



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

TITULO: Habilidades motrices que se favorecen mediante la iniciación deportiva en un grupo de 6to grado de primaria

AUTOR: Erick Julián Camacho Velázquez

FECHA: 7/22/2022

PALABRAS CLAVE: Habilidades, Motriz, Deporte, Física, Juego

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

2018



2022

“HABILIDADES MOTRICES QUE SE FAVORECEN MEDIANTE LA INICIACIÓN DEPORTIVA EN UN GRUPO DE 6TO AÑO DE PRIMARIA.”

INFORME DE PRÁCTICAS
QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE LICENCIADO EN EDUCACIÓN FÍSICA

PRESENTA:

ERICK JULIÁN CAMACHO VELÁZQUEZ

ASESORA:

AIDEE MONSSERRAT WALDO LÁRRAGA

SAN LUIS POTOSÍ, S.L.P.

JULIO DEL 2022

Acuerdo de autorización



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 Erick Julián Camacho Velázquez
autorizo a la Benemérita y Centenaria Escuela Normal del Estado de San Luis Potosí, (BECENE) la
utilización de la obra Titulada:

**"HABILIDADES MOTRICES QUE SE FAVORECEN MEDIANTE LA INICIACION DEPORTIVA
EN UN GRUPO DE 6TO AÑO DE PRIMARIA"**

en la modalidad de: Informe de Prácticas Profesionales para obtener el

Título de: Licenciatura en Educación Física

en la generación 2018-2022 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 19 días del mes de Julio de 2022.

ATENTAMENTE.

Erick Julián Camacho Velázquez

Nombre y Firma

AUTOR DUEÑO DE LOS DERECHOS PATRIMONIALES

Nicolás Zapata No. 200
Zona Centro, C.P. 78000
Tel y Fax: 01444 812-11-55
e-mail: cicyt@becenesp.edu.mx
www.becenesp.edu.mx

Dictamen



OFICIO NÚM: BECENE-DSA-DT-PO-01-07
REVISIÓN 9
DIRECCIÓN: Administrativa
ASUNTO: Dictamen Aprobatorio

San Luis Potosí, S.L.P.; a 06 de Julio del 2022

Los que suscriben, integrantes de la Comisión de Titulación y asesor(a) del Documento Recepcional, tiene a bien

DICTAMINAR

que el(la) alumno(a): CAMACHO VELAZQUEZ ERICK JULIAN
de la Generación: 2018 - 2022

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

"HABILIDADES MOTRICES QUE SE FAVORECEN MEDIANTE LA INICIACIÓN DEPORTIVA EN UN GRUPO DE 6TO AÑO DE PRIMARIA."

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

DIRECTORA ACADÉMICA

DIRECTOR DE SERVICIOS ADMINISTRATIVOS

MTRA. NAYLA JIMENA TURRUBIARTES CERINO

DR. JESÚS ALBERTO LEYVA ORTIZ

ENCARGADA DE TITULACIÓN

ASESOR(A) DEL DOCUMENTO RECEPCIONAL

MTRA. MARTHA IBÁÑEZ CRUZ

MTRA. AIDEE MONSERRAT WALDO LARRAGA

Agradecimientos

Agradezco a dios por haberme guiado por buen camino y por darme la fortaleza de seguir adelante, por jamás dejarme haberme rendido en este proceso de estudio.

Agradezco a la Benemérita y Centenaria Escuela Normal del Estado por permitirme convertirme en un profesionista y darme las herramientas para poder convertirme en un maestro de educación física, a cada uno de los maestros a lo largo de estos 4 años que formaron parte de mi crecimiento y gracias a su aprendizaje y su enseñanza me dieron también herramientas para ser un gran profesionista de esta gran escuela.

Agradezco a mi familia que siempre estuvo a mi lado apoyando en estos 4 años y en todo mi proceso de estudio, mis padres que fueron mis motores y me impulsaron a seguir adelante, si no fuera por ellos no sería lo que soy ahora.

Agradezco a la Maestra Aidde Monsserrat Waldo Larraga asesora de mi documento por su gran ayuda y por haberme dado la oportunidad de recurrir a su conocimiento, también por haberme tenido toda la paciencia para guiarme en este proceso de mi titulación.

Agradezco a mis compañeros Oscar y Pablo que siempre me estuvieron apoyando en estos años, que jamás me dejaron solo y conté siempre con su amistad y empatía, así como a todos mis compañeros del salón que hicieron de mis días en la normal los más alegres y gracias por todos esos momentos tan buenos que vivimos en grupo.

ÍNDICE

INTRODUCCIÓN	1
CAPÍTULO I: PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	4
Contextualización del problema	4
Justificación	8
Pregunta de investigación.....	9
Pregunta general.....	9
Preguntas guía	9
Objetivos	10
General.....	10
Específicos	10
Competencias del perfil de egreso.....	11
Genéricas	11
Específicas	11
Profesionales.....	12
CAPÍTULO II: PLAN DE ACCIÓN	13
Sección I: Focalización del problema	13
Intención del plan de acción.....	14
Propósitos del plan de acción	15

Contexto externo de la escuela de práctica	17
Contexto interno de la escuela de práctica	20
Características de los alumnos	23
1. Físicas	23
2. Psicológicas	24
3. Cognitivas	25
Sección II: Diagnóstico	25
Importancia del diagnóstico	25
Plan diagnóstico	26
Conclusión general diagnóstica.....	31
Sección III: Marco teórico	36
Ley general de educación	36
Programa de estudios 2018 asignatura: Educación física	37
Habilidades motrices	39
Teoría del aprendizaje y el constructivismo.....	41
Enseñanza y aprendizaje habilidades motrices.....	43
La iniciación deportiva como estrategia pedagógica	46
Sección IV: Marco Metodológico	49

Proceso metodológico	49
Diseño y organización del plan de acción	50
DESARROLLO, REFLEXIÓN Y EVALUACIÓN	53
Análisis de la aplicación del plan de acción	56
Sesión 1: Iniciación al Fútbol	56
Sesión 2: Iniciación al Basquetbol	65
Sesión 3: Relevos (Derribando conos)	70
Sesión 5: El Reloj	81
CONCLUSIONES	87
REFERENCIAS	91
ANEXOS	95

ÍNDICE DE ILUSTRACIONES

Ilustración 1 Mapa de la Esc. Prim. Rafael Ramírez y sus alrededores Fuente: Google Maps	18
Ilustración 2 Foto de la calle Lazaro Cardenas ubicada en el municipio de Soledad de Graciano Sánchez, S.L.P Fuente: Google Maps	19
Ilustración 3 Foto de la calle Lazaro Cardenas ubicada en el municipio de Soledad de Graciano Sánchez, S.L.P Fuente: Google Maps	19
Ilustración 4 Foto de la calle Plutarco Elías Calles a esquina de la calle Lazaro Cardenas ubicada en el municipio de Soledad de Graciano Sánchez, S.L.P Fuente: Google Maps	20
Ilustración 5 Foto de la cancha de fútbol al interior de la Esc. Prim. Rafael Ramírez Fuente: Elaboración propia.....	21
Ilustración 6 Gráfica de resultados de diagnóstico en ambas fases. Elaboración propia	32
Ilustración 7 Evidencia de diario de registro para el diagnóstico. Elaboración propia	35
Ilustración 8 mapa conceptual del Diseño de Situaciones Didácticas. Elaboración propia	51
Ilustración 9 La imagen muestra a los alumnos realizando los ejercicios de calentamiento que les ayuden a evitar alguna lesión muscular	58

Ilustración 10 En la imagen se identifica la atención hacia el maestro al dar las indicaciones, así como la organización establecida lo que como resultado produce su interés hacia la clase.....	69
Ilustración 11 En la imagen se identifica los alumnos aplicando los ejercicios propuestos por el maestro	69
Ilustración 12 En la imagen se identifica los alumnos aplicando los ejercicios de la clase	73
Ilustración 13 En la imagen se identifica los alumnos aplicando los ejercicios propuestos por el maestro, además de la atención del maestro al trabajo que hacen los alumnos.....	74
Ilustración 14 La imagen muestra a los alumnos realizando los ejercicios de calentamiento que les ayuden a evitar alguna lesión muscular.....	79
Ilustración 15 La imagen muestra a los alumnos realizando los ejercicios y actividades de la clase, se les puede ver que lo hacen con mucha actitud	79
Ilustración 16 La imagen muestra a los alumnos realizando los ejercicios de calentamiento que les ayuden a evitar alguna lesión muscular.....	83

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1	38
Tabla 2	52
Tabla 3	54
Tabla 4	95
Tabla 5	96
Tabla 6	97
Tabla 7	98
Tabla 8	99
Tabla 9	100
Tabla 10	101
Tabla 11	102
Tabla 12	103
Tabla 13	104

INTRODUCCIÓN

El presente informe de prácticas desarrolla el proceso de análisis y reflexión de acercamiento a la realidad educativa en la asignatura de Educación Física (EF), realizado durante las jornadas de práctica del ciclo escolar 2021-2022 en la Escuela Primaria Prof. Rafael Ramírez (C.C.T. 24DPR1032F), ubicado en la calle Plaza Plutarco Elías Calles #12, colonia San Antonio en el municipio de Soledad de Graciano Sánchez, San Luis Potosí.

Dicha institución se encuentra incorporada al Sistema Federal de la Secretaría de Educación Pública (SEP) y es de organización completa. La Directora tiene a su cargo el siguiente personal: una secretaria, un maestro de apoyo, 18 maestros frente a grupo, 2 maestros de educación Física, 2 intendentes y una estadística escolar. Atiende una población estudiantil de alumnos

A lo largo de este informe, se detallan algunas características del grupo con el que se desarrolló un proceso de identificación de problemática para la intervención y reflexión de la práctica. Asimismo, se describen las cualidades y atributos del objeto de estudio, considerados para el diseño e implementación de un plan de acción.

Uno de los principales objetivos de esta intervención, fue mejorar las habilidades motrices de los estudiantes, puesto que fue la problemática detectada que requería mayor atención. En este sentido, las habilidades motrices constituyen una parte fundamental del desarrollo de los individuos, pues gracias a ellas nos desenvolvemos con éxito en nuestras actividades cotidianas.

La estructura que presenta este informe es la siguiente:

El capítulo I, especifica la problemática, la contextualiza y define los objetivos que se persiguen con base en ella además de los cuestionamientos que abren paso al objeto de estudio. Se expresa además, el argumento que justifica la importancia de abordar dicha problemática y los motivos personales que se consideraron.

En el capítulo II, se propone el diseño de un plan de acción que aborde una solución a la problemática identificada. Este capítulo se divide en cuatro apartados importantes: 1) Focalización del problema: incluye la problemática, el propósito del plan de acción, características de la institución (contexto interno y externo) y las características de los sujetos de estudio (niños de 6º grado de primaria); 2) Diagnóstico: presenta la importancia de un diagnóstico, se desarrolla en dos fases para identificar la situación a trabajar y presenta una breve conclusión de dicho diagnóstico; 3) Marco teórico: donde se identifican las posturas que sustentan este trabajo; y 4) Marco metodológico: donde se enmarca la ruta que se siguió para el desarrollo de este informe y las actividades propuestas.

En el capítulo III, se desarrolla la descripción de actividades implementadas, la reflexión de la práctica, triangulación teórica y la evaluación de cada una de ellas como propuesta de mejora. En este apartado, se desarrolla un proceso profundo de análisis de las secuencias de actividades y como ello contribuye al logro de objetivos y desarrollo de competencias profesionales.

En el capítulo IV, se encuentra la conclusión del informe. En él, se detalla el alcance de los objetivos, las relaciones identificadas entre los

aspectos analizados, el resultado de la reflexión y futuras áreas de oportunidad para seguir fortaleciendo mis competencias docentes.

Finalmente, se presentan las fuentes consultadas y se adjuntan los anexos cuyo contenido presenta instrumentos de evaluación y medición, contenidos gráficos, planeaciones y otras evidencias.

CAPÍTULO I: PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

Contextualización del problema

La motricidad es concebida como la forma de expresión del ser humano, como un acto intencionado y consciente, que además de las características físicas, incluye factores subjetivos, dentro de un proceso de complejidad humana. Por otro lado, la actividad física puede definirse como cualquier movimiento corporal producido por los músculos y que requiere de un gasto energético (Pardo, 2019).

En este sentido, la actividad física es la capacidad que tiene un individuo para resolver un problema motriz específico, para elaborar y dar una respuesta eficaz. Esta capacidad se adquiere como resultado de un proceso de aprendizaje (generalmente largo) que dependerá del conjunto de recursos de que dispone el individuo y la intervención del docente. Por tanto, es importante que el docente despliegue una serie de acciones didácticas que permitan a los niños a temprana edad favorecer su motricidad y acceder habilidades básicas para la iniciación deportiva.

Algunos ejemplos de actividad física son todas las acciones motoras que se realizan a diario: el trabajo en la oficina, el quehacer doméstico, subir escaleras, caminar, correr y, en resumen, cualquier movimiento que efectúe una persona. Por su naturaleza cotidiana, la actividad física es fundamental para los niños pues, además de ayudar a su sano crecimiento en el aspecto físico, también aporta los elementos para que se desarrollen cognitiva, emocional y afectivamente. Este proceso les permite además, entender su cuerpo, el potencial de sus funciones y las posibilidades que éste ofrece, así

como su capacidad para expresarse y relacionarse con el entorno a través de él.

Es importante destacar que la actividad física se redujo en la población en general durante los últimos dos años, esto derivado del aislamiento ocasionado por la pandemia COVID 19, el cual influyó en las limitaciones ahora presentes en estudiantes de todos los niveles educativos, dado que muchos de los alumnos permanecieron en sus casas, atendiendo a la restricción de un sector vulnerable (infancia) desarrollando poca o nula actividad física. COLEF 2020, sostiene que:

En definitiva, la Educación Física es fundamental para el desarrollo integral del alumnado. Por eso, debemos garantizar que se imparta de forma segura y responsable, para el personal docente y el alumnado, asegurando así que adquieran las competencias básicas y les aporte las habilidades y oportunidades de promoción de la salud y bienestar, tan importantes durante estos tiempos inciertos y difíciles. Esto también les ayudará a tener herramientas y desarrollar resiliencia en el futuro (p.26).

En este sentido, la Educación Física tradicional o virtual debe ser dirigida a las capacidades físicas, coordinativas, motoras, pero más que todo a la capacidad del ser humano de crear, luchar y sostener el bienestar y la felicidad, por lo que es tarea indispensable del docente, diseñar e implementar estrategias que establezcan y fortalezcan las capacidades y habilidades físico motoras de los estudiantes (Posso, Otañez, Paz, Ortiz y Nuñez, 2020).

El regreso a clases presencial (30 agosto 2021) generó, desde la acción docente, la necesidad de establecer un proceso de observación para dar cuenta de las habilidades motrices de los niños, por lo que se procedió a evaluarlos con actividades de iniciación deportiva. Desde esta situación parte el diseño de intervención que se llevó a cabo durante las jornadas de práctica, siendo que los alumnos concluyen el confinamiento y regresan a las aulas de manera presencial. Sin embargo, se consideran aspectos relevantes del trabajo realizado durante el periodo virtual y se rescatan las evaluaciones y trabajo hecho durante dicho periodo.

La aplicación de actividades de iniciación deportiva (AID) favorece el desarrollo y fortalecimiento de las Habilidades Motrices Básicas (HMB), pues implican movimientos indispensables en el desarrollo del niño. De acuerdo con Zurita, Padial, Viciano, Martínez, Hinojo y Cepero, (2016) las AID desarrolladas de manera adecuada y sistemática, ayudará al niño a mejorar cada uno de sus movimientos para utilizarlos cuando lo requiera.

Estos mismos autores, mencionan que cuando no se desarrollan adecuadamente, dichas habilidades en los niños se pueden presentar limitaciones que posteriormente, les generen problemas para coordinar su cuerpo a un nivel inferior del esperado por su edad y coeficiente intelectual. La edad con la que se recomienda comenzar es aproximada ya que, en parte, dependerá del trabajo de formación motriz básico que hayamos realizado antes (Zurita et al., 2016).

Los niños que desarrollan estos problemas tienen dificultades al coordinarse, como: retrasos en el desarrollo para gatear, caminar o sentarse;

torpeza; problemas para la succión o deglución en el primer año de vida; problemas con la coordinación motora fina o visual (usar tijeras, atarse los zapatos...); y problemas con la coordinación motora gruesa (saltar).

Desde el contexto anteriormente referido, en la escuela primaria Rafael Ramírez se observó cierto grado de deficiencia en cuanto la ejecución de actividades, mismas en las que se evidencia la debilidad de habilidades motrices en los alumnos de 6o grado, tales como complicación al botar una pelota, lanzar y cachar objetos movimientos, torpeza al saltar, correr y caminar u otros problemas relacionados a la coordinación y al uso de sus extremidades.

Como resultado de un primer acercamiento, se identificó que los alumnos no son capaces de botar ni conducir un balón de manera correcta, o saltar, lanzar y cachar de manera eficiente. Cabe mencionar que dicha situación no fue un caso general, pues se observaron alumnos que lograron hacer los ejercicios de la manera correcta y en otros casos, alumnos que dominaban solo algunos de los ejercicios.

Lo anteriormente mencionado, me condujo a determinar el tema: el desarrollo de habilidades motrices, bajo el cuestionamiento: **¿De qué manera las habilidades motrices se favorecen mediante la aplicación de actividades de iniciación deportiva en un grupo de niños de 6o año?**

Justificación

Como ya se mencionó, el desarrollo de habilidades motrices constituye un factor crucial en el desarrollo de los individuos, pues se relaciona con su actuar en la vida cotidiana. Durante el periodo de confinamiento, el desarrollo de estas habilidades se vio afectado pues se careció de una estrategia pedagógica que cubriera las necesidades de los estudiantes de manera remota. La modalidad virtual acercó a los estudiantes a dispositivos móviles y recursos digitales que distanciaron sus procesos de aprendizaje de los métodos tradicionales, mismos que incluían el movimiento corporal, las relaciones personales y otros elementos del desarrollo integral.

