



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

TITULO: La iniciación deportiva como estrategia potencializadora en actitudes asertivas hacia la convivencia pacífica en un grupo de primero de secundaria

AUTOR: Xiomara Denys Zaragoza González

FECHA: 7/22/2022

PALABRAS CLAVE: Juegos, Deporte, Convivencia escolar, Asertividad.

**SECRETARÍA DE EDUCACIÓN DEL GOBIERNO DEL ESTADO
SISTEMA EDUCATIVO ESTATAL REGULAR
DIRECCIÓN DE EDUCACIÓN
INSPECCIÓN DE EDUCACION NORMAL
BENEMÉRITA Y CENTENARIA ESCUELA NORMAL DEL ESTADO
LICENCIATURA EN EDUCACION FISICA**

GENERACIÓN

2018



2022

**“LA INICIACIÓN DEPORTIVA COMO ESTRATEGIA POTENCIALIZADORA EN
ACTITUDES ASERTIVAS HACIA LA CONVIVENCIA PACÍFICA EN UN GRUPO DE
PRIMERO AÑO DE SECUNDARIA”**

Informe de prácticas

QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE LICENCIADA EN LA EDUCACIÓN FÍSICA

PRESENTA:

XIOMARA DENYS ZARAGOZA GONZALEZ

ASESOR:

AARON DAVID GONZALEZ SANDOVAL

SAN LUIS POTOSI, S.L.P.

JULIO DEL 2022



**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 Xiomara Denys Zaragoza González
autorizo a la Benemérita y Centenaria Escuela Normal del Estado de San Luis Potosí, (BECENE) la
utilización de la obra Titulada:

**“LA INICIACIÓN DEPORTIVA COMO ESTRATEGIA POTENCIALIZADORA EN ACTITUDES
ASERTIVAS HACIA LA CONVIVENCIA PACIFICA EN UN GRUPO DE PRIMER AÑO DE
SECUNDARIA”**

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.


Xiomara Denys Zaragoza González

Nombre y Firma

AUTOR DUEÑO DE LOS DERECHOS PATRIMONIALES



BENEMÉRITA Y CENTENARIA
 ESCUELA NORMAL DEL ESTADO
 SAN LUIS POTOSÍ, S.L.P.

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

San Luis Potosí, S.L.P.; a 01 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): ZARAGOZA GONZALEZ XIOMARA DENYS
 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:

"LA INICIACION DEPORTIVA COMO ESTRATEGIA POTENCIALIZADORA EN ACTITUDES ASERTIVAS HACIA LA CONVIVENCIA PACIFICA EN UN GRUPO DE PRIMER AÑO DE SECUNDARIA"

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

SECRETARÍA DE EDUCACIÓN
 SISTEMA EDUCATIVO ESTATAL REGULAR
 BENEMÉRITA Y CENTENARIA
 ESCUELA NORMAL DEL ESTADO
 SAN LUIS POTOSÍ, S.L.P.

ENCARGADA DE TITULACIÓN

ASESOR(A) DEL DOCUMENTO RECEPCIONAL

MTRA. MARTHA IBÁÑEZ CRUZ

DR. AARON DAVID GONZALEZ SANDOVAL

INDICE

I.- INTRODUCCIÓN	1
II PLAN DE ACCIÓN.....	16
2.1 Diagnóstico, situación educativa y características contextuales	16
2.2 Descripción y focalización del problema	20
2.3 Propósitos considerados para el Plan de Acción	21
2.4 Revisión teórica.....	22
2.5 Plan de acción.....	26
III DESARROLLO, REFLEXIÓN Y EVALUACIÓN DE LA PROPUESTA DE MEJORA..30	
IV. CONCLUSIONES	59
V. REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS.....	64
VI. ANEXOS.....	67

Agradecimientos

A veces, me olvido de agradecer a las personas que hacen mi vida más feliz de muchas maneras. A veces me olvido de decirles lo mucho que realmente los aprecio por ser una parte tan importante de mi vida. Así que en este documento agradezco infinitamente a mis padres Sandra Zaragoza y Tomas Noyola por ser mi pilar más grande, por el apoyo incondicional tanto emocional y económico aquí está todo el esfuerzo que tanto ellos como yo estuvimos logrando, gracias papas.

