación del barandal y la puerta principal.

En el ámbito académico y cultural, la escuela ha sobresalido notablemente. Desde el ciclo escolar 2000-2001 hasta 2011-2012, el coro escolar obtuvo múltiples primeros lugares en concursos estatales. En la Olimpiada del Conocimiento Infantil, varios alumnos han sido reconocidos a nivel estatal, destacando aquellos que participaron en la convivencia nacional en la Ciudad de México. Asimismo, se han obtenido lugares destacados en las pruebas ENLACE, incluyendo el primer lugar a nivel sector en el ciclo escolar 2006-2007.

De igual forma, la institución ha sobresalido en el ámbito deportivo. Ha obtenido importantes logros en torneos de baloncesto y competencias de atletismo, incluyendo primeros lugares en disciplinas como carreras de velocidad, salto de longitud, impulso de bala y lanzamiento de disco. En el presente ciclo escolar, los equipos representativos de baloncesto, tanto femenino como varonil, ocupan posiciones destacadas en sus respectivas ligas.

En el marco de su cincuentenario, la Escuela Primaria "Ing. Javier Barros Sierra" celebra medio siglo de compromiso con la educación de calidad. Este legado ha sido posible gracias al trabajo colaborativo de docentes, directivos, personal administrativo, padres de familia y estudiantes. Bajo los principios de la Nueva Escuela Mexicana, la institución continúa formando alumnos autónomos, críticos y responsables, preparados para contribuir activamente a la sociedad. Este aniversario representa no solo un motivo de orgullo, sino también el inicio de nuevos retos y logros en beneficio del interés superior de la niñez.

1.2 Lugar de práctica profesional.

Al iniciar sexto semestre en la Benemérita y Centenaria Escuela Normal del Estado de San Luis Potosí se asignó una escuela donde se desarrolló la práctica profesional y dicho documento, en la Escuela Primaria "Ing. Javier Barros Sierra", su horario escolar es de lunes a viernes, de 8:00 am a 13:00 pm horas. La escuela

cuenta con un solo turno matutino y está bajo la supervisión de la Secretaría de Educación del Gobierno del Estado de San Luis Potosí (SEGE), con la clave institucional: 24DPR1563U y pertenece al sector 1.

1.3 Grupo de estudio.

El presente informe de prácticas se centró en el grupo 1-B de primaria, con el tema " ***Favorecer las habilidades motrices básicas a través de diferentes estrategias de la educación física***". Este grupo se conforma por 26 estudiantes de 1- B de primaria de la Escuela Primaria "Ing. Javier Barros Sierra", distribuidos en 11 niñas y 15 niños.

1.3.1. Características de los participantes.

Las características de los participantes del grupo 1-B son notables y esenciales para comprender el contexto en el que desarrolle mis prácticas profesionales. Los alumnos trabajaron de manera independiente, tienen un alto nivel de energía y entusiasmo, conviven de forma amistosa y trabajaron a su propio ritmo, de acuerdo con sus habilidades y nivel de madurez. En el grupo se observó actitudes de solidaridad, creatividad, autoestima, honestidad, paciencia y trabajo en equipo.

Los alumnos se encontraron en una etapa crucial de su desarrollo, ya que es cuando fortalecen las bases que les permitirán avanzar en su educación y en su crecimiento personal. Es un momento de grandes cambios y aprendizajes, en el que los adultos de su entorno, como padres y maestros, juegan un papel fundamental al guiarlos y apoyarlos.

En cuanto a sus habilidades motrices básicas, las cuales son esenciales para su desarrollo físico, su capacidad para interactuar con el entorno y su desempeño en diversas áreas de aprendizaje, el grupo se caracteriza por su alta sociabilidad y expresividad. Los alumnos de 1°B de primaria destacaron por ser un grupo participativo y dinámico en las actividades que realizaron. Todos participaron activamente y comparten sus ideas y opiniones con entusiasmo.

Durante la primera clase con el grupo de estudio, se observó algunas características en los alumnos de 1°B, tales como: falta de coordinación en sus movimientos, temor a expresarse con los demás, dificultades con la lateralidad, desequilibrio al mantener posturas, dificultad para saltar con ambos pies, superar obstáculos, saltar en un solo pie, brincar de un lugar a otro, lanzar y atrapar objetos, correr, desplazarse con dirección, respetar los límites de su entorno, orientación espacial, ritmo y coordinación.

En cuanto a sus características físicas, los alumnos se encuentran en la edad 6 y 7 años. Las habilidades físicas en un grupo de primer grado son fundamentales para su desarrollo motor y cognitivo. Todos los alumnos del grupo asisten con la vestimenta correspondiente según el día o la actividad que se realizó. Cumplieron con el uso del uniforme escolar en buen estado. Para las clases de educación física utilizaron el uniforme deportivo los días martes y viernes, el uniforme de gala los lunes, miércoles y jueves.

En cuanto a su desarrollo físico, demostraron un avance constante en sus habilidades motoras finas, como la capacidad de controlar los músculos pequeños de manos y muñecas. Para realizar movimientos precisos en sus habilidades motoras gruesas, es decir (movimientos que involucran los músculos grandes del cuerpo, como brazos, piernas y torso). No presentaron dificultades físicas que limiten su movilidad, por lo que su participación en las clases de educación física fue activa.

En cuanto a su integración e adquisición de conocimientos se disfrutó de las actividades lúdicas, los juegos de mesa y las actividades relacionadas con el desarrollo de habilidades motrices. Aun así se requirió seguir trabajando aspectos físicos como la lateralidad, el brinco, la coordinación y la ubicación espacial.

Algunos alumnos por las tardes participaban en actividades deportivas como taekwondo, karate, béisbol, boxeo infantil, fútbol y gimnasia. Otros realizaron actividades al aire libre, como caminar, jugar con la pelota o andar en bicicleta.

Además algunos realizaron actividades en casa, como jugar con sus juguetes, videojuegos, hacer tareas escolares o asistir a clases de inglés.

Para Guthrie (1997- Cidoncha, Diaz 2010) “la habilidad motriz es definida como; la capacidad adquirida por aprendizaje, de producir resultados previstos con el máximo de certeza y, frecuentemente, con el mínimo dispendio de tiempo, de energía o de ambas”.

Se menciona que las habilidades motrices, son las capacidades y movimientos que realizan los seres humanos para producir un aprendizaje motor para posteriormente convertirse en acciones motrices más complejas como lo son las diferentes actividades que se llegaron a realizar.

Los alumnos del grupo 1-B se caracterizan por querer ser independientes, pero con cierto apego emocional. Para ellos, es importante que se les escuche y se les preste atención a sus experiencias y acontecimientos relevantes del día. Las palabras de motivación, aliento y apoyo ayudan a reforzar su autoestima y confianza, para que se encaminen a ser independientes en sus actividades y decisiones, y al mismo tiempo, buscan la aprobación en sus acciones.

Respecto a sus sentimientos, los tienen muy presentes. Son empáticos, aunque también piensan mucho en sí mismos. Algunos comparten con los demás otros no, a su vez desean estar rodeados de compañeros, son sinceros al expresar si no quieren estar cerca de alguien.

En lo académico se identificaron por estar en la etapa de adquisición de la lectura, escritura, principios matemáticos, análisis de situaciones, causas y consecuencias. Se les acompaña en el análisis para la toma de decisiones, el uso de la lógica y el seguimiento de patrones. En el aspecto matemático se reconocieron la serie numérica, los conteos y seriaciones, analizando conjuntos para comenzar con la introducción a la multiplicación.

Les gusta investigar nuevos conocimientos, sobre todo relacionados con aquello que les llama la atención. Aprenden, comprenden, siguen indicaciones, así como hábitos y normas; tanto en sus clases como educación física.

En cuanto a las preferencias de aprendizaje los datos obtenidos por la docente a cargo del grupo revelaron una diversidad de estilos:

Dos alumnos se identificaron como auditivos.

- Cuatro como visuales.
- Veinte como kinestésicos.

Esta variabilidad en los estilos de aprendizaje abre un abanico de oportunidades para garantizar que cada estudiante pueda participar y aprender de manera efectiva en cada actividad. La característica física de los alumnos de 1°B se encuentra dentro del rango de los 6 a 7 años de edad. Su estatura entre 1.09 m y 1.25 m, su peso se encuentra entre los 15 y 35 kg.

1.4 Justificación.

En el ámbito educativo, especialmente en la etapa de educación primaria, el desarrollo de las habilidades motrices básicas representa un pilar fundamental para el crecimiento integral del estudiante. Habilidades como correr, saltar, lanzar, atrapar y reptar no solo constituyen los cimientos del desarrollo motor y físico, sino que también favorecen significativamente el aprendizaje cognitivo, emocional y social.

Durante los primeros años escolares, como es el caso del grupo de alumnos de 1° "B", los niños atraviesan una etapa sensible en la que su cuerpo y mente están esencialmente receptivos al aprendizaje motor, siendo esencial estimular sus capacidades coordinativas, su orientación espacial, el equilibrio y el control corporal.

Ante esta necesidad, el rol del docente de educación física cobra una importancia central, ya que tiene la oportunidad de diseñar y aplicar estrategias didácticas lúdicas que faciliten y potencien dicho desarrollo. Actividades como circuitos de acción motriz, cuentos motores, mini olimpiadas, juegos de persecución,

dinámicas grupales y formas jugadas permiten a los alumnos explorar y descubrir sus posibilidades motrices de forma creativa y divertida, a la vez que fomentan valores como la cooperación, el respeto, el trabajo en equipo y la toma de turnos.

Según Vanessa Cidoncha Falcón (2010): “El concepto de habilidades motrices básicas en educación física viene a considerar toda una serie de acciones motrices que aparecen de modo filogenético en la evolución humana, tales como marchar, correr, girar, saltar, lanzar, recepcionar. Estas habilidades básicas encuentran un soporte para su desarrollo en las habilidades perceptivas, las cuales están presentes desde el momento del nacimiento al mismo tiempo que evolucionan conjunta.”

Es decir, que las habilidades motrices básicas son fundamentales para los seres humanos desde la infancia, ya que están presentes desde el nacimiento. Por eso, la educación física debe estimularlas desde temprana edad para favorecer su desarrollo y mejorar la precisión de los movimientos.

Por estas razones, se ha enfocado este proyecto en el tema: “Favorecer las habilidades motrices básicas a través de diferentes estrategias de la educación física en los alumnos de 1ºB”. Considerando que este enfoque no sólo responde a una necesidad real dentro del aula, además permite enriquecer el proceso educativo con experiencias significativas que impulsan el desarrollo integral de los estudiantes. Ver la evolución de los alumnos en aspectos como la coordinación, el equilibrio y el control corporal gracias al juego, la práctica y la exploración, reafirma el valor de la educación física como una herramienta fundamental dentro del currículo escolar y como un espacio para el crecimiento saludable, armónico y feliz de los menores.

1.5 Interés personal sobre el tema y responsabilidad.

Este proyecto se orienta en desarrollar y mejorar las habilidades motrices básicas a través de diferentes estrategias de la educación física, con el objetivo de que los alumnos de 1ºB de la Escuela Primaria Ing. Javier Barros Sierra mejoren su

coordinación y precisión en los movimientos. Siendo el objetivo principal que los estudiantes adquieran mayores habilidades y capacidades para moverse con eficiencia y organización, lo que les permitirá realizar actividades físicas y tareas motoras con mayor facilidad y precisión.

En particular, se busca trabajar con ellos actividades que incluyan juegos de lanzar y atrapar, circuitos con obstáculos, ejercicios como saltar y correr, ejercicios dinámicos que se coordinen con ritmo de música y juegos que fomenten el desarrollo de movimientos coordinados. Se trata de que explore, descubra los alcances de su locomoción en conjunto con un aprendizaje grupal.

Este interés surge a partir de la búsqueda de estrategias que hagan el aprendizaje más accesible y atractivo para los alumnos en esta etapa educativa. Es deber del docente brindar a los estudiantes las mejores herramientas para su desarrollo integral, a través de actividades recreativas. Este informe de práctica busca aportar un paso que oriente a la Educación Física en favor de una solución que no sólo beneficie al grupo de estudio, sino también a otros docentes que se enfrentan a contextos similares.

La educación física no es solamente un espacio para moverse, sino también para convivir, expresar emociones, resolver problemas y conocerse mejor. A través de distintos axiomas, se puede hacer de la educación una experiencia significativa para los alumnos en esta etapa. Desarrollar estas habilidades implica conocer el cuerpo, la motricidad infantil, los ritmos de aprendizaje y aplicar metodologías didácticas activas.

Además, brinda la oportunidad de observar el progreso del alumno desde una perspectiva integral, no solo en lo físico, sino también en lo emocional y social.

Mediante la práctica se ha llegado al entendimiento de la importancia de este rubro de la educación concordando con los postulados de diversos autores entre los que destaca lo siguiente en la primera etapa destacará la exploración del cuerpo y de la motricidad.

El alumnado debe desarrollar la exploración para conocerse a sí mismo, a su propio cuerpo y las posibilidades que este le da. También, el cuerpo, tendrá que expresarse, comunicarse e interactuar con el exterior, con el resto del alumnado y los objetos propuestos. Debido a esto, en los contenidos tendrán mayor importancia los aspectos perceptivos, imagen y percepción corporal, expresión y habilidades motrices básicas. **Díaz Lucea (1999)**

1.6 Contextualización de la problemática.

La problemática se contextualiza en la necesidad de favorecer las habilidades motrices básicas a través de diferentes estrategias de la educación física. Tomando lugar con los alumnos del grupo 1-B de la Escuela Primaria Ingeniero Barro Sierra. Encontrando sustento partir de las observaciones realizadas en un periodo que se comprende entre el 26 de agosto y el 6 de septiembre de 2024.

Durante este tiempo, se ha observado que un número significativo de estudiantes presentan problemas en la coordinación lateral, espacial y temporal, así como en la identificación de la derecha y la izquierda. Evidencia de una notable falta de coordinación motora general y de equilibrio, aspectos fundamentales para realizar movimientos precisos y seguros. Estas debilidades limitan su participación activa en actividades físicas y afectan su desarrollo integral.

Tomando como objetivo implementar estrategias lúdicas y didácticas que ayuden a mejorar estas habilidades motrices durante y posteriormente al periodo de prácticas docentes, ya que esta etapa es clave para el desarrollo físico y motriz de los niños. Considerando que conocer las capacidades, habilidades y limitaciones de cada alumno es esencial para obtener resultados significativos y lograr avances reales en las áreas que requieren mayor atención.

Abordar esta problemática con actividades adecuadas permitirá no solo mejorar su desempeño físico, sino también fomentar su confianza, motivación y capacidad de interacción con el entorno y sus compañeros. De esta manera, se

contribuye al desarrollo integral de los estudiantes, respondiendo a sus necesidades motrices de forma oportuna y significativa.

1.7 Objetivos.

Objetivo general

Favorecer el desarrollo de las habilidades motrices básicas en los alumnos de 1°B de primaria mediante la implementación de diversas estrategias lúdicas y didácticas en el área de educación física, con el propósito de mejorar su coordinación, equilibrio, manipulación de objetos y creatividad, contribuyendo así a su desarrollo físico, cognitivo, emocional y social de manera integral.

Objetivos específicos

- Mejorar la coordinación motriz de los alumnos mediante actividades físicas que impliquen movimientos básicos como correr, saltar, atrapar y lanzar, fomentando la integración de habilidades motoras gruesas y finas.
- Promover el desarrollo de la fuerza, equilibrio y agilidad a través de diferentes estrategias para favorecer sus habilidades a través de juegos y circuitos de obstáculos que desafíen las capacidades físicas de los estudiantes y mejoren su control corporal.
- Fomentar la confianza en las habilidades motrices de los estudiantes, brindándoles oportunidades para explorar y descubrir sus capacidades en un entorno de juego y aprendizaje.
- Estimular la interacción social y el trabajo en equipo a través de juegos cooperativos que integren habilidades motrices y fomenten la colaboración y comunicación entre los alumnos.

1.8 Competencias.

De acuerdo al plan de estudio de 2018 de la licenciatura en educación física es posible identificar tres tipos de competencias del perfil de egreso, entre ellas seleccione las siguientes:

Competencias genéricas

“Soluciona problemas y toma decisiones utilizando su pensamiento crítico y creativo”. La elección de esta competencia se sustenta en la búsqueda del desarrollo de habilidades motrices básicas a través de estrategias de la educación física. Los estudiantes se enfrentan constantemente a situaciones que requieren resolver desafíos motores, adaptarse a diferentes dinámicas de juego y utilizar su creatividad.

Las actividades promueven el pensamiento crítico al analizar sus propios movimientos y corregirlos, estimulando la creatividad al explorar nuevas formas de moverse, imitar animales, superar obstáculos o colaborar en juegos cooperativos.

Esta competencia permite potenciar no sólo el desarrollo físico, sino también las capacidades cognitivas y de resolución de problemas, fundamentales en su formación integral.

Competencias profesionales

“Diseña los procesos de enseñanza y aprendizaje de acuerdo con el enfoque vigente de la educación física, considerando el contexto y las características de los estudiantes para lograr aprendizajes sustentables”. Esta competencia favorece las habilidades motrices básicas a través de diferentes estrategias de la educación física. permitiendo al docente planificar actividades significativas y adaptadas a las necesidades, intereses y niveles de desarrollo de los estudiantes, promoviendo un aprendizaje intencionado, progresivo y acorde con el enfoque actual de la educación física.

Competencias específicas

“Sustenta que la competencia motriz es el eje de la intervención pedagógica para el desarrollo integral de las niñas, niños y adolescentes”. De acuerdo con esta competencia se relaciona directamente con el propósito de favorecer las habilidades motrices básicas a través de diversas estrategias de la educación física.

Mediante el diseño, aplicación y evaluación de estrategias didácticas centradas en el movimiento y el juego, se promueve no sólo el desarrollo físico, sino también la autonomía, la socialización, la creatividad y la expresión corporal, aspectos esenciales del desarrollo integral. Además, esta competencia respalda una intervención docente fundamentada, intencionada y coherente con las necesidades motrices de niñas y niños en las distintas etapas de su crecimiento, asegurando así aprendizajes significativos desde la acción motriz.

1.9 Motivaciones.

En el proceso de formación académica dentro de la Licenciatura en Educación Física, la etapa del desarrollo de las prácticas profesionales adquiere un significado profundo y de gran relevancia. Para los estudiantes de nivel profesional, este período representa un paso crucial hacia mi formación, así como una valiosa oportunidad para aprender y perfeccionar habilidades en diversas áreas del conocimiento, las estrategias pedagógicas, los valores, y las experiencias prácticas, con el fin de formar profesionales competentes en el ámbito de la Educación Física.

La motivación para investigar y trabajar en el tema "favorecer las habilidades motrices básicas a través de diferentes estrategias en la Educación Física" responde a la necesidad de mejorar las habilidades motrices fundamentales de los alumnos de 1ºB de primaria. Este enfoque busca utilizar diversas estrategias pedagógicas que además de favorecer el desarrollo físico de los estudiantes, también promuevan su desarrollo integral, abarcando aspectos cognitivos, emocionales, sociales y que los estudiantes logren una mejora significativa en sus habilidades motrices básicas, lo cual es fundamental para su bienestar en múltiples dimensiones.

Educación Física en la Nueva Escuela Mexicana (NEM) cobra especial relevancia al aportar conocimientos, habilidades, actitudes y valores fundamentales para la formación humanista y el desarrollo de las facultades de mexicanas y mexicanos. De tal manera que, la Ley general de la educación (LGE) incorpora y fortalece diversos preceptos que enfatizan la práctica de la actividad física, el deporte educativo y la promoción de estilos de vida saludables, como acciones indispensables para concretar una orientación integral. Ésta destaca al movimiento corporal intencionado como base para diversificar las experiencias, impulsar un mayor aprovechamiento escolar y conseguir bienestar personal y colectivo.

Particularmente, dada su naturaleza eminentemente práctica, esta disciplina se incorpora en el Campo formativo De lo Humano y lo Comunitario, lo que favorece la apropiación de aprendizajes a partir de escenarios lúdicos, en los que Niñas, Niños y Adolescentes (NNA) desarrollan su potencial cognitivo, motriz, físico, expresivo, creativo y afectivo, al tiempo que aprecian la importancia de convivir, relacionarse y colaborar con las demás personas, como medio para enriquecer su identidad y sentido de comunidad.

1.10 Descripción del contenido del informe.

A lo largo de este documento se analizarán las distintas estrategias implementadas, como el circuito de acción motriz, cuento motor, mini olimpiada, actividades circenses, juegos de persecución, formas jugadas, terreno de aventuras y reto motor, para mejorar sus habilidades motrices básicas, por ejemplo: reptar, gatear, caminar, saltar, lanzar, atrapar, mantener el equilibrio y desplazarse. con el objetivo de hacer el aprendizaje accesible y atractivo para los estudiantes, mientras se contribuye a su desarrollo integral.

En conjunto con una explicación de la importancia de habilidades como la coordinación, el equilibrio y la agilidad para el desarrollo físico, cognitivo, emocional y social de los estudiantes. Además, se destaca la responsabilidad de proporcionar herramientas efectivas para mejorar estas habilidades en los niños.

II. PLAN DE ACCIÓN.

2.1 Análisis del contexto en el que se realiza la mejora.

Contexto Interno

La Escuela Primaria "Ing. Javier Barros Sierra", la escuela es una institución de organización completa y de sostenimiento federal. Su horario escolar es de lunes a viernes, de 8:00 a 13:00 horas. La escuela cuenta con un solo turno, matutino y está bajo la supervisión de la Secretaría de Educación del Gobierno del Estado de San Luis Potosí (SEGE), con la clave institucional: 24DPR1563U y pertenece al sector 1. **(ANEXO A)**

La Escuela Primaria "Ing. Javier Barros Sierra" se encuentra en la ciudad de San Luis Potosí, específicamente en la calle Av. Mariano Jiménez, ISSSTE, con código postal 78280. Esta institución forma parte del sistema educativo de nivel primaria y tiene como objetivo ofrecer una formación básica de calidad a niños y niñas de la comunidad.

Está ubicada en una zona residencial, dentro de una colonia con diversos servicios y una infraestructura urbana bien desarrollada. La escuela está cercada por un muro de concreto y barrotes blancos, lo que denota que recibe mantenimiento periódico. La institución se encuentra rodeada por las calles Guillermo Valencia, Av. Mariano Jiménez y J. del Casal. **(ANEXO B).**

La Escuela Primaria "Ing. Javier Barros Sierra" está diseñada para atender a los estudiantes de educación básica, brindando un espacio adecuado para su desarrollo académico y social. Las instalaciones de la escuela incluyen aulas amplias, equipadas con materiales pedagógicos y tecnología educativa básica, lo que permite a los alumnos recibir una formación integral en diversas áreas del conocimiento.

Además, la escuela cuenta con áreas de recreo y espacios al aire libre donde los estudiantes pueden disfrutar de actividades deportivas y recreativas. El patio cívico y el patio central de la institución son elementos fundamentales para la formación física y el esparcimiento de los alumnos, promoviendo la actividad física, el trabajo en equipo y la socialización. **(ANEXO C).**

La institución ofrece un ambiente seguro, inclusivo y colaborativo, en el que maestros, alumnos y padres de familia trabajan juntos para garantizar que los niños reciban una educación que los prepare para los desafíos futuros. Está ubicada en el municipio de San Luis Potosí, en la calle Avenida J. Mariano Jiménez, número 1245, con código postal 78280.

La institución está dirigida por la Profesora Diana Edith Agundis Padilla, quien ejerce como directora, y la subdirectora Académica es la Profesora Jhobana Noemí Solando Solís. Actualmente, la escuela cuenta con un equipo de 19 maestros y maestras frente a grupo, y atiende a una población estudiantil de alumnas: 251 y alumnos: 244 y en total de alumnos en toda la escuela es 495 alumnos, con edades entre los 6 y los 11 años.

El equipo educativo está compuesto por docentes especializados en diversas áreas, que incluyen: 19 maestros frente a grupo, 2 asistentes de servicio, 3 auxiliar de intendencia, 1 asistente administrativo (secretaria de dirección), 1 maestra de educación especial, 1 psicóloga, 1 terapeuta de lenguaje, 1 trabajadora social, 2 maestros de educación física, 3 maestros de inglés, y 2 maestras del programa USAER (Unidad de Servicios de Apoyo a la Educación Regular), que brindan apoyo a aquellos estudiantes que enfrentan barreras para el aprendizaje y la participación en la educación básica, garantizando su derecho a recibir una educación de calidad.

Brinda la institución con la educación para los alumnos: se brinda una educación sólida formativa a través de un desarrollo integral y de formación social, se da orientaciones padres de familia a través de seguimiento en evaluaciones y cumplimiento de los derechos humanos de los alumnos.

Instalaciones de la Escuela

La escuela cuenta con una edificación de dos plantas, una cancha de usos múltiples que está completamente techada y adaptada para la práctica de fútbol y baloncesto. Las líneas de ambos deportes están marcadas en el suelo y cuenta con las respectivas porterías y canasta de baloncesto. Además, dispone de un patio cívico.

En cuanto a las áreas administrativas, la escuela tiene oficinas para la dirección y la subdirección. También cuenta con un salón de usos múltiples, una

cooperativa que ofrece alimentos y bebidas, una bodega para el material deportivo, sanitarios, y jardinerías ubicadas en la parte trasera de los salones. El área para comer está equipada con 10 mesas y bancas. La escuela también cuenta con una biblioteca, cámaras de seguridad ubicadas en diferentes puntos de las instalaciones, y una bodega de intendencia. **(ANEXO D)**.

En los salones, los alumnos tienen acceso a bancos, sillas, escritorios, televisores, portapapeles y jaboneras. Además, algunos salones cuentan con computadoras de escritorio para los maestros y garrafones de agua. El plantel está pavimentado con concreto y mosaico, y está cercado con una barda. Las cámaras de seguridad están distribuidas en diferentes puntos de la escuela y sus imágenes son proyectadas en una pantalla en la dirección.

Las instalaciones están en buen estado y son amplias, adecuadas, limpias y en buenas condiciones.

Servicios Disponibles: La escuela cuenta con los siguientes servicios: energía eléctrica, drenaje, acceso a internet y suministro de agua potable.

Colaboración de los Padres de Familia: Los padres de familia muestran una notable solidaridad y colaboración, ya que están dispuestos a apoyar activamente las actividades y necesidades de la escuela.

Actividades Extracurriculares: Por la tarde, los alumnos tienen la opción de quedarse en la escuela para participar en actividades deportivas como baloncesto y handball.

Material de Educación Física

El material disponible en la institución para la clase de educación física incluye una amplia variedad de equipos, tales como:

Cuerdas, Colchonetas, Balones de baloncesto, fútbol y voleibol, Jugar bolos, Catapultas, Pelotas de esponja, Pelota de béisbol y palo de béisbol de plástico, Cuerdas grandes, Aros, Pinzas para pan y para tendedero, Mecates, Tapa roscas, Juegos de mesa (uno, ajedrez, serpientes y escaleras, juego de la oca, toma todo, lotería, dominó), Juegos tradicionales, Pelotas de plástico pequeñas y de vinil, Conos, boyas y espaguetis de plástico, Pelotas de ping pong, Dados, Paliacates,

Bocina, Globos, Pelotas gigantes, Conos de diferentes tamaños, Botes de plástico y Red de voleibol. **(ANEXO E).**

Contexto Externo

Los alumnos llegan a la escuela aproximadamente 10 minutos antes de las 8:00 a.m., utilizando diferentes medios de transporte como automóviles, motocicletas, transporte escolar, camiones y caminando. El acceso a la escuela es fácil y seguro. En la entrada, se encuentra una guardia encargada de la vigilancia de la semana, así como algunos maestros de apoyo. Los alumnos ingresan en orden a sus respectivos salones, mientras que los padres los observan desde la puerta.

A la hora de la salida, los alumnos de 1° y 2° salen por una pequeña puerta ubicada a un lado de la puerta principal, debido a que son los más pequeños salen 10 minutos antes del resto de los grupos. Los padres esperan ordenadamente fuera de la escuela, y aquellos cuyos padres aún no han llegado deben permanecer dentro de la institución hasta que lleguen a recogerlos. Los estudiantes de 3°, 4°, 5° y 6° salen por la puerta principal, y cada maestro se encarga de mantener organizado a su grupo.

Alrededor de la escuela se encuentran diversas viviendas. Enfrente de la institución hay una tienda de frutas y verduras, una panadería artesanal, una farmacia Benavides y varios locales comerciales. Detrás de la escuela se encuentra la Estancia para el Bienestar y Desarrollo Infantil No. 36 "Francisco González Bocanegra", y un poco más alejado, en la parte trasera, hay canchas de básquetbol, mismas que se encuentran en un estado de descuido.