El trabajo que se propone realizar durante las jornadas de práctica en la Escuela Primaria Rafael Ramírez, ayudará a aquellos alumnos que no cuentan con un desarrollo óptimo de sus habilidades motrices básicas, a través de la implementación de actividades de iniciación deportiva basados en el fútbol y básquetbol. Se espera que el alumno identifique y valore sus habilidades y destrezas motrices al participar en situaciones de juego e iniciación deportiva, lo que le permite sentirse y saberse competente.

Motivos personales:

Durante mi trayecto formativo y participación en jornadas de práctica, identifiqué algunas deficiencias en el desarrollo motriz de mis estudiantes. Con apoyo de mis profesores e instructores en la práctica, logré identificar posibles estrategias de trabajo que pueden mejorar o dar solución a la problemática.

Considero que el desarrollo de habilidades motrices, no se logra únicamente a través de una estrategia de estimulación, sino que se pueden ambientar didácticamente en otro tipo de estrategias pedagógicas, como el juego recreativo, dinámicas de activación corporal o actividades de iniciación deportiva.

Es por ello, que decidí trabajar sobre la problemática anteriormente planteada, con esta propuesta de un plan de acción, me gustaría lograr motivar a mis estudiantes para involucrarse en actividades que mejoren sus habilidades motrices básicas. Además propiciar ambientes de aprendizaje que se ajusten a sus necesidades y gustos por el deporte y el movimiento corporal, en virtud del contexto sanitario vivido en los últimos dos años, el sedentarismo resultado del confinamiento y contribuir a mi campo de formación.

Pregunta de investigación

Pregunta general

¿De qué manera las habilidades motrices se favorecen mediante la aplicación de actividades de iniciación deportiva en un grupo de niños de 6o año?

Preguntas guía

- ¿Qué características físicas presentan los alumnos del grupo?
- ¿Qué intereses manifiestan los alumnos en relación con las actividades de iniciación deportiva?
- ¿Qué habilidades motrices básicas se identifican en los niños?

- ¿En qué tipo de habilidades motrices básicas presentan dificultades los alumnos?
- ¿Qué actividades didácticas de iniciación deportiva favorecen las habilidades motrices básicas identificadas en los niños?
- ¿De qué manera las actividades didácticas de iniciación deportiva fortalecen las habilidades motrices básicas detectadas débilmente en los alumnos?
- ¿De qué manera las actividades didácticas de iniciación deportiva beneficiaron las habilidades motrices básicas identificadas en los niños

Objetivos

General

Favorecer las habilidades motrices de los alumnos mediante una propuesta de intervención que contenga actividades de iniciación deportiva donde el niño se desenvuelva en el espacio requerido y además genere sus propias estrategias para fortalecer su motricidad ya sea en el aula o en la vida cotidiana.

Específicos

- Elaborar un diagnóstico del grupo en estudio que permita identificar el contexto vinculado con la iniciación deportiva que aporte las características de los estudiantes y sus necesidades relacionadas a las habilidades motrices.

- Diseñar un plan de acción donde los niños favorezcan sus habilidades motrices y fortalezcan las que ya han desarrollado, considerando las actividades de iniciación deportiva.
- Valorar las actividades de iniciación deportiva propuestas para fortalecer las habilidades motrices de los niños.

Competencias del perfil de egreso

Genéricas: *Soluciona problemas y toma decisiones utilizando su pensamiento crítico y creativo*

Esta competencia hace mención del pensamiento creativo construido por el docente en formación a través de su experiencia durante las sesiones de educación física. Además, a través de las experiencias en el aula, se ponen a prueba las habilidades y estrategias docentes frente a diversas situaciones problemáticas que se le pudieran presentar y la toma de decisiones para la resolución de estas, de forma autónoma.

Específicas: *Reconoce los procesos cognitivos, intereses, motivaciones y necesidades formativas de los estudiantes para organizar las actividades de enseñanza y aprendizaje.*

Esta competencia hace mención a la interacción que tendré con los alumnos esto para que logre saber qué intereses tienen hacia la clase así como qué tan motivados están a la hora de trabajar, también me ayudará a tener más confianza con el grupo y me tengan un respeto a la hora de que los alumnos se quieran dirigir hacia mí, los intereses de los alumnos me ayudaran para saber

qué actividades o que deporte les gusta y así poder diseñar actividades y clases de agrado de los alumnos que al mismo tiempo les deje un aprendizaje. Además, esta competencia se vincula a los instrumentos y las diferentes maneras de evaluar: utilizar herramientas de como listas de cotejo y el diario de prácticas, donde apuntaré lo observado en clase. Esta competencia se relaciona con la primera ya que gracias a estos instrumentos de evaluación sabré que tanto sirvieron las actividades impartidas en las clases.

Profesionales *Comprende el proceso de desarrollo de las capacidades perceptivo-motrices, físicos motrices, socio motrices, habilidades y destrezas motrices de los estudiantes*

Con esta competencia aprenderé a identificar la diferencia que tiene el juego motor y el deporte educativo y los pondré a prueba en las clases sabiendo diferenciar y al mismo tiempo relacionarlas para así llegar a un mismo objetivo, al mismo tiempo les explicare y enseñare a los la diferencia y la importancia de cada uno de ellos. Aunado a ello, lograré identificar todo el proceso de las capacidades motrices y las llevaré a cabo en las clases de educación física desde un punto a otro de forma que se vea reflejado el trabajo aplicado en las clases y se vea la diferencia del cambio de sus habilidades motrices básicas.

CAPÍTULO II: PLAN DE ACCIÓN

Sección I: Focalización del problema

Desde la experiencia formativa del trabajo docente y la práctica profesional, en la Escuela Primaria Rafael Ramírez se han detectado problemas relacionados con la deficiencia de habilidades motrices básicas en los alumnos de 6o grado. Dicha deficiencia se logró identificar a través del desarrollo de actividades que permitieran visibilizar las HMB, tales como facilidad o dificultad al botar una pelota, lanzar y cachar objetos movimientos, eficiencia o deficiencia al saltar, correr y caminar u otros relacionados a la coordinación y al uso de sus extremidades.

En la opinión de Havighurts (1956) los alumnos que sufren este tipo de problemas presentan complicaciones para coordinar su cuerpo a un nivel inferior del esperado por su edad y coeficiente intelectual. Dificultad que se identifica en los movimientos que implican todo el cuerpo: saltar, correr, lanzar, cachar, botar, patear etc. Estos problemas afectan el rendimiento académico y la vida cotidiana, pues la motricidad juega un papel fundamental en las actividades de la vida diaria (amarrarse las agujetas, pelar una fruta, abrir un bote, etc.) Este fenómeno es resultado de la poca o nula actividad física realizada.

Otra situación que considero importante, es la desvinculación educativa en términos de actividad física, pues los cambios en la modalidad virtual o híbrida dificultaron los procesos de enseñanza y aprendizaje de la asignatura de EF.

Como resultado del confinamiento, la enseñanza virtual y la complejidad del diseño pedagógico implementado a través de una computadora, se dio paso a una serie de cuestiones negativas para la asignatura, pues en muchos de los casos se llevó a cabo de manera superficial, con poco tiempo, con recursos improvisados “hechos en casa” y con el alto ausentismo documentado. Dichos factores propiciaron la disminución de la actividad física y por ende, la obstaculización del desarrollo de las HMB de los estudiantes, sobre todo en nivel básico.

Intención del plan de acción

La principal tarea del docente consiste en el diseño de situaciones didácticas que aporten el tiempo que necesitan los alumnos para adoptar y reformular las nuevas ideas y experiencias que realizan a través de su intervención en el aula (SEP, 2011, p.393).

Este trabajo tiene como intención resolver la problemática identificada en la escuela de práctica a través de un plan de acción, que cuyo objetivo es desarrollar y fortalecer las habilidades motrices básicas que los niños aún no pueden dominar con excelencia. Esto se pretende resolver mediante la implementación de actividades diseñadas a partir de la iniciación al deporte, ya que el alumno en sus tiempos libres tendrá algo que practicar y se busca lateralmente, generar el gusto por un deporte.

El presente trabajo además, promueve valores que empatan con los principios de la institución educativa donde se lleva a cabo la práctica, como el respeto, el trabajo en equipo, la honestidad, entre otros, lo que se verá reflejado en las clases a la hora de aplicar las actividades y los alumnos

tendrán el compromiso de ponerlos en práctica con sus demás compañeros. Esto también va de la mano con las metas educativas de la escuela, ya que es lo que también se busca promover en las clases en el aula.

Propósitos del plan de acción

En las sesiones de educación física su propósito es buscar un bien a los alumnos queriendo lograr un mejor desarrollo en su persona tanto física como mentalmente.

- Conocer y valorar su cuerpo y la actividad física como medio de exploración y disfrute de sus posibilidades motrices, de relación con los demás y como recurso para emplear el tiempo libre
- Utilizar capacidades físicas básicas, sus habilidades motrices y su conocimiento de la estructura y el funcionamiento del cuerpo en la actividad física para adaptar el movimiento a las circunstancias y condiciones de cada situación.
- Resolver problemas que exijan el dominio de patrones motrices básicos, adecuándose a los estímulos perceptivos y seleccionando los movimientos, previa valoración de sus posibilidades
- Regular y dosificar el esfuerzo, llegando a un nivel de autoexigencia acorde con sus posibilidades y la naturaleza de la tarea que se realiza, utilizando como criterio fundamental de valoración dicho esfuerzo y no el resultado obtenido
- Participar en juegos y actividades, estableciendo relaciones equilibradas y constructivas con los demás, evitando la discriminación por características personales, sexuales y sociales, así como los

comportamientos agresivos y las situaciones de rivalidad en las actividades competitivas.

- Conocer y valorar la diversidad de actividades físicas y deportivas en los entornos en que se desarrollan, participando en su conservación y mejora, y mostrando una actitud crítica como participante y espectador.
- Inculcar valores educativos, tales como el compañerismo, la cooperación y colaboración, respeto a los demás y a las normas, al juego limpio, siendo capaces de ponerlos en práctica en situaciones de juego.
- Desarrollar y perfeccionar habilidades y destrezas motrices básicas, así como aprender los fundamentos técnicos, tácticos y reglamentarios del fútbol, siendo capaces de llevarlos a la práctica en situaciones jugadas.

Con base en el básquetbol lo que queremos lograr mediante las sesiones de educación física será:

- Interiorizar las reglas básicas del baloncesto
- Iniciarse en la práctica del baloncesto
- Conocer y aplicar la mecánica de tiro del baloncesto
- Aprender distintas formas de bote
- Aprender a tirar en carrera
- Saber cómo es la defensa individual
- Favorecer los aprendizajes de los contraataques
- Practicar el tiro a canasta

Con base en el fútbol lo que se quiere lograr mediante las sesiones de educación física es:

- Conocer los beneficios psicofísicos de la práctica del fútbol.

- Conocer los aspectos técnicos, tácticos y reglamentarios del fútbol
- Practicar ejercicios técnicos y tácticos básicos del fútbol.
- Reconocer errores de ejecución.
- Practicar actividades futbolísticas que inciten a la cooperación y competición.
- Experimentar situaciones reales de juego reducidas.
- Aplicar el reglamento básico del fútbol en los juegos planteados.
- Participar en la resolución de problemas derivados de la ejecución de las acciones técnicas y tácticas básicas del fútbol.
- Participar activamente en las actividades propuestas.
- Motivar a la práctica del fútbol y la actividad física en general.
- Considerar la tolerancia, el compañerismo y la deportividad en todas las actividades propuestas.
- Respetar el empleo de cualquier tipo de material.

Contexto externo de la escuela de práctica

La Escuela Primaria Prof. Rafael Ramírez C.C.T. 24DPR1032F es de jornada regular atiende de 8:00a.m a 13:00p.m, Zona Escolar 090, sector V se encuentra ubicada en calle plaza Plutarco Elías Calle #12 la colonia de San Antonio, del municipio de Soledad de Graciano Sánchez, San Luis Potosí.



Ilustración 1 Mapa de la Esc. Prim. Rafael Ramírez y sus alrededores Fuente: Google Maps

Contexto social: La mayoría de los alumnos viven cerca de la escuela, de acuerdo con el registro interno de la institución, el 30% viven en colonias que están alrededor. Detrás de la escuela se encuentra un centro deportivo y enfrente está ubicada una iglesia, además se ubican otras instituciones de carácter educativo de diferentes niveles. Esto posiciona a la escuela como un referente social, pues además de ser un centro educativo, es un punto de encuentro social para los colonos, para quienes asisten a los centros y negocios próximos a la escuela y quienes transitan cotidianamente por la calle.

Contexto Cultural: Se encuentra en una zona de mucho vandalismo, lo cual se puede atribuir al que el alumbrado público es deficiente, por lo general son calles solitarias a excepción de días festivos. Las actividades culturales que tienen presencia en la colonia son: la fiesta de San Antonio el 13 de junio, a la cual se atribuye un alto nivel de inasistencia de los alumnos a las clases, se acostumbra instalar juegos mecánicos fuera de la escuela y otras amenidades; también, en esta localidad son creyentes de la Santa Muerte, por lo cual también le organizan fiesta y se llevan a cabo actividades recreativas

para los participantes. Este tipo de festividades y costumbres, contribuyen a la generación de un ambiente que caracteriza la ubicación de la escuela y por ende, existe un impacto en el comportamiento de la comunidad educativa, incluyendo alumnos, maestros y padres de familia.



Ilustración 2 Foto de la calle Lazaro Cardenas ubicada en el municipio de Soledad de Graciano Sánchez, S.L.P Fuente: Google Maps



Ilustración 3 Foto de la calle Lazaro Cardenas ubicada en el municipio de Soledad de Graciano Sánchez, S.L.P Fuente: Google Maps



Ilustración 4 Foto de la calle Plutarco Elías Calles a esquina de la calle Lazaro Cardenas ubicada en el municipio de Soledad de Graciano Sánchez, S.L.P Fuente: Google Maps

Contexto interno de la escuela de práctica

Para este apartado, es necesario mencionar que se realizó un cuestionamiento a personal de la institución a fin de recabar información que de cuenta de las características que constituyen la escuela de práctica. Se conversó con directivos, administrativos y docentes.

La infraestructura de la escuela: 18 aulas, un espacio para biblioteca, salón de cómputo (sin equipos porque fueron robados), dos salas de baños para niñas y niños, un espacio para la oficina de dirección, 2 bodegas para el material de limpieza y material didáctico de Educación Física. Cuenta con espacio techado, tres canchas de básquetbol que necesitan rehabilitación por los desniveles que se encuentran en ellas y son una desventaja para el alumno y el docente, ya que para el alumno puede representar un peligro a la hora de correr o hacer ejercicio. Este tipo de desperfectos es indispensable tomarlos en cuenta a la hora de establecer una planeación didáctica, pues al no considerarlo se podría incurrir en un accidente, para el docente es una desventaja a la hora de plantear una actividad provocando una lesión.

Se cuenta además, con un campo de fútbol en donde la selección de fútbol tanto femenil como varonil, puedan entrenar y prepararse para torneos en donde vayan en representación en la escuela, una ventaja ya que entrenar en concreto es muy peligroso, pues puede provocar una lesión en los tobillos, rodillas, brazos en caso de los porteros y también a la hora de jugar y peligro para los alumnos. Las instalaciones están muy deterioradas por ser una escuela urbana con más de 40 años de funcionamiento. Al respecto, una de las maestras de la escuela, menciona lo siguiente:

“Nuestra escuela aún no cuenta con los insumos para el regreso a clase seguro no tenemos señalamientos, se regresará de manera voluntaria y escalonada para evitar contagios. Hay un comité de salud el cual apoyará con acciones para favorecer un regreso a clases seguro.”
(Entrevistado IAMH)



*Ilustración 5 Foto de la cancha de fútbol al interior de la Esc. Prim. Rafael Ramírez Fuente:
Elaboración propia*

Aspecto económico: por lo general son familias disfuncionales, viven en nivel económico medio-bajo, la mayoría de los padres de familia trabajan en empresas como empleados obreros, por lo que los niños están la mayoría del tiempo solos o viven con abuelos, aproximadamente el 40% de los padres de

familia son profesionistas, una cierta de parte de los alumnos son hijos de padres divorciados.

Aspectos institucionales: Los valores que se enseñan a los alumnos es el respeto, responsabilidad, honestidad, compañerismo, etc. Las actividades extracurriculares constan de concursos de himno nacional, participación en torneos deportivos principalmente en fútbol y atletismo, y otros de carácter interinstitucional. Los festejos que se hacen en la escuela son: día de la madre, 16 de septiembre, altares del día muertos, 20 de noviembre, posadas y fiestas de graduación.

Las juntas de trabajo solo son de Consejo Técnico Escolar (CTE) donde se comparten las experiencias de aprendizaje de los maestros de grupo. Los temas principales son el rezago educativo y el compromiso de los padres para el logro de la calidad educativa que busca la institución. La comunicación entre los maestros se considera buena, existe un ambiente de cordialidad y cooperación para el trabajo.

Con los padres cada trimestre se hace una reunión para valorar el avance de sus hijos y entrega de evaluaciones. En este sentido, la participación de los padres es muy poca, ya que ellos trabajan por jornadas laborales de distintos horarios y ello dificulta la posibilidad de asistir a otras reuniones o celebraciones.

En el área de educación física se hace una matrogimnasia cada año con alumnos de 1ero y 2o y la participación de los padres es de un 70% aproximadamente, sin embargo se observa una participación activa de los estudiantes, lo que se ha proyectado en los resultados obtenidos en dicho

evento. Finalmente se rescata la labor de la escuela para promover y difundir determinada información de interés para su comunidad, las campañas que se realizan son de salud (lavado bucal, desparasitación y pláticas a los alumnos más grandes sobre la sexualidad) y han tenido un efecto positivo en sus estudiantes y padres de familia, según lo que comentan los representantes de la institución.

Características de los alumnos

A continuación se presenta una construcción de las características de los alumnos de acuerdo al nivel educativo y grado en el que se trabajó durante la jornada de prácticas (5º año de primaria).

1. Físicas

Es importante conocer las características de los alumnos ya que así sabré como son físicamente, que es lo que a su edad suelen hacer, también identificare como es que reaccionan ante una problemática y ante un momento crítico ya sea en el aula o en la clase de educación física, también como es que usan su pensamiento y como lo aplicarían en una clase.