A mis mascotas choco y vicky que siempre estuvieron en mis días de desvelo durante toda mi carrera más en esta etapa tan importante de mi vida.

A mis amistades que siempre estuvieron en este proceso tan importante de la carrera con su apoyo incondicional. Animándome para seguir adelante y terminar todos juntos como empezamos en un inicio.

A mis amigas en especial Mitzi y Aylin por formar una amistad tan sólida y confiable desde un inicio de la carrera y poderla terminar juntas.

A mis profesores Aarón González y Diobel del Castillo por el gran apoyo durante la carrera.

Al profesor Ismael Coronado por sus grandes consejos y apoyo incondicional en mi jornada de prácticas profesionales.

A mi amiga Marisol por sus grandes consejos sobre la vida y apoyo emocional.

A mi pareja por su lealtad, confianza, amor y apoyo incondicional por lograr hacerme reír en mis momentos de estrés y desesperación.

I.- INTRODUCCIÓN

En este proceso de formación como docente en Educación Física, se han analizado en las asignaturas cursadas una gran cantidad de documentos, en los cuales siempre el Programa de Estudio 2018 de Normales y el Programa 2017 Aprendizajes Clave Para la Educación Integral; son el más estudiados y utilizados, pues en éstos se encuentran establecidos los trayectos formativos, las competencias, los componentes pedagógico didácticos y aprendizajes esperados que se requieren favorecer en los alumnos de educación obligatoria.

Actualmente curso el cuarto grado de la Licenciatura en Educación Física, en la Benemérita y Centenaria Escuela Normal del Estado de San Luis Potosí y a continuación se podrá encontrar con mi Informe de Prácticas Profesionales que he realizado para obtener el título de Licenciado en Educación Física.

Al ingresar a la Escuela Normal se necesita cumplir con el perfil de egreso general y específico, que permite al futuro docente desempeñarse como persona profesional y capaz para cumplir con lo que se exige en el campo educativo, pues lo que se solicita es formar individuos que desarrollen competencias para la vida.

El informe de prácticas es una modalidad que me permitió demostrar el potencial del estudio en el ámbito educativo, la escuela en donde realicé mi intervención docente lleva por nombre Secundaria “Jaime Torres Bodet” se encuentra ubicada en la Av. Nicolás Zapata, N° 201, De Tequisquiapan, zona centro, San Luis Potosí, S.L.P. código postal 78000, con clave de centro de trabajo 24DES0012E, perteneciendo a la zona escolar 01, ver (anexo 1).

La escuela Secundaria General Jaime Torres Bodet inauguró sus puertas al servicio de la educación secundaria el 4 de mayo de 1963. La institución lleva el nombre de un personaje, siendo entre muchas cosas, diplomático, funcionario público, escritor, ensayista y poeta mexicano, llegando a ser director de la UNESCO de 1948 a 1952.

La infraestructura de la secundaria de su alrededor cuenta con una barda que rodea el perímetro de la escuela donde tiene una entrada principal que se ubica en av. Nicolás Zapata y dos entradas para las cocheras una igualmente ubicada en la av. Nicolás Zapata y la otra en la av. Pedro Moreno. Cuenta con 18 salones para impartir clases, siendo un edificio con planta baja, primer piso con los salones de los primeros, segundo piso con los segundos grados, y el tercer piso con los grupos de terceros y con los seis grupos en cada piso más una prefectura por grado. Los salones solo cuentan con mesas sillas y pizarrón carecen de proyectores y computadoras.

El edificio está conectado con otro edificio en el cual se imparten los diferentes talleres los cuales son: Informática, Cocina, Confección de vestidos e industria textil, Diseño de estructuras metálicas, Diseño de circuitos electrónicos, Carpintería y Belleza.