En las cercanías de la escuela, tanto en la calle México 49 como en la Av. Mariano Jiménez, se encuentran varios negocios como una estética, una veterinaria, una purificadora de agua, una tienda de "Las Conchitas" (panadería), una papelería escolar y de oficina, una cocina económica, una clínica dental y un negocio llamado "Tenorio".

En cuanto al transporte público, la escuela cuenta con su propio servicio de transporte escolar, y las rutas de camiones que pasan por la zona incluyen las líneas 10, 27, 5, 7, 19 y 30.

Un aspecto potencialmente peligroso para los alumnos y sus familias es el elevado tránsito vehicular en las inmediaciones de la escuela, ya que muchas personas utilizan vehículos para llegar a la institución. Este intenso flujo de tráfico hace necesario implementar medidas de seguridad vial adecuadas, tanto para los peatones como para los conductores, con el fin de garantizar un entorno seguro para los estudiantes y sus familias. El control del tránsito es esencial para evitar accidentes y asegurar la protección de todos los que transitan por la zona.

2.2 Descripción y focalización el problema.

Al llegar a la Escuela Primaria "Ing. Javier Barros Sierra", en un primer momento de acercamiento se llevó a cabo la observación de las actividades realizadas por los dos maestros de Educación Física: el profesor José Luis Alarcón Sagahon, quien trabaja con los grupos de 1°, 2°, 3° y 4° año, y el profesor Juan Alfonso Leos Maldonado, encargado de los grupos de 5° y 6° año. Desde el principio, resulta destacado el trabajo con los grupos de los grados inferiores (1°, 2°, 3° año).

El desarrollo de los alumnos más jóvenes para efectos de este trabajo produce un mayor interés, dedicación y curiosidad para entender cómo se desarrollaban sus procesos de aprendizaje, cómo se organizaba su trabajo y cómo los niños se involucraban en las actividades. Con el objetivo de comprender mejor sus necesidades y brindar apoyo en su desarrollo de manera más efectiva.

Durante las semanas de observación, el trabajo se desarrolló con los alumnos de primer grado, ya que el tema de estudio se centraba en favorecer las habilidades motrices básicas a través de diferentes estrategias de la educación física. Siendo de alto interés observar cómo trabajaban en el grupo 1-A y 1-B. Al principio existía un dejo de indecisión sobre cuál grupo elegir, ya que ambos mostraban necesidades que se alinean con los objetivos de este proyecto, pero finalmente se optó por el grupo 1-B, ya que presentan complicaciones en torno a habilidades de coordinación, equilibrio, lanzamientos, atrapar objetos, brincar con los pies juntos, desplazamientos, seguir indicaciones y ubicación de espacio.

La problemática surge de la necesidad de favorecer las habilidades motrices básicas a través de diferentes estrategias de la educación física. El objetivo es que los alumnos mejoren dichas habilidades, también que conozcan y experimenten las clases de diferentes maneras, utilizando nuevas estrategias, formas de interacción y generando confianza en sí mismos y en sus movimientos. Se busca que los alumnos puedan expresarse creativamente dentro de su comunidad escolar, promoviendo su participación con respeto y fomentando el trabajo en equipo.

Se busca que los alumnos participen activamente en las sesiones, propongan nuevas formas de realizar las actividades y se vuelvan más creativos en su desempeño. Encontrando una aspiración en que los infantes se desenvuelvan con mayor autonomía, sin miedo a equivocarse, y disfruten de las actividades físicas que realicen.

Con este trabajo se busca que alumnos mejoren sus habilidades motrices, las actividades físicas, así como desarrollar su capacidad de pensar de manera crítica, proponer ideas creativas y moverse con libertad y seguridad. Buscando que las clases se conviertan en un espacio en el que los estudiantes se diviertan, se sientan motivados y ganen confianza, tanto en ellos mismos como en sus compañeros. En conjunto con aprender a trabajar en equipo, respetar a los demás y ser conscientes de su propio cuerpo.

2.3 Diagnóstico del grupo de estudio.

Para el desarrollo de este informe se diagnosticó al grupo de 1-B durante la jornada de prácticas profesionales del 7° semestre de la Licenciatura en Educación Física, llevado a cabo de las fechas del 19 y 26 de noviembre del 2024 y última evaluación de diagnóstico el 11 de febrero de 2025.

Es muy importante y primordial realizar una evaluación diagnóstica, ya que permite comprender el nivel de conocimiento, habilidades, necesidades y competencias de los estudiantes al inicio de la jornada de prácticas. Esta evaluación proporciona una visión clara y precisa del punto de partida de los estudiantes en relación con los conocimientos, competencias y las habilidades motrices básicas.

Rosenshine (1996, p. 55) “El proceso de evaluación diagnóstica en los espacios educativos se convierte entonces en una herramienta valiosa en el proceso de aprendizaje desde la etapa de planificación y evaluación del curso, debido a que provee de información necesaria sobre el nivel de conocimientos previos del estudiante.

Es así que la evaluación diagnóstica como herramienta para la planificación permite mayor seguridad en la labor docente, al ser un predictor de los eventos del curso y brindando formalidad a la tarea académica. La evaluación diagnóstica, al brindarnos información sobre los conocimientos previos que poseen los estudiantes, proporciona un panorama sobre los materiales de aprendizaje que deberían conocer y su nivel de dominio real.”

En una concepción personal; la evaluación diagnóstica es una herramienta que se utiliza al inicio del proceso educativo para conocer lo que los estudiantes ya saben. Esta información le permite al docente planear mejor sus clases, adaptar los contenidos y tener una idea más clara de lo que sus alumnos necesitan aprender. Además, ayuda a anticipar cómo se desarrollará el curso y le da estructura al trabajo docente.

Se adaptaron distintas actividades de acuerdo con el tema de estudio con el contenido correspondiente a la planeación del diagnóstico, un primer paso fue identificar y evaluar si existe la presencia de distintas situaciones o condiciones en el grupo de 1-B, para obtener información más precisa y objetiva sobre el estado actual de los alumnos en relación con habilidades motrices básicas, sus capacidades, expresiones, capacidad de colaboración y su creatividad.

Además, se utilizó una escala estimativa como herramienta para evaluar los aspectos del grupo y conocer sus habilidades, lo que permitió recopilar la información de manera más clara. Esto facilitará, en el futuro la comparación y análisis de los resultados, así como el monitoreo del proceso y la evaluación del trabajo.

Desde una apreciación personal la coordinación óculo manual puede ser definirse como; el trabajo conjunto de los movimientos de los ojos y la observación

enfocada con la actividad motriz de las manos para realizar una tarea compleja que implica el uso de diferentes sistemas del cuerpo.

- Lanzamiento con mano derecha/ izquierda
- Dominio de pelota
- Raqueta con pelota

Dichos ejercicios surgen de una secuencia de actividades de aprendizaje con los datos siguientes:

Primera actividad de diagnóstico

Fecha de diagnóstico	19 de noviembre 2024
No. De sesión:	1
Intención pedagógica:	Que los alumnos mejoren su capacidad para coordinar sus movimientos de las manos y los ojos, lo que es fundamental para realizar tareas que requieren precisión en el manejo de objetos.
Título de actividad:	Coordinación óculo manual

La actividad consistió en organizar a los alumnos en equipos con la misma cantidad de integrantes. Se les dieron instrucciones sobre como realizar cada una de las actividades. Se realizaron observaciones para garantizar que comprendieran las indicaciones.

La primera actividad consiste en el lanzamiento de una pelota de plástico, en un principio se realizó una demostración para que los alumnos entendieran mejor la dinámica. Es fundamental dar explicaciones claras y mostrar ejemplos, especialmente a los alumnos de grados inferiores, quienes aprenden principalmente mediante la observación y la imitación. Antes de comenzar, se les preguntó si podían identificar su mano derecha e izquierda, ya que el desarrollo de la lateralidad es clave para su coordinación motriz y cognitiva.

Como menciona **Barruezo (2002, pag. 4-7)**: “La coordinación visomotriz ajustada, que supone la concordancia entre el ojo (verificador de la actividad) y la

mano (ejecutora), de manera que cuando la actividad cerebral ha creado los mecanismos para el acto motor, sea preciso y económico. Lo que implica que la visión se libere de la mediación activa entre el cerebro y la mano y pase a ser una simple verificadora de la actividad.”

En la siguiente actividad se les pidió a los alumnos lanzar y atrapar la pelota con ambas manos y luego encestarla en una cubeta. Sin embargo, algunos tuvieron dificultades para realizar el lanzamiento y encestar correctamente. En varias ocasiones, se distraían y olvidaban lo que estaban haciendo.

Para facilitar el aprendizaje, se recurrió a adaptar la actividad según su desempeño: primero debían lanzar con la palma derecha y luego con la izquierda. Mientras que lanzar con ambas manos no representó un gran reto, hacerlo con una sola aumentó la dificultad.

La segunda actividad, los alumnos debían lanzar la pelota con una raqueta y encestarla en un bote. Esta tarea fue complicada para algunos, ya que no lograban lanzar la pelota hacia arriba con la raqueta. Al no poder realizar el ejercicio correctamente, algunos optaban por tomar la pelota con las manos y llevarla directamente a la cubeta. Además, se observó que había desorganización en las filas y algunos alumnos no seguían las instrucciones ni participaban activamente en la actividad.

En la tercera actividad, los alumnos debían botar la pelota con la mano derecha mientras se desplazaban, luego repetir el ejercicio con la mano izquierda y finalmente regresar para entregar la pelota a su compañero. Después, realizaban el mismo recorrido botando la pelota con ambas manos.

El propósito de estas actividades era identificar a los alumnos que presentaban dificultades para lanzar las pelotas de diferentes maneras, evaluar su capacidad de trabajo en equipo y analizar su habilidad para seguir instrucciones y expresarse correctamente. Es necesario destacar que algunos sujetos tuvieron problemas con la coordinación óculo-manual, especialmente en los lanzamientos con las palmas de las manos. También se presentó una falta de concentración, misma que afectó su desempeño.

Los resultados de la evaluación, realizada el 19 de noviembre de 2024, con el apoyo de una escala estimativa como herramienta diagnóstica, permitieron obtener un primer acercamiento al nivel de desarrollo de la coordinación óculo-manual del grupo foco, también las evidencias de las actividades y las gráficas de los resultados.

(ANEXO F).

Segunda actividad de diagnóstico

Fecha de diagnóstico	26 de noviembre 2024
No. De sesión:	2
Intención pedagógica:	Que los alumnos mejoren su capacidad de coordinar la vista con los pies.
Título de actividad:	Coordinación óculo pedal

Estas actividades son de coordinación óculo pedal para que los alumnos mejoren sus capacidades de movimientos con la vista y con los pies desarrollando su coordinación.

Actividad “La Rayuela” los alumnos se dividieron en equipos con la misma cantidad de integrantes y debían pasar por los aros colocados en la cancha. Primero, tendrían que hacerlo con los pies juntos y luego con un solo pie.

Al terminar la rayuela, debían correr para chocar la mano de su compañero y así poder avanzar. En una variante de la actividad, cada alumno tenía un "Fantasma", que debía lanzar dentro de un aro, evitando brincar en el lugar donde cayó el "Fantasma". Después, intentaban encestar una pelota en una canasta. Algunos alumnos tuvieron dificultades al lanzar el "Fantasma" dentro del aro y también presentaron problemas al saltar los aros y encestar la pelota. Sin embargo, realizaron la actividad con mucho entusiasmo y felicidad, lo que ayudó a mantener la motivación.

Actividad “pasa la pelota”; en este ejercicio, los alumnos se sentaron en filas horizontales y pasaron pelotas de diferentes tamaños. Se utilizaron pelotas de esponja de distintos tamaños para que los alumnos pudieran experimentar con

diversas dificultades. Debían pasar la pelota utilizando sólo los pies, lo cual les resultó algo complicado debido al tamaño de las pelotas.

Además, algunos querían ser los primeros en terminar y, en su afán por ganar a veces la pelota se iba en otra dirección o intentaban hacer trampa. Esta actividad tenía como objetivo enseñarles a usar únicamente los pies para pasar la pelota a sus compañeros, lo cual les permitió mejorar su coordinación motriz.

Actividad pelota con los pies; en esta actividad los alumnos debían recoger las pelotas dispersas en la cancha y llevarlas hasta los aros, todo esto mientras se mantienen saltando sin dejar que la pelota se cayera. una vez en el aro, debían colocar la pelota dentro de él.

Esta actividad ayudó a los alumnos a trabajar en su coordinación y equilibrio mientras desarrollaban su habilidad para controlar la pelota con los pies. Algunos tuvieron dificultades para evitar que la pelota se cayera durante el recorrido.

Actividad “El Círculo” los alumnos se sentaron en círculo y debían pasar la pelota de fútbol entre sus pies, sin usar las manos. Aunque la actividad fue sencilla en apariencia, algunos alumnos tuvieron dificultades para pasar la pelota correctamente a sus compañeros. La falta de práctica y coordinación les dificultó el trabajo en equipo.

“La base de la coordinación óculo-pedal es la visomotora, que es la ejecución de movimientos utilizando las extremidades, con elemento clave de desplazamientos, conducciones de balón, saltos de obstáculos. Se refiere a la utilización de los pies o manos, de manera correcta, armónica y precisa” **(Díaz, & Duarte, 2021, p. 6).**

Segundo diagnostico aplicada el 26 de noviembre de 2024, la segunda actividad centrada en la coordinación óculo-pedal. A continuación, se incluyen las evidencias de dicha actividad, así como su representación gráfica correspondiente. Este anexo reúne todos los elementos relacionados con esta prueba diagnóstica, permitiendo observar el desempeño de los alumnos en la habilidad específica evaluada y la realización de las actividades. **(ANEXO G).**

Tercera actividad de diagnóstico

Fecha de diagnóstico	11 de febrero de 2025
No. De sesión:	3
Intención pedagógica:	Que el alumno fortalezca el reconocimiento e identificación de las partes de su cuerpo a través de actividades lúdicas y exploración corporal y creatividad y el trabajo en equipo.
Título de actividad:	Las figuras, letras con su cuerpo y de dibuja tu cuerpo.

Actividad: Figuras y Letras con el Cuerpo

Los alumnos se integraron en equipos con la misma cantidad de integrantes y realizaron figuras o letras utilizando su cuerpo, según la hoja que saliera o se le asignaba con la letra o figura correspondiente. Se les dieron unos segundos para completar la actividad, con el objetivo de que reconocieran diferentes figuras y mejoraran su coordinación y control de movimientos.

Beneficios:

- Mejora de la organización y el liderazgo.
- Escucha activa y colaboración.
- Desarrollo de la toma de decisiones en conjunto.
- Comunicación con los compañeros de equipo.
- Expresión a través del cuerpo.

Al inicio, los alumnos tuvieron dificultades para organizarse por equipos y tendían a observar a otros grupos para imitar su estructura. Sin embargo, estaban entusiasmados con la actividad y mostraron disposición para participar. En algunos casos, fue necesario guiarlos para que las figuras quedaran bien definidas.

Algunos alumnos eran dispersos y no se integraban completamente a sus equipos. Al principio, existía una falta de organización para resolver la actividad, pero conforme avanzaron y realizaron más figuras, lograron coordinarse mejor, aportando ideas y tomando decisiones en conjunto. Hubo un equipo que enfrentó mayores dificultades para completar la tarea, por lo que se realizó un acercamiento para orientarlos en el proceso.

“Dibuja tu Cuerpo”

Con los mismos equipos, los alumnos debían dibujar la silueta de uno de sus compañeros en papel bond e identificar las diferentes partes del cuerpo, señalando su ubicación.

Se trabajó en la identificación de partes como el corazón, el cerebro, la cabeza, los brazos, el cuello, la cadera, las orejas, las manos, el pecho, los codos, los pies y el abdomen. Es fundamental que los alumnos conozcan su cuerpo para fomentar el autoconocimiento, el cuidado de la salud y el desarrollo de una mayor conciencia sobre la complejidad y el funcionamiento del cuerpo humano.

Algunos alumnos tuvieron dificultades para colocar correctamente las partes del cuerpo en la silueta, mientras que otros compañeros los guiaban, facilitando la actividad. Se organizaron de manera colaborativa: algunos pegaban las partes en el papel, mientras otros verificaban su correcta ubicación.

Fue una actividad de trabajo en equipo, que resulta esencial para alcanzar los objetivos, como mejorar la creatividad y fomentar el desarrollo de habilidades sociales. Cuando noté que algunos grupos tenían dificultades, intervine para orientarlos y asegurar que todos los alumnos participaran activamente.

Concluyendo que a lo largo de las distintas actividades implementadas, se evidencian una diversidad de habilidades y niveles de desarrollo motor en los alumnos. Se observaron fortalezas en la identificación de lateralidad y el entusiasmo por participar en las actividades, aunque también se identificaron dificultades en la coordinación óculo manual y óculo pedal, así como en la concentración y organización en equipo.

Las actividades de lanzamiento, bote y enceste permitieron detectar problemas en la precisión y control de los movimientos, lo que se necesario

fortalecer la coordinación motriz fina y gruesa. En la actividad de la rayuela y pasa la pelota, se evidenció que algunos alumnos aun requieren mejorar su equilibrio y capacidad para seguir instrucciones. Por otro lado, las actividades grupales, las figuras, letras con su cuerpo y de dibuja tu cuerpo, promovieron el trabajo en equipo, la comunicación y la toma de decisiones, aunque al inicio existieron dificultades para la organización y colaborar de manera efectiva.

Los ejercicios realizados contribuyeron al desarrollo de la motricidad y fomentaron habilidades socioemocionales como la cooperación, el liderazgo y la creatividad. La observación de estas dinámicas permite ajustar las estrategias pedagógicas para atender las necesidades individuales de los alumnos y fortalecer su aprendizaje a través de diferentes actividades.

Como parte de la evaluación diagnóstica aplicada el 11 de febrero de 2025, se presenta la tercera actividad titulada “Las figuras, letras con su cuerpo y dibuja tu cuerpo”. En este anexo se incluyen las evidencias recopiladas durante la realización de la actividad, así como la representación gráfica correspondiente.

Además, se incorpora una escala estimativa para la valoración de la actividad “Dibuja tu cuerpo”, permitiendo una mejor apreciación del nivel de desarrollo de la expresión corporal del esquema corporal por parte del alumnado y la realización de las actividades. **(ANEXO H).**

2.4 Los propósitos.

- Favorecer el desarrollo de las capacidades físicas coordinativas como el equilibrio, el ritmo, la orientación, la adaptación, la reacción y la precisión en los movimientos, de manera eficaz y ordenada.
- Desarrollar la coordinación motriz mediante juegos y ejercicios que impliquen movimientos controlados y precisos.
- Mejorar la percepción espacial y temporal de los estudiantes.
- Estimular la lateralidad para que los alumnos logren un mejor dominio y control de ambos lados de su cuerpo.

- Fomentar el trabajo en equipo y la cooperación a través de actividades y juegos cooperativos, promoviendo la convivencia armónica y la mejora en la comunicación entre compañeros.

2. 5 Revisión teórica.

Favorecer las habilidades motrices básicas a través de diferentes estrategias de la educación física es un tema fundamental dentro del ámbito educativo. Estas estrategias permiten que niños y niñas desarrollen movimientos esenciales como gatear, caminar, correr, saltar, lanzar o atrapar, fundamentales no solo para su desarrollo físico, sino también para interactuar con su entorno.

La educación física, a través de actividades lúdicas y creativas, brinda un espacio valioso para que los alumnos exploren su cuerpo, descubran sus capacidades y fortalezcan su identidad, siempre desde una mirada integral que abarca lo corporal, lo emocional y lo social.

Diversos autores, investigaciones y teorías respaldan la importancia de estas habilidades, al considerarlas esenciales para el desarrollo motriz. Las estrategias didácticas empleadas en esta área, basadas en el juego y la creatividad, no solo promueven el desarrollo físico, sino también favorecen el pensamiento, la expresión, la convivencia y el disfrute por el movimiento desde las primeras etapas escolares.

Características de las habilidades motrices básicas

Las características particulares que hacen que una habilidad motriz sea básica son:

- Ser comunes a todos los individuos.
- Haber facilitado/permitido la supervivencia del ser humano.
- Ser fundamento de posteriores aprendizajes motrices (deportivos o no).

Siguiendo a Godfrey y Kephart podemos agrupar los movimientos básicos en dos categorías (Sánchez Bañuelos, 1986):

Movimientos que implican fundamentalmente el manejo del propio cuerpo. Se encuentran presentes en tareas de locomoción (andar, correr, etc.) tareas relacionadas con el equilibrio postural básico (estar de pie o sentado).

Movimientos en los que la acción fundamental se centra en el manejo de objetos, como sucede en las tareas manipulativas (lanzar, recepcionar, golpear, etc.).

Algunos autores coinciden en considerar las Habilidades Motrices Básicas, englobando todas las acciones posibles en tres apartados o áreas concretas (Ruíz Pérez, 1987):

Locomotoras: Su característica principal es la locomoción. Entre ellas tenemos: andar, correr, saltar, galopar, deslizarse, rodar, trepar, etc.

No locomotoras: Su característica principal es el manejo y dominio del cuerpo en el espacio. Ejemplos de estas habilidades son: balancearse, girar, retroceder, colgarse, etc.

Proyección/percepción: Caracterizadas por la proyección, manipulación y recepción de móviles y objetos. Están presentes en tareas tales como lanzar, recepcionar, batear, atrapar, etc.

Evolución de las habilidades motrices

Sánchez Bañuelos, sostiene el desarrollo de las habilidades motrices se lleva a cabo en los niños con las siguientes fases dependiendo la edad que se encuentre el niño.

1ª fase (4-6 años)

- Desarrollo de las habilidades perceptivas a través de tareas motrices habituales.
- Desarrollo de capacidades perceptivas tanto del propio cuerpo como a nivel espacial y temporal.
- Las tareas habituales incluyen: caminar, tirar, empujar, correr, saltar...
- Se utilizan estrategias de exploración y descubrimiento.
- Se emplean juegos libres o de baja organización.

- Para el desarrollo de la lateralidad se emplean segmentos de uno y otro lado para que el alumno descubra y afirme su parte dominante.

2ª fase (7-9 años)

- Desarrollo de las habilidades y destrezas básicas mediante movimientos básicos que impliquen el dominio del propio cuerpo y el manejo de objetos.
 - Estos movimientos básicos están referidos a desplazamientos, saltos, giros, lanzamientos y recepciones.
 - En la actividad física se utiliza el componente lúdico-competitivo.
 - Se busca el perfeccionamiento y una mayor complejidad de los movimientos de la etapa anterior.
 - Se siguen estrategias de búsqueda fundamentalmente pero a veces será necesaria la instrucción directa por parte del profesor para enseñar algunos movimientos complejos.

Definición de las habilidades motrices básicas

Reptar: Serra (1991) es una forma de desplazamiento activo poco eficaz, patrón motriz previo a la cuadrupedia. Se considera como tales todos los desplazamientos, en los que existe contacto total o parcial del tronco con la superficie de desplazamiento.

Gatear: El gateo es una forma de locomoción cuadrúpeda de aparición y duración irregular que es considerada una etapa importante del desarrollo del ser humano.

Caminar: Ortega y Blázquez (1982) “toda progresión de un punto a otro del entorno, utilizando únicamente como medio, el movimiento corporal total o parcial”.

Correr: López (1992) igual que la marcha patrón del que procede, la carrera consiste en una sucesión alternativa de apoyos de los miembros inferiores, sobre la superficie de desplazamiento. Es un movimiento similar a la marcha (evolucionando) al que se le asocia el factor de velocidad.

Saltar: Sánchez Bañuelos (1984) “el salto implica un despegue del suelo, como consecuencia de la extensión violenta, de una o ambas piernas. El queda momentáneamente suspendido en el aire, para cumplir su misión.

Lanzar: Wickstrom (1990) “toda secuencia de movimientos que impliquen arrojar un objeto al espacio, con uno o ambos brazos”.

Atrapar: Mc Clenaghan y gallahue (1985) “consiste en detener el impulso de un objeto que sido arrojado utilizando brazos y manos”.

Equilibrio: la capacidad de asumir y mantener una determinada postura en contra de la gravedad.

Desplazamientos: toda progresión de un punto a otro del entorno, utilizando únicamente como medio, el movimiento corporal total p parcial.

Reptación: se considera como tales todos los desplazamientos, en los que existe contacto total o parcial del tronco con la superficie de desplazamiento.

El libro que ha servido de apoyo para la selección y aplicación de las diferentes estrategias a implementar en las clases es *Aprendizajes clave para la educación integral: estrategias didácticas en educación física*. Este material ha sido una guía fundamental para estructurar actividades que favorezcan el desarrollo integral de los alumnos a través de propuestas didácticas pertinentes y contextualizadas.

En el contexto de las sesiones de Educación física, entendemos a las estrategias didácticas como el conjunto de acciones que realiza el docente con clara y explícita intencionalidad pedagógica (Bixio, 2000).

Niks y Fleisman (1960) sugieren que la esencia de la coordinación es la capacidad de integrar capacidades separadas en una más compleja. Estos mismos autores opinan que la buena coordinación depende del buen funcionamiento del sistema nervioso principalmente de la corteza encefálica.

Según Castañer y Camerino (1991), la orientación espacial es “la aptitud para mantener constante la localización del propio cuerpo tanto en función de la posición de los objetos en el espacio como para posicionar esos objetos en función de la propia posición”.

Ciclo reflexivo de Smyth (1991)

El desarrollo de este documento se fundamenta en el ciclo reflexivo de Smyth (1991), cuyo objetivo es generar cambios positivos en la práctica docente a través de un proceso reflexivo estructurado. Este ciclo busca que los formadores de profesores identifiquen y analicen problemas profesionales, confronten sus creencias y prácticas, y reformulen sus enfoques pedagógicos.

A continuación, se presenta el Ciclo de Smyth

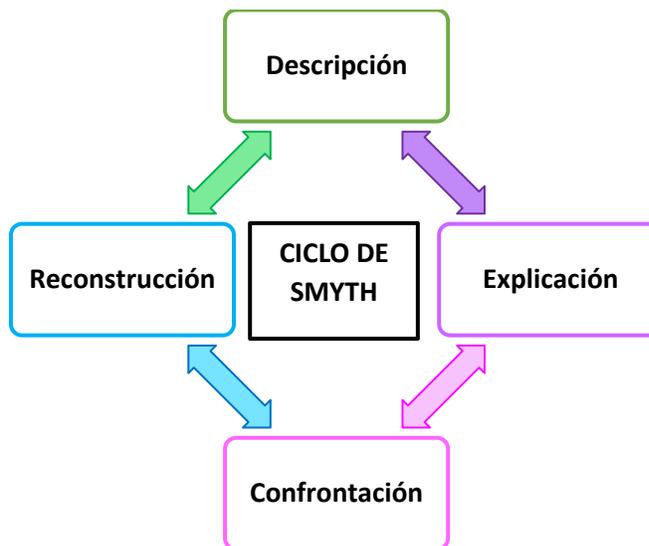


Gráfico 1. Fuente: elaboración propia, a partir de la revisión de ciclo de reflexión (Smyth 1991)

El Ciclo de Smyth Consta de cuatro fases:

- **Descripción:** Un primer requisito para la actitud reflexiva es percibir la práctica docente como problemática. Por tanto un primer paso de este ciclo es percibir las problemáticas de la práctica docente, para lo cual es de utilidad ser capaz de “describir nuestras prácticas y (a) utilizar dichas descripciones como base para posteriores debates y desarrollos” En esta primera etapa se realizó la definición de una situación que emergía como un problema profesional. Para describirlo, en una primera fase se redactó en forma de narración, tratando de aclarar lo más posible.

- En esta fase, el formador identifica y describe un problema profesional específico relacionado con su práctica docente. Se trata de un

análisis inicial que permite establecer el contexto y los detalles del problema que se va a abordar. Esta etapa es crucial para sentar las bases del proceso reflexivo. **(Smith, 1991, pag. 7, 282).**

- **Explicación:** La fase siguiente corresponde a la de información o inspiración. En palabras de **Smith (1991)** busca “¿cuál es el sentido de mi enseñanza?” **(pag. 282)**. El objetivo de esta fase es aclarar las creencias propias sobre “leyes universales que rigen la enseñanza” **(pag. 282)**. Esto se traduce en encontrar cuáles son los marcos teóricos que mueven o inspiran la acción que hizo actuar de determinada forma, dando origen al problema profesional.