Según Morin (2014) la mayoría de los niños crecen de manera continua hasta que el crecimiento se acelera alrededor de los 11 o 12 años. Al aproximarse a la pubertad, los niños y las niñas comienzan a desarrollarse a diferente velocidad. Las niñas suelen dar un estirón entre los 9 y los 11 años, mientras que en los niños ocurre entre los 11 y los 12 años. La mayoría de los niños de sexto grado:

- Tienen más apetito y necesitan dormir más.

- Puede que sean torpes debido al crecimiento acelerado.
- Utilizan una mano y un pie mucho mejor que el otro. (La dominancia “derecha/izquierda” empieza alrededor de los 7 años y se establece entre cuarto y quinto grado).
- Mejora la escritura a mano y la habilidad para usar herramientas.
- Se quejan de dolores óseos o calambres musculares.
- Coordina movimientos (como rebote y encestar una pelota o al practicar artes marciales).
- Puede que intenten desarrollar fortaleza y resistencia debido a un incremento de su masa muscular, especialmente en varones.
- Empiezan a mostrar señales de pubertad como crecimiento de pelo o piel grasa; las niñas pueden ganar peso o redistribuir y la voz de los niños puede empezar a cambiar.

2. Psicológicas

- Establecen amistades y relaciones más fuertes y complejas con sus amigos o pares. A nivel emocional, es cada vez más importante tener amigos, especialmente los de su mismo sexo.
- Sienten más la presión de sus padres.
- Están más conscientes de su cuerpo a medida que se acerca la pubertad. A esta edad comienzan a surgir problemas con la imagen que tienen de su cuerpo y la alimentación.

Bruner (2015) considera que los estudiantes deben aprender a través de un descubrimiento guiado que tiene lugar durante una exploración motivada por la curiosidad (citado por Guerra, Lengua y Sierra, 2017).

3. Cognitivas

De acuerdo con la Teoría de desarrollo cognitivo de Piaget (en Rafael, 2007), los niños empezarán a utilizar un pensamiento lógico sólo en situaciones concretas. En este periodo pueden realizar tareas en un nivel más complejo utilizando la lógica, así como realizar operaciones matemáticas. Sin embargo, aunque hayan hecho un gran avance con respecto al periodo pre-lógico, en este periodo del desarrollo cognitivo pueden aplicar la lógica con ciertas limitaciones: Aquí y ahora, siempre les resulta más fácil. Todavía no utilizan el pensamiento abstracto, es decir, el aplicar conocimientos sobre algún tema que desconocen, aún es complicado para los niños de esta edad.

Sección II: Diagnóstico

Importancia del diagnóstico

Bebby (1977) define la evaluación como "la recogida sistemática de datos e interpretación de los mismos, dirigida, como parte de un proceso, a un juicio de valor con vistas a actuar"; Tenbrink (1988) expone que "evaluación es el proceso de una obtención de información y de su uso para formular juicios que a su vez se utilizarán para tomar decisiones" (en González, 2006). Una evaluación diagnóstica o evaluación inicial en la Educación Física es el conjunto de pruebas o ejercicios que se llevan a cabo antes de empezar un

ciclo escolar y este tiene el propósito de conocer cómo está el nivel de los alumnos.

La Secretaría de Educación Pública, SEP en su documento de Orientaciones para la evaluación de los estudiantes, se menciona al respecto que:

La evaluación diagnóstica trata de conocer si el estudiante cuenta con las competencias requeridas para acceder al proceso formativo determinado y si posee el potencial suficiente (de conocimientos, aptitudes, actitudes, etcétera) que le permita llevar a cabo cierto tipo de actividades con un nivel de logro aceptable. (SEP, 2014, p.17)

A través de este diagnóstico, en Educación Física se pretende conocer los aspectos más relevantes para el objetivo educativo que cada docente pretenda conseguir, y así poder sostener una idea rápida y global de dónde se puede partir. La evaluación inicial solamente será útil para el docente si se analiza lo observado y se realizan otras evaluaciones con el objetivo de hacer un seguimiento al progreso del alumno. Además del uso de las diferentes pruebas que permiten identificar los estilos de aprendizaje de un niño, con la finalidad de que el docente desarrolle una planeación basada en las necesidades de los alumnos.

Plan diagnóstico

Considerando la importancia anteriormente señalada, se realizó una evaluación diagnóstica en la escuela de práctica profesional “Esc. Prim. Rafael

Ramírez” en el grupo de 6°B donde asisten 26 alumnos, estructurando el plan diagnóstico en DOS etapas:

Etapa I: DETECCIÓN DE HABILIDADES MOTRICES BÁSICAS

Etapa II: INTERVENCIÓN DIAGNÓSTICA

ETAPA I: Detección de habilidades motrices básicas

En el grupo de 6 grado de la primaria Rafael Ramírez la maestra de educación física llevó a cabo un proceso en donde los alumnos desarrollaron sus habilidades motrices años anteriores de la siguiente manera: Principalmente en deporte del básquetbol con fundamento técnico sin llegar al juego bote , pase y tiro en trabajo en línea con materiales de reúso, como por ejemplo lanzar una pelota de papel a un bote de plástico a diferente distancias, bote con pelota de vinil con una y otra mano, además de pases rebote a la pared o con algún familiar. En el caso de fútbol, trabajó en línea con globos en donde el alumno pudiera dominar el globo con ambos pies, además de introducirlo en un bote con los pies y se buscó que el alumno pudiera coordinar sus pies y controlar el globo con ambas piernas.

Posteriormente, apliqué una prueba de diagnóstico físico donde los alumnos me pudieron demostrar sus habilidades motrices básicas y específicas. El diagnóstico constó de varios ejercicios y actividades de iniciación deportiva, entre ellas, el bote con un balón de básquetbol, el lanzamiento con un balón de basquetbol, tiro con un balón de fútbol, recepción con un balón de fútbol, al mismo tiempo, se pidió que haciendo estos ejercicios

se desplazaran de varias maneras: caminando, trotando y corriendo, también aplicándolo de las 2 lateralidades tanto derecha como izquierda.

Antes de regresar a clases hice evaluaciones diagnósticas para valorar las habilidades motrices básicas, los ejercicios los realizaban en casa empezando a reconocer las partes del cuerpo, después ejercicios básicos cómo imitar movimientos etc.

Al regresar a la escuela de manera presencial con todos los alumnos, me di a la tarea de evaluarlos presencialmente con actividades de iniciación deportiva donde el objetivo fue saber qué tan desarrollados están motrizmente y lo que logré observar en los alumnos fue lo reflejado en las evaluaciones virtuales. Observé que los alumnos no son capaces de botar un balón, no son capaces de conducir un balón, de saltar correctamente, de lanzar y cachar de la manera correcta, cabe mencionar que este no fue el caso de todos los alumnos ya que también observé alumnos que si lograban hacer los ejercicios de la manera correcta, también existieron casos donde los alumnos dominaban de manera correcta algunos ejercicios pero en otros ejercicios estos no lo lograban hacer correctamente.

Al estar en la clase con los alumnos pude observar que mostraron un gran interés en las actividades ya que a la mayoría de los alumnos les apasionaba mucho el fútbol, tanto así que me pidieron que les agregara más actividades de fútbol, tanto niños como niñas mostraron bastante interés en la actividad. Al igual que el fútbol, asimismo mostraron interés en las actividades de basquetbol, son los dos deportes que más les gusta y más les llama la

atención y me pidieron mucho que les siga incluyendo actividades de fútbol y basquetbol.

ETAPA II: Intervención diagnóstica

Después de haber evaluado a los alumnos del 6to grado del grupo “B” y saber cómo están desarrollados motrizmente, planifique actividades de iniciación deportiva en donde los alumnos puedan fortalecer sus habilidades motrices básicas y específicas. Las primeras sesiones trabajé fundamentos básicos del basquetbol, principalmente el bote fue en lo que primero que me enfoqué, ya que como menciona Gamez (1995) *«El dominio de la técnica individual te permite tener un abanico más amplio de posibilidades para decidir en una jugada concreta.»* es muy importante los movimientos técnicos, vamos a hacer hincapié en la forma de trabajar la coordinación. Muchas veces damos por sentado que los niños tienen adquiridas las habilidades motrices básicas (correr, saltar, girar), por lo que trabajaré en ellas si es que quiero que luego progresen como jugadores y lograr el objetivo, que es fortalecer sus habilidades motrices.

Las siguientes sesiones me dediqué a conocer los demás fundamentos como es el lanzamiento, el pase y la conducción con balón botando antes de meterme de lleno a la práctica del baloncesto y a ponerlos a jugar quiero que primero puedan controlar y dominar los fundamentos técnicos. Así pasa también en el baloncesto, no podemos querer que los jugadores hagan, metiendo un elemento más como es el balón, una buena parada o que den los pasos para entrar, si no son capaces de coordinar sus movimientos sin balón.

Por ello, durante las clases de educación física, dediqué al menos una sesión a trabajar los fundamentos técnicos.

Después de que los alumnos ya más o menos pudieron dominar los fundamentos técnicos básicos, ahora si planifiqué sesiones de desarrollo de la motricidad en donde los alumnos hagan lanzamientos a la canasta, desplazamientos con el balón botando y técnicas de defensa, en el baloncesto se desarrolla con mayor énfasis la coordinación óculo manual debido al manejo constante del balón, el cual debe rebotar en el suelo durante prácticamente todo el juego.

En las siguientes sesiones después de haber trabajado iniciación deportiva, focalizado en el basquetbol, trabajé fútbol igualmente, primero enfocándome en los fundamentos técnicos como el pase, recepción, tiro y conducción.

La importancia de trabajar ejercicios de coordinación motriz orientados al fútbol, ayudan a los niños a mantener el control de su propio cuerpo, a orientarse en el tiempo y en el espacio, así como también a mejorar la agilidad, sincronizar y coordinar los movimientos de los músculos y las extremidades del cuerpo, con el fin de lograr movimientos motrices más complejos. Además, la coordinación motriz en el fútbol se la puede ejecutar en circuitos y estaciones de coordinación motriz, donde el niño tenga una mayor libertad y pueda potenciar las habilidades motrices básicas.

Trabajé con circuitos en donde el alumno, con varias estaciones, trabajó fundamentos técnicos y tenía que mostrar sus habilidades motrices como el golpeo de pelota, recepción de balón y conducción del mismo. Con ello, logré

observar que la mayoría de los alumnos no pudo hacer correctamente los ejercicios, aunque hubo un porcentaje de alumnos que si lo logró hacer de la manera correcta.

Conclusión general diagnóstica

Los alumnos presentaron a la hora de la evaluación una gran aptitud para correr y para patear un balón (aunque no muchos), para poder conducir un balón y al mismo tiempo decepcionar. También algunos mostraron excelencia al botar un balón y lanzar hacia la canasta, los alumnos además también mostraron una aptitud buena al correr y al mismo tiempo controlar la pelota con las manos y con los pies.

En la evaluación diagnóstica los alumnos presentaron interés a la hora de realizar actividades relacionadas con el balón, relacionadas con patear y lanzar una pelota hacia la canasta, además de interesarles mucho el correr con balón. Se puede determinar que los alumnos mostraron ese interés por querer aprender un deporte y querer saber más acerca de ese deporte.

Las habilidades motrices que presentan los niños son correr, coordinar y equilibrar su cuerpo a la hora de aplicar ambos deportes, botar, saltar y lanzar un balón al practicar el basquetbol, recepcionar y tirar un balón al practicar el fútbol.

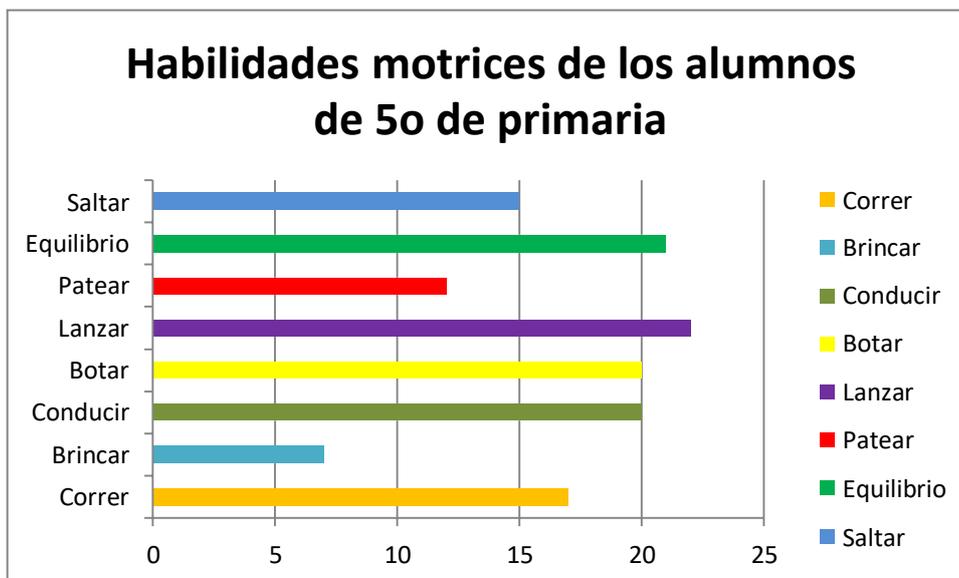


Ilustración 6 Gráfica de resultados de diagnóstico en ambas fases. Elaboración propia

Me sorprendió mucho al ver alumnos y alumnas que se les complica al momento de botar un balón al igual que lanzarlo y atraparlo, también se les vio complicación a la hora de querer manejar un balón con los pies y al mismo tiempo patear el balón,

Antes de regresar a clases, hice evaluaciones diagnósticas para valorar las habilidades motrices básicas. Los ejercicios los realizaban en casa empezando a reconocer las partes del cuerpo, después ejercicios básicos cómo imitar movimientos etc.

Estas evaluaciones se dividieron en 2 partes: primero diseñe un diagnóstico, el cual el niño tendría que reconocer partes de su cuerpo como los ojos, nariz, boca, orejas, brazos, hombros, espalda, estómago, piernas, tobillo, rodillas, etc, aquí me di cuenta que la mayoría conoce por completo su cuerpo y saben también ubicar su lateralidad por ejemplo cuál es su mano derecha y

cuál es su mano izquierda, entonces parte de ese diagnóstico no fue tan complicado. También parte del diagnóstico fue que los niños me mostraran saltos de diferentes maneras, con los dos pies, hacia adelante y hacia atrás, de un lado a otro y con pies cruzados, en esta parte del diagnóstico no fue tampoco tan complicada a excepción de los saltos con los pies cruzados, ya que no todos los niños lo supieron dominar correctamente, aunque un muy buen porcentaje de alumnos si lo pudo realizar sin ningún problema.

La siguiente parte del diagnóstico fue más estricta, ya que tuvieron que demostrarme que tan bien saben trotar y correr y si lo hacen correctamente. Primero trataron de extremo a extremo de cancha y por lo que me pude dar cuenta a ningún alumno se le complicó tal práctica, después de eso, hicieron prácticamente lo mismo pero ahora corriendo y de igual manera ningún problema tuvieron al realizarlo. En esta primera parte del diagnóstico me pude dar cuenta que las dificultades motrices que presentan los alumnos, pueden ser perfeccionadas, ya que supieron realizar la práctica correctamente, por lo que con la práctica se podrá mejorar.

La siguiente parte de la evaluación diagnóstica fue de carácter deportiva, ya que tuvieron que mostrar sus habilidades motrices específicas como el bote de un balón, el lanzamiento, el golpeo de un balón, la recepción, la conducción y el tiro. La primera parte de este diagnóstico los alumnos mostraron sus habilidades con el balón de basquetbol, donde trotando de extremo a extremo de cancha tenían que ir botando el balón.

La siguiente parte fue prácticamente lo mismo pero se le agrego que al final dieran un tiro hacia la canasta, la práctica la hicieron con ambas manos,

en esta parte del diagnóstico me sorprendí mucho, ya que me pude dar cuenta que una gran parte de alumnos no supieron dominar el balón botando con ninguna de las 2 manos. De la misma manera, el lanzamiento no lo hacían correctamente, aunque también hay que mencionar que una parte si dominaron a la perfección la práctica con ambas manos, supieron botar correctamente el balón y saber hacer un buen lanzamiento hacia la canasta.

Posteriormente, demostraron sus habilidades con el balón de fútbol, aquí llevé a cabo un circuito de fútbol de tres estaciones, donde en cada una de ellas demostraron diferentes habilidades: en la primera estación se les solicitó conducir el balón de extremo a extremo de cancha con el pie (con ambas piernas); la segunda estación constó de dar un pase con el pie (con ambas piernas) a un compañero y recepcionar el mismo al recibir el pase de su compañero; y en la última estación, los alumnos hicieron un tiro fuerte con el pie (con ambas piernas) a una mini portería y tratar de meter el gol.

En esta última parte del diagnóstico me pude dar cuenta que una gran parte supo dominar todas las estaciones del circuito correctamente, aunque hubo otra que se le complicaba a la hora de conducir el balón, algunos también no supieron dar un pase al balón de fútbol.

Finalmente, pude rescatar muchas cosas positivas de este diagnóstico, como saber qué es lo que más se les complica dominar a los alumnos y así incluirlo en mi plan de trabajo para poder fortalecerlo. Aunado a ello, pude visibilizar las preferencias de los alumnos en cuanto a las actividades, pues algunas les resultaron más atractivas que otras y esto me permite considerarlo

a la hora de plantear mi propuesta de actividades y lograr mayor atención y participación en la clases.

Agosto 2021

Clase grupo: 6-B

La clase empecó con un calentamiento breve de pies a cabeza donde les comente lo importante que es calentar antes de comenzar una actividad física o una clase de educación física.

Esta clase me basé en diagnosticar al grupo que les estaban motivando, lo hice mediante actividades de iniciación deportiva enfocándome en deportes como el fútbol y básquetbol. Comencé con actividades de voleo, el niño comenzó corriendo y al mismo tiempo batiendo una pelota de básquetbol. Después fue un ejercicio similar pero el alumno hizo un tiro a la canasta extra, esta actividad lo hicimos todos por 3 veces, lo hicimos con las dos manos derecha e izquierda. El siguiente ejercicio fue de fútbol la primera actividad fue pases entre dos compañeros, de primera, batiendo, de recepción entre más. La siguiente actividad consistió en correr con el balón en pie, conduciendo al balón ida y vuelta y al final les aguiete un tiro a una mini portería, donde pude identificar en que ejercicios se les complicó más y el porcentaje de los alumnos.