La escuela cuenta con otro edificio exclusivamente para asuntos administrativos de solamente una planta, donde se pueden encontrar las secretarías, subdirector, director y controladora. Cuenta con una cooperativa, pero ahorita con la nueva normalidad no está en función en la institución. Tiene un área designada para estacionamiento de profesores, directivos, personal administrativo y personal de apoyo uno techado y el otro no, (ver anexo 2).

Desde los primeros acercamientos surgió una de las necesidades que se presentaron los alumnos de secundaria grupo “1°F” nos enfrentamos la nueva normalidad y tuvimos que trabajar a distancia por medio del uso de diversas tecnologías, en donde se realizaron diversas acciones que permitieron abordar la problemática detectada.

La escuela es de organización completa, con turnos matutino y vespertino, iniciando el ciclo escolar el 30 de agosto del 2021 se trabajó con la nueva normalidad educativa, cambiaron los horarios los cuales se manejan de la siguiente manera entrada de la escuela 7:30am – 12:30pm donde se impartían clases de manera híbrida, fue hasta el 09 de mayo del 2022 se incorporaron todos los alumnos de manera principal entrando a las 7:30 am a 13:40 pm. Es tipo de Organización completa, esto quiere decir que cuenta con un maestro para cada asignatura, directivos, personal administrativo, y personal de limpieza, en total la plantilla consta de: 1 Director, 1 Subdirector, 37 docentes, 6 intendentes 2 secretarías y 1 controladora.

Por otro lado, como se muestra en el (anexo 3), la escuela cuenta con dos canchas techadas de básquetbol, un patio de pavimento y una cancha de tierra que cuenta con árboles alrededor. Cuenta con aulas equipadas con televisiones sillas mesas las cuales se usan para usos múltiples o juntas de directivos y con padres de familia.

La zona en la que se encuentra la Escuela Secundaria General Jaime Torres Bodet es de un contexto urbano y al ser céntrica se encuentran las siguientes características, estar a un costado del IMSS y ser vecina de 4 instituciones educativas, se encuentra en una avenida muy transitada y concurrida por automóviles, transporte

urbano, motocicletas, bicicletas y personas a pie, también presenta mucha actividad comercial.

La escuela cuenta con 2 docentes para la materia de Educación Física, el profesor Licenciado Ismael Grimaldo Coronado encargado del turno matutino y nuestro tutor, el también cubre horas en el vespertino junto con la maestra Licenciada Linda Araceli Tapia.

Las características de los alumnos están en el rango de edades de entre 12 a 15 años con gustos e interés diferentes. Teniendo las siguientes cantidades de alumnos por grado: Primero:240, Segundo:230 y Tercero: 223.Teniendo un total de 673 alumnos aproximadamente organizados en 6 grupos: A, B, C, D, E, F en el turno matutino, con un aproximado de 40 alumnos por grupo.

El grupo que protagoniza el presente informe es el 1° grado, grupo “F” con una cantidad de 37 alumnos, de los cuales 19 son mujeres y 18 son hombres. El rango de edad en que se encuentran es de 12 a 13 años, en esta edad se tienen muchos cambios tanto físicos, mentales, emocionales y sociales.

En la opinión de (Urquijo, Sebastian y Gonzalez, Gloria , 1997) resaltan la opinión de dos autores los cuales son, Aberastury y Knobel (1986) la adolescencia es la edad más apta para sufrir los impactos de una realidad frustrante. Según ellos, la adolescencia plantea cambios muy importantes. La base biológica produce modificaciones que imponen la pérdida del cuerpo infantil, situación que es experimentada desde el lugar de espectador externo y frente a la cual no se puede hacer nada; se pierden

el rol y la identidad infantiles, que lo obligan a renunciar a la dependencia y a asumir las nuevas responsabilidades del mundo adulto; y debe aceptarse la pérdida de los padres de la infancia, con la protección y el refugio que ellos representan.