Aquí, se pueden explorar diferentes enfoques y estrategias que podrían aplicarse para abordar el problema identificado. Esta etapa ayuda a ampliar la perspectiva del formador y a considerar nuevas posibilidades para su práctica. **(pag. 8).**

- **Confrontación:** **Smith (1991)** lo describe a través de la pregunta “¿Cómo llegué a ser de este modo?” **(pag. 285)**. Con su respuesta, se espera confrontar la posición de quien realiza el ciclo de reflexión con sus creencias y convicciones, mostrando las ideas que nos llevaron a actuar de esa forma. **(pag.9).**

- **Reformulación:** Una última fase de este ciclo corresponde a la reformulación. Smith lo describe con la pregunta “¿Cómo podría hacer las cosas de otro modo?” **(pag. 291)**. Es aquí donde se podrá ver el resultado final de tomar conciencia de nuestras ideas y nuestras prácticas.

Finalmente, en la fase de reformulación, el formador elabora un nuevo enfoque o estrategia para abordar el problema identificado. Esta etapa implica la creación de un plan de acción que incorpora las reflexiones y aprendizajes obtenidos en las fases anteriores. El objetivo es implementar cambios en la práctica docente que mejoren la calidad de la enseñanza y el aprendizaje. **(pag.11).**

En conjunto, estas fases permiten a los formadores de profesores reflexionar de manera sistemática sobre su práctica, lo que puede conducir a un desarrollo profesional significativo y a una mejora en la educación que ofrecen a sus estudiantes.

2.6 Acciones y estrategias que se definieron como alternativas de solución

Cronograma de implementación y actividades

Este cronograma proporciona una estructura organizada para la implementación de las diferentes actividades durante el periodo de práctica profesional, abordando cada componente del enfoque orientado a Favorecer las habilidades motrices básicas a través de diferentes estrategias de la educación física.

FECHA	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	Evaluación	Relación
19 de noviembre del 2024	Diagnóstico	Realización de evaluaciones iniciales para las habilidades motrices básica y para conocer más a mi grupo de estudio. Coordinación óculo manual.	Formativa	Ciclo de Smith
26 de noviembre del 2024	Diagnóstico	Realización de segunda evaluación diagnóstica de coordinación óculo pedal.	Formativa	Ciclo de Smith
11 de febrero de 2025	Diagnostico	Realización de tercera evaluación diagnostica de las figuras y letras con su cuerpo	Formativa	Ciclo de Smith
25 de febrero de 2025	Circuito de acción motriz	Actividades lúdicas que desarrollan habilidades motrices básicas como el equilibrio, la coordinación, los desplazamientos y los saltos.	Formativa	Ciclo de Smith

7 de marzo de 2025	Cuento motor	Los alumnos participaron en una serie de estaciones lúdicas que simulaban un espectáculo de circo, explorando distintas formas de moverse como verdaderos artistas.	Formativa	Ciclo de Smith
11 de marzo de 2025	Mini olimpiada	Los alumnos participan en diversas pruebas motrices que simulan competencias deportivas.	Formativa	Ciclo de Smith
14 de marzo de 2025	Actividades circenses	Los alumnos imitan los movimientos de distintos animales conejo, serpiente, jaguar y águila usando su cuerpo para explorar el espacio, mejorar su coordinación y fortalecer su motricidad.	Formativa	Ciclo de Smith
25 de marzo de 2025	Juegos de persecución	Son dinámicas grupales que fomentan la velocidad, la agilidad, la atención y la reacción. A través de roles de perseguidores y perseguidos, los niños mejoran su capacidad de respuesta motriz, el trabajo en equipo.	Formativa	Ciclo de Smith
1 de abril de 2025	Formas jugadas	Actividades lúdicas están centradas en la manipulación y control de objetos, promoviendo la coordinación óculo-manual, la precisión y la creatividad motriz.	Formativa	Ciclo de Smith

06 de mayo de 2025	Terreno de aventuras	Es un circuito lúdico que propone a los alumnos superar diferentes retos motrices distribuidos por estaciones. A través de saltos, desplazamientos, equilibrio y coordinación,	Formativa	Ciclo de Smith
9 de mayo de 2025	Reto motor	Es una serie de desafíos lúdicos que ponen a prueba la precisión, el equilibrio y la coordinación fina de los alumnos. A través de actividades de transporte, lanzamiento y enceste.	Formativa	Ciclo de Smith

Tabla 1. Cronograma de actividades e intervención docente que se trabajaron para la obtención de datos hacia el informe de prácticas. Fuente: Elaboración propia

III. DESARROLLO, REFLEXIÓN Y EVALUACIÓN DE LA PROPUESTA DE MEJORA.

En las siguientes páginas se describen las actividades que fueron utilizadas para aplicar una propuesta de mejora, cuyo propósito es “Favorecer las habilidades motrices básicas a través de diferentes estrategias de la educación física”. La elaboración del plan de acción permite contar con un esquema claro para observar el tiempo y la forma en que se llevaron a cabo las actividades con los alumnos del grupo de estudio durante el periodo de práctica profesional.

En este caso, se tomó como punto de partida el diagnóstico del grupo de 1ºB de la Escuela Primaria Ing. Javier Barros Sierra, realizado presencialmente, durante los días 19 y 26 de noviembre de 2024 y el 11 de febrero de 2025. Los resultados arrojaron lo siguiente: Dificultad en la coordinación y lateralidad, falta de equilibrio, dificultad para saltar con ambos pies, brincar de un lugar a otro, lanzar y atrapar objetos, y desplazarse con dirección.

De acuerdo con **Kemmis y McTaggart (1988, p. 4)**, *“los principales beneficios de la investigación-acción son la mejora de la práctica, la comprensión de la práctica y la mejora de la situación en la que tiene lugar la práctica. La investigación-acción se propone mejorar la educación a través del cambio y aprender a partir de las consecuencias de los cambios”*.

Una vez analizados los resultados, las actividades fueron orientadas conforme a las situaciones identificadas, y se trabajó según lo establecido en el plan de acción. Mismo que se dividió en distintas estrategias, distribuidas de la siguiente manera:

ESTRATEGIAS	FECHA DE APLICACIÓN	ACTIVIDADES	EVALUACIÓN
Circuito de acción motriz	25 de febrero del 2025	-Balanza. -Saltos por los Aros. -Pasar por Dentro de los Aros. -Brincar los Aros. -Zigzag entre Conos.	Escala Estimativa
Cuento motor	07 de marzo de 2025	-Los aros mágicos. -Malabaristas en Acción. -Equilibristas. Acróbatas.	Escala Estimativa

Mini olimpiada	11 de marzo de 2025	-Corre lo más rápido que puedas. -Carrera de costales. -La gran carrera y pelota de ping-pong	Escala Estimativa
Actividades circenses	14 de marzo de 2025	-Conejo -Serpiente -Jaguar -Águila	Escala Estimativa
Juegos de persecución	25 de marzo de 2025	-Los cazadores y los conejos -La cadena -Congelados -Las traes	Escala Estimativa
Formas jugadas	01 de abril de 2025	-Juego del cucurucho -Pases en parejas -El reloj cucurucho	Escala Estimativa
Terreno de aventuras	06 de mayo de 2025	-Las estatuas -Pasa por las escaleras -Colchonetas -Brinca los aros -Aros del peligro -Manos y pies -Aros colgados	Escala Estimativa
Reto motor	9 de mayo de 2025	-Pelota en equilibrio -Lanzamiento a la tela -Lanzamiento de aros y vasos de plástico -La serpiente en movimiento	Escala estimativa

Tabla 2. Plan de acción. Actividades realizadas para Informe de Prácticas

Profesionales. Fuente: Elaboración propia

Las actividades diseñadas para esta propuesta de mejora estuvieron guiadas por la intención de generar aprendizajes significativos en los alumnos, a través de experiencias motrices adaptadas a sus necesidades. En este sentido, tiene lugar lo expresado por **Coll (1990, p. 4)**: “Las estrategias didácticas deben ser capaces de orientar la construcción de conocimientos lo más significativos posibles, y presentar los materiales de aprendizaje de manera tal que sean potencialmente significativos.”

Desde esta visión, las estrategias implementadas durante la práctica profesional buscaron no solo atender las dificultades motrices identificadas en el

diagnóstico, sino también promover un ambiente de aprendizaje activo, reflexivo y acorde al desarrollo integral de los alumnos.

Actividad 1 "Circuito de acción motriz"

Campo formativo: De lo humano y comunitario.

Contenido: Pensamiento lúdico divergente y creativo.

PDA: Busca distintas soluciones ante una misma situación de juego o cotidiana, con la intención de poner en práctica la creatividad.

Propósito de la actividad: Que el alumno desarrolle habilidades motrices básicas como el equilibrio, la coordinación y la orientación espacial a través de circuito de acción motriz. Estas actividades le permitirán fortalecer su control corporal, trabajar en equipo y mejorar su confianza en el movimiento.

Se presenta el plan de clase correspondiente a la estrategia de circuito de acción motriz, así como los resultados obtenidos mediante el instrumento de evaluación basado en una escala estimativa. **(ANEXO I)**.

La primera estrategia didáctica implementada consta de un circuito de acción motriz. Esta sesión tuvo una intención pedagógica que permitió lograr el objetivo esperado. El propósito fue que los alumnos desarrollaran habilidades motrices básicas como el equilibrio, la coordinación y la orientación espacial, y también fomentar el trabajo en equipo y la colaboración para una buena ejecución de la actividad.

Se aplicó en la clase número 4, correspondiente al día 25 de febrero, con una duración de 50 minutos. Se utilizaron recursos didácticos como conos, boyas, reglas de cartón para el equilibrio, aros, pelotas de plástico y una balanza hecha con un palo de escoba y platos de plástico en los extremos. La clase comenzó con un calentamiento dinámico para preparar el cuerpo de los estudiantes para la actividad física. Posteriormente, se dirigieron al espacio donde se llevó a cabo la sesión de educación física.

Para la primera actividad de calentamiento, los estudiantes se colocaron en unos aros distribuidos por el patio central de la escuela. Todos los alumnos debían

ubicarse dentro de un aro y comenzar con movimientos de cabeza hacia la derecha e izquierda, luego movimientos de hombros hacia atrás y hacia adelante, entre otros ejercicios para preparar el organismo para la actividad.

Diario del docente - 25 de febrero

Cada una de las actividades implementadas en el circuito de acción motriz tuvo como objetivo desarrollar y fortalecer las habilidades motrices básicas de los alumnos, como el equilibrio, la coordinación, la agilidad y la precisión en los movimientos. A través de diversas actividades, se buscó mejorar la motricidad de los alumnos de manera divertida, promoviendo el aprendizaje.

La actividad del circuito de acción motriz consistió en cinco ejercicios:

Balanza: Los alumnos debían trasladarse por unas reglas de cartón colocadas en el suelo para trabajar el equilibrio. Avanzaban en línea recta sin salirse de la trayectoria mientras sostenían una balanza hecha con un palo y dos pelotas de plástico en los extremos. Luego, con la ayuda de sus compañeros, añadían dos pelotas más. Después, realizaban el mismo recorrido en zigzag sin dejar caer las pelotas, con el objetivo de mejorar su equilibrio.

Saltos por los aros: Los alumnos debían brincar dentro de los aros siguiendo dos variantes: primero con ambos pies juntos dentro de cada aro y luego alternando un pie dentro del aro y el otro fuera asegurándose de sus movimientos con ritmo y coordinación.

Pasar por dentro de los aros: En esta estación, los alumnos corrían hacia los aros y pasaban a través de ellos sin tirarlos. Al terminar el recorrido, regresaban corriendo por fuera de los aros para dar paso al siguiente compañero.

Brincar los aros: Los alumnos avanzaban saltando dentro de los aros colocados en el suelo. Primero con un pie, luego con el otro, y finalmente con ambos pies juntos.

Zigzag entre conos: Los alumnos debían avanzar realizando un recorrido en zigzag entre los conos.

En cada una de las actividades del circuito, los alumnos pasaban de una estación a otra chocando la mano de sus compañeros, asegurando así la continuidad del ejercicio.

La intervención docente, se pudo observar que cada actividad del circuito sirvió para estimular el desarrollo de habilidades motrices de los alumnos. Estas actividades consistieron en realizar diferentes acciones en estaciones y fomentar el trabajo en equipo con el fin de alcanzar un mismo objetivo: favorecer sus habilidades motrices. Se generó un ambiente positivo durante la sesión; se notó la participación de los alumnos, quienes estaban motivados y felices de realizar el circuito de acción motriz.

Esta actividad promovió la coordinación, el equilibrio, la agilidad, el brincar y la precisión en sus movimientos, además de fomentar la colaboración y el apoyo entre compañeros de equipo.

Dentro del trabajo e intervención como docente, se reconocieron logros y deficiencias en esta primera situación. En esta sesión, se consideró que se logró que todos los alumnos respetaran los turnos por estación. Sin embargo, algunos se mostraron impacientes por realizar la actividad más rápido o se distrajeron con el material disponible en el patio central, lo que indicó una preferencia por actividades más dinámicas y rápidas.

Los circuitos de acción motriz son una forma de trabajo en la cual se realizan diferentes actividades de forma secuencial en estaciones de trabajo. Sirven para realizar distintas actividades en diferentes momentos dentro de una misma sesión; además, facilitan el trabajo simultáneo de los integrantes del grupo y permiten la individualización del trabajo **(Heredia, 2020)**.

Es decir, los circuitos de acción motriz son actividades organizadas por estaciones. Su finalidad es la exploración y mejora de las habilidades motrices, promoviendo la cooperación, el respeto, la comunicación, la coordinación y la atención, mientras desarrollan movimientos fundamentales como el equilibrio.

Los resultados obtenidos se presentan en la siguiente gráfica, en la cual se refleja el desempeño de los alumnos durante la actividad desarrollada el 25 de febrero.

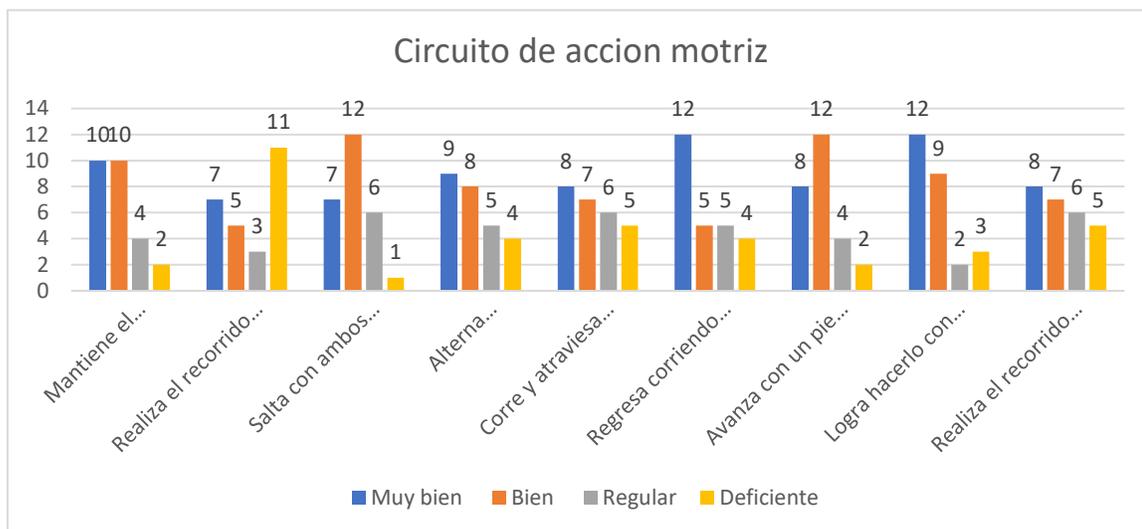


Gráfico 1. Indicador de evaluación de la escala estimativa. Fuente: elaboración propia.

Los resultados obtenidos en la evaluación reflejan que los alumnos presentan distintos niveles de desempeño en las actividades de coordinación, equilibrio y control. En equilibrio y precisión, se observa que la mayoría logra mantener el equilibrio al avanzar en línea recta; sin embargo, al hacerlo en zigzag sin dejar caer las pelotas, muchos presentan dificultad para realizar el movimiento.

Salto y desplazamientos: En la actividad de saltar con ambos pies juntos dentro de los aros sin perder el ritmo, la mayoría de los alumnos tuvo un desempeño favorable, aunque algunos mostraron dificultades para mantener el ritmo. La acción de alternar correctamente un pie dentro y otro fuera del aro también arrojó resultados positivos, con pocos estudiantes en niveles bajos.

En tareas que involucraban correr y atravesar los aros sin tirarlos, o regresar corriendo por fuera de los aros sin perder el orden, la mayoría alcanzó buenos niveles de desempeño. Sin embargo, en la actividad de realizar un recorrido sin tocar los conos ni desviarse, se observó que algunos estudiantes

presentaron dificultades para mantener la trayectoria y el control de sus movimientos.

Los resultados indican que los alumnos han desarrollado habilidades básicas de equilibrio, coordinación y ritmo, aunque algunos aún requieren mejorar la precisión en movimientos que involucran trayectorias específicas y control corporal.

Sin embargo, noté que algunos estudiantes tenían dificultades en movimientos que requerían seguir trayectorias específicas con control corporal. Esto me llevó a reflexionar sobre la necesidad de ajustar las actividades, incorporando más repeticiones y tareas que permitan un desarrollo progresivo. Con estos cambios, logré fortalecer sus habilidades motrices y, al mismo tiempo, facilitar la evaluación individual en distintas destrezas.

En conclusión, el circuito de acción motriz cumplió con los objetivos planteados y se consolidó como una estrategia adecuada para el desarrollo integral de las habilidades físicas en los estudiantes, favoreciendo al mismo tiempo su participación activa, el disfrute por el movimiento y la construcción de aprendizajes significativos a través del juego. **(ANEXO J)**.

Actividad 2 "Cuento motor"

Campo formativo: De lo humano y comunitario.

Contenido: Pensamiento lúdico divergente y creativo.

PDA: Busca distintas soluciones ante una misma situación de juego o cotidiana, con la intención de poner en práctica la creatividad.

Propósito de la actividad: Que el alumno, a través de actividades lúdicas y recreativas, desarrolle sus habilidades motrices básicas como la coordinación, el equilibrio y la precisión. Además, estas dinámicas fomentarán el trabajo en equipo, la cooperación y el desarrollo de estrategias para la resolución de desafíos motores, promoviendo así una experiencia de aprendizaje activa y motivadora.

Para esta estrategia se empleó la planeación basada en el cuento motor y, como instrumento de evaluación, se utilizó una escala estimativa, la cual permitió valorar los diferentes criterios correspondientes a dicha estrategia. **(ANEXO K)**.

El día 7 de marzo se llevó a cabo la clase número 5, con una duración de 50 minutos. Durante la sesión, se realizó la actividad del cuento motor, en la que los alumnos debían imaginar que formaban parte de un espectáculo titulado *El Gran Circo en Acción*, en el que todos debían participar.

Para iniciar, se realizó un calentamiento en la cancha de la escuela. Los alumnos se ubicaron sobre las líneas de la cancha: las niñas en las líneas de color rojo y los niños en las líneas de color blanco.

El calentamiento consistió en los siguientes movimientos:

Mover la cabeza hacia la derecha y luego hacia la izquierda.

Subir y bajar los hombros.

Mover los hombros al frente y hacia atrás.

Mover los brazos en círculos.

Colocar las manos en la cintura y hacer círculos con la cadera.

Hacer círculos con el tobillo derecho e izquierdo.

Brincar hacia el frente y atrás.

Brincar hacia la derecha e izquierda.

Cada movimiento se repitió 10 veces. Para finalizar el calentamiento, los alumnos corrieron siguiendo las líneas marcadas en el piso, tocándolas con las manos.

Diario del docente - 7 de marzo

Se pudo observar que en esta actividad del cuento motor *El Gran Circo en Acción*, todos los alumnos participaron activamente y demostraron gran creatividad en cada una de las actividades. Expresaban sus ideas levantando la mano para sugerir diferentes maneras de realizar los movimientos con los materiales proporcionados. Se mostraban felices y emocionados por la dinámica. Además, esta actividad reflejó su creatividad, el trabajo en equipo y el respeto por las diferentes opiniones al momento de ejecutar cada ejercicio o compartir sus

ideas; sin embargo, algunos al querer hacer las cosas rápido no realizaban las actividades correctamente.

La actividad del cuento motor *El Gran Circo en Acción* comenzó con los alumnos sentados en círculo en el centro de la cancha para escuchar las indicaciones.

Había una vez un increíble circo que llegaba a la ciudad, lleno de malabaristas, equilibristas y acróbatas. Los alumnos de la escuela fueron invitados a formar parte de este espectáculo mágico. Para ello, debían estar entusiasmados, animados, creativos y felices para dar lo mejor de sí en este gran show.

Simbología:

DF: Docente en formación.

A1, A2, A3, etc.: Alumno 1, Alumno 2, Alumno 3, etc.

Los aros mágicos: los alumnos debían explorar diferentes formas de mover un aro.

DF: Empezarán girando el aro con la muñeca derecha y después con la muñeca izquierda, ¿quién me dice de qué manera podemos mover el aro?

A1: Maestra, lanzándolo y atrapándolo.

DF: ¿Qué otra forma podemos usar?

A2: Rodando el aro e ir corriendo detrás de él para evitar que caiga.

DF: ¿Alguien más tiene una idea?

A3: Lanzamos el aro, damos dos palmadas y lo atrapamos.

DF: ¡Muy bien! ¿Y otra manera?

A4: Rodándolo en círculos.

Malabaristas en acción: los alumnos trabajaron con pelotas de esponja.

DF: Comenzaremos lanzando la pelota al piso y atrapándola. ¿Quién tiene otra idea?

A1: Lanzarla al piso y atraparla con ambas manos.

DF: ¿Y otra forma?

A2: Lanzarla, aplaudir dos veces y luego atraparla.

DF: ¿Qué otro movimiento podemos hacer?

A3: Pasar la pelota de un lado a otro rápidamente sin dejarla caer.

DF: ¿Quién propone otra opción?

A4: Lanzar dos pelotas al mismo tiempo y atraparlas.

DF: ¡Muy bien! Ahora intentaremos hacer malabares con las pelotas sin que se caigan.

Cada movimiento con el aro y las pelotas se repitió 10 veces.

Equilibristas sobre la cuerda floja: los alumnos trabajaron su equilibrio superando diferentes desafíos sobre una cuerda en el suelo: caminar manteniendo el equilibrio, luego caminar con los brazos extendidos como aviones, después caminar con una boya en la cabeza sin dejarla caer.

Acróbatas saltarines: sobre algunas colchonetas, los alumnos realizaron distintos movimientos como girar como un tronco, gatear, arrastrarse como gusanos, brincar con pies juntos, además de pasar por los aros *valientes leones*.

Aunque muchos alumnos se sintieron entusiasmados y participaron activamente durante la clase, surgieron algunas dificultades en ciertas actividades. Algunos estudiantes tuvieron complicaciones al ejecutar ciertos movimientos, lo que generó frustración en algunos casos. También se observó que los alumnos expresaban sus ideas, sugerían nuevas formas de moverse y experimentaban con el material proporcionado. Sin embargo, se identificó que algunos querían realizar las actividades con demasiada rapidez, lo que afectó la correcta ejecución de las mismas.

Por otra parte, se consideró necesario mejorar la organización del tiempo dentro de las actividades, para aprovechar mejor el interés de los alumnos.

Se observaron distintos logros significativos entre los alumnos de primero en términos de desarrollo de habilidades físicas, creatividad y autoexpresión. Los estudiantes demostraron un alto nivel de participación y compromiso durante la sesión, mostrando entusiasmo al enfrentar los desafíos en cada actividad del cuento motor *El Gran Circo en Acción*. Además, se observó un aumento en la creatividad y la autoexpresión de los estudiantes mientras inventaban formas innovadoras de hacer los movimientos con los aros y las pelotas. **(ANEXO L)**.

Ruiz Omeñaca (2011, p. 13) señala que el cuento motor ofrece múltiples posibilidades educativas, destacando para estas edades aspectos como: la educación en valores, la integración de propuestas cooperativas, el estímulo al desarrollo de la creatividad y la promoción del desarrollo global de la persona.

En la definición del cuento motor se reconoce que este estimula la creatividad, la motricidad y la participación en las actividades a través de una historia narrativa. En este caso, se trabajó con la actividad *El Gran Circo en Acción* para mejorar la coordinación, el equilibrio, el trabajo en equipo, la expresión corporal y la imaginación en cada una de las actividades del cuento motor.

En las siguientes gráficas se presentan los resultados obtenidos a partir de la actividad de cuento motor.