Al final de la clase respiramos 3 veces para relajarnos al grupo y en fin caminamos hacia el aula.

Sección III: Marco teórico

Ley general de educación

Esta ley regula la educación que imparten el Estado-Federación, entidades federativas y municipios, sus organismos descentralizados, y los particulares (LGE, 2013). Esta ley establece que todos los habitantes del país tienen las mismas oportunidades de acceso, tránsito y permanencia dentro del Sistema Educativo Nacional. Además, obliga al Estado a prestar servicios educativos de calidad que garanticen el logro de los objetivos de aprendizaje, para que toda la ciudadanía pueda cursar la educación en sus diferentes niveles: preescolar, primaria, secundaria, y media superior.

Con base en esta regulación, se determina la importancia de abordar las problemáticas referentes al desarrollo integral de los estudiantes, cumpliendo con la resolución de sus necesidades educativas hacia el logro de una educación de calidad. Ello, cumpliendo con los requerimientos nacionales e institucionales documentados en los planes y programas de estudio vigentes.

Plan de estudios 2018

La Estrategia de fortalecimiento y transformación de las Escuelas Normales tiene como propósito, entre otros aspectos, “garantizar que las Escuelas Normales continúen siendo el pilar de la formación de los maestros de México en congruencia con los retos educativos del siglo XXI” (Vargas y Cruz, 2022, p.2).

A partir de un arduo trabajo colaborativo y de las valiosas aportaciones de docentes, directivos, estudiantes y autoridades estatales, fue posible entablar un diálogo directo con la comunidad normalista en un proceso incluyente, que posibilitó la concreción de esta estrategia (Fernández, 2020).

En este sentido, la Secretaría de Educación Pública, a través de la Dirección General de Educación Superior para el Magisterio (DGESuM), presenta los Planes de Estudio 2018 para la formación inicial de los futuros profesores en Educación Básica. Es importante decir que estos planes están basados en el desarrollo de competencias e incorporan elementos de flexibilidad académica, los cuales son característicos de la Educación Superior. Asimismo dicho enfoque es útil para adaptar y construir trayectos formativos que corresponden con un currículo vinculado a las necesidades de los estudiantes y los distintos contextos en los que se encuentren las Escuelas Normales (SEP, 2017).

El enfoque competencial que tiene implícito el plan 2018, tiene una fuerte carga pragmática que fundó Dewey (2004), y a la vez da respuesta a lo planteado por Tyler, sobre lo que se debe enseñar a los niños en la escuela (citado por Flores 2019). En este sentido, el enfoque competencial constituye un elemento necesario e indispensable en el diseño y estructuración de la enseñanza en la cotidianidad del aula.

Programa de estudios 2018 asignatura: Educación física

El programa de estudios que se encuentra vigente es el programa 2018. El plan de estudios 2018 es parte de lo que el gobierno del ex presidente (Enrique Peña Nieto) llamó la reforma educativa iniciada en 2013, que tenía

entre sus elementos más destacados, la Ley General del Servicio Profesional Docente (Ley 205, 2013), la ampliación de las Escuelas de Tiempo Completo, la Autonomía de Gestión, y el Nuevo Modelo Educativo.

Finalmente se anuncia que la versión final de estos documentos se publicó en el Diario Oficial de la Federación (DOF) en junio de 2017 (SEP, 2018; pp. 15-171) para comenzar a aplicarse en el caso de primaria en los grados de primero y segundo en agosto de 2018 (citado por Flores 2019). El Nuevo Modelo Educativo 2018 se conforma de dos componentes: 1) El de formación académica y 2) El desarrollo personal y social. Cada uno de estos se subdivide en campos, en áreas y en ámbitos respectivamente:

Tabla 1

Identificación del área de EF dentro de los componentes del modelo educativo 2018. Elaboración propia.

Formación académica	Lenguaje y comunicación	Pensamiento matemático	Exploración y comprensión del mundo natural y social
Desarrollo personal y social	Artes	Educación socioemocional	Educación física

En este sentido, es importante ubicar la asignatura de Educación Física dentro de estos tres componentes.

El Plan de Estudios de la Licenciatura en Educación Física es el documento que rige el proceso de formación de los futuros educadores físicos en las Escuelas Normales. Describe sus orientaciones fundamentales, los elementos generales y específicos que lo conforman,

de acuerdo con las tendencias de la educación superior y con los enfoques del Plan de Estudios de la educación obligatoria. Su aplicación en las Escuelas Normales debe permitir que se atiendan, con oportunidad y pertinencia, las exigencias derivadas de las situaciones y problemas que presentará la actividad profesional a los futuros maestros de este nivel educativo en el corto y mediano plazos. (SEP, 2022).

Es este sentido, es importante rescatar la relevancia del programa de educación física en el programa educativo, pues “la Educación Física es una forma de intervención pedagógica que contribuye a la formación integral de niñas, niños y adolescentes al desarrollar su motricidad e integrar su corporeidad” (SEP, 2011, Pág. 153)

Habilidades motrices

Para López, Pérez, Manrique, & Monjas, (2016), hoy en día la Educación Física dentro de las instituciones educativas, es una materia fundamental, tanto para el fortalecimiento físico como mental, es decir, para el desarrollo integral de los estudiantes, de igual manera con respecto a la importancia de la educación física, en los últimos años se ha llegado a conformar un modelo más completo, así también con respecto a la importancia de la actividad física, en el área de la salud, el conocimiento en valores, y sobre todo en la iniciación deportiva de los niños.

Desde la perspectiva de Gardner (1983),

El desarrollo motriz un desarrollo evolutivo de la inteligencia, ya que coordina movimientos corporales con la manipulación de objetos.

De tal manera se puede decir que las Habilidades Motrices Básicas son consideradas muy importantes para la realización de diferentes actividades, en donde estarán presentes diferentes movimientos voluntarios según la actividad que requiera (p.87).

Las habilidades motrices básicas son aquellos actos motores que se, llevan a cabo de forma natural y que constituyen la estructura sensomotora básica, soporte del resto de las acciones motrices que el ser humano desarrolle.

Para Trigueros y Rivera (1991), 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” (citados por Prieto M. 2010).

Se trata, por consiguiente, de la capacidad de movimiento humana adquirida por aprendizaje, entendiendo el desarrollo de la habilidad motriz como producto de un proceso de aprendizaje motor. Estas habilidades básicas, base en el aprendizaje de posteriores acciones motrices más complejas, son los desplazamientos, saltos, equilibrios, lanzamientos y recepciones.

De acuerdo Sánchez Bañuelos (1984), la tarea motriz “el acto específico que se va a realizar para desarrollar y poner de manifiesto determinada habilidad, ya sea perceptiva o motora”.

Así pues, al hablar de tarea motriz nos estamos refiriendo a una actividad motriz determinada que de forma obligada ha de realizarse. El

conjunto de tareas motrices a enseñar constituyen los contenidos a desarrollar por la Educación Física en el ámbito escolar.

De acuerdo con Malangón M (2017), la ejecución motriz está basada fundamentalmente en tres mecanismos, los cuales han de ser tenidos en cuenta por parte del profesor en el tratamiento didáctico de la enseñanza de las tareas motrices:

- Mecanismo perceptivo.
- Mecanismo de decisión.
- Mecanismo efector o de ejecución.

Desde los argumentos empleados por Godfrey y Kephart (citado por Sánchez Bañuelos, 1986) se entiende que los movimientos básicos se agrupan en dos categorías:

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.)

Teoría del aprendizaje y el constructivismo

Esta teoría del aprendizaje, más que una teoría resulta ser un nuevo enfoque que suplanta al conductista; retoma diversos conceptos planteados

como el andamiaje, esquemas mentales o estructuras cognitivas, aprendizajes previos, aprendizaje significativo, entre otros. Además, también se ve íntimamente relacionada con respecto al enfoque sociocultural planteado por Vygotsky, y la manera en cómo se asimilan y construyen los aprendizajes planteado por Piaget y Bruner desde el enfoque cognitivo, y Ausubel desde una combinación de estas.

En sentido general el constructivismo concibe el conocimiento como una construcción propia del sujeto que se va produciendo día con día resultado de la interacción de los factores cognitivos y sociales, este proceso se realiza de manera permanente y en cualquier entorno en los que el sujeto interactúa. Este paradigma concibe al ser humano como un ente autogestor que es capaz de procesar la información obtenida del entorno, interpretarla de acuerdo a lo que ya conoce convirtiéndola en un nuevo conocimiento, es decir que las experiencias previas del sujeto le permiten en el marco de otros contextos realizar nuevas construcciones mentales. (Saldarriaga, Bravo y Loor, 2016, Pp. 130 y 131).

Por tanto, el constructivismo se centra en la construcción de un nuevo conocimiento a partir de los esquemas o la movilización de los aprendizajes previos que forman parte del sujeto, la premisa parte de que el considerar el aprendizaje previo del individuo facilitará el aprendizaje de los nuevos conocimientos, este último aporte retomado del aprendizaje significativo.

También contempla el aprendizaje como un proceso activo por parte del alumno, en donde a través de las interacciones establecidas con el entorno, el maestro y sus compañeros, así como de sus estructuras cognitivas previas,

logra la construcción de sus propios conocimientos. Como menciona Ortiz (2015):

El conocimiento es una construcción del ser humano: cada persona percibe la realidad, la organiza y le da sentido en forma de constructos, gracias a la actividad de su sistema nervioso central, lo que contribuye la edificación de un todo coherente que da sentido y unicidad a la realidad. (p. 96).

Con esta concepción anterior, es que podemos generar distintos factores que influyen en la construcción del conocimiento de una persona, pues al tomar la individualidad de esta, la forma en que cada quien percibe la realidad es muy distinta a la de las demás personas, pues esta dependerá de las capacidades físicas, emocionales, así como de sus condiciones sociales y culturales, con las que cuente en cierto momento de su vida. He aquí una de las características retomadas de la teoría sociocultural, pues esta ve la individualidad de la persona, así como la influencia de su contexto en la realidad de la misma.

Enseñanza y aprendizaje habilidades motrices

La enseñanza y aprendizaje de las habilidades y destrezas motrices básicas, transcurren a lo largo de un proceso mediante el cual los alumnos y alumnas adquieren un repertorio y bagaje motriz que le es de utilidad tanto en el desarrollo personal como en la resolución de nuevos y posteriores aprendizajes.

De igual forma, la enseñanza y aprendizaje de cualquier acción motriz se realiza a través de un proceso que tiene una duración temporal concreta. Así pues, el aprendizaje de cualquier praxis motora permite la transferencia de un aprendizaje realizado de forma significativa e incide de forma positiva en aprendizajes posteriores del mismo ámbito. Al respecto, Chávez (2001) investigó sobre la importancia de desarrollar habilidades motrices en los niños desde los seis hasta los doce años y obtuvo como resultado que el trabajo riguroso y metódico de las habilidades y destrezas motrices básicas tiene repercusión positiva e importante en el aprendizaje y desarrollo de las habilidades básicas de no pertenencia motriz, tales como la escritura, el dibujo y las manualidades.

Asimismo, el desarrollo de las destrezas motoras tienen como objetivo la formación de un ser humano con una concepción holística, con la intención de lograr el estímulo y desarrollo de habilidades, hábitos y actitudes que se manifiesten en ámbitos como el familiar, social y el aprendizaje permanente.

Hay varias cuestiones que hay que considerar de forma previa a la selección del contenido para la programación escolar. López (2013) hace inferencia a las particularidades del proceso de aparición y consolidación de dichas habilidades:

- Las diferentes HMB emergen y se aprenden en momentos diferentes de la infancia.
- La autonomía de un niño en una habilidad determinada y el dominio de la misma dependen, en gran medida, de la cantidad de práctica y de la calidad de la misma.

- Las posibilidades de practicar determinadas habilidades son muy diferentes en función de los contextos de desarrollo de la infancia, de tal forma que las características de dichos contextos resultan fundamentales para favorecer, en mayor o menor grado, el dominio de la motricidad infantil¹ (Gallahue y Ozmun, 2002; Storli y Hagen, 2010).
- En el repertorio motor infantil, las HMB conviven con infinidad de habilidades motrices específicas (HME), algunas derivadas de la vida cotidiana (ir en bicicleta a la escuela o atarse los zapatos) y otras de prácticas físicas más especializadas (deportes, danza, etc.). De tal forma que hay un número importante de HME ya desarrolladas o en proceso de desarrollo en el momento en que el currículo señala la necesidad de focalizar la atención en el trabajo sobre las HMB. (p.91)

Diversos trabajos de investigación apuntan que el trabajo sobre las HMB que ya se dominan se debe centrar en el aumento del repertorio motor de dichas habilidades, favoreciendo la capacidad de adaptación, de ajuste y de variabilidad de respuesta. Por lo que el trabajo se debe planificar con base en la eficiencia de la habilidad del estudiante. Por otro lado, en el caso de aquellas HMB que todavía no están adquiridas o no se manifiestan con una correcta ejecución, el trabajo debe ir encaminado a favorecer dicha estabilidad del patrón de movimiento mediante situaciones de menor variabilidad.

En el caso de las habilidades que ya se dominan por el educando, se debe disminuir el número de repeticiones y para mejora del trabajo, deben

incorporarse variaciones sobre diferentes factores del movimiento, tal como en la ejecución de lanzamientos y recepciones de forma colaborativa, lanzar un balón para que llegue al compañero, durante pocas repeticiones manteniendo la distancia, e incorporar cambios (distancia entre los compañeros, velocidad del lanzamiento, trayectoria del balón, tipo de objeto, etc.).

La iniciación deportiva como estrategia pedagógica

La iniciación deportiva introducida en la EF, se dirige al desarrollo de destrezas motoras para jugar, ejercitarse, competir, recrearse y poder aprovechar el tiempo libre. Ello, con la práctica de actividades físicas, deportivas y recreativas, la selección de uno o varios deportes con los que sea posible alcanzar un desarrollo integral y que de esta manera, el individuo sea capaz de demostrar sus habilidades atléticas en ámbito escolar.

Se analizan los estudios de quienes abordan el tema de la iniciación deportiva desde la óptica de la Educación Física y el Deporte. Pero, no todos se sustentan en el enfoque integral físico-educativo, es decir que no siempre se concibe al profesor de Educación Física como principal agente socializador de este proceso y es limitada la contextualización de las acciones para su potenciación (Olivera, Núñez y Falconi, 2017).

Estos mismo autores, plantean que en nuestro país la Educación Física “potencia el proceso para la selección del talento y la masificación del deporte escolar y comunitario, como base para la alta competencia” (p.88), sin embargo es común que no se le dé la importancia suficiente a la iniciación y otras disciplinas deportivas. Con ello, se desatienden y se desaprovechan las

potencialidades de la juventud para el desarrollo de determinadas habilidades deportivas.

Iniciación deportiva en educación primaria

De acuerdo con Castro y López (2004) Se pueden diferenciar dos grandes tendencias en el análisis de la iniciación deportiva:

- A. Modelo de enseñanza vertical liderado: Este modelo comienza con la puesta en práctica de juegos modificados o simplificados para pasar a una segunda fase en la que se trabaja a través de la aplicación de mini deportes. Finalmente el proceso termina con el aprendizaje específico del deporte estándar.
- B. Modelo de enseñanza horizontal: En este modelo se busca una iniciación a varios juegos deportivos. Por un lado, se puede pasar a una transferencia vertical de juegos modificados y formas jugadas hasta llegar (como en el modelo vertical) al deporte estándar. Y por otro, se puede continuar con una transferencia horizontal para llegar a la práctica de diferentes juegos deportivos.

Estos autores además, proponen una serie de requerimientos a considerar al trabajar con actividades de iniciación deportiva como estrategia pedagógica:

1. El espacio de juego: delimitación del espacio y todas aquellas normas que conciernen a su utilización.

2. El tiempo de juego: proporcionarles a los jugadores un sentido de la temporalidad.
3. El móvil: propiciar situaciones de juego en las que la alternancia de roles sociomotores sea constante.
4. El reglamento: flexible, y en todo momento de la acción pedagógica, debe estar adaptado a las necesidades del individuo.
5. La estrategia: todas las acciones, tanto técnicas como tácticas, deben girar en torno al objetivo.

Finalmente, se deberán tener en cuenta los siguientes aspectos para favorecer el aprendizaje:

- Contribuir a desarrollar una variada percepción y análisis de la situación de juego.
- Conseguir un comportamiento táctico adecuado.
- Evitar la especialización temprana en puestos de juego concretos.
- Cuando tratemos de enseñar a defender, comenzar por la defensa individual.
- Cuando tratemos de enseñar a atacar, el jugador deberá tener en cuenta el móvil, los espacios libres, la situación de los compañeros/adversarios y el objetivo a lograr.

Sección IV: Marco Metodológico

Proceso metodológico

La intervención docente con bases investigativas siguió un enfoque cualitativo desde la investigación-acción, que en palabras de Gallegos (2005) propone:

Mejorar la educación mediante su cambio, y aprender a partir de las consecuencias de los cambios. La investigación-acción es participativa: a través de ella las personas trabajan por la mejora de sus propias prácticas. Implica que las personas realicen análisis críticos de las situaciones (Beltran,A. 2003, pp. 5-6).

La postura cualitativa sigue un proceso lógico e inductivo busca explorar, describir y analizar la información obtenida, la fase diagnóstica se valió de la fenomenología para conocer la situación de los alumnos respecto al manejo de contenidos relacionados con la ecología, en especial de los diferentes conceptos que se han manejado y contrastarlos para trabajar el desarrollo del desarrollar el conocimiento científico y habilidades científicas para favorecer los procesos de enseñanza-aprendizaje, esta fase se guió por el diseño de un esquema que permitiera visualizar las dimensiones y categorías de análisis.