La adolescencia es la fase de la vida donde aparecen caracteres sexuales secundarios, en ambos sexos existen cambios como el deseo sexual, la búsqueda de relaciones afectivas con otras personas. Al inicio de su adolescencia los varones comienzan por aparecerles vello púbico y facial y su voz se vuelve más grave. En las niñas, aparece vello púbico, les crecen los senos y algunas presentan inicio de menstruación. A esta edad, los alumnos toman más decisiones por su cuenta en relación con sus amigos, los deportes, los estudios y la escuela. Se vuelven más independientes, con personalidad e intereses propios, aunque los padres todavía son muy importantes e influyen en la vida de sus hijos. Otros desafíos observando a los alumnos de primer año con esta pandemia no han tenido mucha socialización con las personas aparte de algunos de ellos no tienen a tener una comunicación o socialización muy buena. Los cambios emocionales y sociales son los siguientes: Tienen a preocuparse más por su imagen física en cómo se visten y como se ven, tienen cambios de humor, interesarse y dejarse influir más por los chicos de su edad, presentar problemas alimentarios, sentir mucha tristeza o depresión, sentirse estresados debido al trabajo escolar más exigente, ser más autónomos al realizar sus trabajos y tareas.

La presente investigación se trabajó con un tema de enorme importancia “La iniciación deportiva como estrategia potencializadora en actitudes asertivas hacia la convivencia pacífica”. (Blázquez, 2010, pág. 19) menciona tradicionalmente, que se le

conoce con el nombre de iniciación deportiva “al periodo en el que el niño empieza aprender de forma específica la práctica de uno o varios deportes”. Por otro lado, gracias al diagnóstico que se realizó se pudo observar la problemática con el grupo de primer año grupo F de la escuela secundaria Jaime Torres Bodet donde se observó la falta de oportunidades para la práctica deportiva debido a la pandemia, escogí este tema de la iniciación deportiva para que los alumnos encuentren un gusto o interés por algún deporte que les llame la atención, que les gustaría seguir practicando y les pueda servir en su vida diaria. No olvidemos que unos de los propósitos generales del programa de estudio aprendizajes clave 2017 menciona que los alumnos deberán (SEP, 2017, pág. 161) “asumir estilos de vida saludables por medio de la actividad física, el juego, la iniciación deportiva y el deporte educativo”.

Como estrategia potencializadora se utilizaron juegos modificados con la intención de que los alumnos vayan conociendo el deporte por ese lado.

Los Juegos Pre-deportivos como menciona Quintana son una forma lúdica motora, de tipo intermedio entre el juego y el deporte, que contienen elementos afines a alguna modalidad deportiva y que son el resultado de la adaptación de los juegos deportivos con una complejidad estructural y funcional mucho menor; su contenido, estructura y propósito permiten el desarrollo de destrezas motoras que sirven de base para el desarrollo de habilidades deportivas ya que contienen elementos afines a alguna disciplina deportiva. (2012)

Con esto quiere decir que alumno tendrá conocimientos previos de menos dificultad del deporte por medio del juego. Como siguiente fase se trabajará con “el

deporte escolar ya que remite en primer lugar al tipo de deporte y actividad que se desarrolla en el marco de la escuela. En segundo lugar, a todo tipo de actividad física que se desarrolla durante el periodo escolar al margen de las clases obligatorias de educación física y como complemento de estas”. (Blázquez, 2010, pág. 24).

Como última fase se utilizó la iniciación deportiva la cual es un proceso de enseñanza y aprendizaje, para la adquisición de conocimientos y ejecución más práctica hacia un deporte con una dificultad más compleja donde se tenga que ver la técnica, su táctica y su reglamento. Con estas actividades mi intención es que los alumnos mantengan una buena socialización tengan una mejor comunicación como grupo y encuentren un interés personal acerca de un deporte. Tal y como en el programa de aprendizajes clave 2017 contextualiza la forma que los docentes debemos intervenir pedagógicamente la materia en donde se puede resaltar el siguiente punto (SEP, Aprendizajes Clave para la Educación Integral, 2017):

Los intereses, necesidades y expectativas de las niñas, niños y adolescentes en el centro de la acción educativa. Las actividades motrices propias de la Educación Física han de ser adaptadas y adecuadas a las características y motivaciones de los alumnos, lo que permitirá generar un sentimiento de confianza y fortalecer su creatividad y autoestima, dejando de lado prácticas asociadas con estereotipos, cargas y esfuerzos desmedidos. (pág.164)