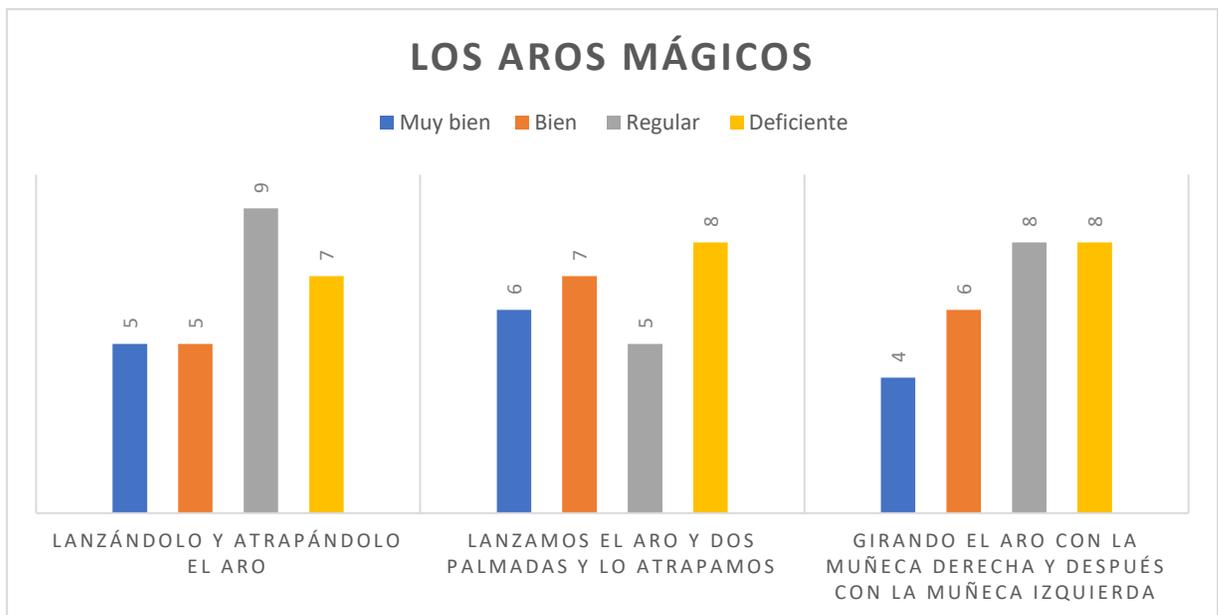


Gráfico 2. Indicador de evaluación de la escala estimativa. fuente: elaboración propia

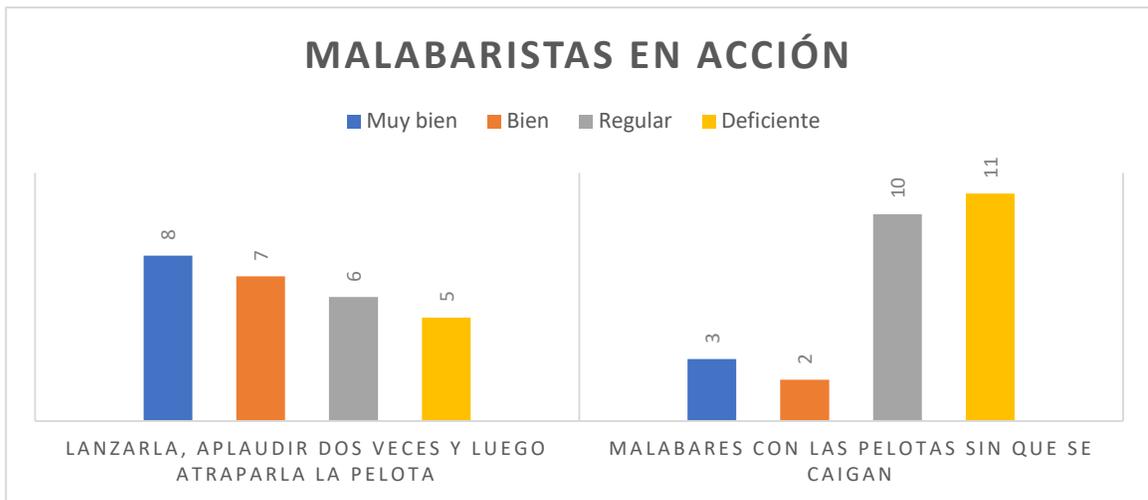


Gráfico 3. Indicador de evaluación de la escala estimativa. Fuente: elaboración propia

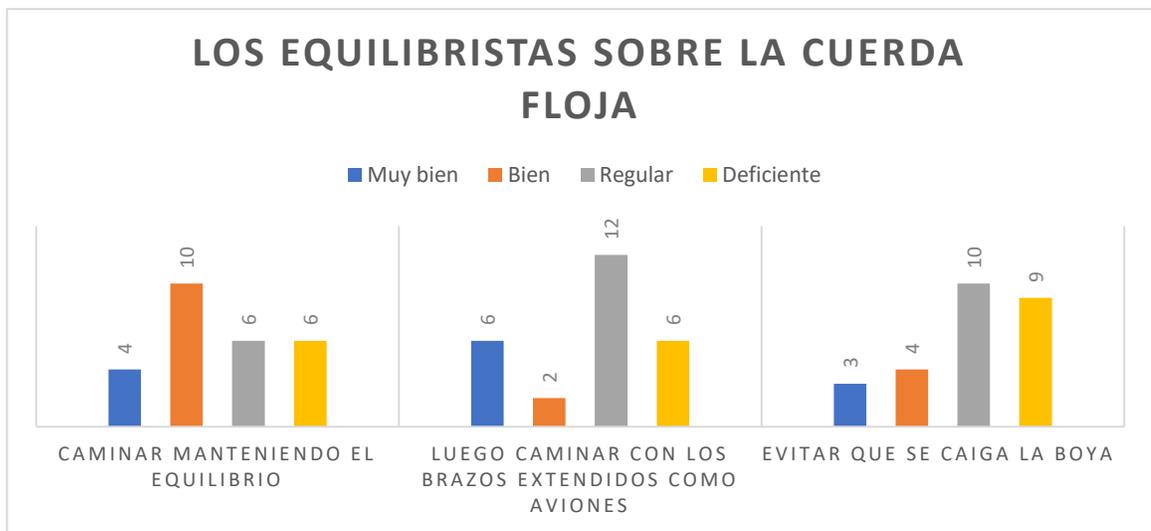


Gráfico 4. Indicador de evaluación de la escala estimativa. Fuente: elaboración propia

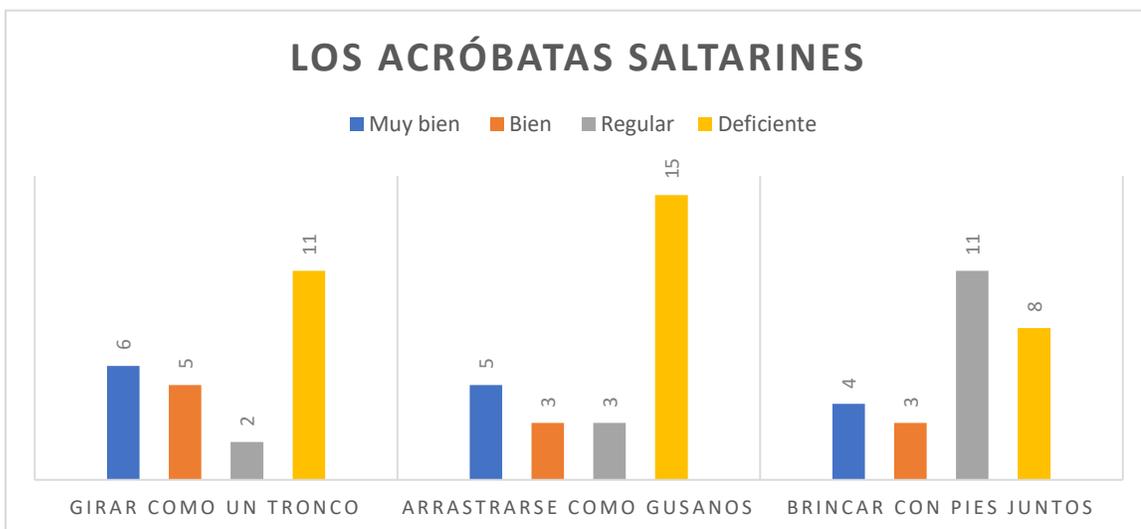


Gráfico 5. Indicador de evaluación de la escala estimativa. Fuente: elaboración propia

Como se puede observar, los resultados de la evaluación muestran que los alumnos presentan distintos niveles de desempeño en las actividades del cuento motor. En actividades como lanzar y atrapar el aro, así como lanzar el aro, dar dos palmadas y atraparlo, la mayoría de los alumnos tuvieron dificultades para realizar los movimientos con precisión.

En la actividad de malabarismo, se evidencia la necesidad de mejorar la coordinación y el control, ya que los resultados reflejan un desempeño mayormente en niveles "Regular" y "Deficiente".

En la actividad de equilibrio, los resultados varían entre "Bien", "Regular" y "Deficiente", lo que indica que algunos alumnos presentan dificultades para mantener la estabilidad y adoptar ciertas posturas correctamente.

Las actividades de desplazamiento de los acróbatas, como girar como un tronco y arrastrarse como gusanos, muestran que un número significativo de alumnos tiene dificultades para controlar su cuerpo y ejecutar los movimientos con precisión.

Por otro lado, en la actividad de brincar con pies juntos, se observó que varios alumnos tuvieron un desempeño bajo, ya que intentaban realizar la actividad con rapidez, lo que afectaba su coordinación y ejecución. Muchos buscaban competir

con sus compañeros en lugar de enfocarse en la correcta realización del movimiento. En general, los alumnos requieren un mayor control corporal, equilibrio y precisión en sus movimientos.

En conclusión, el cuento motor se consolidó como una estrategia efectiva y valiosa para favorecer el desarrollo integral de los alumnos, al combinar el trabajo físico con la creatividad, el juego simbólico y la cooperación en equipo. Esta experiencia reafirma la importancia de diseñar propuestas lúdicas y significativas en la clase de educación física para lograr aprendizajes duraderos.

Decidí utilizar la estrategia de cuenta motor porque combina el movimiento con el conteo, fortaleciendo la percepción temporal y espacial de los alumnos, así como su atención y autocontrol. Pude observar avances importantes en su coordinación y control de movimientos secuenciales, además de que desarrollaron habilidades de ritmo y concentración.

A pesar de estos logros, algunos tuvieron dificultades para mantener un ritmo constante, lo que me impulsó a ajustar la dificultad de las tareas, haciéndolas más accesibles y promoviendo un aprendizaje progresivo. Gracias a estos ajustes, los alumnos mejoraron su precisión motriz y lograron enfocarse mejor durante las actividades.

Actividad 3 "Mini olimpiada"

Campo formativo: De lo humano y comunitario.

Contenido: Pensamiento lúdico divergente y creativo.

PDA: Busca distintas soluciones ante una misma situación de juego o cotidiana, con la intención de poner en práctica la creatividad.

Propósito de la actividad: Los alumnos fomentan el desarrollo de las habilidades motrices básicas, como la velocidad, el equilibrio, la coordinación y la precisión, de una manera lúdica y dinámica. A través del juego, mejoran su control corporal, fortalecen su resistencia física y aprenden a trabajar en equipo, promoviendo así su desarrollo integral de forma divertida y significativa.

Se presenta el plan de clase correspondiente a la estrategia de mini olimpiada, así como los resultados obtenidos mediante el instrumento de evaluación basado en una escala estimativa. **(ANEXO M)**.

El día 11 de marzo se llevó a cabo la clase número 6, con una duración de 50 minutos. En esta sesión, se realizó una actividad de mini olimpiada, para la cual se utilizó diverso material didáctico como pañuelos, costales o bolsas de plástico, conos, aros, fantasmas, cucharas, conos, vasos de plástico y pelotas de ping pong. Para iniciar la clase, la docente saludó a los alumnos con un “buenos días” y ellos respondieron cómo se encontraban y cómo se sentían. Los estudiantes expresaron que estaban bien y manifestaron entusiasmo por participar en la clase de educación física.

Para comenzar con el calentamiento, se indicó a los alumnos que debían ubicarse cada uno en un aro. Posteriormente, se inició una serie de ejercicios para calentar el cuerpo, siguiendo las indicaciones del docente: mover la cabeza hacia adelante y atrás, luego a la derecha e izquierda; mover los brazos hacia adelante y luego hacia atrás; colocar las manos en la cintura y hacer pequeños círculos con la cadera; abrir el compás y realizar el ejercicio de la mariposa, que consiste en mover los brazos arriba y abajo mientras se brinca abriendo y cerrando las piernas; brincar hacia delante y atrás del aro para mejorar el movimiento y la ubicación en espacio y tiempo.

Durante el calentamiento se introdujo la palabra clave “terremoto”, la cual, al ser mencionada, indicaba que los alumnos debían cambiar rápidamente de aro. Cada ejercicio se repitió 10 veces contando en voz alta. Para iniciar la estrategia de la mini olimpiada, se pidió a los alumnos formar un círculo. Luego, se explicó brevemente el propósito de la sesión: desarrollar y fortalecer las habilidades motrices básicas mediante actividades lúdicas y dinámicas que implican velocidad, equilibrio, coordinación, precisión y resistencia física, además de fomentar el trabajo en equipo. Para la formación de equipos, se dividió a los alumnos en tres grupos con igual número de integrantes.

“Corre lo más rápido que puedas”, los alumnos debían correr hasta un cono y regresar para chocar la mano de su compañero, quien continuaría la carrera.

Posteriormente, se añadió un pañuelo (“paliacate”); después de completar el recorrido, el alumno debía tomarlo, correr nuevamente y entregarlo al siguiente compañero, repitiendo el proceso hasta que todos participaran.

“Carrera de costales o bolsas de plástico”, cada alumno se metía dentro de una bolsa de plástico, sujetando los extremos con las manos, y brincaba hasta un cono y regresaba de la misma manera. Al llegar, chocaban la mano del siguiente compañero para continuar la carrera. Algunos alumnos tuvieron dificultades al usar la bolsa porque intentaban avanzar demasiado rápido, lo que afectó su equilibrio.

“Lanzamiento de aros”, cada equipo recibió 15 aros. Los alumnos debían tomar un aro con ambas manos, correr hasta un cono e intentar lanzarlo para encestarlo en otro cono a cierta distancia. Luego, la actividad se repitió con fantasmas en lugar de aros, intentando encestarlos en los mismos aros en el suelo. Se notó que algunos alumnos tuvieron dificultades para lanzar debido a la distancia o falta de precisión.

“Gran carrera y pelota de ping-pong”, cada alumno recibió una cuchara de plástico y cada equipo una pelota de ping pong. Debían caminar con equilibrio sosteniendo la cuchara con una mano y la pelota encima, recorriendo hasta un cono y regresando sin que se les cayera. Para aumentar la dificultad, se añadió una variante: los alumnos debían sostener la cuchara con la boca en lugar de la mano, sin dejar caer la pelota. Al llegar al cono, intentaban encestar la pelota en un vaso de plástico antes de regresar.

Según la definición del docente, la mini olimpiada consiste en actividades para fomentar la sana competencia y el trabajo en equipo a través de diferentes pruebas deportivas adaptadas a las necesidades de los alumnos, desarrollando sus habilidades motrices básicas como la velocidad, el equilibrio y la coordinación.

En esta mini olimpiada se buscó mejorar las habilidades motrices básicas de los alumnos en cada actividad, así como fomentar el trabajo colaborativo, la destreza y la precisión en sus movimientos. **(ANEXO N).**

Los resultados obtenidos se reflejan en el siguiente gráfico la actividad de mini olimpiada.

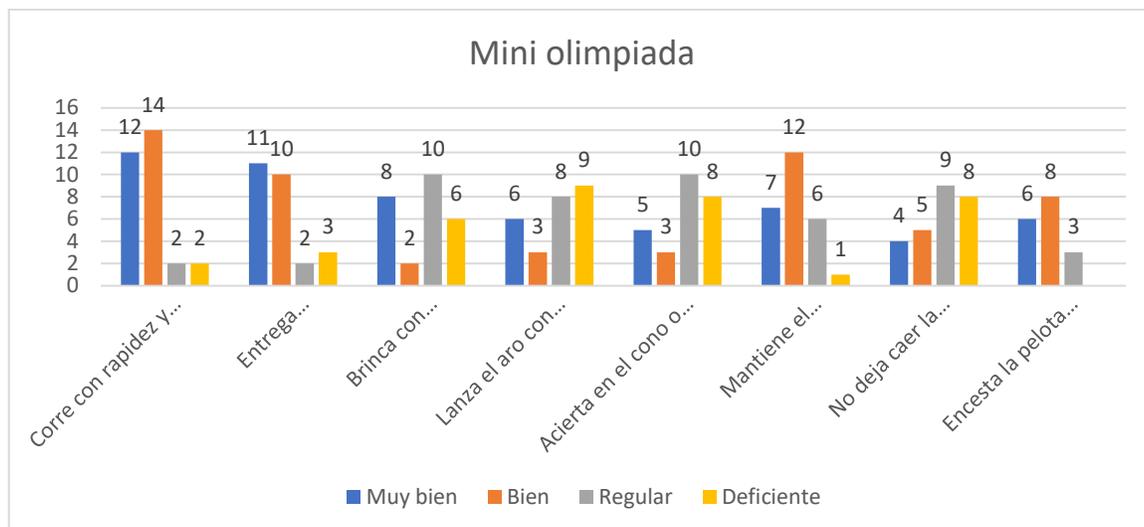


Gráfico 6. Indicador de evaluación de la escala estimativa. Fuentes: elaboración propia

Los resultados de la evaluación muestran que los alumnos tienen un desempeño variado en las actividades motrices, con fortalezas en algunas habilidades y áreas de oportunidad en otras. En cuanto a las habilidades de velocidad y coordinación, se destaca que la mayoría de los alumnos corren con rapidez y eficacia, mostrando un alto nivel de desempeño en esta actividad. Asimismo, la entrega del paliacate entre compañeros se realiza correctamente en la mayoría de los casos, lo que indica buena coordinación y trabajo en equipo.

En equilibrio y precisión, en la actividad de mantener el equilibrio al caminar con la cuchara y la pelota, los alumnos mostraron un buen desempeño, con pocos en niveles bajos. Sin embargo, en la tarea de no dejar caer la pelota durante el recorrido, una cantidad considerable de alumnos presentó dificultades, lo que sugiere la necesidad de reforzar la concentración y el control motor fino.

En saltos y lanzamientos se observa que brincar con coordinación y equilibrio es un reto para varios estudiantes, ya que una parte significativa se encuentra en niveles "Regular" y "Deficiente". Asimismo, en las actividades que requieren lanzar el aro con precisión y acertar en el cono o aro, los resultados muestran dificultades, con una mayor concentración de alumnos en niveles bajos de desempeño.

La clase fue diseñada con el propósito de fomentar la velocidad, el equilibrio, la coordinación, la precisión, a través de actividades lúdicas y recreativas. También

se buscó promover el trabajo en equipo y la sana competencia, respetando los turnos y apoyando a los compañeros, estimular la concentración y el autocontrol, especialmente en pruebas que requieren precisión y equilibrio, como el desafío del lanzamiento de aro y el transporte de la pelota de ping-pong con la cuchara. La sesión fue estructurada con la formación de equipos y la ejecución de las diferentes pruebas.

Durante la sesión, se observó que los alumnos participaron activamente y mostraron entusiasmo. Lograron un buen desempeño en correr lo más rápido posible en la entrega del paliacate a sus compañeros. Sin embargo, algunas dificultades surgieron en actividades que requerían mayor coordinación y precisión, como el lanzamiento de aro y el equilibrio al transportar la pelota de ping-pong con la cuchara.

La mini olimpiada fue una actividad efectiva para el desarrollo motriz de los alumnos, pero con ajustes en la estructura y en el enfoque de algunas actividades, se podrá mejorar su ejecución, como modificar la distancia en el lanzamiento de aros para que los alumnos desarrollen gradualmente la precisión, establecer estrategias para mantener la atención de los alumnos, como rotaciones más ágiles de estaciones, dar instrucciones más detalladas y emplear apoyos visuales para las actividades que requieran mayor control motriz.

En conclusión, la Mini Olimpiada resultó ser una estrategia pedagógica efectiva y divertida, que favoreció no solo el desarrollo físico de los estudiantes, sino también su socialización, autoestima y disposición para la actividad física. Esta experiencia refuerza la importancia de utilizar recursos didácticos lúdicos y estructurados para estimular el desarrollo integral en la clase de educación física.

Opté por la mini olimpiada porque ofrece un contexto competitivo que impulsa habilidades motrices como correr, saltar y lanzar, al tiempo que fomenta valores sociales importantes. Durante su desarrollo, los alumnos mostraron avances notables y fortalecieron su capacidad de colaborar en equipo.

Sin embargo, observé que algunos se enfocaban demasiado en ganar, lo que afectaba el clima de respeto y disfrute. Esto me llevó a recalcar la importancia del esfuerzo y la convivencia en futuras actividades. Al hacerlo, logré una mejor

coordinación motriz por parte de los alumnos, mayor motivación y un ambiente más equilibrado entre competencia y compañerismo.

Actividad 4 "Actividades Circenses"

Campo formativo: De lo humano y comunitario.

Contenido: Pensamiento lúdico divergente y creativo.

PDA: Busca distintas soluciones ante una misma situación de juego o cotidiana, con la intención de poner en práctica la creatividad.

Propósito de la actividad: Que los alumnos desarrollen las habilidades y promoviendo su coordinación, equilibrio, agilidad y creatividad mediante actividades lúdicas que imitan los movimientos de los diferentes animales, mejorando su capacidad para realizar movimientos específicos en diversas situaciones.

Se presenta el plan de clase correspondiente a las actividades circenses, así como los resultados obtenidos mediante el instrumento de evaluación basado en una escala estimativa. **(ANEXO Ñ).**

En la clase del 14 de marzo, la docente en formación implementó como estrategia actividades circenses, enfocadas en el uso de la imaginación, la participación y la creatividad del alumnado para el desarrollo de las actividades. La sesión comenzó con una explicación sobre cómo se llevaría a cabo el calentamiento. Los alumnos debían ubicarse dentro de un aro en el patio central, donde participarían realizando movimientos para preparar el cuerpo.

Para fomentar su participación, cada alumno debía levantar la mano, elegir un ejercicio y guiar a sus compañeros en su ejecución, repitiéndolo 10 veces mientras contaban en voz alta.

La docente en formación inició diciendo: "Para comenzar, quiero que recuerden cómo hemos calentado el cuerpo en clases anteriores. Yo iniciaré con un ejercicio: movemos la cabeza de un lado a otro 10 veces, contando en voz alta."

Simbología:

DF: Docente en formación.

A1, A2, A3, etc.: Alumno 1, Alumno 2, Alumno 3, etc.

A1: Maestra, nos movemos en mariposa y contamos hasta el número 10.

DF: ¡Claro que sí!, Ahora, otro compañero elige el siguiente ejercicio.

A2: Maestra, nos movemos dejando un pie en el piso y abrazamos el otro para mantener el equilibrio, primero con el derecho y después con el izquierdo.

DF: ¿Quién me dice el siguiente movimiento?

A3: Maestra, ponemos las manos en la cintura y hacemos círculos con la cadera.

DF: ¿Qué otro movimiento podemos hacer?

A4: Maestra, brincamos hacia adelante dentro del aro.

DF: ¿De qué otra manera podemos movernos?

A5: Maestra, brincamos de lado a lado dentro del aro.

DF: ¿Quién me dice otro movimiento?

A6: Maestra, un pie dentro del aro y el otro fuera, alternando.

DF: ¿Cómo más podemos movernos?

A7: Maestra, trotamos dentro del aro, pero rápido.

DF: ¿Alguien más quiere proponer un ejercicio? A8: Maestra, saltamos con los pies juntos dentro del aro. DF: Último ejercicio antes de comenzar con las actividades.

A9: Maestra, movemos los brazos en círculos, primero hacia la derecha y luego hacia la izquierda.

Durante la clase con actividades circenses, el docente en formación observó que los alumnos se expresaban muy bien en cada actividad y demostraban gran imaginación al ejecutar los movimientos de cada animal que se les presentó a través de imágenes. Primero se les preguntaba qué animal era y qué movimientos hacía, colocando la imagen en el centro del patio para que visualizaran e imaginaran cómo imitarlo. Se notó la participación activa del grupo, ya que todos se involucraban en proponer o ejecutar los movimientos.

Para iniciar la parte medular de la sesión, se pidió al alumnado que se sentara en círculo para escuchar las instrucciones sobre las actividades que ayudarían a mejorar el equilibrio, la creatividad y la participación. Se les explicó que deberían imaginar que eran animales e imitar los movimientos correspondientes a las

imágenes mostradas. Luego, se organizó al grupo en equipos con la misma cantidad de integrantes, asignándolos mediante conteo (1 y 2).

Conejo: Los alumnos debían imitar el movimiento de un conejo, saltando con los pies juntos a través de dos filas de aros en el piso. Los saltos incluían direcciones variadas: derecha, izquierda, al frente, zigzag y en línea recta, con manos en el pecho o simulando las orejas del conejo.

Serpiente: Los estudiantes se deslizaron por las colchonetas como serpientes. Se fomentó la participación a través del diálogo:

DF: de que maneta nos podemos mover

A1: Maestra, ponemos mover como una serpiente impulsándose con los brazos por las colchonetas

DF: de que otra maneta se mueve una serpiente

A2: reptando, deslizando con el cuerpo

DF: ¿Qué otro movimiento podemos hacer?

A3: maestra, deslizándose por las colchonetas, como gusanos

DF: por último como una serpiente

A4: maestra, arrastrándose en zigzag por las colchonetas.

Jaguar: Los movimientos imitaron a un jaguar por las colchonetas.

DF: de que maneta nos podemos mover como un jaguar

A1: Maestra, gateando por todas las colchonetas

A2: Maestra, en cuatro puntos y pasar por las colchonetas

A3: Maestra, saltando como jaguar y brincar tomando impulso

Águila: Los estudiantes representaron el vuelo del águila con brazos extendidos, caminando entre conos en zigzag y moviendo los brazos como si fueran alas.

Después de cada actividad, debían chocar la mano de sus compañeros como señal de respeto por el turno de cada uno.

La docente en formación expresó gran satisfacción con la dinámica realizada, destacando la imaginación de los alumnos al crear y adaptar movimientos. Todos participaron activamente, con entusiasmo y alegría. Esta experiencia permitió observar cómo el grupo desarrollaba su creatividad y capacidad de expresión a

través del movimiento. Un comentario de un alumno, “Maestra, esta clase me gustó mucho, me divertí y la pasé muy bien”, reafirmó que se estaban generando ambientes agradables y significativos para el aprendizaje. **(ANEXO O)**.

Durante el calentamiento, se les permitió a los alumnos proponer diferentes ejercicios, recordando movimientos previos. Esta dinámica demostró que los estudiantes lograron retener lo enseñado y comprendieron la importancia de preparar el cuerpo antes de iniciar cualquier actividad física.

En términos generales, la clase fue dinámica, participativa y enriquecedora. Se logró fomentar la creatividad, imaginación, coordinación y expresión corporal a través de la imitación de animales, lo cual permitió que los alumnos desarrollaran las actividades de manera integral.

Invernó Curós (2003, p. 20) enfatiza la importancia de enseñar técnicas circenses como malabares, equilibrio, acrobacias y actividades aéreas en contextos escolares. Considera que estas prácticas poseen características pedagógicas que justifican su inclusión, orientadas a la educación para la autonomía, en la que el alumno es el principal protagonista del proceso educativo.

Definición de Las actividades circenses permiten que los alumnos mejoren su creatividad y capacidad de expresión a través del movimiento, desarrollando sus habilidades motoras, equilibrio, coordinación, imaginación y confianza en sí mismos.

La evaluación de esta sesión, correspondiente a las actividades circenses, se llevó a cabo mediante la escala estimativa utilizada durante la clase.

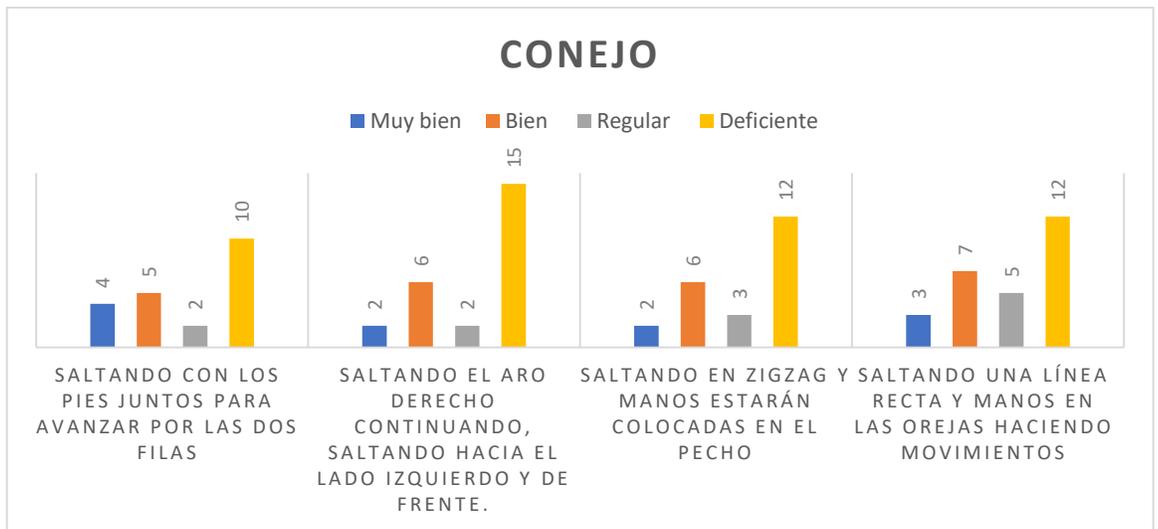


Gráfico 7. Indicador de evaluación de la escala estimativa. Fuente: elaboración propia

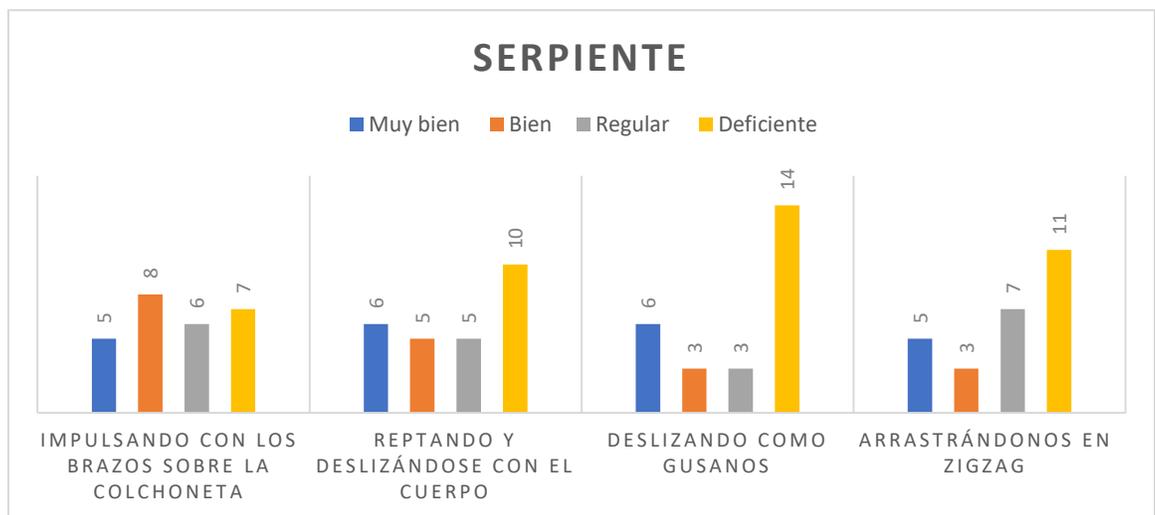


Gráfico 8. Indicador de evaluación de la escala estimativa. Fuente: elaboración propia

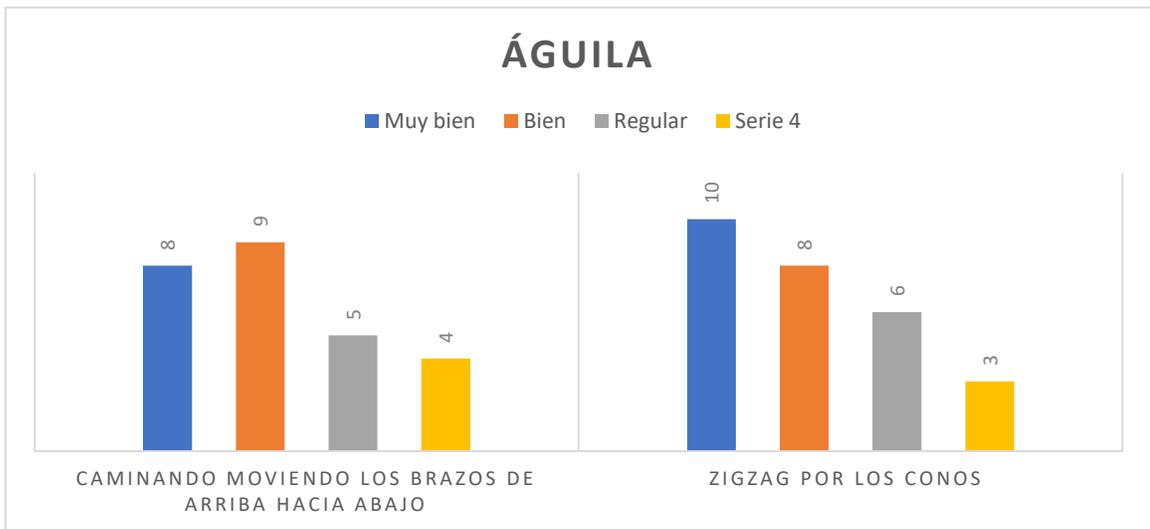


Gráfico 9. Indicador de evaluación de la escala estimativa. Fuente: elaboración propia

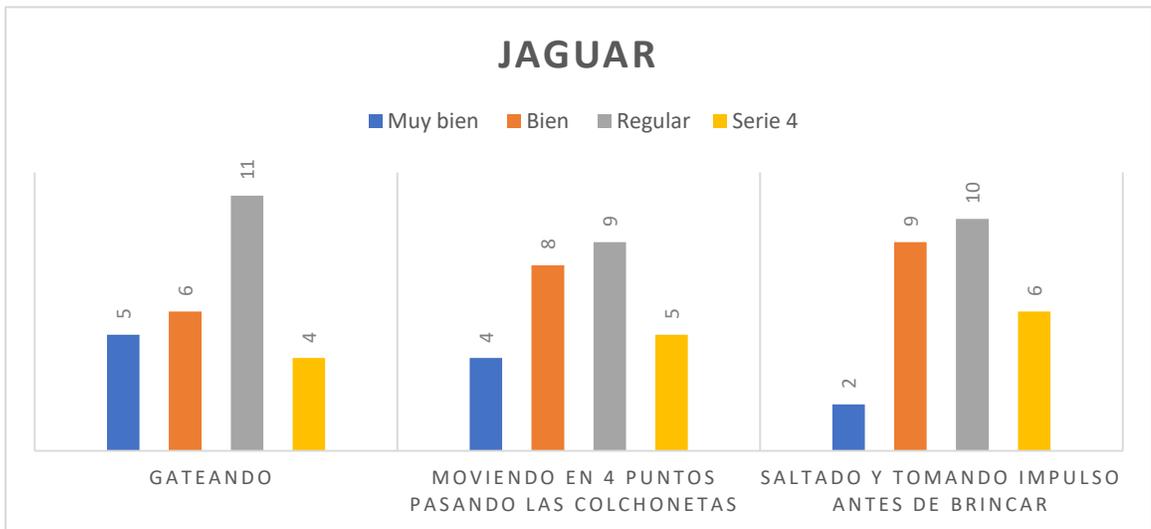


Gráfico 10. Indicador de evaluación de la escala estimativa. Fuente: elaboración propia

Los resultados de la evaluación reflejan que los alumnos presentan diferentes niveles de desempeño en las actividades de imitación de animales.