El proceso de reflexión de la intervención utilizó como guía la propuesta de Marqués Graells (2004), considerando las adecuaciones necesarias para el desarrollo de la práctica y el proceso de reflexión, que permiten dar seguimiento a las incidencias que se producen durante el trabajo en el aula. La propuesta propone:

A partir de la organización y planeación del hacer docente, el profesorado se va haciendo experto en el diseño de intervenciones educativas, va adquiriendo una gran habilidad para realizar con rapidez este trabajo concentrándose solamente en los aspectos específicos de cada intervención, ya que los aspectos más generales los tiene siempre presentes (Pere-Márques, 2004).

Diseño y organización del plan de acción

La principal tarea del docente consiste en el diseño de situaciones didácticas que aporten el tiempo que necesitan los alumnos para adoptar y reformular las nuevas ideas y experiencias que realizan a través de su intervención en el aula (SEP, 2011, p.393).

Con base en la propuesta curricular del plan de estudios 2018, en la cual se realiza este proyecto de intervención, se considera la organización y planificación de los contenidos de la asignatura de EF. Así como lo menciona la Secretaría de Educación Pública dentro de los aprendizajes clave para la educación básica:

“La Educación Física requiere de una propuesta que considere las características del desarrollo y crecimiento de los alumnos además de orientar la intervención pedagógica de los docentes en cada uno de los niveles educativos” (SEP, 2022, pp. 595).

Ante ello, el desarrollo pedagógico de la asignatura de EF, propone como eje curricular la competencia motriz y define tres componentes pedagógico-didácticos: 1. Desarrollo de la motricidad, 2.

Integración de la corporeidad y 3. Creatividad en la acción motriz. Estos tres componentes favorecen la articulación de los conocimientos, habilidades, actitudes y valores que se pretende que adquieran desde preescolar hasta secundaria. Dentro de cada uno de ellos, se definen orientaciones que permiten al docente, considerar el proceso metodológico con el cual abordaron las principales problemáticas de la educación física, y darán respuesta a las necesidades de los educandos (ver ilustración 2)



Ilustración 8 mapa conceptual del Diseño de Situaciones Didácticas. Elaboración propia.

Por otro lado, para el diseño del plan de acción del presente proyecto, se toman en consideración los aprendizajes esperados del 6º grado (sujetos de estudio), ya que es indispensable cumplir con los requerimientos de la política educativa a la par del desarrollo de estrategias de resolución de problemáticas emergentes y particulares de la realidad educativa (ver tabla 2).

Tabla 2

Componentes pedagógico-didácticos y aprendizajes esperados en Educación Física en 6to grado de primaria. Fuente: Libro de Aprendizajes Clave" SEP (2018)

EDUCACIÓN FÍSICA. PRIMARIA. 6º		
EJE	Componentes pedagógico-didácticos	Aprendizajes esperados
COMPETENCIA MOTRIZ	Desarrollo de la motricidad	<ul style="list-style-type: none"> • Adapta sus capacidades, habilidades y destrezas motrices al organizar y participar en diversas actividades recreativas, para consolidar su disponibilidad corporal. • Evalúa su desempeño a partir de retos y situaciones de juego a superar por él, sus compañeros o en conjunto, con el propósito de sentirse y saberse competente.
	Integración de la corporeidad	<ul style="list-style-type: none"> • Incorpora sus posibilidades expresivas y motrices, al diseñar y participar en propuestas colectivas, para reconocer sus potencialidades y superar los problemas que se le presentan. • Fortalece su imagen corporal al afrontar desafíos en el juego, la expresión corporal y la iniciación deportiva, para manifestar un mayor control de su motricidad.
	Creatividad en la acción motriz	<ul style="list-style-type: none"> • Diseña estrategias al modificar los elementos básicos del juego en situaciones de iniciación deportiva, con la intención de adaptarse a los cambios en la lógica interna de cada una. • Propone distintas formas de interacción motriz al organizar situaciones de juego colectivo y de confrontación lúdica, para promover el cuidado de la salud a partir de la actividad física.

DESARROLLO, REFLEXIÓN Y EVALUACIÓN

A continuación se presentan las actividades propuestas con los organizadores curriculares, en cada una de ellas trabajaremos el eje central: desarrollo de la motricidad.

La primera sesión tratará sobre la iniciación al fútbol donde se trabaja las habilidades motrices de patear, pasar y recepcionar un balón. La sesión dos tratará sobre la iniciación al basquetbol donde se trabaja las habilidades de botar y lanzamiento del balón a la canasta. La sesión tres, se enfocará en los dos deportes mediante relevos donde se trabajara el bote con balón de basquetbol y tiro con balón de futbol además de trabajar correr con balón en posesión. La cuarta sesión tratará de relevos en donde los alumnos derribaran un cono con una pelota chica de plástico y de igual manera tratar de encestar a un bote con la pelota, en esta actividad se trabajara el bote, lanzamiento y correr con pelota en posesión además del equilibrio en el cuerpo. Finalmente, la quinta sesión se llama reloj, consta de trabajar la reacción y el salto del alumno.

En la siguiente tabla (3) se desglosa la información de cada una de las sesiones, donde se contempla la temporalidad de la actividad, el propósito, se identifica con un nombre, se definen las habilidades a trabajar, los recursos y materiales empleados y el producto de trabajo o la forma de evaluación empleada en cada actividad. Cabe mencionar que esta es solo la organización visual de las actividades implementadas, las planeaciones de cada sesión se pueden visualizar dentro de los anexos finales del presente trabajo.

Tabla 3

Organización de unidades didácticas de propuesta de plan de acción. Elaboración propia.

Sesión	Propósito	Nombre	Habilidad motriz a desarrollar	Recursos didácticos	Producto/ evaluación
1 (50 min)	Identificar situaciones de juego a superar grupal o individualmente en juegos de iniciación deportiva y deporte educativo para fortalecer su habilidad motriz.	Iniciación al futbol	Patear Pase Recepción	Conos Balón de futbol	Lista de cotejo
2 (50 min)	Identificar situaciones de juego a superar grupal o individualmente en juegos de iniciación deportiva y deporte educativo para fortalecer su habilidad motriz	Relevos encestando a la canasta (Iniciación al basquetbol)	Correr Bote Tiro	Conos Balón de basquetbol	Lista de cotejo
3 (50 min)	Identificar situaciones de juego a superar grupal o individualmente	Relevos derribando conos	Correr Bote Tiro	Conos Balón de futbol Balón de basquetbol	Lista de cotejo

	ente en juegos de iniciación deportiva y deporte educativo para fortalecer su habilidad motriz				
4 (50 min)	Identificar situaciones de juego a superar grupal o individualmente en juegos de iniciación deportiva y deporte educativo para fortalecer su habilidad motriz	Relevos derribando el cono Relevos encestando a un bote	Correr Bote Tiro Equilibrio	Conos Pelota chica de plástico Boyas Palo de escoba Aros Bote	Lista de cotejo
5 (50 min)	Identificar situaciones de juego a superar grupal o individualmente en juegos de iniciación deportiva y deporte educativo para fortalecer su habilidad motriz	Reloj	Saltar Reacción	Cuerda con un balón Conos	Lista de cotejo

Análisis de la aplicación del plan de acción

Sesión 1: Iniciación al Fútbol

Como elemento fundamental para el desarrollo de habilidades motrices es menester para el docente identificar los preceptos enmarcados del libro Aprendizajes Clave (2017), el cual señala la planeación como elemento fundamental que guía el aprendizaje con la finalidad de desarrollar a los alumnos sus habilidades y lograr su inserción al medio social de la manera más eficiente. (SEP, 2017). Desde esta visión doy paso a la reflexión de lo obtenido durante el proceso de la práctica docente en la que se pusieron en juego diversos mecanismos para alcanzar los propósitos planteados al inicio de este documento.

La primera clase de educación física se desarrolló en el mes de agosto, la clase se distribuye en tres momentos el primer momento comenzó con un calentamiento breve de pies a cabeza, el cual es importante para evitar lesiones o calambres en los niños, un calentamiento estructurado debe estructurarse de cinco a diez minutos, inició con movimientos de cabeza de arriba hacia abajo y de lado a lado, después con movimientos en los brazos de forma como si estuviese nadando, primero hacia adelante y después hacia atrás.

Posteriormente, siguió con movimientos de muñecas en círculos, continuo con movimientos de rodillas con las manos donde tienen que subir y bajar, después

movimientos de tobillos en círculos y por último saltos con los dos pies hacia atrás, adelante y a los lados.

Antes de comenzar las actividades se hace un estiramiento comenzando por los brazos y al final por las piernas. Considerando los autores González y González, (2010) quienes refieren que la motricidad y su desarrollo está determinada por el conjunto de recursos de que dispone el individuo y la intervención del docente, razón por la cual se establecieron una serie de acciones didácticas para favorecer su motricidad y acceder habilidades básicas para la iniciación deportiva.

Ante esta situación puedo señalar que los niños respondieron de forma positiva ya que al hacer los ejercicios de calentamiento todos lo pudieron lograr sin ningún problema. Hasta este momento mi función fue observar que los alumnos realizan los ejercicios de manera correcta dado que si no lo hacen correctamente pueden sufrir alguna lesión muscular.

Como evidencia de la acción didáctica desarrollada en este proceso inicial se presenta la siguiente imagen:



Ilustración 9 La imagen muestra a los alumnos realizando los ejercicios de calentamiento que les ayuden a evitar alguna lesión muscular.

El segundo momento de la sesión dio origen a la actividad “Iniciación al fútbol” la cual requirió una organización del grupo en parejas donde a cada una se le proporcionó un balón de fútbol, las parejas estuvieron de frente no más de dos metros. La actividad consistió en comenzar con los fundamentos técnicos del fútbol y se empezó con el principal que es pase y recepción del balón con los siguientes ejercicios:

1. Consiste en pasar con la parte interna del pie hacia su compañero y este lo recibe con el pie, los dos alumnos de la pareja participan.
2. Consiste en pasar de primera intención el balón (sin recepcionar el balón).

3. Consiste en pasar sin dejar botar el balón al piso con parte interna (uno de los dos le dará la pelota con las manos al pie), en este ejercicio se irán turnando primero un alumno y luego otro.
4. Consiste en pasar sin dejar botar el balón con parte externa (al igual uno de los dos le dará la pelota con las manos al pie y se turnaran).
5. Consiste en pasar el balón de bote pronto (el alumno le dará la pelota al alumno dejando botar una vez al suelo y después pegarle) también en este ejercicio se están turnando los alumnos.
6. Consiste en recepcionar el balón con la parte del muslo y sin dejar botar la pelota pegarle con la parte interna o externa del pie (de igual manera se irán turnando los alumnos).
7. Consiste en el golpeo del balón con la cabeza de tal manera que uno de los alumnos lanza el balón a su compañero y este lo recibe con la cabeza. Este movimiento se realiza en 10 repeticiones por turno.

El desarrollo de los anteriores ejercicios da origen a lo establecido por Bruner Vigostky y Piaget quienes desde el constructivismo conciben el conocimiento como una construcción propia del sujeto que se va produciendo día con día resultado de la interacción de los factores cognitivos y sociales. Situación que la práctica permitió al trabajar en parejas en el entorno abierto donde el sujeto interactúa de manera consciente y guiada (Saldarriaga, Bravo y Loor 2016).

Los mismos autores señalan que cada quien percibe la realidad de manera distinta a la que otros lo hacen por esta razón es necesario que como docentes cuando apliquemos una actividad la reforcemos de distintas maneras de tal forma que brindemos a los alumnos oportunidades para desarrollar sus capacidades físicas, emocionales, dado que las personas responden al medio social de acuerdo con su individualidad de la persona, así como con la influencia de su contexto, este último hecho me permite como educador físico generarles a los alumnos un contexto de libertad al trabajar en el espacio libre.

De la habilidad de pase.

Desde estas actividades me fue posible identificar como las habilidades básicas están presentes en los alumnos, sus resultados muestran que:

Del 53% que son hombres el 14% se ubica en la categoría de “limitado” de ellos el 35% se ubica en la categoría “algunas veces” y el 50% se ubica en la categoría “no tiene dificultades”.

Del 47% que son mujeres sólo el 8% se ubica en la categoría de “algunas veces” el 92% se ubica en la categoría de “limitado”.

De manera general puedo decir que el 74% de los alumnos del grupo presentan alguna dificultad para realizar esta habilidad denominada pase, lo que sugiere la necesidad de trabajarla de manera constante aun y cuando un 26% puede realizarlo sin ninguna dificultad. Otro hallazgo identificado es el hecho de que solo el 8% de las niñas es decir 1 alumna puede realizar la habilidad con dificultad situación que podría deberse al hecho de que las niñas por su naturaleza no acostumbran a realizar este tipo de acciones, lo que las

lleva a ubicarse en la categoría de “limitada”. (La valoración se muestra en el Anexo 1).

De la habilidad de recepción

Se identifica que de manera general esta habilidad de recepción es más complicada para los alumnos dado que la mayoría está ubicada en las categorías 1 y 2. De manera particular se identificó que del 53% de los hombres el 15% se ubica en la categoría de “limitado”, el 56% se ubica en la categoría de “algunas veces” y finalmente el 29% se ubica en la categoría de “no tiene dificultades”.

En el grupo de las alumnas se identificó que del 47% del total el 92% se ubica en la categoría “limitado”, el 8% se ubica en la categoría de “algunas veces” y el 0% en “no tiene dificultades”.

La siguiente actividad constó del siguiente fundamento técnico del fútbol que es la conducción del balón en carrera, primero que nada se formaron los equipos de manera que quedaran por igual las filas, se formaron 4 filas de seis alumnos, por cada fila se les asignó un balón. La actividad consistió en que salió uno de cada fila conduciendo el balón con la parte externa del pie hasta llegar al otro extremo de la cancha donde estuvo ubicado un cono y el alumno dio una vuelta a ese cono y regresó conduciendo el balón hasta llegar a la fila, al llegar a la fila chocó el puño con su compañero y salió el siguiente, así mismo fueron los seis alumnos hasta que acabaron, el siguiente ejercicio fue exactamente lo mismo el único variante que puse en la clase fue que lo hicieran ahora con la pierna izquierda.

De la habilidad de recepción

De manera general se identifica que esta habilidad fue menos complicada para los alumnos y alumnas ya que presentaron mayor porcentaje en la categoría 2.

De manera particular se identificó que del 53% de los alumnos el 15% se ubicó en la categoría de “limitado”, el 50% se ubicó en la categoría de “algunas veces” y por último el 35% se ubicó en la categoría de “no tiene dificultades”.

De parte de las alumnas del 47% del total el 83% se ubicó en la categoría de “limitado”, el 17% se ubicó en la categoría de “algunas veces” y por último el 0% en la categoría “no tiene dificultades”.

El hecho de realizar una valoración a través de una lista de cotejo en donde se colocaron aspectos prácticos observables de los estudiantes relacionados con la actividad dispuesta o realizada me dio la oportunidad de enfocarme en aspectos muy concretos de la motricidad que al mismo tiempo me permitió identificar que como docentes debemos estar muy concentrados en los elementos que componen nuestra actividad docente de tal manera que puedo asegurar que mi habilidad sobre “reconoce los procesos cognitivos, intereses, motivaciones y necesidades formativas de los estudiantes para organizar las actividades de enseñanza y aprendizaje”, fue puesta en práctica gracias al instrumento de evaluación que sirvió para de manera individual dar fe de las características particulares de cada alumno con respecto a las habilidades motrices específicas.

Otro aspecto que también da fe de la aplicación de la competencia señalada, hace mención a la interacción que tuve con los alumnos esto para que logre saber qué intereses tenían hacia la clase así como qué tan motivados

estuvieron a la hora de trabajar, también me ayudó a tener más confianza con el grupo y me tengan un respeto a la hora de que los alumnos se quieran dirigir hacia mí, los intereses de los alumnos me ayudaron para saber qué actividades o que deporte les gusta y así poder diseñar actividades y clases de agrado de los alumnos que al mismo tiempo les deje un aprendizaje. Gracias a estos instrumentos de evaluación sabré que tanto sirvieron las actividades impartidas en las clases.

Finalmente con respecto a las actitudes de los alumnos ante las actividades propuestas puedo decir que se les veía contentos en la mayoría de los ejercicios, mostraron mucha disposición hacia las actividades, fueron colaborativos, socializaban entre ellos, se apoyaban, se sentían cómodos aunque a veces no podían y en vez de dejar de intentarlo entre sus mismos compañeros se apoyaban. Corroborando los argumentos Saldarriaga, Bravo y Loo (2016), quienes refieren que los sujetos pueden manejar la información del entorno y convertirla en parte de su experiencia, es decir cuando el alumno repite los ejercicios y en cierto momento requiere apoyo este lo toma de sus iguales de tal manera que es capaz de adoptar lo que aprende de los compañeros con lo que él ya conoce y convertirlo en un nuevo conocimiento, es decir que las experiencias previas del sujeto le permiten en el marco de otros contextos realizar nuevas construcciones mentales.

Como docente con estas actividades me sentí seguro, satisfecho con los resultados obtenidos al ver que la clase se llevó a cabo de acuerdo a lo planeado, aunque la mayoría de los alumnos no pudieron lograrlo correctamente sé que sintieron a gusto en la clase y eso me dio satisfacción al observar la reacción de los niños, al prestar su atención para la ejecución de

cada uno de los ejercicios propuestos ya que jamás tuve que llamar la atención o repetir las indicaciones.

Puedo decir que esta sesión me permitió identificar mi habilidad para reconocer los intereses, motivaciones y necesidades formativas de los estudiantes, inscritas en mi planeación y realizadas en la acción docente. (Plan de estudios 2018)

Por otro lado pude darme cuenta de sus aptitudes de colaboración y cooperación al apoyarse unos a otros en los ejercicios en grupos, también se manifiesta en las actividades su actitud competitiva y deseos de ganar lo que llevó a los alumnos a manejar su comunicación lo que pone de manifiesto que mi acción docente permitió el logro del aprendizaje esperado “Adapta sus capacidades, habilidades y destrezas motrices al organizar y participar en diversas actividades recreativas, para consolidar su disponibilidad corporal.”.