El informe que se presenta, tiene como temática la iniciación deportiva, pues por medio de esta estrategia se muestra la influencia que tuvo en el proceso de potencializado en actitudes asertivas hacia la convivencia pacífica de los educandos de primer año, grupo “F” de la escuela secundaria “Jaime Torres Bodet” (Blázquez, 2010)

menciona tradicionalmente, que se le conoce con el nombre de iniciación deportiva “al periodo en el que el niño empieza aprender de forma específica la práctica de uno o varios deportes” (pág.19). Por otro lado, gracias al diagnóstico que se realizó se pudo observar la problemática con el grupo, donde se observó la falta de oportunidades para la práctica deportiva debido a la pandemia, escogí este tema de la iniciación deportiva para que los alumnos encontraran un gusto o interés por algún deporte que les llame la atención y que les gustaría seguir practicando y les pueda servir en su vida diaria.

Por medio de la observación en las actividades que realizaba en la sesión de educación física, me di cuenta que el deporte escolar era una necesidad en los alumnos, así que decidí usar diversos deportes como mi estrategia para que los alumnos mejoraran su comunicación y adquieren el gusto por la práctica de un deporte, para que se fueran autorregulando y así obtener un mejor ambiente de aprendizaje durante las sesiones.

Como tercera fase se trabajará con “el deporte escolar ya que remite en primer lugar al tipo de deporte y actividad que se desarrolla en el marco de la escuela. En segundo lugar, a todo tipo de actividad física que se desarrolla durante el periodo escolar al margen de las clases obligatorias de educación física y como complemento de éstas”. (Blázquez, 2010).

Como última fase se utilizará la iniciación deportiva la cual es un proceso de enseñanza y aprendizaje, para la adquisición de conocimientos y ejecución más práctica hacia un deporte con una dificultad más compleja donde se tenga que ver la técnica, su táctica y su reglamento. Con estas actividades mi intención fue que los alumnos

mantuvieran una buena socialización, que tuvieran una mejor comunicación como grupo y encontraran un interés personal en el deporte.

A lo largo de la vida y de la trayectoria escolar, he aprendido que es imprescindible potenciar las actitudes asertivas, pues hay que entender que en todo lo que se realiza siempre existe una manera de hacerlo.

El motivo por el cual seleccioné este tema fue porque durante las observaciones previas logré notar que la mayoría de los grupos de primer año de la secundaria Jaime Torres Bodet no habían practicado un deporte o actividad física, en especial el grupo que más llamó mi atención fue “1°F” antes de iniciar las sesiones de educación física, hubo una presentación con los alumnos los cual se les preguntaba ¿Cuál? era su nombre, edad, pasatiempo favorito, y deporte favorito. Al hacer esas preguntas y escuchar las respuestas de los alumnos me percaté que ninguno de ellos tenía como pasa tiempo favorito practicar un deporte mucho menos sabían que deporte era su favorito. Esta pandemia les quitó la oportunidad de tener en práctica un deporte, de igual forma les apartó mucha convivencia y socialización entre ellos ya que todo se manejaba de manera virtual.

Este hecho implicó un gran reto para mí y una oportunidad al mismo tiempo el cual abordé con la intención de mejorarlo tanto la convivencia con el objetivo que se relacionen con más personas, la comunicación tengan una mejor fluidez y comprensión, trabajo en equipo con el objetivo de ser buenos líderes o entenderse con los demás y tengan un gusto o interés por practicar un deporte que a ellos les atraiga y ellos mismos puedan encontrar oportunidades por medio del deporte ya que puedan llegar a ser

buenos deportista y encontrar becas para escuelas de mayor prestigio, conocer lugares, socializar con otras personas con diferentes idiomas y culturas.