Conejo: Se observó que la mayoría de los alumnos tuvo dificultades en los ejercicios que requieren coordinación y control del salto, como el zigzag y los cambios de dirección. La mayoría se ubicó en los niveles "Regular" y "Deficiente", lo que indica la necesidad de fortalecer su capacidad de coordinación, equilibrio y control del movimiento al saltar.

Serpiente: Los resultados fueron variados. Algunos alumnos lograron deslizarse y reptar con facilidad, mientras que otros presentaron dificultades, especialmente en los movimientos que implicaban deslizarse como gusanos o arrastrarse en zigzag. En estas actividades, la mayoría se ubicó en niveles bajos de desempeño, lo que sugiere la necesidad de trabajar en la fuerza de los brazos y el control corporal en desplazamientos de arrastre.

Jaguar: Las actividades que requerían gateo y desplazamiento en cuatro puntos fueron ejecutadas con mejor desempeño que otras. Sin embargo, el salto con impulso antes de brincar presentó mayor dificultad. Varios alumnos se ubicaron en niveles "Regular" y "Deficiente", lo cual indica que es necesario reforzar la fuerza en las piernas y la coordinación al combinar impulso y salto.

Águila: Esta fue la categoría con mejores resultados. La mayoría de los alumnos logró ejecutar con éxito los movimientos de aleteo con los brazos y el recorrido en zigzag, lo que evidencia un buen desarrollo de la coordinación y el equilibrio dinámico.

Conclusión, La implementación de actividades circenses resultó altamente enriquecedora para el desarrollo de la creatividad, la imaginación, la expresión corporal y las habilidades motrices básicas del alumnado. A través de la imitación de animales como el conejo, la serpiente, el jaguar y el águila, se promovió una participación activa y entusiasta por parte del grupo, permitiendo que los estudiantes exploraran distintas formas de movimiento de manera lúdica y significativa.

Implementé las actividades circenses por su potencial creativo y motivador. Este tipo de propuesta facilitó la participación de todos los alumnos, promoviendo la autoestima, la expresión corporal y el disfrute del movimiento. Vi cómo mejoraban su equilibrio, coordinación y confianza, enfrentando retos con entusiasmo.

Sin embargo, en algunas actividades más complejas, noté que varios tenían dificultades para mantener el equilibrio, por lo que adapté gradualmente los movimientos para asegurar un avance progresivo. Gracias a estos ajustes, los estudiantes se sintieron más seguros, mostraron más confianza y mejoraron notablemente su coordinación.

Actividad 5 "Juegos de persecución "

Campo formativo: De lo humano y comunitario.

Contenido: Pensamiento lúdico divergente y creativo.

PDA: Busca distintas soluciones ante una misma situación de juego o cotidiana, con la intención de poner en práctica la creatividad.

Propósito de la actividad: Que los alumnos desarrollen habilidades motrices básicas, específicamente la velocidad, coordinación, agilidad y reacción. A través del juego, se promueve la interacción social, el trabajo en equipo y la toma de decisiones en situaciones dinámicas.

Se presenta el plan de clase correspondiente a la estrategia de juegos de persecución, así como los resultados obtenidos a través de la escala estimativa. **(ANEXO P).**

El 25 de marzo se implementó como estrategia una serie de juegos de persecución, con el objetivo de desarrollar en los alumnos habilidades como la velocidad, coordinación, agilidad, reacción, trabajo en equipo, toma de decisiones y diseño de estrategias durante el juego.

La sesión comenzó con un calentamiento lúdico al ritmo de la canción "Muevo mis pañuelos". Los alumnos recibieron la indicación de moverse según lo que dictara la canción y la docente, utilizando un paliacate como herramienta principal. Esta dinámica tuvo como propósito mejorar la coordinación ojo-mano, la percepción espacial, la expresión corporal, seguir instrucciones auditivo-visuales y mantenerse físicamente activos de forma divertida.

Se distribuyeron aros en la cancha y los alumnos, colocados dentro de ellos, realizaron una serie de movimientos rítmicos con los pañuelos: de arriba abajo, simulando el cierre y apertura de los brazos, marchando, brincando, barriendo el piso, realizando giros, e imitando olas. Esta fase les permitió activar su cuerpo de manera lúdica y creativa.

Las actividades centrales se enfocaron en diferentes juegos de persecución: "Cazadores y conejos": Alumnos representaban a conejos que huían de los cazadores, usando aros como refugios temporales. Si un cazador atrapaba a un

conejo, este cambiaba de rol. Por sugerencia del docente titular, se modificó la ubicación de los aros a los extremos de la cancha, y se alinearon horizontalmente para evitar caídas. Los cazadores permanecían en el centro, mientras los demás atravesaban su zona para alcanzar los aros sin ser tocados.

"La cadena": Se trazaron líneas en el centro y extremos de la cancha para delimitar claramente las zonas de juego. Los alumnos debían cruzar de un extremo a otro sin ser tocados por quien estaba en la línea del medio. Si eran atrapados, se unían a la cadena. Esta actividad requirió explicaciones múltiples, ya que no era conocida por todos los alumnos.

"Congelado": En esta actividad, los "congeladores" se seleccionaban mediante una canción ("Mi mamá me compró un gansito congelado"), señalando con los dedos al ritmo de la canción. La dinámica ya era conocida por los alumnos, lo que facilitó su ejecución. Como variante, se incorporó un túnel formado por compañeros con piernas abiertas, por el cual debían gatear para "descongelar" a alguien.

"Las traes": Esta actividad fue muy familiar para los alumnos. Un estudiante debía "traerla" y tocar a otro compañero en el hombro. La variante introducida consistía en entregar un paliacate en la mano para que el siguiente alumno "la trajera", evitando lanzarlo o dejarlo caer.

La docente en formación recibió observaciones por parte del profesor titular que ayudaron a mejorar la seguridad y la organización de las actividades. En particular, se realizaron ajustes en la ubicación de los aros y se delimitaron áreas en la cancha para prevenir accidentes y facilitar la comprensión de las reglas. **(ANEXO Q).**

Se identificó que, en algunas actividades nuevas, como "La cadena", fue necesario explicar más de una vez, ya que los alumnos tendían a confundirla con otras dinámicas similares. Esto hizo evidente la importancia de dar instrucciones claras y apoyarse en ejemplos o en alumnos que comprendieron bien las reglas para que ayudaran a sus compañeros.

Por otro lado, las actividades conocidas como "congelado" y "las traes" se desarrollaron con mayor fluidez, ya que los estudiantes tenían un conocimiento

previo de las mismas, lo que facilitó su ejecución y permitió centrarse en el disfrute y el aprendizaje.

Al concluir la clase, los alumnos expresaron su entusiasmo y cansancio, indicando que habían disfrutado mucho las actividades. Comentaron que les gustaba correr, moverse y participar activamente en dinámicas físicas.

Según Gutiérrez (2017, p. 5), los juegos tradicionales se clasifican en juegos con objetos, juegos con partes del cuerpo, juegos de persecución e individuales. Por su parte, Sailema & Sailema (2018) proponen una sistematización que incluye juegos de persecución, colaboración, precisión, saltar, adivinar, eliminación, lucha, ida y vuelta, y reacción.

Definición personal: en los juegos de persecución, los alumnos mejoran el trabajo en equipo, fortalecen la coordinación, la capacidad de correr y esquivar, y practican la dinámica de perseguir y atrapar, lo cual fomenta la interacción, la toma de decisiones y el respeto por las reglas.

En la siguiente gráfica se presentan los resultados obtenidos a partir de la actividad correspondiente a la estrategia de juegos de persecución.

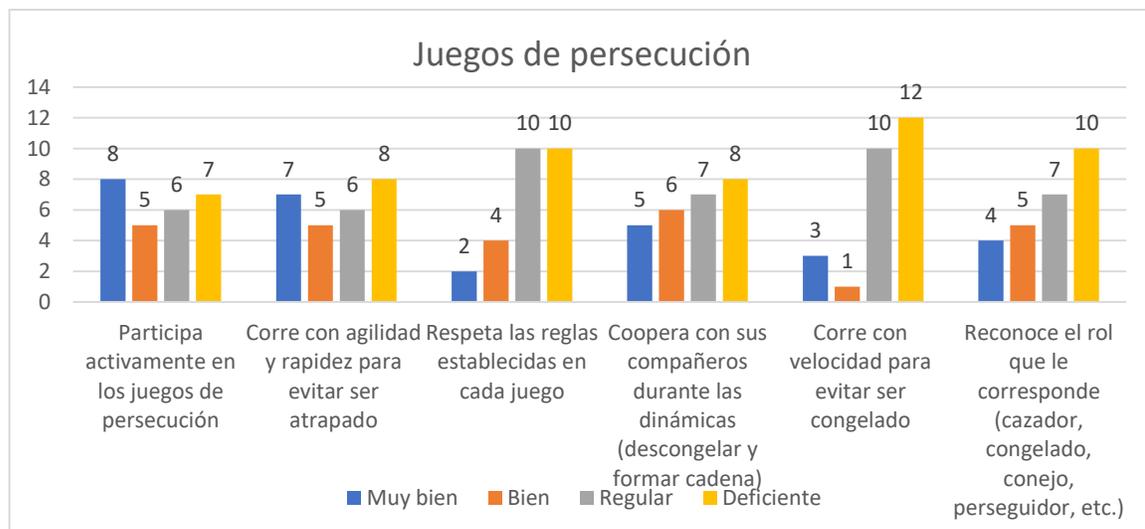


Gráfico 11. Indicador de evaluación de la escala estimativa. Fuente: elaboración propia

Los resultados de la escala estimativa aplicada durante la sesión del 25 de marzo muestran que la mayoría de los alumnos se ubicaron en los niveles "Regular" y "Deficiente" en varios de los criterios evaluados. Aunque algunos estudiantes

demonstraron participación activa y agilidad, con 8 y 7 alumnos en nivel "Muy bien" en esas respectivas categorías, una parte significativa del grupo (7 y 8 alumnos, respectivamente) evidenció un bajo rendimiento en cuanto a participación y agilidad, lo que señala la necesidad de reforzar tanto la motivación como las habilidades físicas básicas.

Uno de los aspectos más críticos observados fue el respeto por las reglas del juego. Solo 2 alumnos alcanzaron el nivel de "Muy bien", mientras que 10 se ubicaron en "Deficiente", lo cual refleja una falta de comprensión o compromiso con las normas establecidas. Este mismo patrón se repitió en la cooperación con los compañeros y en el reconocimiento de roles dentro del juego, predominando también un nivel bajo de desempeño en dichos aspectos.

Estos resultados sugieren que, si bien los juegos de persecución son atractivos para el alumnado y poseen un gran potencial para el desarrollo de habilidades sociales y motrices, es necesario prestar mayor atención a la explicación clara de los roles, reforzar las normas del juego y fomentar valores como la empatía y el trabajo en equipo.

Conclusión en síntesis, los juegos de persecución permitieron al alumnado desarrollar de forma lúdica y activa habilidades motrices como la coordinación, la agilidad, la velocidad y la reacción. Al mismo tiempo, contribuyeron al fortalecimiento del trabajo en equipo, el respeto por las reglas y la toma de decisiones. No obstante, los resultados de la evaluación reflejan la importancia de seguir trabajando en la interiorización de normas y en el desarrollo de habilidades sociales para lograr un aprendizaje más integral.

Elegí los juegos de persecución porque son dinámicos, espontáneos y estimulan habilidades motrices como la velocidad, la reacción y el trabajo en equipo. Los alumnos se mostraron muy entusiasmados y activos, disfrutando cada actividad mientras desarrollaban sus capacidades físicas. No obstante, surgieron actitudes competitivas excesivas que dificultaban la convivencia. Esto me llevó a reforzar la dimensión lúdica de los juegos y ajustar reglas para promover más inclusión y cooperación. Como resultado, mejoró la interacción grupal, se vivió un ambiente más divertido y aumentó la velocidad y reactividad de los estudiantes.

Actividad 6 "Formas jugadas "

Campo formativo: De lo humano y comunitario.

Contenido: Pensamiento lúdico divergente y creativo.

PDA: Busca distintas soluciones ante una misma situación de juego o cotidiana, con la intención de poner en práctica la creatividad.

Propósito de la actividad: Que los alumnos desarrollen su coordinación óculo-manual, precisión y agilidad mediante formas jugadas que impliquen el uso del cucurucho y la pelota de tenis, favoreciendo también la creatividad al proponer nuevas formas de lanzamiento, la cooperación a través del trabajo en parejas y el sentido rítmico y espacial en juegos grupales, promoviendo así el aprendizaje lúdico y el trabajo en equipo.

Se presenta el plan de clase correspondiente a la estrategia de formas jugadas, así como los resultados obtenidos a través de la escala estimativa. **(ANEXO R).**

El día 1 de abril se llevó a cabo la clase número 8, implementando como estrategia actividades de formas jugadas. El objetivo de la clase fue que los alumnos mejoraran su coordinación óculo-manual, precisión y agilidad mediante los diferentes movimientos en cada uno de los juegos, para favorecer sus habilidades de lanzamiento, atrape y velocidad de reacción, así como también diferentes formas de lanzar, atrapar y trabajar en equipo.

La clase comenzó con la parte inicial, correspondiente al calentamiento. Para ello, se colocaron aros distribuidos en diferentes lados de la cancha, y los alumnos se posicionaron en cada uno de ellos, observando al docente en formación de frente. Se explicó que debían escuchar la música y seguir las indicaciones proporcionadas. Los alumnos comenzaron a moverse al ritmo de la canción "Jalisco la Negra", iniciando con zapateado dentro del aro sin perder el ritmo, mientras imitaban los movimientos del docente. Luego, giraron, rodaron el aro y lo giraron como si fuera una falda, manteniendo la coordinación.

Más adelante, los alumnos se movieron adelante y atrás mientras gritaban "¡Hey!" y continuaban con el zapateado. En ese momento, se les entregó un

paliacate, el cual movían de arriba a abajo, a los lados, y en forma de ondas, incluso dándole vueltas sobre su cabeza como parte del ritmo.

En la parte medular de la clase se implementaron actividades como el cucurucho, utilizando conos y pelotas de tenis, uno por alumno. Se indicó a los alumnos sentarse en círculo para explicar el propósito de la actividad: mejorar coordinación, agilidad, creatividad, cooperación, y toma de decisiones. Los alumnos propusieron diferentes maneras de lanzar y atrapar la pelota con el cono.

Simbología:

DF: Docente en formación

A1, A2, A3, etc.: Alumno 1, Alumno 2, Alumno 3, etc.

Interacciones:

DF: “¿De qué manera podemos hacer el lanzamiento?”

A1: “Lanzamos con mucha fuerza e intentamos atraparla con el cono.”

A2: “Lanzamos y damos tres palmadas.”

A3: “Ponemos el cono en medio de las piernas, damos tres palmadas y rápidamente sacamos el cono del medio de las piernas y agarramos la pelota con el cono.”

A4: “Lanzamos la pelota hacia el piso para que rebote y con el cono la atrapamos.”

A5: “Con el cono botamos y después de que bote intentamos atrapar la pelota.”

A6: “Giramos y atrapamos la pelota con el cono.”

En la actividad de pases en pareja, los alumnos formaron equipos de dos y debían lanzar y atrapar la pelota con los conos. También aquí se fomentó la participación creativa, donde los alumnos propusieron distintas formas de hacerlo. Uno de ellos propuso lanzar la pelota desde dentro del cono usando solo una pelota por pareja.

En la actividad reloj cucurucho, los alumnos formaron un círculo y pasaron la pelota en forma circular, donde uno sí tenía pelota y otro no, alternadamente. Si las pelotas se juntaban, la actividad debía reiniciarse. Se realizaron demostraciones antes de cada actividad.

Diario del docente – 1 de abril

Durante el calentamiento, se observó entusiasmo y felicidad en los alumnos al realizar los movimientos. Aunque algunos manifestaron cansancio, se notó su participación activa y coordinación al seguir los pasos del docente en formación.

En la actividad del cucurucho, los alumnos demostraron gran creatividad al proponer formas de lanzar y atrapar la pelota. Algunos se desesperaban por participar, lo que evidenció motivación. El docente notó que ciertas propuestas eran difíciles para todos, por lo que hizo ajustes para que fueran accesibles para el grupo. Se aseguró también de dar oportunidad de participación a quienes aún no lo habían hecho.

Durante las actividades, los alumnos mostraron respeto entre compañeros, tanto al proponer como al ejecutar los movimientos. En la actividad de pases en pareja, fue necesario reducir el tiempo debido a que la actividad anterior tomó más del planeado. Esto afectó el desarrollo de las siguientes actividades, limitando las variantes que se podían aplicar.

En reloj cucurucho algunos alumnos se distrajeron, mientras otros se concentraban en la dinámica. Al principio hubo confusión con el material, ya que todos tenían una pelota. Una vez solucionado, se distribuyeron correctamente y la actividad fluyó mejor.

Se delimitaron zonas de la cancha para evitar que las pelotas se alejaran. En general, se observó que los alumnos tienen distintas ideas para realizar las actividades. Algunas eran complejas, por lo que se ajustaron para que todos pudieran participar. El manejo del tiempo fue un área de oportunidad, ya que gran parte de la clase se invirtió en la primera actividad.

La sesión permitió observar el trabajo en equipo, respeto entre compañeros y la riqueza de las propuestas de los alumnos. **(ANEXO S)**.

Casal (1996) denomina formas jugadas, y que las define como “aquellas acciones que, planteadas con un sentido didáctico de juego, retoman movimientos que el ser humano va adquiriendo naturalmente en su desarrollo y que realiza de manera espontánea”.

Definición de formas jugadas: Consisten en establecer un juego con estructura simple que permita a los alumnos proponer diferentes formas de realizar la actividad, aplicando patrones básicos de movimiento y habilidades motrices con una pelota, y adaptando estrategias sugeridas por ellos mismos.

En la siguiente gráfica se observan los resultados obtenidos de la estrategia de formas jugadas.

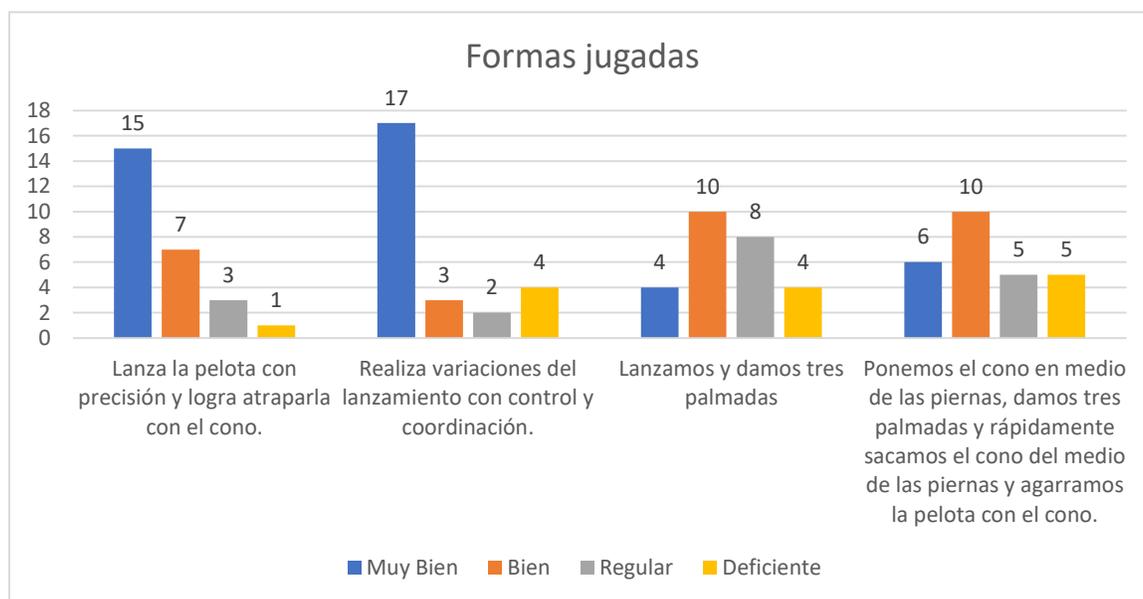


Gráfico 12. Indicador de evaluación de la escala estimativa. Fuente: elaboración propia

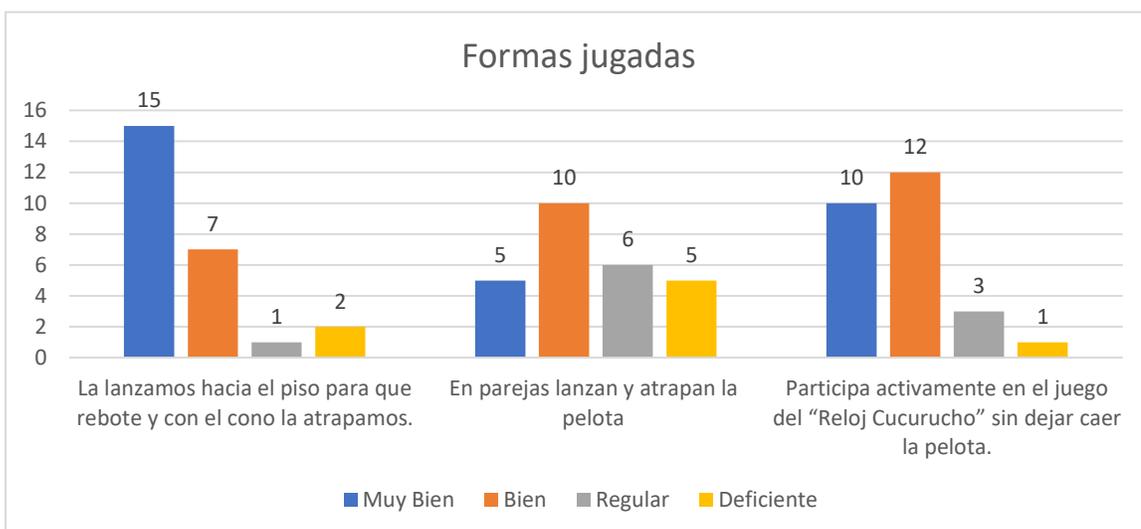


Gráfico 13. Indicador de evaluación de la escala estimativa. Fuente: elaboración propia

Los resultados obtenidos en la evaluación de la actividad con el cono y la pelota de tenis reflejaron un desempeño notablemente positivo en la mayoría del grupo, aunque también se identificaron áreas que requieren mayor atención y fortalecimiento del trabajo en equipo.

La mayoría de los estudiantes (15 en nivel "Muy Bien" y 7 en "Bien") demostraron ser capaces de lanzar la pelota con precisión y atraparla exitosamente con el cono, lo que evidenció una adecuada coordinación óculo-manual y un buen dominio de los movimientos básicos requeridos por la actividad. No obstante, algunos (3 en "Regular" y 1 en "Deficiente") aún presentaron ciertas dificultades, las cuales podrían superarse con mayor práctica.

En cuanto al control de las variaciones en el lanzamiento, los resultados también fueron favorables. La mayoría de los estudiantes (17 en "Muy Bien") lograron realizar los lanzamientos con las variaciones propuestas de manera controlada, lo cual refleja un desarrollo positivo en la coordinación y la flexibilidad motriz.

Sin embargo, algunos ejercicios específicos presentaron mayores desafíos. Por ejemplo, el ejercicio que incluía palmadas antes de atrapar la pelota generó una

división en el desempeño: aunque algunos lograron completarlo correctamente (10 en "Bien"), un número considerable de alumnos se ubicó en "Regular" (8) y "Deficiente" (4). Esto sugiere que la ejecución rápida interrumpió la precisión del lanzamiento en varios casos.

Otro ejercicio que implicaba rapidez y control de movimientos simultáneos también mostró una distribución más equilibrada de resultados. Algunos estudiantes (10) presentaron dificultades con el control del cono, mientras que otros lo ejecutaron adecuadamente. Esto indica que la rapidez y la coordinación fina aún requieren mayor refuerzo en parte del grupo.

En el ejercicio en el que se dejaba que la pelota rebotara antes de atraparla con el cono, se observó un alto nivel de logro, con 15 estudiantes en "Muy Bien". Esto indicó que los alumnos lograron manejar la pelota con mayor independencia, aprovechando el rebote para mejorar su precisión.

Respecto al ejercicio de lanzar y atrapar en pareja, aunque la mayoría participó activamente, algunos estudiantes presentaron dificultades para coordinarse con su compañero o trabajar de manera conjunta. Este resultado destaca la necesidad de seguir fortaleciendo las habilidades de cooperación y confianza mutua.

Por último, el juego del "Reloj Cucurucho" también reflejó resultados positivos: 10 estudiantes se ubicaron en el nivel "Muy Bien" y 12 en "Bien", lo que evidenció que la mayoría comprendió las reglas y logró mantener la concentración para evitar que las pelotas se juntaran o cayeran. A pesar de ello, continúa siendo importante reforzar la coordinación y cooperación en juegos grupales.