La habilidad puesta en juego como docente me permitió a través de la interacción con los alumnos darme cuenta de lo importante que es conocer los intereses y la motivación que estos tienen para desarrollar cualquier actividad y que debo siempre considerar estos elementos para lograr adquirir mayor confianza y tener más certeza sobre qué actividades o que deporte les gusta y así poder diseñar actividades y clases de agrado de los alumnos que al mismo tiempo les deje un aprendizaje.

Como parte final de la clase se les preguntó a los alumnos si les gusto la actividad a lo que me respondieron de forma positiva y me propusieron más actividades de fútbol en donde toquen más el balón, por último hicimos un círculo e inhalamos y exhalamos profundamente tres veces, por siguiente se

formaron 1 fila de niños y una de niñas y pasaron en orden a su salón. Es también importante para mí señalar que durante las actividades realizadas se vio favorecida mi competencia relacionada con: “Soluciona problemas y toma decisiones utilizando su pensamiento crítico y creativo” mediante la ejecución de las diferentes actividades me pude dar cuenta cuando tenemos una organización de la enseñanza de manera sistematizada es posible resolver todas aquellas situaciones que se nos van presentando como son: las indicaciones, el control de grupo, el manejo de la voz, el uso y repartición de materiales, la organización de grupo y el tomar en cuenta el espacio físico donde se desarrollaran las acciones, todos estos aspectos me dieron seguridad y confianza para el desarrollo de mi planeación.

Sesión 2: Iniciación al Basquetbol

Al igual que la primera sesión la clase comenzó con un breve calentamiento de pies a cabeza comenzando con movimientos laterales y horizontales de cabeza, después movimiento de brazos hacia adelante del cuerpo y hacia atrás, como siguiente ejercicio hicieron movimientos de muñecas en forma circular, se siguió con movimiento de cadera en círculo, después movimientos de rodillas con las manos puestas en ellas con movimientos hacia adelante y hacia atrás, casi terminando se siguió con movimientos circulares de ambos tobillos, para terminar el calentamiento se hicieron saltos con pies juntos, después saltos hacia los lados, después saltos hacia atrás y hacia adelante y para terminar saltos con los pies cruzados.

La actividad comenzó agrupando a los alumnos en equipos de 6 jugadores de manera que se hicieran cuatro equipos, después que los equipos estaban

formados procedieron a formarse en filas atrás de un cono y cada equipo con un balón de basquetbol, les comencé a explicar la actividad y dándoles un ejemplo de cómo se hará el ejercicio, después de explicar y ver que no hubo ninguna duda acerca de la actividad salió el primero de cada fila corriendo y botando el balón con mano derecha hasta el otro extremo de la cancha, le dieron vuelta a un cono y se regresaron de igual manera corriendo y botando el balón, al llegar chocaron puño con su siguiente compañero y siguió el siguiente, este ejercicio tardó aproximadamente siete minutos en lo que cada fila dio dos vueltas, después de que dieron las dos vueltas por fila se hizo el mismo ejercicio pero ahora se hizo con la mano izquierda a lo que observe que muchos batallaron al hacer el ejercicio con la mano menos hábil.

El siguiente ejercicio trato casi lo mismo de igual manera salió un alumno de cada fila botando el balón corriendo pero al llegar al otro extremo de la cancha donde está ubicada una canasta el alumno lanzó el balón tratando de encestar al lanzarlo tuvieron éxito o no en el tiro regresaron igualmente corriendo y botando y como el mismo ejercicio choco puño con su compañero y salió el siguiente, esta actividad aproximadamente 15 minutos ya que por fila repitieron el ejercicio 4 veces.

Como último momento de la clase los alumnos se ubicaron en el centro de la cancha formando un círculo, se respiró profundamente 3 veces y se les preguntó acerca de la clase a lo que me respondieron positivamente y les vi mucha alegría al interactuar sobre la clase, por último pasaron a formarse en fila de niños y niñas y avanzaron en orden hacia el aula a reanudar clase.

El trabajo realizado en la sesión permitió identificar como se conjugan las habilidades motrices básicas con las específicas, las primeras de acuerdo con Zurita, Padial, Viciano, Martínez, Hinojo y Cepero, (2016) ayudará a los alumnos a mejorar cada uno de sus movimientos para utilizarlos cuando las requiera. Es importante ponerlas en práctica pues como mencionan los autores cuando no se desarrollan adecuadamente se pueden presentar limitaciones que posteriormente, les generen problemas para coordinar su cuerpo. Las segundas refieren acciones como botar balón y lanzar balón mismo que están relacionadas con el basquetbol y que pretenden perfeccionar su técnica de ejecución pues estas se dirigen hacia la concreción del conocimiento sobre este deporte. Para el caso solo se están ejecutando nociones como las mencionadas.

De la habilidad de Bote:

Del 53% que son hombres el 14% se ubica en la categoría de “limitado” de ellos el 42% se ubica en la categoría “algunas veces” y el 44% se ubica en la categoría “no tiene dificultades”.

Del 47% que son mujeres solo el 25% se ubica en la categoría de “algunas veces” el 58% se ubica en la categoría de “limitado” y finalmente el 17% se ubica en la categoría de “no tiene dificultades”.

De manera general se pudo observar que el porcentaje en la categoría de “limitado” fue menor a la sesión pasada ya que los alumnos practican un poco más el basquetbol o lo prefieren un poco más de parte de las niñas. De parte de los alumnos se puede observar un porcentaje casi igual de bueno a la

sesión pasada. Aun así se sugiere ser constante en seguir practicando este deporte.

De la habilidad de Tiro:

Del 53% que son hombres el 7% se ubica en la categoría de “limitado” de ellos el 64% se ubica en la categoría “algunas veces” y el 29% se ubica en la categoría “no tiene dificultades”.

Del 47% que son mujeres solo el 33% se ubica en la categoría de “algunas veces” el 58% se ubica en la categoría de “limitado” y finalmente el 9% se ubica en la categoría de “no tiene de dificultades”.

Como podemos observar esta habilidad se les complico a los alumnos un poco más que la habilidad de bote, esto se debe a que un lanzamiento a la canasta se requiere de fuerza y ubicación en la cancha, por lo que se sugiere seguir practicando. (ANEXO 2)

A continuación se presenta evidencia de la acción didáctica desarrollada mediante la imagen:



Ilustración 10 En la imagen se identifica la atención hacia el maestro al dar las indicaciones, así como la organización establecida lo que como resultado produce su interés hacia la clase



Ilustración 11 En la imagen se identifica los alumnos aplicando los ejercicios propuestos por el maestro.

Esta sesión me permitió poner en juego habilidades didácticas vinculadas a la observación y evaluación de los alumnos dado que requerí de un mayor esfuerzo para identificar cada una de las habilidades que los alumnos

ponen en práctica al combinar los mecanismos y los movimientos que evidencian las habilidades motrices las cuales fueron plasmadas en un instrumento de evaluación lo que me lleva a poner en juego mis habilidades y competencias para aplicar una valoración justa fuera de cualquier prejuicio.

Sesión 3: Relevos (Derribando conos)

Esta sesión se comenzó con un calentamiento corto que tardó aproximadamente 5 minutos comenzando con movimientos de cabeza laterales y horizontales, se siguió con movimiento de brazos hacia adelante del cuerpo y hacia atrás, como siguiente ejercicio hicieron movimientos de muñecas en forma circular, se siguió con movimiento de cadera en círculo, después movimientos de rodillas con las manos puestas en ellas con movimientos hacia adelante y hacia atrás, después se siguió con movimientos circulares de ambos tobillos, para terminar el calentamiento se hicieron saltos con pies juntos, después saltos hacia los lados, después saltos hacia atrás y hacia adelante y para terminar saltos con los pies cruzados. Para el caso Malangón M (2017), señala que la ejecución motriz está basada fundamentalmente en tres mecanismos de acción motriz:

Primer mecanismo

Mecanismo perceptivo, este se relaciona con el proceso de calentamiento que realizaron los alumnos al motivarlos para introducirlos a la actividad física.

Segundo Mecanismo

Mecanismo de decisión, el cual corresponde a la acción del alumno de manera motivada a ejecutar una serie de movimientos que requieren de mayor esfuerzo y que se desarrolló de la manera siguiente:

La parte medular de la clase comienza haciendo equipos en el grupo para poder estar en orden y explicarles las actividades, como lo he venido manejando hice 4 equipos de 6 alumnos para que la clase se haga más rápida y evitando ser aburrida para los alumnos, al estar formados detrás de un cono cada equipo y con un balón de basquetbol les explique detalladamente los ejercicios que tenían que realizar en la clase, después de explicar y ver que ningún alumno tiene alguna duda comenzaron con los ejercicios, como se los explique el primer alumno de cada fila tiro un lanzamiento hacia la canasta donde están formados su fila, al encestar el tiro salieron corriendo botando el balón hasta el otro extremo de la cancha, al llegar al otro lado de la cancha con el balón de basquetbol derribaron un cono que estaba a una distancia de ellos de aproximadamente 2 metros, al derribar el cono regresaron de igual manera corriendo y botando el balón a chocar puño con su compañero y salió el siguiente a realizar el mismo ejercicio, esta actividad tuvo una duración aproximadamente de 12 minutos ya que por fila lo intentaron 2 veces.

Tercer Mecanismo

Mecanismo efector o de ejecución, este está vinculado con la manera correcta de ejecutar las acciones y movimientos motrices solicitados así como la manifestación de la habilidad o la torpeza con la que se desarrollan dichas acciones mismas que se expresan a continuación:

La siguiente actividad fue completamente diferente lo único que se repitió fue el objetivo que fue derribar el cono pero ahora fue con balón de fútbol, como se lo explique a detalle el ejercicio la actividad comenzó de igual manera que la actividad anterior un alumno de cada fila salió saltando 6 aros con pies juntos, al terminar de saltar los aros siguieron con conducción de balón hasta el otro lado de la cancha donde estaba ubicado un cono, al llegar con el pie tiraron hacia el cono tratando de derribarlo, al derribar el cono regresaron de igual manera conduciendo el balón y chocaron el puño con su compañero y de igual manera realizaron el ejercicio, esta actividad duró alrededor de 15 min ya que igualmente por fila se realizó 2 veces el ejercicio.

Las acciones desarrolladas pretendieron siempre establecer una acción de enseñanza apegada a argumentos teóricos que dan cuenta de cómo es posible implementar acciones y recursos que posibilitan la prioridad de salvaguardar la seguridad de los alumnos sin perder de vista su aprendizaje y desarrollo como lo señalan Godfrey y Kephart (citado por Sánchez Bañuelos, 1986), quienes manifiestan los movimientos básicos se agrupan en dos categorías:

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.). Los cuales estuvieron presente durante las sesiones realizadas. Este hecho me permite darme cuenta de cómo lo que realizamos en las aulas no

son hechos aislados o inventados si no que se encuentran inmersos en elementos teóricos como los señalados.

Para terminar la clase los alumnos se acercaron al centro de la cancha a entrar en momento de relajación y de vuelta a la calma, comenzando a interactuar con ellos acerca de la clase los alumnos alegres me comentaron que les agradaron mucho los ejercicios y me pidieron más clases parecidas, después de interactuar con ellos respiraron profundamente 3 veces y entraron por completo en calma, por ultimo pasaron todos a formar una fila y en orden pasaron a su salón a seguir con sus clases.



Ilustración 12 En la imagen se identifica los alumnos aplicando los ejercicios de la clase.



Ilustración 13 En la imagen se identifica los alumnos aplicando los ejercicios propuestos por el maestro, además de la atención del maestro al trabajo que hacen los alumnos.

De la habilidad de bote:

Del 53% que son hombres el 7% se ubica en la categoría de “limitado” de ellos el 35% se ubica en la categoría “algunas veces” y el 58% se ubica en la categoría “no tiene dificultades”.

Del 47% que son mujeres solo el 8% se ubica en la categoría de “algunas veces” el 58% se ubica en la categoría de “limitado” y finalmente el 34% se ubica en la categoría de “no tiene dificultades”.

De manera general se puede observar una mejoría en el bote, tanto como en niños y niñas aumentaron su porcentaje en las categorías “algunas veces” y “no tiene dificultad” esto se debe a que siguió trabajando constantemente en la habilidad en las clases de educación física además de que los niños y niñas supieron aprovechar las clases y mejorar en sus habilidades motrices.

De la habilidad de Tiro:

Del 53% que son hombres el 7% se ubica en la categoría de “limitado” de ellos el 57% se ubica en la categoría “algunas veces” y el 36% se ubica en la categoría “no tiene dificultades”.

Del 47% que son mujeres sólo el 42% se ubica en la categoría de “algunas veces” el 41% se ubica en la categoría de “limitado” y finalmente el 17% se ubica en la categoría de “no tiene dificultades”.

Generalmente se puede observar mucha mejoría en los tiros con pelota de fútbol se puede observar tanto como en niños y niñas que se aumentó el porcentaje en las categorías “algunas veces” y “no tiene dificultad” esto se debe a que se trabajó constantemente en las clases con tiros y pases con pelota de fútbol, además de que los alumnos pusieron mucho empeño en las clases de educación física para mejorar en las clases de educación física. (ANEXO 3)

En esta sesión además de la competencia genérica de la cual pude resolver problemas y tomar decisiones en favor de la enseñanza y de mi propia forma de trabajar la docencia también puedo decir que se ve reflejada mi competencia profesional de desarrollo de las capacidades perceptivo-motrices, físicos motrices, socio motriz, habilidades y destrezas motrices de los estudiantes. Se hace presente en la detención, seguimiento y evaluación de las habilidades motrices que manifiestan los alumnos al ejecutar los diversos ejercicios solicitados, pues los alumnos manifestaron su interés para desarrollarlos, presentaron sus dudas cuando así lo sintieron y pude ver su esfuerzo y logro al ver concretado el ejercicio, también pude ver la seguridad con la que algunos alumnos preguntan y quieren que el maestro les dé su

aprobación sobre si están desarrollando de manera correcta el ejercicio. Sin embargo nunca vi que algún alumno se negara a realizar los ejercicios lo que me deja muy satisfecho de contar con la aprobación de los alumnos para continuar trabajando.

Sesión 4: Relevos (Derribando conos y encestando a un bote)

La clase comenzó aplicando el mecanismo perceptivo y el tipo de movimiento en el que utiliza su cuerpo. Para ello se mandó a los alumnos al centro de la cancha, las indicaciones fueron formar un círculo para comenzar con el calentamiento, fue un calentamiento breve de aproximadamente 5 minutos tratando de cuidar al alumno evitando alguna lesión, calambre o molestia muscular, así que se comenzó con movimientos de cabeza de forma circular primero hacia la izquierda y después hacia la derecha, después se siguió con movimiento de brazos cruzados uno arriba y el otro hacia abajo, como siguiente ejercicio hicieron movimientos de muñecas en forma circular, se siguió con movimiento de cadera hacia adelante y hacia atrás y después hacia los lados, después movimientos de rodillas con las manos puestas en ellas con movimientos hacia adelante y hacia atrás, después se siguió con movimientos circulares de ambos tobillos, para culminar el calentamiento se hicieron saltos con pies juntos, después saltos hacia los lados, después saltos hacia atrás y hacia adelante y para terminar saltos con los pies cruzados.

El segundo y tercer mecanismo, decisión y ejecución respectivamente, se aplicaron mediante la actividad que comenzó de igual manera agrupando a los alumnos en equipos de 6 alumnos de forma que me quedan 4 equipos, seguí usando relevos en esta clase ya que me resulto muy buena en mis

pasadas clases, se formaron los equipos detrás de un cono pero en esta ocasión todos se sentaron y cada fila con un pelota chica de plástico, en la cancha se puso enfrente de los alumnos un cono, una boya y un palo de escoba, a media cancha un aro parado con ayuda de dos conos y al final de la cancha 2 conos.

Al estar todo en orden material y alumnos les explique detalladamente los ejercicios e hice un ejercicio para que les quedará más claro, después de explicar y asegurarse de que todos los alumnos no tuvieran alguna duda comenzaron con el ejercicio, como les explique todos sentados y el primer niño pasó por arriba de su cabeza hacia atrás la pelota hasta llegar al último niño, cuando la tenga en su posesión se paró rápido y con el palo de escoba sujeto la boya y usando el equilibrio la coloco arriba del cono para después salir corriendo y al llegar al aro gateando pasaron en medio.

Después salieron corriendo hasta llegar al final de la cancha y a una distancia de 2 metros a los conos con la pelota trataron de golpear los conos, al golpearlos regresaron corriendo a su fila sentando enfrente y pasando la pelota hacia atrás para que el siguiente alumno realizará el mismo ejercicio y así siguió la actividad hasta que todos los alumnos de la fila realizarán la actividad, esta parte de la clase duro aproximadamente 15 minutos ya que se les hizo un poco complicado a algunos alumnos a la hora de sujetar la boya con el palo de escoba y colocarlo arriba del cono.

Esta combinación de mecanismos llevo a los alumnos a realizar una ejecución más complicada al involucrar el movimiento del cuerpo y el manejo de un objeto lo requería de su parte concentración, atención, equilibrio,

coordinación y apoyo entre los compañeros lo que da como resultado el manejo de las habilidades motrices básicas y específicas de manera vinculada, y permite al docente visualizar cuales se ejecutan con mayor o menor dificultad.

La siguiente actividad se aplicaron los mismos dos mecanismos de decisión y ejecución de la actividad pasada, con la misma vinculación de movimientos corporal y con objetos, pues en este momento de la acción didáctica ya era necesario realizar un mayor esfuerzo sobre la motricidad. Igual se organizaron por equipos el primer alumno pasó por arriba de su cabeza hacia atrás la pelota hasta llegar al último niño, cuando la tuvo en su posesión se paró rápido y con el palo de escoba sujeto la boya y usando el equilibrio la colocó arriba del cono para después salió corriendo y al llegar al aro gateando pasaron en medio, después salieron corriendo hasta llegar al final de la cancha donde ahora estaba ubicado un bote y con la pelota de plástico a 2 metros el niño encestaron en el bote, al encestar el alumno salió corriendo a sentarse en la fila pasando la pelota hacia atrás para que el siguiente alumno realizará el ejercicio de igual manera, la actividad duró alrededor de 15 minutos ya que además del ejercicio del palo de escoba al alumno se le complicó un poco encestar al bote.