En mi formación como docente he tenido la oportunidad de conocer distintas escuelas y niveles, se percibe que en algunas existe una problemática en común y es que dentro de las escuelas es necesario favorecer la motricidad de los alumnos y más aún después de este gran periodo de inactividad.

El proceso de reflexión que se llevó a cabo por medio del Ciclo Reflexivo de (Smyh, 1991) fue lo que utilicé para realizar mi plan de acción, debido a que las cuatro fases que este maneja sobre investigación-acción, permite identificar y atender la problemática detectada. “La iniciación deportiva como estrategia potencializadora de actitudes asertivas hacia la convivencia pacífica en un grupo de primero de secundaria”; Inicé mis prácticas en el grupo de primer año de secundaria grupo F, lo que implicó para mí un gran reto debido a que anteriormente no había trabajado con el nivel de secundaria; la falta de experiencia provocó en mí una sensación de nervios e inseguridad, pero si me sentí capaz de interactuar y conocer a los alumnos ya anteriormente, antes de practicar estuve trabajando como instructora de natación, fue ahí cuando pensé “si logré dar una clase de natación con 15 niños en una alberca de diferentes niveles en la natación, soy capaz de dar una sesión de educación física a nivel secundaria” es ahí donde entro ese pensamiento y seguridad e entusiasmo por comenzar mi jornada de prácticas.

Al inicio del ciclo escolar cuando comencé a implementar mis planeaciones, me percaté que los alumnos tenían poco dominio gusto e intereses por los deportes. De acuerdo con el diagnóstico que se realizó se pudo observar como los alumnos realizaban movimientos básicos de algunos deportes como es el fútbol guiar el balón con el pie,

básquet como botaban y lanzaban, voleibol como lanzar a atrapar y golpear el balón. Observé que no sabía guiar el balón con el pie no sabían botar o saber cuál era su lado dominante si izquierda o derecha al momento de lanzar y atrapar. Al observar esto en el grupo de “1°F” de secundaria afirmé que el deporte es el tema central de mi documento. Se puede considerar como algo normal, que es parte de un proceso que apenas va iniciando, pero precisamente por esa razón, me di cuenta de la importancia de favorecerlo y adquirirle conocimientos de los deportes para que ellos tenga la oportunidad iniciar a practicarlo y más adelante pueda ejercer ese deporte.

El plantear objetivos me permitió saber lo que quería lograr con mi informe de práctica, además de identificar la manera en que lo abordaría con mis alumnos para mejorar la problemática.

Los objetivos son la guía del estudio, expresan de manera muy sintética que se quiere lograr con esta investigación y guardan relación directa con las actividades, el objetivo que planteé es el siguiente:

Favorecer la adquisición de la iniciación deportiva con uso de actividades pre-deportivas y juegos modificados en un grupo de primero de secundaria proporcionado a los niños, niñas y jóvenes una base motriz amplia acerca de las diferentes disciplinas de los deportes.

Objetivos específicos

- a) Conseguir una base motriz al alumno, para que se desenvuelva, explore y se desarrolle más ampliamente en sus habilidades matices.

- b) Confirmar sus gustos deportivos, para que encuentre un interés propio y se destaque en él.
- c) Establecer valores que lo guiaran a lo largo de su vida y establecerá, llevara a cabo en cada situación que se le presente.

Preguntas centrales que guiaron mi investigación: ¿Cómo se favorece la adquisición de la iniciación deportiva con uso de actividades pre-deportivas y juegos modificados en un grupo de primero de secundaria? ¿Cómo identificar la influencia de la iniciación deportiva como estrategia potencializadora de actitudes asertivas? ¿De qué manera influye la iniciación deportiva en los alumnos para favorecer la convivencia pacífica? ¿Cómo analizar los resultados la iniciación deportiva para favorecer las actitudes asertivas y la convivencia pacífica?

A lo largo de mi formación como futura docente he adquirido conocimientos y vivencias que me han hecho crecer de manera académica y profesional. En cada curso tomado en la Licenciatura se nos ha hablado de la adquisición de competencias genéricas, profesionales y específicas que el futuro docente debe desarrollar y aplicar.