En términos generales, la actividad cumplió con el objetivo de favorecer las habilidades motrices básicas de los alumnos, especialmente en lo relacionado con la coordinación, el equilibrio y el trabajo en equipo. No obstante, se detectaron áreas específicas como aquellas que implican coordinación más compleja (por ejemplo, el ejercicio de las tres palmadas o el del cono entre las piernas) que requieren más práctica y apoyo personalizado. Es fundamental continuar con actividades que refuercen estas habilidades, manteniendo siempre un enfoque lúdico y colaborativo en el aprendizaje.

Opté por las formas jugadas porque promueven el movimiento espontáneo, la creatividad y el disfrute del ejercicio en un entorno relajado. Los alumnos se involucraron activamente, fortalecieron habilidades motrices básicas y compartieron momentos de socialización muy positivos.

Detecté que algunos priorizaban la rapidez por encima de la calidad del movimiento, por lo que decidí enfatizar en clases futuras la importancia de la técnica correcta. Esta corrección permitió una mejora notable en la atención, el control motriz y el compromiso con las tareas, al mismo tiempo que mantuvo la motivación y creatividad de los alumnos.

Actividad 7 "Terreno de aventuras"

Campo formativo: De lo humano y comunitario.

Contenido: Interacción motriz.

PDA: Colabora en la definición de normas básicas de convivencia para reconocer su influencia en la interacción presente en juegos y situaciones cotidianas.

Propósito de la actividad: Favorecer el desarrollo de las habilidades motrices básicas (desplazamientos, saltos y equilibrio) mediante circuitos lúdicos que fomenten la coordinación, la orientación espacial, el control corporal y la creatividad, en un ambiente de juego y exploración activa.

Se presenta el plan de clases correspondiente a la estrategia de terreno de aventuras, así como los resultados obtenidos mediante la escala estimativa.

(ANEXO T).

El día 6 de mayo se implementó una nueva estrategia llamada Terreno de aventuras. La sesión dio inicio con un pequeño calentamiento para preparar el cuerpo antes de las actividades. Se pidió a los alumnos que formaran un círculo y permanecieran atentos a las indicaciones. La docente en formación comenzó cantando una canción titulada "Este es el juego del calentamiento", donde ella entonaba la estrofa y los estudiantes la repetían. Por cada movimiento realizado, se volvía a cantar la misma estrofa:

"Este es el juego del calentamiento, hay que seguir las órdenes del sargento."
Los movimientos realizados durante el calentamiento fueron los siguientes, repitiéndose cada uno 10 veces:

- Movimiento de cabeza hacia el frente y extensión del cuello hacia atrás.
- Movimiento de cabeza hacia el lado izquierdo y derecho.
- Círculos con la cabeza.
- Elevación de hombros.
- Movimiento de hombros hacia adelante y hacia atrás.
- Círculos con los hombros hacia adelante y hacia atrás.
- Manos a la cintura y movimiento circular del tronco.
- Piernas separadas a la altura de los hombros y flexión del tronco tratando de tocar el piso.
- Elevación de rodillas y toque con las manos.

Brincos hacia adelante y hacia atrás.

Brincos hacia la derecha y la izquierda.

Posteriormente, se realizó la actividad denominada Las estatuas, durante la cual los estudiantes cantaron: "Las estatuas de marfil, 1, 2, 3, el que se mueva va a perder", mientras se desplazaban por la cancha. La canción se repitió tres veces, variando en cada ocasión la forma de moverse.

Caminata libre por la cancha. Al finalizar la canción, los estudiantes debían quedarse completamente quietos como estatuas. Trote por la cancha. Al detenerse, podían elegir libremente una postura para mantenerse inmóviles. Carrera ligera. Al finalizar la canción, debían detenerse haciendo una expresión facial graciosa.

Esta actividad permitió desarrollar la atención, el control corporal y la expresión creativa. También se fomentó la escucha activa, ya que los estudiantes debían estar atentos al momento exacto en que la canción finalizaba. La creatividad se evidenció particularmente en las posturas y gestos originales que inventaban al final de cada ronda.

Luego de esta actividad, los alumnos se sentaron y escucharon la explicación sobre la intención didáctica de la sesión: favorecer el desarrollo de habilidades motrices básicas como desplazamientos, saltos, equilibrio y coordinación mediante la estrategia Terreno de aventuras.

Un estudiante fue elegido para demostrar cómo debía realizarse cada estación, mientras los demás observaban. Las estaciones fueron las siguientes:

Pasa por las escaleras: Brincar dentro de los aros con ambos pies juntos, luego pasar por arriba y por debajo de los aros, y finalmente avanzar con los pies separados.

Colchonetas: Rodar como troncos, gatear, reptar y desplazarse como cangrejos (apoyando manos, pies y espalda en la colchoneta).

Brinca los aros: Avanzar por los aros con pies separados, con un solo pie (como en el juego del avioncito), con ambos pies juntos en cada aro, y luego solo con el pie derecho y después con el izquierdo.

Aros del peligro: Se colocaron aros en línea recta con estafetas ubicadas en el centro en distintas orientaciones (vertical, horizontal o diagonal). Según la orientación de la estafeta, los alumnos debían saltar en una dirección específica.

Manos y pies: Tocar con manos y pies las imágenes indicadas sin perder el equilibrio ni cometer errores.

Aros colgados: Pasar por dentro de aros suspendidos en el aire.

La sesión permitió trabajar de manera lúdica y activa diversas habilidades motrices fundamentales. El Terreno de aventuras promovió el esfuerzo físico, la atención y la toma de decisiones en movimiento. Observar la participación de sus compañeros brindó a los estudiantes la posibilidad de anticipar lo que debían hacer, lo que les permitió enfrentar los retos con mayor seguridad. **(ANEXO U)**.

Durante las primeras rondas, se observó inseguridad en algunos estudiantes, especialmente al enfrentarse a las estaciones de los aros colgados y las escaleras. Sin embargo, a medida que observaron a sus compañeros y repitieron las actividades, ganaron confianza y entusiasmo.

Un aspecto identificado como área de mejora fue la organización de los grupos, sugiriendo la necesidad de formar equipos más pequeños o realizar

rotaciones más rápidas para reducir los tiempos de espera, lo que contribuiría a mantener la motivación y el ritmo constante de la clase.

Los resultados de esta actividad de terreno de aventuras se presentan en la siguiente gráfica.

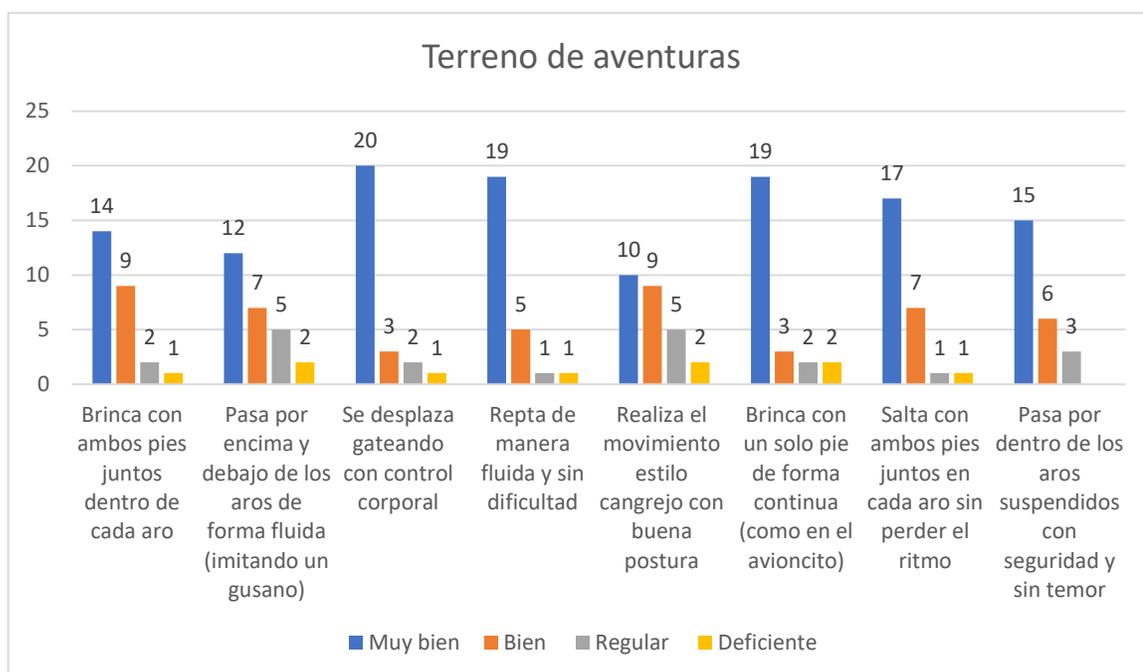


Gráfico 14. Indicador de evaluación de la escala estimativa. Fuente: elaboración propia

Los resultados indican que la mayoría de los alumnos logró desempeñarse satisfactoriamente en las habilidades motrices trabajadas durante la estrategia del Terreno de aventuras. En particular, se observaron altos niveles de logro en desplazamientos como gatear, reptar y brincar con un solo pie, lo que evidencia un buen desarrollo del control corporal y la coordinación general.

Sin embargo, se identificó un menor porcentaje de desempeño óptimo en actividades que requieren posturas más complejas o fuerza corporal específica, como el movimiento estilo cangrejo y pasar por los aros por encima y por debajo. Estos resultados señalan áreas que deben reforzarse en futuras sesiones.

La actividad permitió evidenciar claramente el dominio que tienen los alumnos sobre sus habilidades motrices básicas. La mayoría mostró disposición,

entusiasmo y progreso en tareas que implican coordinación, equilibrio y control del cuerpo. Las estaciones más desafiantes, como el desplazamiento estilo cangrejo o pasar por aros suspendidos, pusieron a prueba no solo la fuerza física sino también la confianza de los estudiantes.

En general, la estrategia del Terreno de aventuras resultó muy positiva, ya que permitió observar un avance notable en las habilidades motrices de los alumnos. Se observó mayor seguridad, coordinación y entusiasmo por participar. Las actividades lúdicas en formato de circuito favorecieron no solo el desarrollo físico, sino también la colaboración y el aprendizaje observacional entre compañeros. Sin duda, esta estrategia continuará siendo una herramienta clave para fomentar el desarrollo motriz en futuras sesiones.

Desde la perspectiva de la docente en formación, el Terreno de aventuras se define como un conjunto de estaciones o tareas motrices que los alumnos deben completar, enfrentando pruebas u obstáculos que estimulan los patrones básicos de movimiento y mejoran sus habilidades motrices.

Decidí aplicar la estrategia del terreno de aventuras porque ofrece desafíos físicos en un entorno seguro, fomentando la autoconfianza y el trabajo en equipo. A lo largo de la actividad, los estudiantes fortalecieron sus habilidades motrices y enfrentaron obstáculos con valentía y colaboración.

Sin embargo, algunos desafíos fueron demasiado complejos, lo que me llevó a ajustar los niveles de dificultad para asegurar que todos pudieran superarlos. Esto ayudó a reforzar la autoestima de los alumnos y los motivó a seguir esforzándose, incrementando su seguridad y perseverancia.

Actividad 8 "Reto motor"

Campo formativo: De lo humano y comunitario.

Contenido: Interacción motriz.

PDA: Colabora en la definición de normas básicas de convivencia para reconocer su influencia en la interacción presente en juegos y situaciones cotidianas.

Propósito de la actividad: Que los alumnos desarrollen la coordinación motriz, la precisión y el control corporal a través de actividades lúdicas y retadoras, promoviendo la participación activa, la atención y la concentración. Las actividades están diseñadas para fortalecer habilidades como el control del cuerpo en movimiento, el ajuste del esfuerzo físico, la orientación espacial y la ejecución de movimientos con un propósito, utilizando materiales variados que estimulan el juego y favorecen un aprendizaje significativo.

Se presenta el plan de clase correspondiente a la estrategia de reto motor, así como los resultados obtenidos mediante la escala estimativa. **(ANEXO V)**.

El día 9 de mayo de 2025 se llevó a cabo la última clase, considerada como el cierre del proceso y con la cual se concluyó el documento de titulación. En esta ocasión, la estrategia implementada fue el Reto Motor, que constó de 4 estaciones y 3 equipos, con igual número de alumnos en cada uno.

Para iniciar la clase, se realizó un calentamiento utilizando un dado. La docente lanzaba el dado y los alumnos ejecutaban el movimiento correspondiente a la imagen que aparecía. Por cada lanzamiento, los ejercicios indicados se repetían 10 veces. Algunos lados del dado contenían dos imágenes, lo que permitió realizar un total de 10 movimientos distintos, entre los que se incluyeron:

- Movimiento de cabeza de derecha a izquierda.
- Pequeños círculos con la cabeza.
- Manos en la cintura realizando círculos con la cadera.
- Apertura de piernas con levantamiento de brazos imitando mariposas.
- Manos en la cintura y levantamiento alternado de pies.
- Brazos extendidos formando una cruz y luego extendidos

en círculos. 

- Toque del piso con manos manteniendo piernas abiertas.
- Elevación con puntas de talones.
- Brincos hacia adelante y atrás.

Cada ejercicio se realizó 10 veces.

Posteriormente, la docente explicó a los alumnos que las actividades estaban diseñadas para fortalecer habilidades como el control corporal en movimiento, ajuste del esfuerzo físico, orientación espacial y ejecución motriz, promoviendo además el trabajo en equipo y la adaptación a diferentes niveles de dificultad mediante materiales variados.

Se formaron tres equipos con igual número de alumnos para competir por cada actividad. La primera estación fue “Pelota en equilibrio”, en la que los alumnos debían sostener una dona de cartón con un hoyo central y mantener pelotas de plástico en equilibrio, intentando hacerlas caer en un bote sin que se deslizaran fuera de la dona. Las variantes consistieron en incrementar el número de pelotas de una a cinco.

Durante la primera ronda, se observó que los alumnos se frustraban si no lograban que la pelota cayera en el bote, por lo que la docente les ayudó a concentrarse en controlar mejor los movimientos para facilitar la caída. Conforme avanzaban, ganaron confianza y habilidad para controlar la dona.

La siguiente actividad, “Lanzamiento a la tela”, consistió en lanzar una pelota para que cayera dentro de una red de tela, con una sola oportunidad por alumno y rotación al compañero si fallaban. Aunque al principio presentaron dificultades, con el tiempo mejoraron su precisión y se mostraron entusiasmados.

En “Lanzamiento de aros y vasos de plástico”, los alumnos debían lanzar aros para encestarlos dentro de vasos colocados a corta distancia. Participaron con entusiasmo: 15 alumnos lograron encestar aros, 5 tuvieron lanzamientos a medio camino y 2 no encestaron. A pesar de cierta frustración inicial, progresaron en su puntería.

Finalmente, la estación “La serpiente en movimiento” consistió en lanzar pelotas hacia una figura de serpiente en cuatro rondas: en la primera, la serpiente permanecía estática; en la segunda, se movía lentamente en círculos; en la tercera, se desplazaba hacia la pelota; y en la cuarta, la serpiente estaba más lejos, exigiendo mayor fuerza y precisión.

Para cada actividad, la docente realizó una demostración previa para facilitar la comprensión. Al concluir el turno, los alumnos chocaban las manos y entregaban el material al siguiente compañero. La distancia de lanzamiento se delimitó con conos. **(ANEXO W)**.

En las siguientes gráficas se observan los resultados obtenidos por los alumnos durante la actividad de reto motor.

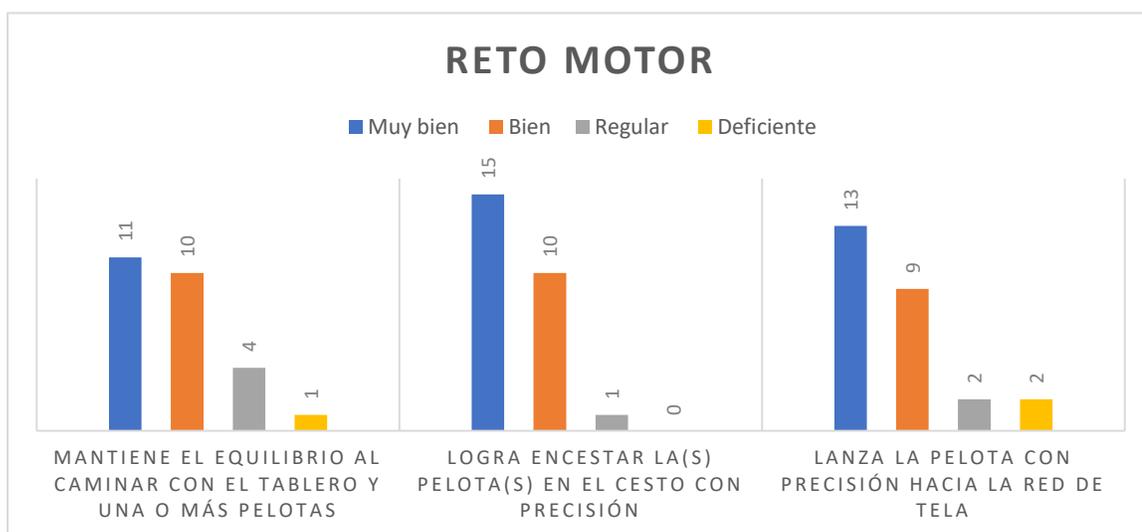


Gráfico 15. Indicador de evaluación de la escala. Fuente: elaboración propia

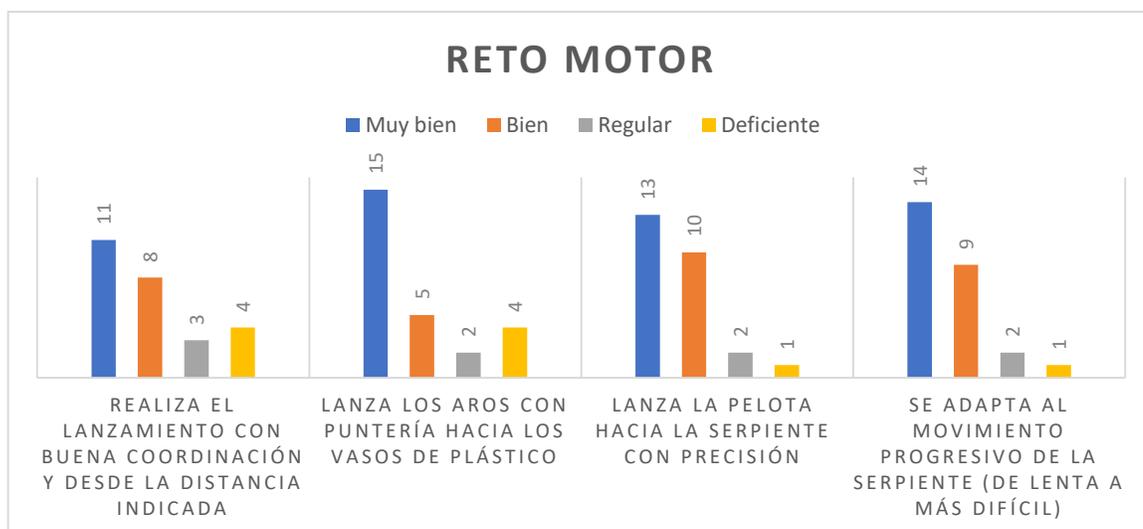


Gráfico 16. Indicador de evaluación de la escala estimativa. Fuente: elaboración propia

Los resultados del instrumento de evaluación aplicado a la actividad Reto Motor permiten concluir que los estudiantes mostraron un buen desempeño general en la mayoría de las habilidades motrices propuestas. Un porcentaje significativo del grupo alcanzó un rendimiento en los niveles “Muy bien” (52.6%) y “Bien” (31.3%), lo que refleja que han adquirido y dominado las habilidades básicas necesarias para afrontar los desafíos motrices planteados.

El equilibrio al caminar con el tablero y las pelotas, así como la capacidad de adaptarse al movimiento de la serpiente, fueron aspectos evaluados positivamente. La mayoría de los alumnos (más del 80%) logró mantener el equilibrio y ajustarse adecuadamente a las dificultades progresivas de estas actividades, lo que demuestra un desarrollo efectivo del control motor.

En cuanto a la precisión, tanto en el enceste de pelotas en el cesto como en el lanzamiento de aros hacia vasos, se observó un desempeño destacado, con un 53.3% y un 53.5% de los estudiantes respectivamente ubicados en el nivel “Muy bien”. Estos resultados evidencian avances significativos en la coordinación óculo-manual y la destreza general.

Respecto a la actividad de lanzar la pelota con precisión hacia la red de tela, la mayoría del grupo logró ejecutarla con éxito: 13 estudiantes alcanzaron el nivel “Muy bien” y 9 el nivel “Bien”, representando aproximadamente el 85% del total. No obstante, también se identificaron 2 estudiantes en el nivel “Regular” y 2 en “Deficiente”, lo que representa un 7.7% del grupo.

Esta observación sugiere que, si bien el desempeño fue mayormente positivo, algunos alumnos aún presentan dificultades relacionadas con el control del movimiento, posiblemente asociadas a la fuerza aplicada o la dirección del lanzamiento.

La adaptación a la serpiente en movimiento también se manejó con éxito, ya que un amplio porcentaje (82.5%) de los estudiantes se ubicó en los niveles “Muy bien” y “Bien”.

A partir de estas observaciones, se puede afirmar que, mediante la estrategia del Reto Motor, se evidenció una mejora considerable en las habilidades motrices básicas del grupo. Los alumnos participaron activamente, mostraron entusiasmo y se involucraron con interés en cada una de las actividades. Se mantuvieron atentos, motivados y disfrutaron del proceso, al tiempo que desarrollaban su coordinación, agilidad y control corporal.

Como parte del cierre de la actividad, a cada estudiante se le entregó una medalla en reconocimiento a los logros alcanzados, como muestra de agradecimiento por su esfuerzo, entusiasmo y participación activa durante la implementación de las distintas estrategias diseñadas para favorecer las habilidades motrices básicas a través de la educación física. Este gesto no solo celebró sus avances individuales, sino que también fortaleció su motivación y autoestima.

Desde esta perspectiva, el Reto Motor se define como un conjunto de actividades de destreza compleja que tienen como propósito mejorar las habilidades motrices básicas en los alumnos.

Elegí el reto motor por su estructura variada y desafiante, que permite trabajar múltiples habilidades motrices en un contexto motivador. Los estudiantes participaron activamente, mejorando su equilibrio, coordinación, agilidad y control corporal.

Durante la aplicación, identifiqué que algunos necesitaban más apoyo en ciertas destrezas. En respuesta, planeé actividades más personalizadas para atender estas diferencias. Esto no solo facilitó el desarrollo integral de sus capacidades físicas, sino que también fortaleció su autoestima y aumentó la motivación por alcanzar sus metas personales.

IV. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.

La propuesta de mejora titulada “Favorecer las habilidades motrices básicas a través de diferentes estrategias de la educación física” fue implementada en el grupo de 1°B de la Escuela Primaria "Ing. Javier Barros Sierra", conformado por 26 estudiantes (11 niñas y 15 niños). Desde el inicio de la intervención, se observó que varios alumnos presentaban dificultades motrices evidentes, tales como saltar con ambos pies o con un solo pie, lanzar y atrapar pelotas, mantener el equilibrio, coordinar sus movimientos, desplazarse con dirección y respetar la formación en filas, entre otras áreas que requerían atención específica.

Gracias a la aplicación de diversas estrategias diseñadas para hacer el aprendizaje más accesible, atractivo y dinámico, y mediante el uso de materiales innovadores, se logró una mejora progresiva en el desarrollo de las habilidades motrices básicas del grupo. Las estrategias incluyeron circuitos de acción motriz, cuento motor, mini olimpiadas, actividades circenses, juegos de persecución, formas jugadas, terreno de aventuras, retos motores y diferentes formas de calentamiento dinámico. Estas actividades propiciaron un entorno lúdico y motivador, donde los estudiantes participaron con libertad, desarrollando su potencial de manera integral.

Durante las sesiones, el grupo se mostró activo, participativo y con mejor disposición para el trabajo colaborativo. Los alumnos demostraron creatividad e iniciativa para proponer movimientos, convivieron de forma dinámica y entusiasta, y mostraron gran energía en cada actividad. Para facilitar la comprensión, se realizaron demostraciones previas de cada dinámica, lo que permitió una mejor ejecución y resultados más favorables.

En las primeras evaluaciones, se detectaron dificultades importantes: los alumnos no sabían gatear, lanzar, atrapar, girar sobre colchonetas, ni mantener el equilibrio con precisión. Sin embargo, hacia las últimas sesiones se evidenció una notable mejoría: lograron lanzar y atrapar con mayor seguridad, brincar con ambos pies, reptar y gatear con coordinación y control, además de mejorar el equilibrio, la manipulación de objetos y la precisión en los lanzamientos.

A lo largo de las distintas estrategias aplicadas, se observó que los alumnos participaron activamente y se expresaron libremente. Esta experiencia reafirma que las habilidades motrices básicas son esenciales para la vida cotidiana y para el desarrollo integral de los estudiantes. El grupo 1°B mostró interés, alegría e innovación al resolver los desafíos propuestos, fortaleciendo además la interacción entre docentes y estudiantes. El trabajo en equipo fue un pilar fundamental para generar un ambiente participativo, creativo y respetuoso.

Finalmente, se reconoce el esfuerzo, entusiasmo y participación de todos los estudiantes, así como el impacto positivo que tuvo la variedad de estrategias didácticas aplicadas. La planificación constante, centrada en el desarrollo motriz, permitió una práctica docente creativa y comprometida, que dejó aprendizajes significativos tanto en los alumnos como en la formación de la docente en formación.

Las actividades realizadas, como el circuito de acción motriz y el cuento motor, mostraron ser estrategias efectivas para promover el aprendizaje activo, la interacción social, la autonomía y la confianza en los niños. El uso de actividades en equipo, dinámicas de coordinación y ejercicios de exploración corporal permitieron no solo mejorar las habilidades motrices, sino también fortalecer aspectos socioemocionales como la cooperación, el liderazgo y la empatía entre los alumnos.

Asimismo, la incorporación de instrumentos de evaluación, como escalas estimativas, permitió valorar de forma continua y sistemática los avances de los estudiantes, facilitando el ajuste de las actividades en función de los progresos y dificultades observadas.

Recomendaciones

- Adaptación de actividades: Es crucial que los docentes sigan implementando actividades motrices variadas, que incorporen elementos lúdicos, creativos y colaborativos, para atender a la diversidad de niveles y estilos de aprendizaje presentes en el grupo. La adaptación de las estrategias en función de los avances y dificultades de cada estudiante permitirá una atención más personalizada y efectiva.

- Formación y actualización docente: Para mejorar la calidad de la enseñanza en educación física, se recomienda que los docentes participen en programas de formación continua que incluyan metodologías innovadoras, recursos didácticos y técnicas de evaluación en el ámbito motriz y socioemocional. La actualización en estas áreas contribuirá a diseñar actividades más efectivas y motivadoras.