Al terminar las actividades los alumnos se reunieron al centro de la cancha y de igual manera interactuando con ellos me di cuenta del buen interés que tienen hacia la clase además de decirme que ejercicio se les hizo más difícil y más fácil, al terminar de interactuar seguimos con respirar profundamente y regresar a un estado de calma para bajar la energía y adrenalina que consumieron durante la clase, por último pasaron a formarse y pasar tranquilos y en orden al salón de clases.



Ilustración 14 La imagen muestra a los alumnos realizando los ejercicios de calentamiento que les ayuden a evitar alguna lesión muscular.



Ilustración 15 La imagen muestra a los alumnos realizando los ejercicios y actividades de la clase, se les puede ver que lo hacen con mucha actitud

De la habilidad de Tiro:

Del 53% que son hombres el 14% se ubica en la categoría de “limitado” de ellos el 50% se ubica en la categoría “algunas veces” y el 36% se ubica en la categoría “no tiene dificultades”.

Del 47% que son mujeres sólo el 42% se ubica en la categoría de “algunas veces” el 50% se ubica en la categoría de “limitado” y finalmente el 8% se ubica en la categoría de “no tiene dificultades”.

De manera general podemos observar que el tiro o lanzamiento con una pelota de plástico hacia un bote o hacia un cono para derribarlo no se les hizo de mayor complicación, ya que tienen más facilidad para lanzar una pelota chica a un balón esto se debe a que usan menos fuerza, pero aun así no podemos dejar de decir que es recomendable seguirlo trabajando para seguir fortaleciendo esa habilidad motriz.

De la habilidad de Equilibrio:

Del 53% que son hombres el 0% se ubica en la categoría de “limitado” de ellos el 35% se ubica en la categoría “algunas veces” y el 65% se ubica en la categoría “no tiene dificultades”.

Del 47% que son mujeres sólo el 0% se ubica en la categoría de “algunas veces” el 50% se ubica en la categoría de “limitado” y finalmente el 50% se ubica en la categoría de “no tiene dificultades”.

Como podemos observar esta habilidad no se les complicó en lo más mínimo ya que el 0% de los alumnos se ubicó en la categoría de “limitado” y la mayoría de los alumnos se ubicó en la categoría de “no tiene dificultad” esto se debe a que tal habilidad la tienen muy bien desarrollada debido a que lo trabajaron muy bien anteriormente en las clases de educación física. (ver ANEXO 4)

En esta sesión como docente puse en juego las habilidades de organización, observación, la evaluación continua, la toma de decisiones, la atención individualizada, el uso de recursos y la detección de necesidades y destrezas relacionadas a la motricidad. Esto lo menciono porque tuve la necesidad primero de organizar mi planeación de acuerdo a los avances que están teniendo los alumnos aplicando un grado de dificultad mayor al de la sesión anterior, decisión tomada por la participación y la intención de ejecutar el trabajo que se les proponía, este hecho no impidió que cuando fue necesario apoyar de manera individual a un alumno se hiciera.

También debo mencionar que los recursos seleccionados cumplieron su finalidad y se aplicaron sin ningún problema con los alumnos, todos los recursos eran conocidos por los alumnos y en cuanto a necesidades y destrezas para mí fue importante no perder de vista que no todos los alumnos aunque pongan su mejor esfuerzo los pueden realizar de manera eficiente, lo que me lleva a pensar en la necesidad de continuar favoreciendo estas habilidades motrices.

Sesión 5: El Reloj

En esta clase se aplican los mecanismos de decisión y ejecución y el movimiento corporal. La clase comenzó cuando me reuní con los alumnos en medio de la cancha, les explique cómo iba a ser esta clase, les mencione que sería muy diferente a las anteriores ya que no íbamos a trabajar en relevos sino que ahora todos iban a trabajar en equipo, les dije que en equipo tenían que buscar estrategias para poder lograr su objetivo de la clase, después de darles una breve explicación de la clase comenzamos con el calentamiento así que

comenzamos con movimientos de cabeza de arriba hacia abajo y de lado a lado, después con movimientos en los brazos de forma como si se estuviera nadando primero hacia adelante y después hacia atrás, se siguió con movimientos de muñecas en círculos, después movimientos de rodillas con las manos en donde tienen que subir y bajar, después movimientos de tobillos en círculos y por último saltos con los dos pies hacia atrás y adelante y a los lados. Después de calentar un poco el cuerpo se hizo un estiramiento comenzando por los brazos y al final por las piernas para dar comienzo con la actividad.

Después de estirar muy bien agrupe al salón en 5 equipos con 5 alumnos, después de formar los equipos los distribuí por la cancha de forma que estuvieran alrededor de la cancha y detrás de un cono, estando en orden los equipos proseguí a explicarles la actividad, después de explicar y verificar que ningún equipo tuviera alguna duda comenzamos con la actividad, yo con una pelota amarrada a una cuerda le di vueltas de forma que recordarán al juego del reloj donde los niños tenían que saltar y evitar que les golpeará la pelota, pasó el primer equipo y dieron 3 saltos por alumno después salieron del centro y se ubicaron nuevamente en su lugar, los demás equipos lograron hacer el ejercicio correctamente.

La siguiente parte de la actividad fue casi lo mismo, la única variante que se utilizó fue que ahora la pelota fue girando por arriba y los niños en vez de saltar tuvieron que agacharse y evitar que la pelota los toque, pasaron los equipos en orden uno por uno logrando esquivar la pelota a excepción de un equipo que no logró esquivar la pelota pero la mayoría hizo correctamente el ejercicio.

Al acabar las actividades reuní a los alumnos al centro de la cancha, se mostraron un poco descontentos al saber que ya mero se acababa la clase, al estar todos reunidos empezamos a interactuar acerca de la clase y me dijeron sus opiniones acerca de la clase, lo cual me dijeron que les agrado mucho la clase y que les siguiera agregando actividades parecidas, después de interactuar proseguimos a entrar en un momento de calma y relajación, respiramos profundamente 3 veces, después pasaron formar una fila de niños y niñas para así pasar en orden a su salón.



Ilustración 16 La imagen muestra a los alumnos realizando los ejercicios de calentamiento que les ayuden a evitar alguna lesión muscular.

De la habilidad de Salto:

Del 53% que son hombres el 0% se ubica en la categoría de “limitado” de ellos el 21% se ubica en la categoría “algunas veces” y el 79% se ubica en la categoría “no tiene dificultades”.

Del 47% que son mujeres sólo el 8% se ubica en la categoría de “algunas veces” el 33% se ubica en la categoría de “limitado” y finalmente el 59% se ubica en la categoría de “no tiene dificultades”.

De manera general se observa que esta habilidad los niños la dominaban muy bien durante la clase, se puede apreciar como en la categoría de “no tiene dificultad” tiene un número de porcentaje alto tanto en niños como en niñas y en la categoría de “limitado” el número es lo más mínimo de parte de los niños un 0% y de parte de las alumnas un 8% esto por una alumna que se les complicó la actividad a la hora de saltar pero en general todos muy desarrollados esto se debe que desde niños fortalecieron esta habilidad en juegos y en clases de educación física

De la habilidad de Reacción:

Del 53% que son hombres el 7% se ubica en la categoría de “limitado” de ellos el 42% se ubica en la categoría “algunas veces” y el 51% se ubica en la categoría “no tiene dificultades”.

Del 47% que son mujeres sólo el 16% se ubica en la categoría de “algunas veces” el 66% se ubica en la categoría de “limitado” y finalmente el 18% se ubica en la categoría de “no tiene dificultades”.

Generalmente los alumnos esta habilidad la dominan muy bien ya que los el porcentaje en la categoría de “limitado” es menor a diferencia en la

categoría de “no tiene dificultades” que el número de porcentaje es alto en niños y en niñas, esto porque se ha venido trabajando esta habilidad en clases pasadas y años anteriores, aunque hay un porcentaje mínimo en la categoría de “limitado” es importante ser constante en seguir trabajando esta habilidad en futuras clases.

Esta actividad los alumnos pusieron en juego su capacidad de reacción para saltar y agacharse de tal forma que esquivaran el balón, además de ello requerían como equipo una estrategia que los ayudará a mantenerse dentro y fuera del círculo sin ser tocados por el balón lo que pone en evidencia no solo sus habilidades motrices sino también sus habilidades para la cooperación y colaboración pues al perder uno perdía todo el equipo.

Como docente también puse en juego mi habilidad empática con los alumnos al formar parte también del juego pero como un recurso esta situación es importante mencionarla porque en muchas ocasiones los alumnos piensan que como maestro me puedo causar algún daño y sienten temor al realizar la actividad, esto no ocurrió los alumnos actuaron de manera natural ejecutando la actividad de manera divertida.

Esta actividad cierra un conjunto de acciones que me permitieron distintas cosas:

- Por un lado conocer más a mis alumnos y que ellos me vieran como un docente que les puede proporcionar apoyo en su desarrollo.

- Por otro lado también fortalecí mis competencias docentes al realizar la detección de necesidades, la organización y búsqueda de información para planear sesiones dirigidas a atacar la problemática detectada en el diagnóstico, la aplicación de una evaluación mediante el uso de instrumentos, la focalización de las habilidades motrices que los alumnos pusieron en práctica en cada sesión. Todo ello en conjunto favoreció mi seguridad y mi confianza para el desarrollo de la actividad docente.

CONCLUSIONES

El desarrollo de esta investigación que planteó en un inicio como objetivo general “Favorecer las habilidades motrices de los alumnos mediante una propuesta de intervención que contenga actividades de iniciación deportiva donde el niño se desenvuelva en el espacio requerido y además genere sus propias estrategias para fortalecer su motricidad ya sea en el aula o en la vida cotidiana” puedo afirmar que fue alcanzado pues a lo largo de todo el trabajo reflexivo referido es posible visualizar como fueron tratados mediante la acción didáctica todas las habilidades motrices planteadas como debilidades en el diagnóstico. También puedo afirmar con respecto al favorecimiento de las habilidades motrices que los alumnos mejoraron respecto a sus habilidades motrices, esto gracias al empeño que pusieron cada uno de ellos en las clases así como a su disposición y atención.

Cuando se realizó el diagnóstico se detectaron habilidades relacionadas con correr, patear un balón, manejar un balón con los pies, botar el balón, lanzar un balón, controlar un balón, estas habilidades fueron detectadas como débiles y hacen referencia a movimientos con objetos. También se identifican habilidades como control del cuerpo, saltar, girar, coordinación de movimientos sin balón y correr como habilidades débiles con respecto a movimientos del cuerpo.

Las habilidades motrices que presentaron los alumnos fue una mejoría al botar un balón de basquetbol así mismo botando el balón e ir en carrera al otro extremo de la cancha, mejoraron el lanzamiento de la pelota hacia un objetivo ya sea hacia la canasta, una cubeta o un cono, de la primera clase que

aplicamos a la última mostraron mucha mejoría ya que se les complicaba tanto como a niños y niñas el botar un balón y al lanzarlo aún más, pero gracias al empeño que tuvieron los alumnos en la clase se logró fortalecer esas habilidades motrices.

Por otro lado otras habilidades que mejoraron los alumnos fue: conducir un balón de fútbol, recepcionar, pasar y tirar el balón, esto fue lo que más se trabajó ya que a la mayoría de los alumnos se les complicaba y aún más a las niñas, pero mostraron mejoría a la de la primera a la última clase ya que supieron trabajar correctamente y fuimos constantes en el trabajo durante las clases, ahora no se les complica como antes gracias al buen trabajo y desempeño que mostraron en la clase.

Aunque no podemos decir que las habilidades motrices que trabajadas aún los alumnos no las controlan al 100%, es posible afirmar que pueden mejorar esas dichas habilidades ejecutando actividades tanto de manera guiada como en su contexto social, lo que irá disminuyendo su complicación, ya que esto se tiene que seguir trabajando constantemente en futuras clases y en actividades en tiempo libre.

Los alumnos siempre mostraron interés y ganas de trabajar durante las clase, y al ver que eran actividades de iniciación deportiva se mostraron aún más contentos durante las actividades planeadas esto debido a que los alumnos buscan más juegos que tenga que ver con pelota o relacionados al fútbol y al basquetbol ya que son juegos y actividades que les llama más la atención además que se relacionan con ellas fuera de la escuela. También es importante aclarar que se consideró los intereses de los niños al seleccionar

dos deportes que para ellos resultaron agradables como fue el futbol y el basquetbol.

Las actividades propuestas, su seguimiento valoración da cuenta de cómo lograr fortalecer las habilidades motrices de los niños mediante la aplicación de actividades de juegos pre deportivos y juegos modificados fue la base para poder trabajar y llevar a cabo el seguimiento a esta problemática detectada. Las actividades propuestas beneficiaron a los alumnos de tal manera que mejoraron sus habilidades motrices tanto como niñas y niños se les vio una mejoría al trabajar en las clases de educación física.

El trabajo con las habilidades motrices no solo le ofrece a los alumnos La posibilidad de mejorar su condición física, el desarrollar con mayor efectividad un deporte, el controlar sus reacciones sino que también tiene un efecto sobre su proceso de aprendizaje al tener una acción en su inteligencia pues como refiere Gardner, (1983), el desarrollo motriz actúa en la evolución de la inteligencia, ya que coordina movimientos corporales con la manipulación de objetos. De tal manera se puede decir que las Habilidades Motrices Básicas son consideradas muy importantes para la realización de diferentes actividades, en donde estarán presentes diferentes movimientos voluntarios según la actividad que requiera.

Con respecto a mi perfil de egreso puedo decir que he visualizado diversos enriquecimientos a competencias adquiridas a lo largo de mi formación inicial como fue el manejo de la información, el proceso descriptivo de mi actual docente, el seguimiento sistemático sobre el desarrollo de las clases, la importancia de una planeación con un sentido, uso de recursos, el

conocer el contexto en el que trabajo y finalmente poner atención a todos aquellos detalles que emanan de los alumnos (dudas, preguntas, sonrisas, enojos, tristeza, emociones).

Finalmente quiero concluir con algunos de las habilidades que a lo largo del documento se hacen evidentes en distintas situaciones:

- Por un lado conocer más a mis alumnos y que ellos me vieran como un docente que les puede proporcionar apoyo en su desarrollo.
- Por otro lado también fortalecí mis competencias docentes al realizar la detección de necesidades, la organización y búsqueda de información para planear sesiones dirigidas a atacar la problemática detectada en el diagnóstico, la aplicación de una evaluación mediante el uso de instrumentos, la focalización de las habilidades motrices que los alumnos pusieron en práctica en cada sesión. Todo ello en conjunto favoreció mi seguridad y mi confianza para el desarrollo de la actividad docente.

REFERENCIAS

- Bascón, M. (2010). Educación Física. Habilidades motrices básicas. Montalbán Córdoba, España. <http://jorgegarciagomez.org/documentos/hmbasicas.pdf>.
- Castro, R. y Kñopez, I. (2004). La iniciación deportiva en la educación primaria: enseñanza de los deportes de cooperación / oposición de participación simultánea y espacio compartido. *efdeportes.com*. 10 (77). 2004. Buenos Aires, Argentina.
- Universidad de los Andes, 2017. COLEF, C. (2020). Recomendaciones docentes para una educación física escolar segura y responsable ante la “nueva normalidad”. Minimización de riesgos de contagio de la COVID-19 en las clases de EF para el curso 2020-2021. *Revista Española de Educación Física y Deportes*, (429), ág-81.
- Fernandez, J. (2020) Análisis del diseño e implementación de la Estrategia Nacional para el Fortalecimiento y la Transformación de las Escuelas Normales 2017. *Idónea comunicación de resultados* Universidad Autónoma Metropolitana Unidad Azcapotzalco
- Flores, G. (2019) Los curricularistas en el plan y programas de Educación Primaria 2018 en México *Educere*, vol. 23, núm. 75, pp. 441-450, 2019
- Gámez, M. M. (1995). Educación del ocio y tiempo libre con actividades físicas alternativas. Lib Deportivas Esteban Sanz.

- González, P. (2006). Una propuesta de evaluación inicial para Educación Física al comenzar la enseñanza primaria. *Revista digital: Educación Física y Deportes*, 103.
- Graells, P. M. (2004). *Diseño de intervenciones educativas*. México: SEP.
<http://www.peremarques.net/Interved.htm#inicio>
- Guerra, N., Lengua, C. y Sierra, V. (2017). Los contenidos digitales en el área de tecnología e informática y su aporte a la lengua de señas colombiana. In Congreso Internacional y Nacional de Educación en Tecnología Informática.
- Havighurst, R. (1956). Research on the developmental-task concept. *The School Review*, 64(5), 215-223.
- López, V. (2013). Las habilidades motrices básicas en educación primaria: aspectos de su desarrollo. *Investigación y debate*. Tándem Didáctica de la Educación Física (43), pp. 89-96
- Malagón, M. (2017). *Los modelos de control administrativo en Colombia (1811-2011)*. Universidad de los Andes.
- Morin, A. (2014). Effects of epistemic and teleologic attitude change strategies on persistence and resistance of subsequent attitudes. Texas Christian University.
- Olivera, V., Núñez, F. y Falconi M. (2017). Estrategia pedagógica para la potenciación de la iniciación deportiva en la educación física (revisión).

OLIMPIA Revista de la Facultad de Cultura Física de la Universidad de Granma. Vol.14 No.42, ISSN: 1817-9088.

Ortiz, D. (2015). El constructivismo como teoría y método de enseñanza. *Sophia*, Colección de Filosofía de la Educación, 19, pp. 93-110. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=441846096005>

Pardo, P. J. M. (2019). Acondicionamiento físico en el medio acuático. *Revista de Investigación en Actividades Acuáticas*, 3(5), 1-2. LGE. Ley General de Educación (11 de septiembre de 2013). Diario Oficial de la Federación. México:

Rafael, A. (2007). Desarrollo Cognitivo: Las Teorías de Piaget y de Vygotsky. http://www.paidopsiquiatria.cat/archivos/teorias_desarrollo_cognitivo_07-09_m1.pdf, 29.

Posso Pacheco, R. J., Otañez Enríquez, J. M., Paz Viteri, S., Ortiz Bravo, N. A., & Núñez Sotomayor, L. F. X. (2020). Por una Educación Física virtual en tiempos de COVID. *Podium. Revista de Ciencia y Tecnología en la Cultura Física*, 15(3), 705-716.