V. REFERENCIAS

Bixio, C. (s.f.). Estrategias didácticas. Preparatoria Jocotepec, Universidad de Guadalajara.
http://prepajocotepec.sems.udg.mx/sites/default/files/estrategias_bixio_cecilia_0.pdf

Martínez González, A., Manzano Patiño, A., Buzo Casanova, E., & Sánchez Mendiola, M. (2022). Evaluación diagnóstica (Cap. 3). En M. Sánchez Mendiola & A. Martínez (Eds.), *Evaluación y aprendizaje en educación universitaria: Estrategias e instrumentos*. CUAED, UNAM.
<https://cuaed.unam.mx/publicaciones/libro-evaluacion/pdf/Capitulo-03-EVALUACION-DIAGNOSTICA.pdf>

Piñeiro, J., & Flores, P. (2018). Reflexión sobre un problema profesional en el contexto de formación de profesores. *Educación Matemática*, 30(1), 237–251. <https://doi.org/10.24844/em3001.09>

Secretaría de Educación Pública. (2023, 30 de junio). Anexo. Educación Física en el marco de la Nueva Escuela Mexicana. En *Orientaciones para la Octava Sesión Ordinaria de Consejo Técnico Escolar y Taller Intensivo de Formación Continua para Docentes (Ciclo escolar 2022-2023)*. <https://educacionbasica.sep.gob.mx/wp-content/uploads/2023/06/Anexo-Educacion-Fisica-en-el-marco-de-la-Nueva-Escuela-Mexicana-FINAL.pdf>

Cidoncha, V. (2010, agosto). Habilidades motrices básicas: Coordinación y equilibrio. *EFDeportes.com, Revista Digital*, 15(147). <https://www.efdeportes.com/efd147/habilidades-motrices-basicas-coordinacion-y-equilibrio.htm>

Gonzales Flores, E. C. (s. f.). Habilidades motrices básicas y específicas. Facultad de Pedagogía y Cultura Física, Universidad Nacional de Educación “Enrique Guzmán y Valle”.
<https://es.scribd.com/document/735127001/HABILIDADES-MOTRICES-BASICAS-Y-ESPECIFICAS>

Smyth, J. (1991). Una pedagogía crítica de la práctica en el aula. Recuperado de <https://www.slideshare.net/hfabiomarin/jhon-smyth-la-pedagogia-critica-de-la-prctica-en-el-aula>

Carión López, M. A. (2018, noviembre). El cuento motor como propuesta de actividad física para el aula de educación infantil. *Revista Digital Lecturas: Educación Física y Deportes*, (236). <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/6702844.pdf>

Estrategia didáctica de actividad recreativa, juego cooperativo, circuito de acción motriz y juego modificado para favorecer el pensamiento matemático desde la Educación Física. (2022). [Trabajo de investigación]. Recuperado 8 de abril de 2025, de https://www.researchgate.net/publication/359669937_Estrategia_didactica_de_actividad_recreativa_juego_cooperativo_circuito_de_accion_motriz_y_juego_modificado_para_favorecer_el_pensamiento_matematico_desde_la_Educacion_Fisica

Secretaría de Educación Pública. (2023). Educación física en el marco de la Nueva Escuela Mexicana [Documento para Formación Continua para Docentes]. <https://educacionbasica.sep.gob.mx/wp-content/uploads/2023/06/AnexoEducacion-Fisica-en-el-marco-de-la-Nueva-Escuela-Mexicana-FINAL.pdf>

Guterman, T. (s. f.-a). Aprendizaje motor. Las habilidades motrices básicas: coordinación y equilibrio. *EFDeportes.com*. <https://www.efdeportes.com/efd147/habilidades-motrices-basicas-coordinacion-y-equilibrio.htm>

Centro Virtual de Innovación Educativa (CEVIE) – Dirección General de Educación Superior para Profesionales de la Educación (DGESPE). (2018). Licenciatura en Educación Física [Plan de estudios]. <https://www.cevie-dgesum.com/index.php/planes-de-estudios-2018/126>

Investigación acción. Universidad Francisco Gavidia, Centro de Estudios y Recursos para la Comunidad (CERCOMP). https://files.cercomp.ufg.br/weby/up/97/o/IA._Madrid.pdf

La enseñanza y aprendizaje de las habilidades y destrezas motrices básicas. Recuperado de <https://books.google.es/books?id=Qv-KHmPvkG8C&printsec=copyright&hl=es#v=onepage&q&f=false>

Las prácticas corporales circenses. Universidad Nacional de Villa María. http://biblio.unvm.edu.ar/opac_css/doc_num.php?explnum_id=1750

Revilla, L. S. (2014, junio). Coordinación visomotora y retraso mental moderado. EFDeportes.com.

<https://www.efdeportes.com/efd193/coordinacion-visomotora-y-retraso-mental-moderado.htm>

Los juegos tradicionales en la educación física como método de desarrollo de las capacidades coordinativas. Recuperado 7 de abril de 2025, de <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/7953209.pdf>

Prieto Bascón, M. Á. (s. f.). Revista CSIF Enseñanza Andalucía. https://archivos.csif.es/archivos/andalucia/ensenanza/revistas/csicsif/revista/pdf/Numero_37/MIGUEL_ANGEL_PRIETO_BASCON_01.pdf

MóniCabrera. (s. f.). Estrategias didácticas EF. Scribd. <https://es.scribd.com/document/408654334/Estrategias-didacticas-EF>

Prácticas de juego autogestionadas en las clases de educación física, ¿prácticas de y para la libertad? [PDF]. Recuperado 3 de mayo de 2025, de <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/7892333.pdf>

Revista Cognosis. Revista de Filosofía, Letras y Ciencias de la Educación ISSN 2588-0578 Sistema de ejercicios para desarrollar la coordinación óculo-pedal, en niños de 5 a 6 años. (2022, diciembre). <File:///C:/Users/Grego/Downloads/5416-Versi%C3%B3n%20maquetada%20en%20PDF-22727-1-10-20221221.pdf>.

Rodríguez, C. (2021). Las habilidades motrices básicas en la educación física.

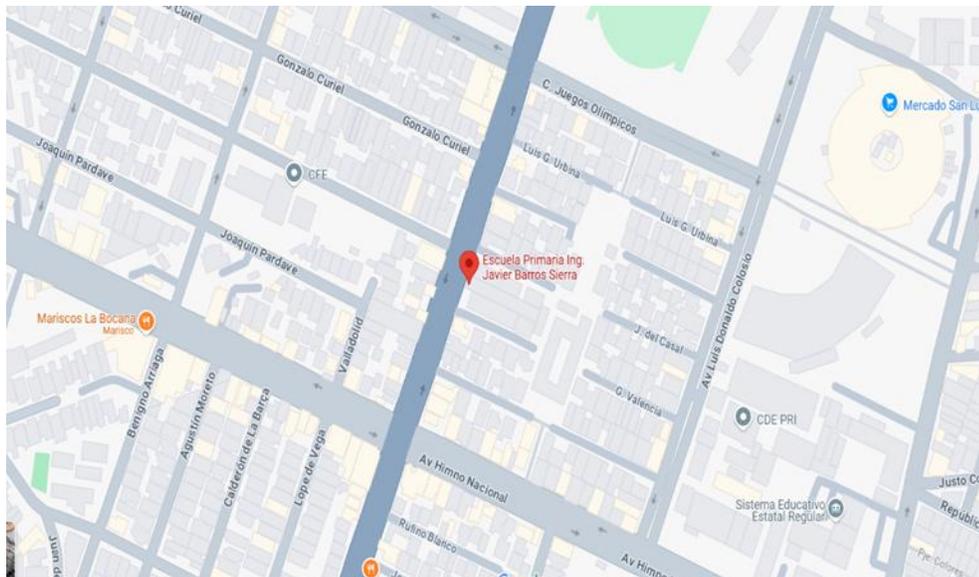
Ramírez Pérez, J. M. (2013, 2 de febrero). Tareas motrices. Apuesta comprensiva para su diseño metodológico en Escuela Nueva. Educación Física y Deporte, 28(1), 31–40.

<https://revistas.udea.edu.co/index.php/educacionfisicaydeporte/article/viewFile/16509/15583>

VI. ANEXOS



ANEXO A. Fachada de la escuela primaria "Ing. Javier Barros Sierra".



ANEXO B. Ubicación geográfica del plantel escolar, avenidas y calles a la institución

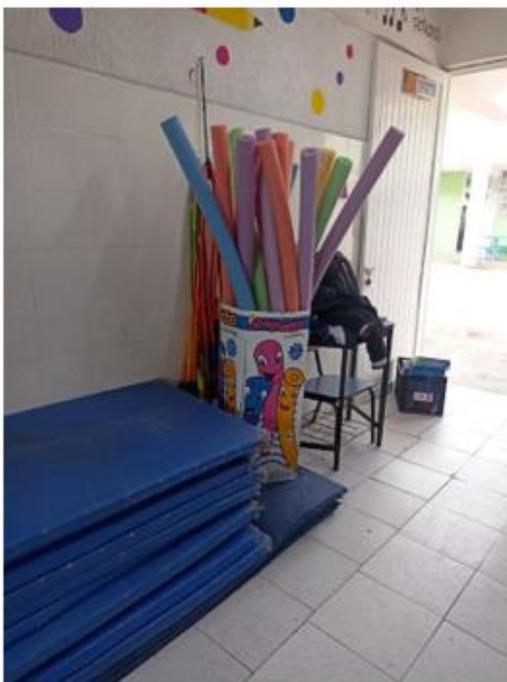


ANEXO C. Espacio que se utilizó para la clase de educación física con todos los grupos de la primaria, donde se puede observar el patio cívico y el patio central de la institución.

CROQUIS ESCUELA



ANEXO D. Croquis interior de la institución escolar.



ANEXO E. Espacio de material disponible en la institución para la clase de educación física

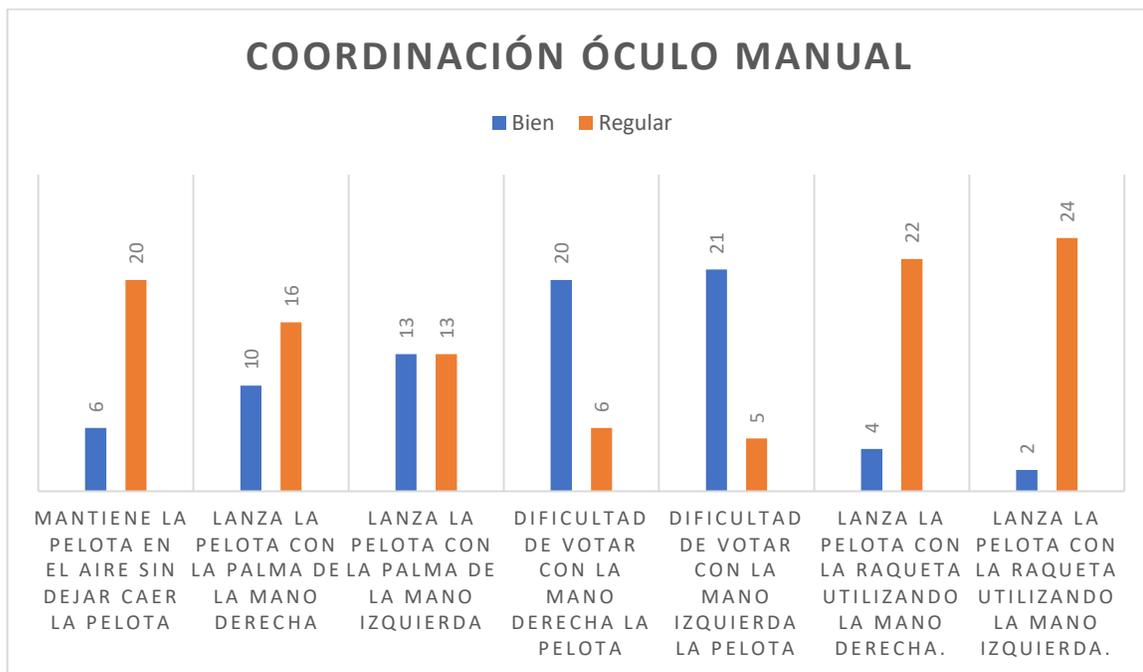
ANEXO F.

Instrumento de evaluación

Escala Estimativa – Coordinación Óculo-Manual

Criterios de Evaluación	Bien	Regular
Mantiene la pelota en el aire sin dejar caer la pelota	6	20
Lanza la pelota con la palma de la mano derecha	10	16
Lanza la pelota con la palma de la mano izquierda	13	13
Dificultad de votar con la mano derecha la pelota	20	6
Dificultad de votar con la mano izquierda la pelota	21	5
Lanza la pelota con la raqueta utilizando la mano derecha.	4	22
Lanza la pelota con la raqueta utilizando la mano izquierda.	2	24

Total, de alumnos: 26



De acuerdo a la escala estimativa que realicé y con base a lo observado durante la sesión, los datos reflejan que la mayoría de los participantes tienen dificultades en la coordinación óculo-manual, especialmente cuando usan una raqueta o intentan botar la pelota. Las tareas más complicadas parecen ser aquellas

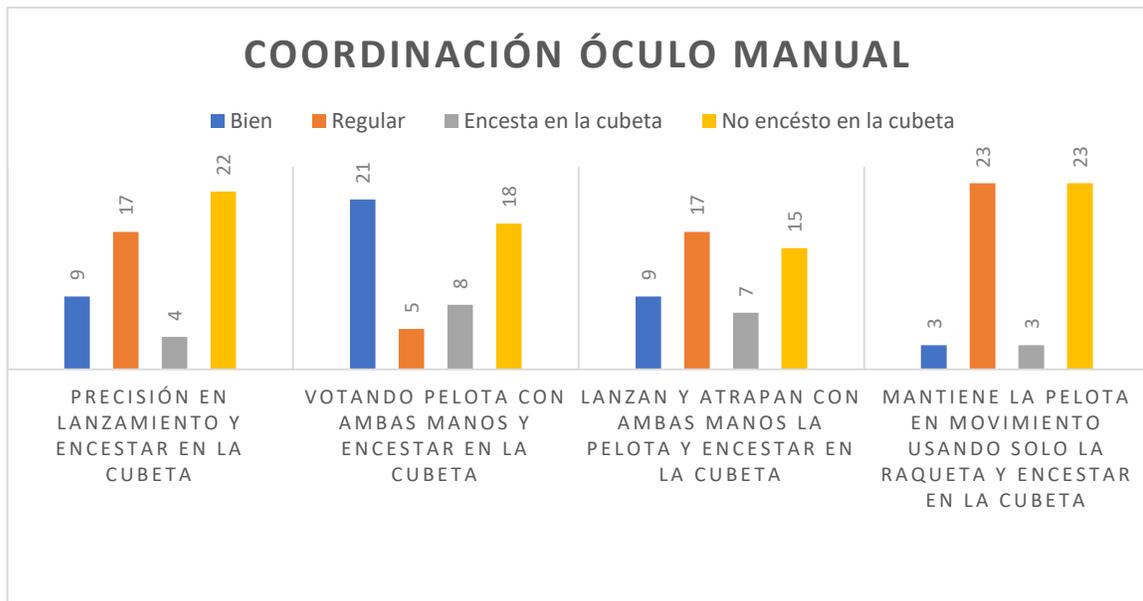
que requieren el uso de la mano izquierda o el control con una herramienta (raqueta).

Instrumento de evaluación

Escala Estimativa – Coordinación Óculo-Manual

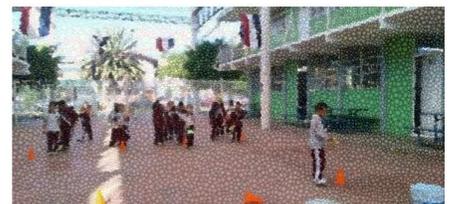
Criterios de Evaluación	Bien	Regular	Encesta a la cubeta	No encesta a la cubeta
Precisión en lanzamiento y encestar en la cubeta	9	17	4	22
Votando pelota con ambas manos y encestar en la cubeta	21	5	8	18
Lanzan y atrapan con ambas manos la pelota y encestar en la cubeta	9	17	7	15
Mantiene la pelota en movimiento usando solo la raqueta y encestar en la cubeta	3	23	3	23

Total, de alumnos: 26



Se observa que la mayoría de los participantes tienen dificultades para encestar, independientemente de la habilidad que utilicen, el manejo de la raqueta es el aspecto más complicado, ya que pocos logran mantener la pelota en movimiento y encestar, botar la pelota con ambas manos tiene mejores resultados, aunque todavía hay dificultades con la precisión al encestar.

Evidencia de las actividades



ANEXO G.

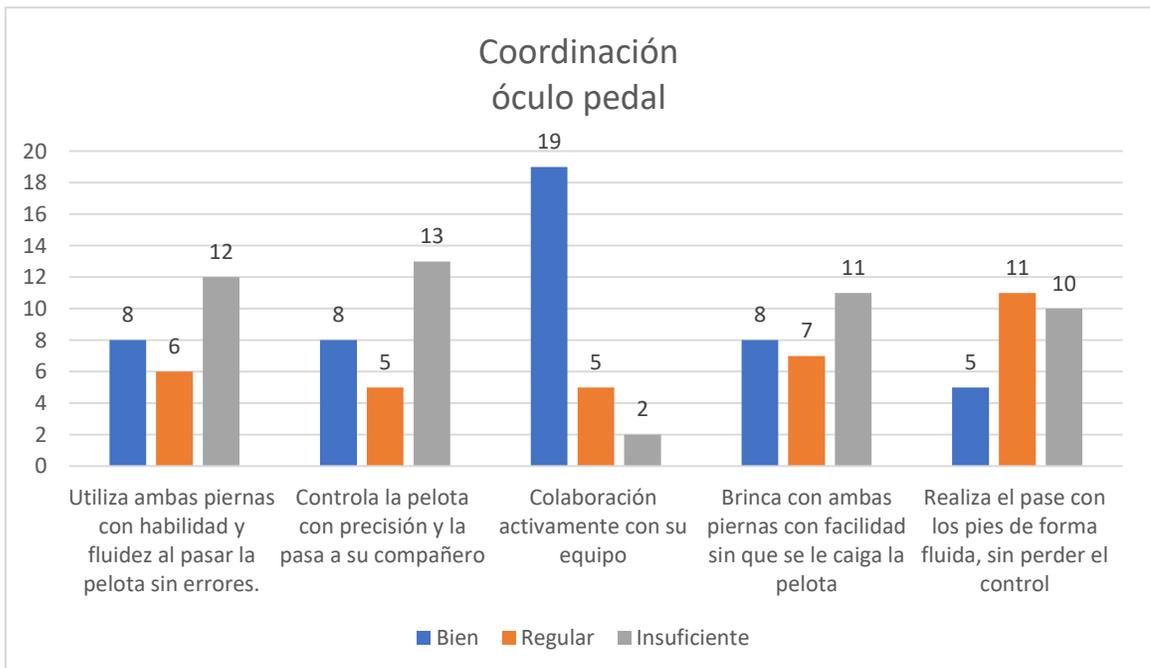
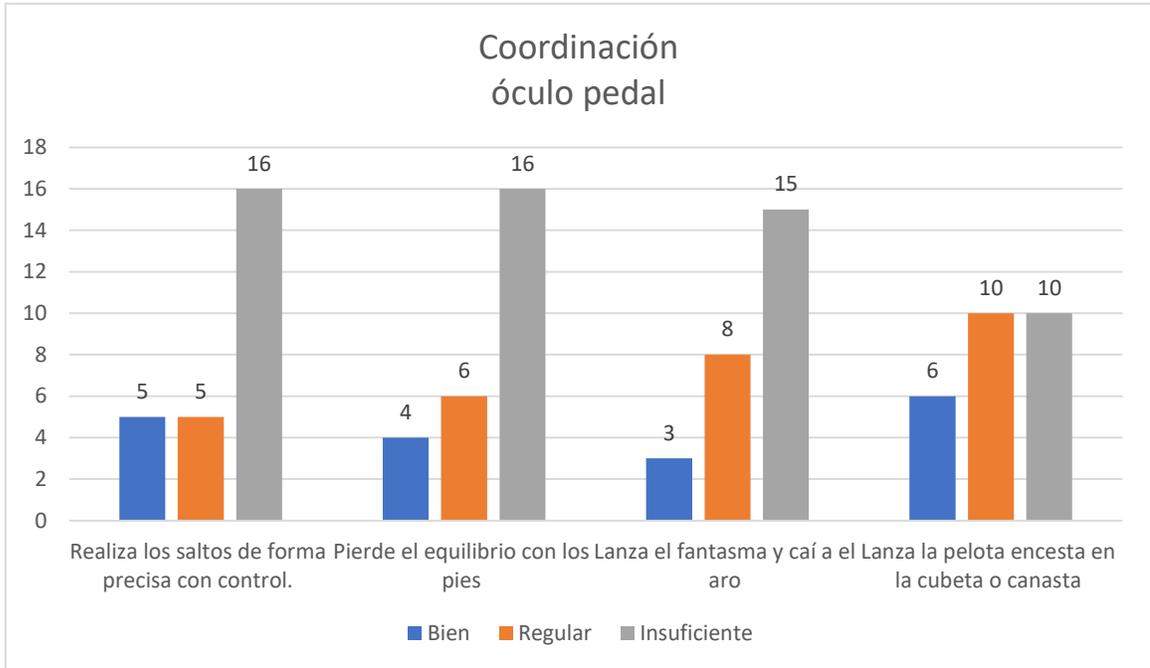
Instrumento de evaluación

Escala Estimativa – Coordinación Óculo-pedal

Criterios de Evaluación	Bien	Regular	Insuficiente
Realiza los saltos de forma precisa con control.	5	5	16
Pierde el equilibrio con los pies	4	6	16
Lanza el fantasma y caí a el aro	3	8	15
Lanza la pelota encesta en la cubeta o canasta	6	10	10
Utiliza ambas piernas con habilidad y fluidez al pasar la pelota sin errores.	8	6	12
Controla la pelota con precisión y la pasa a su compañero	8	5	13
Colaboración activamente con su equipo	19	5	2
Brinca con ambas piernas con facilidad sin que se le caiga la pelota	8	7	11
Realiza el pase con los pies de forma fluida, sin perder el control	5	11	10

Total, de alumnos: 26

Gráficas y los resultados.



Los resultados demuestran que los estudiantes presentan desempeños variados en el desarrollo de la coordinación óculo-pedal. Si bien se observan avances significativos en ciertos aspectos, como la colaboración activa en equipo (73% de los alumnos en nivel "Bien").

En la mayoría de los criterios técnicos motrices predomina el nivel insuficiente, lo cual indica que muchos alumnos aún enfrentan dificultades en el control corporal, equilibrio y precisión en actividades con pelota.

Por ejemplo, más del 60% de los alumnos obtuvo un nivel insuficiente en actividades como "realiza los saltos con control", "pierde el equilibrio con los pies" y "lanza el fantasma y cae al aro", lo que pone de manifiesto la necesidad de seguir fortaleciendo las habilidades motrices básicas. En otras habilidades como "brinca con ambas piernas" y "controla la pelota y la pasa al compañero", el rendimiento fue más equilibrado, aunque sigue habiendo una cantidad considerable de alumnos en niveles bajos.

Evidencia de las actividades



ANEXO H.

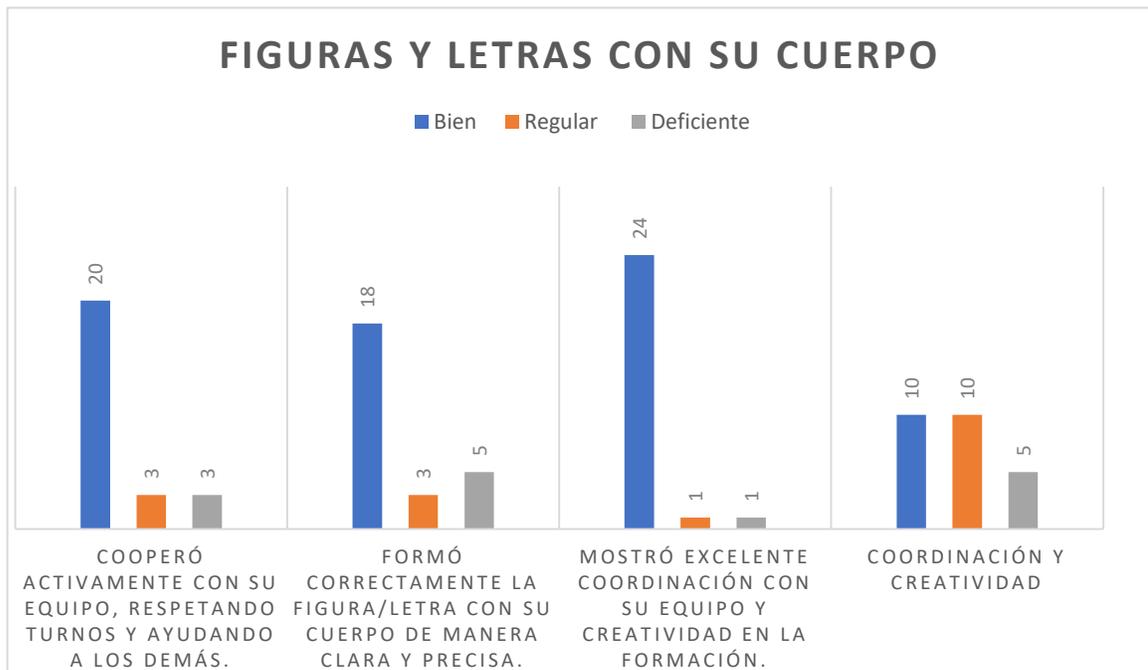
Instrumento de evaluación

Escala Estimativa las Figuras y Letras con su Cuerpo

Escala estimativa	Nivele de logros		
	Bien	Regular	Deficiente
Indicadores			
Cooperó activamente con su equipo, respetando turnos y ayudando a los demás.	20	3	3
Formó correctamente la figura/letra con su cuerpo de manera clara y precisa.	18	3	5
Mostró excelente coordinación con su equipo y creatividad en la formación.	24	1	1
Coordinación y creatividad	10	10	6

Total, de alumnos: 26

Gráficas



Puntos fuertes:

- Gran colaboración en equipo.
- Buena coordinación en la formación de figuras.
- Destacada creatividad grupal.

Áreas de mejora:

- Mayor desarrollo de la coordinación y creatividad individual.
- Apoyo a quienes tienen más dificultades para formar figuras correctamente.

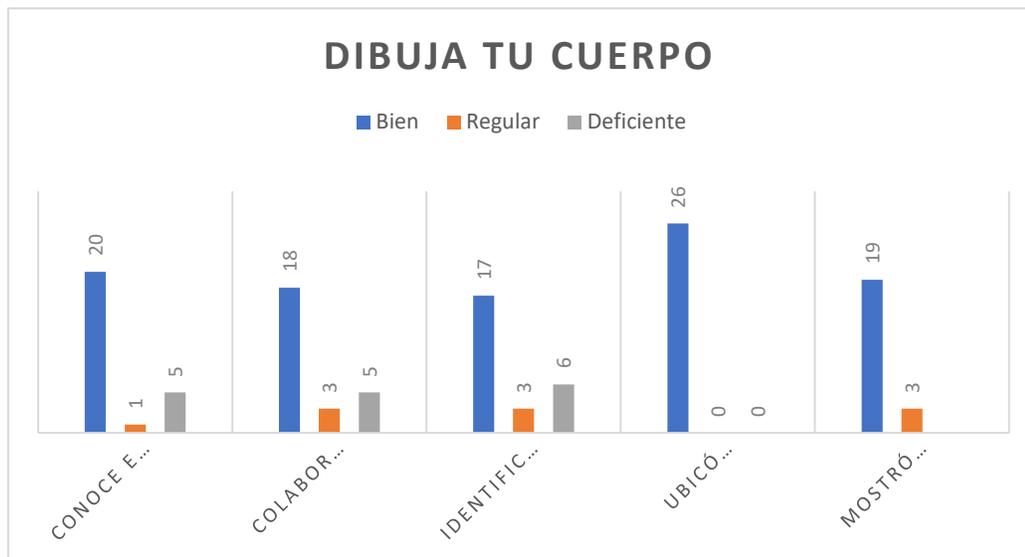
Escala Estimativa de la actividad de dibuja tu cuerpo

Instrumento de evaluación

Escala estimativa			
Indicadores	Nivele de logros		
	Bien	Regular	Deficiente
Conoce e identifica las diferentes partes del cuerpo.	20	1	5
Colaboró activamente con su equipo, respetando turnos y apoyando a sus compañeros.	18	3	5
Identificó correctamente todas las partes del cuerpo señaladas.	17	3	6
Ubicó correctamente el corazón y el cerebro en la silueta.	26	0	0
Mostró entusiasmo y participó activamente en toda la actividad.	19	3	2

Total, de alumnos: 26

Gráficas



Puntos fuertes:

- Excelente desempeño en la ubicación del corazón y cerebro, con un 100% de aciertos.
- Alto nivel de participación y entusiasmo en la actividad.
- Buena colaboración en equipo.

Áreas de mejora:

- Reforzar la identificación de todas las partes del cuerpo, especialmente para quienes tuvieron un nivel deficiente.
- Mejorar el trabajo en equipo en algunos casos, para que todos colaboren de manera efectiva.

Evidencias de la actividad



ANEXO I.