Saldarriaga, P., Bravo, G. y Loor, M. (2016). La teoría constructivista de Jean Piaget y su significación para la pedagogía contemporánea. *Revista científica Dominio de las Ciencias*, 2, pp. 127-137. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5802932>

Sánchez, F. (1984). Bases para una didáctica de la educación física y el deporte. GYMNOS. Madrid

Sarmiento, M. (2007) La enseñanza de las matemáticas:. Una estrategia de formación permanente. ISBN: 978-84-690-8294-2

SEP (2011b), Plan de estudios 2011. Educación Básica. México: SEP.

SEP (2017b). Planes de estudios 2018. Educación Básica. Mexico: SEP.

SEP (2014). Orientaciones académicas para la elaboración del trabajo de titulación. Plan de estudios 2012. México: SEP.

Vargas y Cruz (2022). “Diálogos para la construcción de la propuesta curricular de educación básica 2022” eje 4.8: los proyectos como expresión de la articulación entre la escuela y la comunidad local, regional y mundial. Escuela Normal de Tenancingo

Zurita, Padial, Viciano, Martínez, Hinojo y Cepero, (2016) Zurita Ortega, F., Padial Ruz, R., Viciano Garofano, V., Martínez Martínez, A., Hinojo Lucena, M. A., & Cepero González, M. (2016). Perfil del estudiante de educación física en primaria. *Revista electrónica de investigación educativa*, 18(2), 156-169.

ANEXOS

ANEXO 1

Tabla 4

Niveles de habilidades básicas - Sesión 1. Elaboración propia.

NIVELES DE HABILIDADES BASICAS SESION 1														
ALUMNOS/HABILIDADES	GENERO		PASE			GENERO		RECEPCION			GENERO		CONDUCCION	
	H	M	1	2	3	H	M	1	2	3	H	M	1	2
1-		1	*				1	*				1	*	
2	2			*		2			*		2			*
3		1	*				1	*				1	*	
4	3				*	2			*		2			*
5		1	*				1	*				1	*	
6	3				*	2			*		2			*
7		2		*			2		*			2		*
8	1		*			1		*			1		*	
9	1		*			1		*			1		*	
10	3				*	3				*	3			*
11		1	*				1	*				2		*
12		1	*				1	*				1	*	
13		1	*				1	*				1	*	
14	2			*		2			*		3			
15		1	*				1	*				1	*	
16	3				*	3				*	2			*
17	2			*		2			*		3			
18		1	*				1	*				1	*	
19		1	*				1	*				1	*	
20	2			*		2			*		3			
21	3				*	3				*	2			*
22	3				*	2		*			2			*
23		1	*				1	*				1	*	
24	2			*		2			*		2			*
25		1	*				1	*				1	*	
26	3				*	3				*	3			*
Total	14	12	13	6	7	14	12	14	8	4	14	12	12	9
Porcentaje	53%	47%	50%	24%	26%	53%	47%	53%	30%	15%	53%	47%	47%	34%
						15%	92%				15%	83%		

ANEXO 2

Tabla 5

Niveles de habilidades básicas - Sesión 2. Elaboración propia.

NIVELES DE HABILIDADES BASICAS SESION 2										
ALUMNOS/HABILIDADES	GENERO		BOTE			GENERO		TIRO		
	H	M	1	2	3	H	M	1	2	3
1-		2		*			2		*	
2	3				*	2			*	
3		1	*				2		*	
4	2			*		2			*	
5		2		*			1	*		
6	3				*	3				*
7		3			*		3		*	
8	2			*		2			*	
9	2			*		2			*	
10	3				*	3				*
11		2		*			1	*		
12		2		*			2		*	
13		1	*				1	*		
14	1		*			1		*		
15		2		*			2		*	
16	3				*	2			*	
17	3				*	3				*
18		3			*		2		*	
19		1	*				1	*		
20	2			*		2			*	
21	2			*		2			*	
22	1		*			2			*	
23		2		*			2		*	
24	2			*		2			*	
25		2		*			2		*	
26	3				*	3				*
Total	14	12	5	13	8	14	12	5	17	4
Porcentaje	53%	47%	19%	50%	31%	53%	47%	19%	65%	16%
Limitado	14%	25%				7%	33%			
Algunas veces	42%	58%				64%	58%			
No tiene dificultad	44%	17%				29%	9%			

ANEXO 3

Tabla 6

Niveles de habilidades básicas - Sesión 3. Elaboración propia.

NIVELES DE HABILIDADES BASICAS SESION 3										
ALUMNOS/HABILIDADES	GENERO		BOTE			GENERO		TIRO		
	H	M	1	2	3	H	M	1	2	3
1-		2		*			1	*		
2	3				*	2			*	
3		2		*			2		*	
4	2			*		2			*	
5		2		*			2		*	
6	3				*	3				*
7		3			*		1	*		
8	2			*		3				*
9	3				*	2			*	
10	3				*	2			*	
11		2		*			2		*	
12		3			*		1	*		
13		1	*				1	*		
14	1		*			1		*		
15		2		*			3			*
16	3				*	3				*
17	3				*	3				*
18		3			*		2		*	
19		2		*			3			*
20	2			*		2			*	
21	3				*	2			*	
22	2			*		3				*
23		2		*			2		*	
24	2			*		2			*	
25		3			*		1	*		
26	3				*	2			*	
Total	14	12	2	12	12	14	12	6	13	7
Porcentaje	53%	47%	8%	46%	46%	53%	47%	23%	50%	27%
Limitado	7%	8%				7%	42%			
Algunas veces	35%	58%				57%	41%			
No tiene dificultad	58%	34%				36%	17%			

ANEXO 4

Tabla 7

Niveles de habilidades básicas - Sesión 4. Elaboración propia.

NIVELES DE HABILIDADES BASICAS SESION 4										
ALUMNOS/HABILIDADES	GENERO		TIRO			GENERO		EQUILIBRIO		
	H	M	1	2	3	H	M	1	2	3
1-		2		*			2		*	
2	2			*		3				*
3		1	*				3			*
4	3				*	3				*
5		2		*			3			*
6	1		*			2			*	
7		1	*				3			*
8	3				*	2			*	
9	2			*		3				*
10	2			*		3				*
11		2		*			2		*	
12		2		*			2		*	
13		3			*		3			*
14	3				*	2			*	
15		1	*				2		*	
16	2			*		3				*
17	1		*			3				*
18		2		*			3			*
19		1	*				3			*
20	2			*		2			*	
21	3				*	2			*	
22	2			*		3				*
23		1	*				2		*	
24	2			*		3				*
25		2		*			2		*	
26	3				*	3				*
Total	14	12	7	13	6	14	12	0	11	15
Porcentaje	53%	47%	27%	50%	23%	53%	47%	0%	42%	58%
Limitado	14%	42%				0%	0%			
Algunas veces	50%	50%				35%	50%			
No tiene dificultad	36%	8%				65%	50%			

ANEXO 5

Tabla 8

Niveles de habilidades básicas - Sesión 5. Elaboración propia.

NIVELES DE HABILIDADES BASICAS SESION 5										
ALUMNOS/HABILIDADES	GENERO		SALTAR			GENERO		REACCION		
	H	M	1	2	3	H	M	1	2	3
1-		3			*		2		*	
2	3				*	3				*
3		2		*			2		*	
4	3				*	2			*	
5		2		*			1	*		
6	2			*		3				*
7		3			*		2		*	
8	3				*	3				*
9	2			*		1		*		
10	3				*	2			*	
11		3			*		2		*	
12		3			*		3			*
13		2		*			3			*
14	3				*	2			*	
15		2		*			2		*	
16	3				*	3				*
17	3				*	3				*
18		3			*		2		*	
19		3			*		2		*	
20	2			*		2			*	
21	3				*	2			*	
22	3				*	3				*
23		1	*				1	*		
24	3				*	3				*
25		3			*		2		*	
26	3				*	2			*	
Total	14	12	1	7	18	14	12	3	14	9
Porcentaje	53%	47%	3%	26%	71%	53%	47%	11%	53%	36%
Limitado	0%	8%				7%	16%			
Algunas veces	21%	33%				42%	66%			
No tiene dificultad	79%	59%				51%	18%			

ANEXO 6

Tabla 9

Planeación didáctica Sesión 1. Elaboración propia.

<p>PROPOSITO O APRENDIZAJE ESPERADO: Identificar situaciones de juego a superar grupal o individualmente en juegos de iniciación deportiva y deporte educativo para fortalecer su habilidad motriz.</p>
<p>PARTE INICIAL: Se iniciara con un calentamiento de pies a cabeza, esto ayudara a evitar calambres o dolores musculares a los niños. Antes de empezar la clase se le preguntara a cada uno de los alumnos si tiene algún malestar o algún dolor que tengan, esto para evitar accidentes en la clase.</p>
<p>PARTE MEDULAR:</p> <p>ACTIVIDAD 1: RELEVOS (DERRIVANDO CONO CON BALON DE BASQUETBOL)</p> <p>Organización: Se dividirá el grupo en 2 o 3 filas para poder competir en grupo. El alumno comenzara encestando en la canasta más cercana, después de encestar el balón irán corriendo botando el balón hasta llegar al otro lado de la cancha y al llegar tendrán que derribar el cono que está a distancia del alumno, al derribar el cono tendrá que regresar a la fila de la misma manera botando el balón y chocar la mano con su compañero y de igual manera derribar el cono, así mismo hasta que todos los alumnos de la fila derriben el cono, la primera fila que todos los alumnos acabe será la ganadora.</p> <p>Variantes: Desplazamiento (se puede cambiar de mano derecha a izquierda).</p> <p>ACTIVIDAD 2: RELEVOS (DERRIVANDO CONO CON BALON DE FUTBOL)</p> <p>Organización: Se dividirá el grupo en 2 o 3 filas para poder competir en grupo. El alumno comenzara corriendo hasta llegar a los aros en donde tendrá que saltar los 8 aros con los pies juntos, después tendrá que pasar por en medio de una llanta y al final tendrá que derribar el cono con el pie que está a distancia de el con el balón de futbol, después de eso tendrá que acomodar el cono y el balón y regresar corriendo a la fila y chocar la mano con su compañero y de igual manera derribar el cono, así mismo hasta que todos los alumnos de la fila derriben el cono, la primera fila que todos los alumnos acabe será la ganadora.</p> <p>Variantes: Pueden derribar el cono con pie izquierdo y derecho.</p>
<p>PARTE FINAL: Por último respiraremos profundamente por 3 veces para que el niño regrese a la calma, tomar un poco de agua y regresar al aula.</p>

ANEXO 7

Tabla 10

Planeación didáctica Sesión 2. Elaboración propia

<p>PROPOSITO O APRENDIZAJE ESPERADO: Identificar situaciones de juego a superar grupal o individualmente en juegos de iniciación deportiva y deporte educativo para fortalecer su habilidad motriz.</p>
<p>PARTE INICIAL: Se iniciara con un calentamiento de pies a cabeza, esto ayudara a evitar calambres o dolores musculares a los niños. Antes de empezar la clase se le preguntara a cada uno de los alumnos si tiene algún malestar o algún dolor que tengan, esto para evitar accidentes en la clase.</p>
<p>PARTE MEDULAR: INICIACION AL FUTBOL</p> <p>Empezaremos haciendo equipos de 2 personas, de manera que queden de frente para trabajar pases y control de balón, harán ejercicios de futbol como pases y golpeo de balón con las 2 piernas, se intercalaran primero uno luego otro, las variantes son:</p> <ol style="list-style-type: none">1° Pase con la parte interna2° Pase de primera3° Pase de primera sin dejar botar el balón con parte interna4° Pase de primera sin dejar botar el balón con parte externa5° Pase de botepronto6° Recepción con muslo y pegar sin dejar caer7° Golpeo de cabeza <p>El siguiente ejercicio será de conducción, se harán equipos de 4 y estarán en fila atrás de un cono, uno por uno saldrá conduciendo el balón con la parte externa del pie hasta llegar al cono que estará a al otro lado de la cancha y le darán vuelta y se regresaran igualmente conduciendo la bola hasta llegar a su compañero y chocar el puño, así hasta acabar con todos los alumnos de la fila.</p>
<p>PARTE FINAL: Por último respiraremos profundamente por 3 veces para que el niño regrese a la calma, tomar un poco de agua y regresar al aula.</p>

ANEXO 8

Tabla 11

Planeación didáctica Sesión 3. Elaboración propia

<p>PROPOSITO O APRENDIZAJE ESPERADO: Identificar situaciones de juego a superar grupal o individualmente en juegos de iniciación deportiva y deporte educativo para fortalecer su habilidad motriz.</p>
<p>PARTE INICIAL: Se iniciara con un calentamiento de pies a cabeza, esto ayudara a evitar calambres o dolores musculares a los niños. Antes de empezar la clase se le preguntara a cada uno de los alumnos si tiene algún malestar o algún dolor que tengan, esto para evitar accidentes en la clase.</p>
<p>PARTE MEDULAR: RELOJ</p> <p>El juego consiste en entrar al círculo de la cancha sin que el balón de futbol los toque, el maestro empezara a dar vueltas al balón con una cuerda e ira pasando cada equipo de 5 alumnos tratando de entrar y salir del círculo sin ser tocado.</p> <p>El siguiente ejercicio consiste en casi lo mismo pero ahora entraran al círculo y tomaran los bloques que más puedan durante 5 segundos, ganara el equipo que junte más bloques.</p>
<p>PARTE FINAL: Por último respiraremos profundamente por 3 veces para que el niño regrese a la calma, tomar un poco de agua y regresar al aula.</p>

ANEXO 9

Tabla 12

Planeación didáctica Sesión 4. Elaboración propia

<p>PROPOSITO O APRENDIZAJE ESPERADO: Identificar situaciones de juego a superar grupal o individualmente en juegos de iniciación deportiva y deporte educativo para fortalecer su habilidad motriz.</p>
<p>PARTE INICIAL: Se iniciara con un calentamiento de pies a cabeza, esto ayudara a evitar calambres o dolores musculares a los niños. Antes de empezar la clase se le preguntara a cada uno de los alumnos si tiene algún malestar o algún dolor que tengan, esto para evitar accidentes en la clase.</p>
<p>PARTE MEDULAR:</p> <p style="text-align: center;">ACTIVIDAD 1: RELEVOS (DERRIBANDO CONOS)</p> <p>Organización: Se dividirá el grupo en 2 o 3 filas para poder competir en grupo. Los alumnos se sentaran en el suelo y pasaran de atrás hacia adelante la pelota chica de esponja después trataran de que una boya se incruste arriba del cono con ayuda de un palo de escoba tendrán que poner 6 boyas en 6 conos, después de terminar pasaran en medio de un llanta y al final tendrán que derribar 3 conos con la pelota de esponja, al terminar acomodara los 3 conos y regresar corriendo a la fila y chocar la mano con su compañero y de igual manera derribar los conos, así mismo hasta que todos los alumnos de la fila derriben el cono, la primera fila que todos los alumnos acabe será la ganadora.</p> <p style="text-align: center;">ACTIVIDAD 2: RELEVOS (ENCESTANDO A UN BOTE)</p> <p>Organización: Se dividirá el grupo en 2 o 3 filas para poder competir en grupo. Los alumnos se sentaran en el suelo y pasaran de atrás hacia adelante la pelota chica de esponja después trataran de que una boya se incruste arriba del cono con ayuda de un palo de escoba tendrán que poner 6 boyas en 6 conos, después de terminar pasaran en medio de un llanta y al final trataran de encestar la pelota de esponja a un bote a una distancia de 2 metros, al final tendrá que regresar corriendo con la pelota a la fila y chocar la mano con su compañero y de igual manera derribar los conos, así mismo hasta que todos los alumnos de la fila encesten en el bote, la primera fila que todos los alumnos acabe será la ganadora.</p>
<p>PARTE FINAL: Por último respiraremos profundamente por 3 veces para que el niño regrese a la calma, tomar un poco de agua y regresar al aula.</p>

ANEXO 10

Tabla 13

Planeación didáctica Sesión 5. Elaboración propia

<p>PROPOSITO O APRENDIZAJE ESPERADO: Identificar situaciones de juego a superar grupal o individualmente en juegos de iniciación deportiva y deporte educativo para fortalecer su habilidad motriz.</p>
<p>PARTE INICIAL: Se iniciara con un calentamiento de pies a cabeza, esto ayudara a evitar calambres o dolores musculares a los niños. Antes de empezar la clase se le preguntara a cada uno de los alumnos si tiene algún malestar o algún dolor que tengan, esto para evitar accidentes en la clase.</p>
<p>PARTE MEDULAR:</p> <p style="text-align: center;">ACTIVIDAD 1: RELEVOS (ENCESTAR A LA CANASTA)</p> <p>Organización: Se dividirá el grupo en 2 o 3 filas para poder competir en grupo. El alumno comenzara botando el balón de basquetbol a una mano hasta llegar a la canasta y encestar el balón, después de encestar el balón tendrá que regresar a la fila de la misma manera botando el balón y chocar la mano con su compañero y de igual manera encestar el balón y regresar a la fila, así mismo hasta que todos los alumnos de la fila encesten, la primera fila que todos los alumnos acabe será la ganadora.</p> <p>Variantes: Desplazamiento (se puede cambiar de mano derecha a izquierda).</p> <p style="text-align: center;">ACTIVIDAD 2: RELEVOS (COMPETIR Y ENCESTAR A LA CANASTA)</p> <p>Organización: Se dividirá el grupo en 2 o 3 filas para poder competir en grupo. Los primeros alumnos de cada fila correrán hasta llegar al balón y competir por él y tratar de encestar a la canasta, el que anote se le sumara punto a su equipo, el equipo que obtenga más puntos será el ganador.</p> <p>Variantes: Desplazamiento (se pueden desplazar de diferentes maneras, por ejemplo en un solo pie, de espaldas etc.)</p> <p>Obstáculos (se puede poner obstáculos durante el recorrido como pasar en medio de una llanta, saltar conos o aros etc.)</p>
<p>PARTE FINAL: Por último respiraremos profundamente por 3 veces para que el niño regrese a la calma, tomar un poco de agua y regresar al aula.</p>