Tiempo de sesión: 50 minutos.	Fecha: 25 de febrero del 2025.	Sesión: 4.
Nombre de docente en formación: Citlali Guadalupe Tovar Hernández.		
Recursos materiales: Conos, boyas, reglas de cartón para el equilibrio, aros, pelotas de plástico y una balanza echa con un palo de escoba y a los extremos del palo unos platos de plástico.		
Estrategia didáctica: Circuito de acción motriz.		
Calentamiento (10 minutos): El calentamiento dinámico se inició con movimientos de la cabeza, llevándola hacia adelante y hacia atrás, seguido de giros laterales hacia la derecha e izquierda. Posteriormente, se realizaron rotaciones de hombros hacia atrás y luego hacia adelante. Se continuó con movimientos alternados de brazos, elevando uno mientras el otro descendía, así como la apertura lateral de brazos. Luego, se ejecutaron movimientos simulando la acción de nadar, lo que permitió la activación del tren superior.		
<u>Circuitos de acción motriz</u>		
1. Balanza		
Desarrollo: Los alumnos deben desplazarse sobre un camino delimitado por reglas de cartón colocadas en el suelo, trabajando el equilibrio. Para aumentar la dificultad, sostienen una balanza improvisada, hecha con un palo y dos pelotas de plástico en los extremos.		
<ul style="list-style-type: none">• Caminan en línea recta sin desviarse ni dejar caer las pelotas.• Con la ayuda de sus compañeros, añaden dos pelotas más a la balanza.• Luego, repiten el recorrido, pero en un trayecto en zigzag, desafiando aún más su capacidad de equilibrio.		
2. Saltos por los Aros		
Desarrollo: En esta estación, los alumnos deben brincar dentro de aros colocados en el suelo siguiendo dos modalidades:		
Variante:		
<ul style="list-style-type: none">• Saltan con ambos pies juntos dentro de cada aro.• Alternan un pie dentro del aro y el otro fuera, asegurando un movimiento rítmico y coordinado.		

3. Pasar por dentro de los Aros

Desarrollo: Los alumnos corren hacia una serie de aros sostenidos en posición vertical y deben atravesarlos sin tirarlos al suelo. Una vez que pasan por todos los aros, regresan corriendo por fuera del recorrido para dar paso al siguiente compañero.

4. Brincar los Aros

Desarrollo: En esta actividad, los alumnos deben avanzar saltando dentro de aros dispuestos en el suelo, siguiendo tres secuencias diferentes:

- Primero, saltan con un solo pie.
- Luego, cambian de pie en cada salto.
- Finalmente, brincan con ambos pies juntos en cada aro.

5. Zigzag entre Conos

Desarrollo: Los alumnos deben desplazarse en zigzag a través de una serie de conos colocados en el suelo, evitando tocarlos o desviarse del recorrido.

Cierre:

Se realizará el pase de lista y evaluación.

Sugerencia de evaluación:	Observación:
escala estimativa.	

ANEXO I.

Escala estimativa de la actividad de circuitos de acción motriz.

Instrumento de evaluación	Nivele de logros			
	Muy bien	Bien	Regular	Deficiente
Mantiene el equilibrio al avanzar en línea recta sin salirse de la trayectoria.	10	10	4	2
Realiza el recorrido en zigzag sin dejar caer las pelotas.	7	5	3	11
Salta con ambos pies juntos dentro de los aros sin perder el ritmo.	7	12	6	1
Alterna correctamente un pie dentro y otro fuera del aro.	9	8	5	4
Corre y atraviesa los aros sin tirarlos.	8	7	6	5
Regresa corriendo por fuera de los aros sin perder el orden.	12	5	5	4
Avanza con un pie dentro de los aros sin perder la secuencia.	8	12	4	2
Logra hacerlo con ambos pies juntos sin perder el ritmo.	12	9	2	3
Realiza el recorrido sin tocar los conos ni desviarse.	8	7	6	5

Total, de alumnos: 26

ANEXO J.



ANEXO K.

Tiempo de sesión: 50 minutos.	Fecha: 7 de marzo del 2025.	Sesión: 5.
Nombre de docente en formación: Citlali Guadalupe Tovar Hernández.		
Recursos materiales: Aros, pelotas de esponja, cuerda, boyas, colchonetas y aros gigantes.		
Estrategia didáctica: Cuento motor.		
Calentamiento (10 minutos): Mover la cabeza hacia la derecha y luego hacia la izquierda, subir y bajar los hombros, hombros al frente y atrás, moviendo los brazos en círculos, colocar las manos en la cintura y hacer círculos con la cadera, moviendo en círculo del tobillo derecho e izquierdo, brincar al frente y atrás y por último brincar al derecha e izquierda.		
<u>Cuento motor</u>		
El Gran Circo en Acción Había una vez un increíble circo que llegaba a la ciudad, lleno de malabaristas, equilibristas y acróbatas. Los alumnos de la escuela fueron invitados a formar parte de este espectacular mágico. Para ello, debían estar entusiasmados, animados, creativos y felices para dar lo mejor de sí en este gran show. <ul style="list-style-type: none">• Los aros mágicos: los alumnos debían explorar diferentes formas de mover un aro.		
 Malabaristas en Acción: los alumnos trabajaron con pelotas de esponja. Comenzaremos lanzando la pelota al piso y atrapándola y me dirán diferentes formas de hacer las cosas.		
 Equilibristas sobre la cuerda floja: los alumnos trabajaron su equilibrio superando diferentes desafíos sobre una cuerda en el suelo. caminar manteniendo el equilibrio, luego caminar con los brazos extendidos como aviones, después caminar con una boya en la cabeza sin dejarla caer.		
   Acróbatas Saltarines: sobre algunas colchonetas, los alumnos realizaron distintos movimientos como girar como un tronco, Gatear, Arrastrarse como gusanos. Brincar con pies juntos y gatear y pasar por los aros valientes leones. Así terminó el gran show del circo, con risas, aplausos y mucha diversión. ¡Los niños y niñas se sintieron como verdaderos artistas de circo!     		

Cierre: Se realizará el pase de lista y evaluación.	
Sugerencia de evaluación: Escala estimativa	Observación:

ANEXO K.

Escala estimativa de la actividad de cuento motor.

Instrumento de evaluación	Nivele de logros			
	Muy bien	Bien	Regular	Deficiente
Lanzándolo y atrapándolo el aro	5	5	9	7
Lanzamos el aro y dos palmadas y lo atrapamos	6	7	5	8
Girando el aro con la muñeca derecha y después con la muñeca izquierda	4	6	8	8
Lanzarla, aplaudir dos veces y luego atraparla la pelota	8	7	6	5
Malabares con las pelotas sin que se caigan	3	2	10	11
Caminar manteniendo el equilibrio	4	10	6	6
Luego caminar con los brazos extendidos como aviones	6	2	12	6
Evitar que se caiga la boya	3	4	10	9
Girar como un tronco	6	5	2	11
Arrastrarse como gusanos	5	3	3	15
Brincar con pies juntos	4	3	11	8

Total, de alumnos: 26

ANEXO L.



ANEXO M.

Tiempo de sesión: 50 minutos.	Fecha: 11 de marzo del 2025.	Sesión: 6.
Nombre de docente en formación: Citlali Guadalupe Tovar Hernández.		
Recursos materiales: Pañuelos, costales o bolsas de plástico, conos, aros, fantasma, cucharas, conos, vaso de plástico y pelota de ping pong.		
Estrategia didáctica: Mini olimpiada.		
Calentamiento (10 minutos): Para el calentamiento, indiqué a mis alumnos que debían ubicarse dentro de un aro, cada uno en su lugar. Comenzamos moviendo la cabeza hacia adelante y atrás, luego a la derecha e izquierda. Posteriormente, realizaron movimientos de brazos hacia adelante y hacia atrás. Después, colocaron las manos en la cintura e hicieron pequeños círculos con la cadera, abrieron el compás y realizaron el ejercicio de la mariposa, que consiste en mover los brazos arriba y abajo mientras brincan, abriendo y cerrando las piernas. También saltaron hacia adelante y atrás del aro. Durante la actividad del calentamiento, introduje la palabra clave "terremoto"; cuando la mencionaba, los alumnos debían cambiar rápidamente de aro. Cada ejercicio se repetía 10 veces, contando en voz alta.		
<u>Mini olimpiada</u>		
<ul style="list-style-type: none">• Corre lo más rápido que puedas		

Desarrollo: Los alumnos se dividirán en tres equipos con la misma cantidad de integrantes. A la señal del docente, el primer alumno de cada equipo deberá correr lo más rápido posible de un cono a otro. Al regresar, chocará la mano de su compañero, quien deberá salir corriendo de inmediato.

- **Carrera de costales**

Desarrollo: Cada alumno deberá meter ambas piernas dentro de un costal. Cuando la maestra dé la señal, el primer alumno de cada equipo comenzará a saltar hasta el cono y de regreso. Al llegar, chocará la mano del siguiente compañero, quien repetirá el recorrido. Para mantener el equilibrio y evitar que el costal se deslice por debajo de las rodillas, los alumnos deben sujetarlo con ambas manos mientras saltan.

- **Lanzamiento de aros**

Desarrollo: Los alumnos lanzarán un aro hacia un cono, primero con la mano derecha y luego con la izquierda.

Variante: lanzamiento de aro hacia conos y un fantasma.

- **La gran carrera y pelota de ping-pong**

Desarrollo: Por equipos, cada alumno tendrá una cuchara con la que deberá llevar un huevo en equilibrio. Deberán caminar con mucho cuidado hasta llegar al cono y regresar sin que la pelota de ping-pong

Variante: En lugar del huevo, los alumnos pueden transportar una pelota de ping-pong hasta un vaso de plástico.

Cierre:

Se realizará el pase de lista y evaluación.

Sugerencia de evaluación:

Escala estimativa.

Observación:

ANEXO M.

Escala estimativa de la actividad de mini olimpiada

Instrumento de evaluación Criterios de Evaluación	Muy bien	Bien	Regular	Deficiente
Corre con rapidez y eficacia	12	14	2	2
Entrega correctamente el paliacate al compañero	11	10	2	3
Brinca con coordinación y equilibrio	8	2	10	6
Lanza el aro con precisión	6	3	8	9
Acierta en el cono o aro	5	3	10	8
Mantiene el equilibrio al caminar con la cuchara y pelota	7	12	6	1
No deja caer la pelota durante el recorrido	4	5	9	8
Encesta la pelota en el vaso	6	8	3	9

Total, de alumnos: 26

ANEXO N.



ANEXO Ñ.

Tiempo de sesión: 50 minutos.	Fecha: 14 de febrero del 2025.	Sesión: 7.
Nombre de docente en formación: Citlali Guadalupe Tovar Hernández.		
Recursos materiales: Aros, conos, colchonetas, paliacate.		
Estrategia didáctica: Actividades Circenses.		
Calentamiento (10 minutos): Los alumnos se colocan dentro de un aro. Cada uno elegirá un movimiento para calentar el cuerpo y se moverá al siguiente aro después de completar 10 repeticiones.		
<u>Actividades Circenses</u>		
◊ Conejo Desarrollo: los alumnos se moverán imitando a un conejo, desplazándose entre los aros distribuidos en la cancha, saltarán con pies juntos para avanzar según la ubicación de los aros, cuando los aros estén en posición vertical, deberán brincar a través de ellos y saltarán con las manos en la cabeza, formando orejas de conejo.		
◊ Serpiente Desarrollo: los alumnos se deslizarán por las colchonetas como si fueran serpientes: reptando, deslizándose con el cuerpo pegado al suelo, impulsándose solo con los brazos, arrastrando el resto del cuerpo como una boa gigante. Moviendo el cuerpo en forma de "s", imitando el desplazamiento de una serpiente y empujándose con los pies, pero sin levantarlos del suelo.		
◊ Jaguar Desarrollo: los alumnos se moverán imitando a un jaguar, en zigzag, avanzando en cuatro patas entre los conos sin derribarlos y saltando de un cono a otro, como si estuvieran cruzando la selva.		
◊ Águila Desarrollo: los alumnos imitarán el vuelo de un águila mientras atraviesan los conos: pasarán por los conos en zigzag, moviendo los brazos de arriba hacia abajo como si fueran alas, atravesarán el centro de los conos, manteniendo el movimiento de sus brazos y en el último tramo, deberán recoger un paliacate con las manos, simulando atrapar una presa, y pasarlo a su compañero.		

Cierre: Se realizará el pase de lista y evaluación.	
Sugerencia de evaluación: Escala estimativa.	Observación:

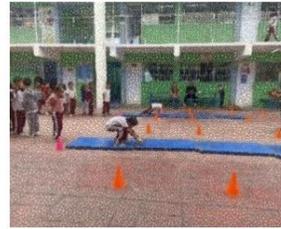
ANEXO Ñ.

Escala estimativa de las actividades circenses

Instrumento de evaluación Criterios de Evaluación	Muy bien	Bien	Regular	Deficiente
Conejo				
Saltando con los pies juntos para avanzar por las dos filas	4	5	7	10
Saltando el aro derecho continuando, saltando hacia el lado izquierdo y de frente.	2	6	3	15
Saltando en zigzag y manos estarán colocadas en el pecho	2	6	6	12
Saltando una línea recta y manos en las orejas haciendo movimientos	3	7	4	12
Serpiente				
Impulsando con los brazos sobre la colchoneta	5	8	6	7
Reptando y deslizándose con el cuerpo	6	5	5	10
Deslizándose como gusanos	6	3	3	14
Arrastrándonos en zigzag	5	3	7	11
Jaguar				
Gateando	5	6	11	4
Moviendo en 4 puntos pasando las colchonetas	4	8	9	5
Saltado y tomando impulso antes de brincar	2	9	10	6
Águila				
Caminando moviendo los brazos de arriba hacia abajo	8	9	5	4
Zigzag por los conos	10	8	5	3

Total, de alumnos: 26

ANEXO O.



ANEXO P.

Tiempo de sesión: 50 minutos.	Fecha: 25 de marzo del 2025.	Sesión: 8.
Nombre de docente en formación: Citlali Guadalupe Tovar Hernández.		
Recursos materiales: Paliacate, Aros y conos.		
Estrategia didáctica: Juegos de persecución.		
Calentamiento (10 minutos): Comenzaremos con la canción, muevo mis pañuelos: muevo mis pañuelos de arriba abajo, nuevos mis pañuelos hacia arriba sacudiendo los pañuelos, nuevo mis pañuelos abajo sacudiendo los pañuelos, través arriba, después abajo y damos pequeños giros moviendo los pañuelos de arriba abajo. Como los podemos mover los pañuelos. <ul style="list-style-type: none">• Canción de muevo mis pañuelos-movimiento LINK: https://www.youtube.com/watch?v=KK5ObhBQDxA&ab_channel=T%C3%8DOARIEL		
<u>Juegos de persecución</u>		
<ul style="list-style-type: none">• Los Cazadores y los Conejos Desarrollo: Se designan dos o tres cazadores, mientras que el resto de los niños son conejos. Se colocan varios aros en el suelo que servirán como refugios. Los conejos deben correr por el área evitando ser atrapados por los cazadores. Si un conejo es		

atrapado, se convierte en cazador. Los conejos pueden refugiarse dentro de los aros, pero solo pueden permanecer allí por un máximo de tres segundos.

- La Cadena

Desarrollo: En el centro de la cancha se colocan dos alumnos, quienes serán los primeros perseguidores. Su objetivo es atrapar a sus compañeros para formar una cadena. Cada vez que atrapan a alguien, este se une tomándose de la mano con los demás. El juego continúa hasta que todos los niños formen parte de la cadena.

- Congelados

Desarrollo: Se elige a uno o dos niños como los "congeladores" (o cazadores). El resto de los niños corre libremente por el área de juego. Los congeladores deben tocar a los demás niños para "congelarlos". Cuando un niño es tocado, debe quedarse quieto en su lugar, con los brazos abiertos o en posición de estatua. Los compañeros pueden descongelarlo tocándolo o pasando por debajo de sus brazos. El juego continúa hasta que todos estén congelados o hasta que se cumpla un tiempo determinado.

Variante:

Congelado con túneles: Los niños solo pueden ser descongelados si un compañero pasa por debajo de sus piernas o brazos.

- ¡Las Traes!

Desarrollo: Se elige a un niño como el perseguidor. Los demás niños corren para evitar ser tocados. Si el perseguidor toca a alguien, grita "¡Las traes!", y el niño tocado se convierte en el nuevo perseguidor. El juego continúa sin pausa, cambiando de perseguidor cada vez que alguien es tocado.

Material: Paliacate, Aros y conos.

Cierre:

Se realizará el pase de lista y evaluación.

Sugerencia de evaluación:

Escala estimativa

Observación:

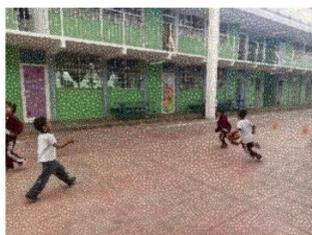
ANEXO P.

Escala estimativa de la actividad de juegos de persecución

Instrumento de evaluación Criterios de evaluación	Muy bien	Bien	Regular	Deficiente
Participa activamente en los juegos de persecución	8	5	6	7
Corre con agilidad y rapidez para evitar ser atrapado	7	5	6	8
Respeta las reglas establecidas en cada juego	2	4	10	10
Coopera con sus compañeros durante las dinámicas (descongelar, formar cadena, etc.)	5	6	7	8
Corre con velocidad para evitar ser congelado	3	1	10	12
Reconoce el rol que le corresponde (cazador, congelado, conejo, perseguidor, etc.)	4	5	7	10

Total, de alumnos: 26

ANEXO Q.



ANEXO R.

Tiempo de sesión: 50 minutos.	Fecha: 1 de abril del 2025.	Sesión: 9.
Nombre de docente en formación: Citlali Guadalupe Tovar Hernández.		
Recursos materiales: Paliacate, aros, Un cono por alumno y una pelota de tenis por alumno.		

Estrategia didáctica: Formas jugadas.

Calentamiento

Inicio con música 🎵, los niños, se colocan dentro de un aro.

- Ejercicios con el aro 🌀
- Zapatean dentro del aro con las manos atrás de la espalda.
- Dan un pequeño giro dentro del aro.
- Cada niño toma un aro y lo gira con las manos al ritmo de la música.
- Colocan el aro en el suelo y saltan dentro y fuera siguiendo el ritmo.
- Mueven el aro en círculo o lo agarran del centro y lo hacen girar.
- Sostienen el aro como si fuera una falda y lo balancean.
- Pasan el aro por el cuerpo de diferentes formas (de arriba hacia abajo, de un brazo al otro).
- Ejercicios con el paliacate ☐
- Agitan el paliacate al ritmo de la música.
- Lo mueven de arriba y abajo, como si fuera una bandera.
- Hacen movimientos de cadera y brazos mientras lo agitan en el aire.
- Ejercicios combinados 🔄
- Brincan con pies juntos adelante y atrás del aro mientras agitan el paliacate.

El Son de la Negra, Mariachi Vargas de Tecalitlán link:

https://www.youtube.com/watch?v=XTwmQ-R7Joc&ab_channel=ProductoraRinconesdemiTierra

Formas jugadas

Juego del Cucurucho

Materiales: Un cono por alumno y una pelota de tenis por alumno.

Desarrollo: Cada alumno recibe un cono y una pelota de tenis.

Deberán lanzar la pelota al aire con la mano derecha e intentar atraparla con el cono en la mano izquierda.

Variaciones:

Lanzar la pelota y dar tres palmadas antes de atraparla con el cono.

Lanzar la pelota, girar sobre su propio eje y luego atraparla.

Lanzar la pelota, dejar que dé un bote en el piso y atraparla con el cono.

<p>Cada lanzamiento se repite 10 veces.</p> <p>Los alumnos pueden proponer nuevas formas de lanzar la pelota.</p> <p>Ejercicio Individual</p> <p>Pases en Pareja</p> <p>Desarrollo: un niño lanza la pelota con su cono y el otro debe atraparla.</p> <p>El Reloj Cucurucho:</p> <p>Desarrollo:</p> <p>Los niños forman un círculo.</p> <p>Se pasan la pelota de un cucurucho a otro en sentido horario.</p> <p>Si alguien deja caer la pelota, el juego se reinicia o se le asigna un reto.</p> <p>Cierre:</p> <p>Se realizará el pase de lista y evaluación.</p>	
<p>Sugerencia de evaluación:</p> <p>Escala estimativa.</p>	<p>Observación:</p>

ANEXO R.

Escala Estimativa de la actividad de formas jugadas

Criterios de Evaluación	Muy Bien	Bien	Regular	Deficiente
Lanza la pelota con precisión y logra atraparla con el cono.	15	7	3	1
Realiza variaciones del lanzamiento con control y coordinación.	17	3	2	4
lanzamos y damos tres palmadas	4	10	8	4
ponemos el cono en medio de las piernas, damos tres palmadas y rápidamente sacamos el cono del medio de las piernas y agarramos la pelota con el cono.	6	10	5	5
la lanzamos hacia el piso para que rebote y con el cono la atrapamos.	15	7	1	2
En parejas lanzan y atrapan la pelota	5	10	6	5
Participa activamente en el juego del "Reloj Cucurucho" sin dejar caer la pelota.	10	12	3	1

Total, de alumnos: 26

ANEXO S.



ANEXO T.

Tiempo de sesión: 50 minutos.	Fecha: 6 de mayo del 2025.	Sesión: 10.
Nombre de docente en formación: Citlali Guadalupe Tovar Hernández.		
Recursos materiales: Conos para identificas las estaciones, lamina de manos y pies, aros, estafetas, mecates o cuerdas y colchonetas.		
Estrategia didáctica: Terreno de aventuras.		
Calentamiento Los alumnos tenían que cantar la canción "el juego del calentamiento" y moverse como las indicaciones que diera la maestra moviendo la cabeza al frente y extensión de cuello atrás, moviendo la cabeza hacia el lado izquierdo y hacia el lado derecho, moviendo la cabeza haciendo círculos, elevación de hombros, hombros al frente y atrás, circulo de hombros al frente y atrás, manos a la cintura y moviéndose en circulo, separación de piernas a la altura de los hombros se flexiona el tronco tratando de tocar el piso, separación de piernas y hacen mariposas, elevación de rodillas y tocar con las manos, brincar adéntrate y atrás, brincar a lado derecho e izquierdo. Cada movimiento se realizó 10 veces una sola vez. Terreno de aventuras.		
Las estatuas		

Los alumnos debían cantar la canción: "Las estatuas de marfil, 1, 2, 3, el que se mueva va a perder", mientras se movían libremente por la cancha.

Al finalizar la canción, con la frase "el que se mueva va a perder", todos debían detenerse de inmediato y quedarse completamente quietos, como si fueran estatuas.

Variantes del juego:

Caminando (modo estatua).

Trotando (podían decidir cómo quedarse quietos).

Corriendo (quedarse con una cara chistosa o graciosa).

Terreno de aventuras

Escaleras de coordinación

Desarrollo: Los alumnos tenían que brincar dentro de los aros con ambos pies juntos, uno en cada aro.

Variantes:

- Pasar por los aros por encima y luego por debajo, como si fueran gusanos.
- Pasar por los aros con los pies separados.

Colchonetas

Desarrollo: Los alumnos debían moverse sobre las colchonetas imitando diferentes formas de desplazamiento.

Variantes:

- Gateando.
- Reptando.
- Estilo cangrejo: con las manos, pies y espalda apoyados sobre la colchoneta.

Brinca los aros

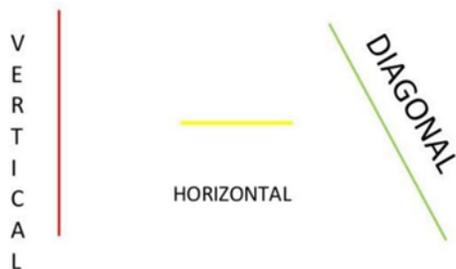
Desarrollo: Los alumnos tenían que desplazarse por los aros con los pies separados.

Variantes:

- Brincar con un solo pie, como si jugaran al avioncito.
- Saltar con ambos pies juntos, un aro a la vez.
- Pasar por los aros solo con el pie derecho, manteniendo el equilibrio.
- Pasar por los aros solo con el pie izquierdo.

Aros del peligro

Desarrollo: En la cancha se colocaron aros en línea recta sobre el suelo. En el centro de algunos aros se ubicaron estafetas en diferentes posiciones (vertical, horizontal y diagonal). Los alumnos debían brincar los aros según la posición de la estafeta.



Manos y pies

Desarrollo: en esta actividad, en el suelo de la cancha se colocarán imágenes con manos y pies. Los alumnos deberán tocar la imagen correspondiente con la parte del cuerpo indicada, sin perder el equilibrio no equivocarse.

Aros colgados

Desarrollo: Los alumnos tenían que pasar por dentro de los aros, colocados de forma suspendida o sujetos para permitir el paso.

Cierre:

Se realizará el pase de lista y evaluación.

Sugerencia de evaluación:

Escala estimativa.

Observación:

ANEXO T.

Escala Estimativa de la actividad de Terreno de aventuras.

Criterio de evaluación	Muy bien	Bien	Regular	Deficiente	% "Muy bien"
Brinca con ambos pies juntos dentro de cada aro	14	9	2	1	53.8%
Pasa por encima y debajo de los aros de forma fluida (gusano)	12	7	5	2	46.1%
Se desplaza gateando con control corporal	20	3	2	1	76.9%
Repta de manera fluida y sin dificultad	19	5	1	1	73.1%
Movimiento estilo cangrejo con buena postura	10	9	5	2	38.5%
Brinca con un solo pie (avioncito)	19	3	2	2	73.1%
Salta con ambos pies juntos sin perder el ritmo	17	7	1	1	65.4%
Pasa por dentro de los aros suspendidos con seguridad y sin temor	15	6	3	2	57.7%

Total, de alumnos: 26

ANEXO U.



ANEXO V.

Tiempo de sesión: 50 minutos.	Fecha: 9 de mayo del 2025.	Sesión: 11
Nombre de docente en formación: Citlali Guadalupe Tovar Hernández.		
Recursos materiales: Tablero de cartón, pelotas de plástico, cesto, red de tela, conos, tablero de vaso, aros pequeños y serpientes de tela.		
Estrategia didáctica: Reto motor.		
Calentamiento con dado La maestra lanzará el dado del calentamiento y los alumnos deberán realizar el movimiento correspondiente a la imagen que aparezca. Movimientos posibles: Estirar los brazos en cruz y mantenerlos extendidos, colocar las manos en la cintura y hacer pequeños círculos con la cadera, separar las piernas (abrir compás) e intentar tocar el piso con las manos, mover la cabeza de derecha a izquierda, lentamente, separar las piernas y levantar los brazos imitando el movimiento de una mariposa, colocar las manos en la cintura y levantar una pierna hacia adelante y hacia atrás, hacer pequeños círculos con la cabeza, con los brazos extendidos, hacer círculos con los brazos, colocar las manos en la cintura y elevarse alternando puntas y talones y brincar hacia adelante y luego hacia atrás con atención. Cada movimiento se realizará 10 veces. <u>Reto motor</u> Pelota en equilibrio Desarrollo: Los alumnos se desplazarán caminando mientras sostienen un tablero que lleva una o más pelotas encima. Al llegar al cesto, deberán intentar que la pelota caiga en medio del tablero y que la pelota caiga dentro del cesto. Variantes: <ul style="list-style-type: none">• Pasar con 1 pelota de plástico.• Luego con 2 pelotas.• Después con 3 pelotas.• A continuación, con 4 pelotas.• Finalmente, con 5 pelotas de plástico. Red de tela		

Desarrollo: Los alumnos deben lanzar una pelota con el objetivo de que caiga dentro de una red de tela. Cada alumno tiene una sola oportunidad para lanzar, desde una distancia determinada.

Lanzamiento de aros y vasos de plástico

Desarrollo: Los alumnos lanzarán aros pequeños con la intención de encestarlos dentro de un vaso de plástico colocado a cierta distancia.

La serpiente en movimiento

Desarrollo: Los alumnos intentarán lanzar pelotas de plástico para que caigan dentro de una figura de serpiente.

La actividad tiene cuatro rondas:

Primera ronda: La serpiente está quieta y el alumno lanza la pelota.

Segunda ronda: La serpiente se mueve lentamente en pequeños círculos.

Tercera ronda: La serpiente se mueve ligeramente hacia dónde va la pelota para facilitar el enceste.

Cuarta ronda: La serpiente se coloca a mayor distancia, y el alumno debe lanzar con más fuerza y precisión.

Cierre de sesión

Se realizará el pase de lista y una breve evaluación general de la actividad.

Sugerencia de evaluación:

escala estimativa

Observación:

ANEXO V.

Escala Estimativa de la actividad de Reto motor.

Criterio a evaluar	Muy bien	Bien	Regular	Deficiente
Mantiene el equilibrio al caminar con el tablero y una o más pelotas	11	10	4	1
Logra encestar la(s) pelota(s) en el cesto con precisión	15	10	1	
Lanza la pelota con precisión hacia la red de tela	13	9	2	2
Realiza el lanzamiento con buena coordinación y desde la distancia indicada	11	8	3	4
Lanza los aros con puntería hacia los vasos de plástico	15	5	2	4
Lanza la pelota hacia la serpiente con precisión cuando está quieta	13	10	2	1
Se adapta al movimiento progresivo de la serpiente (de lenta a más difícil)	14	9	2	1

Total, de alumnos: 26

ANEXO W.