A continuación, se muestran las competencias que se desarrollaron en relación a la experiencia durante la de prácticas de este último año:

Competencias genéricas

“Aprende de manera autónoma y muestra iniciativa para autorregularse y fortalecer su desarrollo personal. Soluciona problemas y toma decisiones utilizando su pensamiento crítico y creativo”. (DGESUM, 2018)

Competencias profesionales

“Identifica marcos teóricos y epistemológicos de la educación física, sus avances y enfoques didácticos para la enseñanza y el aprendizaje. Relaciona sus conocimientos de la educación física con los contenidos de otras disciplinas desde una visión integradora para propiciar el aprendizaje de sus estudiantes. Promueve relaciones interpersonales que favorezcan convivencias interculturales

Diseña y/o emplea objetos de aprendizaje, recursos, medios didácticos y tecnológicos en la generación de aprendizajes de la educación física. Sustenta su labor profesional en principios y valores humanistas que fomenten dignidad, autonomía, libertad, igualdad, solidaridad y bien común”. (DGESUM, 2018)

Competencias específicas

Utiliza diversas estrategias didácticas de la educación física para el aprendizaje en la atención de distintos contextos. Comprende el proceso de desarrollo de las capacidades perceptivo-motrices, físicos motrices, socios motrices, habilidades y destrezas motrices de los estudiantes. Aplica estrategias desde la educación física para promover la salud, la gestión emocional y el desarrollo de habilidades socioemocionales. Elabora diagnósticos para identificar áreas de oportunidad en las que

genere acciones innovadoras que promuevan estilos de vida saludable y de convivencia social". (DGESUM, 2018)

El presente Informe de Prácticas Profesionales se divide en distintos apartados que permite al lector comprender con mayor facilidad el contenido del mismo. Aquí comparto el trabajo que realicé en el ciclo escolar 2021-2022 en la jornada de práctica que corresponden al 7° y 8° semestre.

El primer apartado corresponde a introducción, aquí se encontró la problemática observada en los alumnos, con los cuales llevé a cabo este proceso de intervención, además de la justificación, objetivos y competencias que desarrollé.

La parte central del documento se encuentra en el Plan de Acción, que pertenece al apartado II, pues aquí es donde di a conocer las acciones que implementé, haciendo uso del Ciclo Reflexivo de (Smyh, 1991) para la mejora de mi intervención, en la cual muestro la manera en que influyó la iniciación deportiva como estrategia potencializadora en las actitudes asertivas hacia la convivencia pacífica en mis estudiantes.

Dicho Plan de Acción consiste en cuatro acciones, en las cuales se requiere describir la acción realizada, explicar el por qué se aplicó, confrontar con alguna teoría que sustente los resultados o reflexionado y por último reconstruir lo que resultó mal o de lo contrario volver a hacer uso de alguna estrategia implementada.

En el último apartado resalto con más profundidad la experiencia que tuve en mi intervención docente con los alumnos de la escuela secundaria Jaime Torres Bodet de primer año grupo F, donde explicé cada sesión que implemente para que los alumnos conocieran el deporte por medio de juegos modificados. De igual forma se expresan las

vivencias ocurridas de cada sesión los diálogos que se tenían con los alumnos, cada proceso de mejora en cada clase de educación física. Por último, expreso con mis palabras la conclusión de mi documento que desarrollé a lo largo del ciclo escolar, hago una reflexión acerca de las experiencias vividas como agente de cambio en los alumnos, las mejorías y errores que cometí y el cómo los enfrente y el cómo seguirá mejorando para ser mejor mis clases de educación física.

II PLAN DE ACCIÓN

2.1 Diagnóstico, situación educativa y características contextuales

Para encontrar la problemática y situación educativa dentro del contexto de la Escuela Secundaria Jaime Torres Bodet, se realizó un diagnóstico en la primera jornada de prácticas que se llevó a cabo del 23 al 27 de agosto del 2021 a base de cuestionamientos verbales donde se les preguntaba a los alumnos ¿Que deporte habían practicado o iniciado antes de la pandemia? ¿Cuál deporte era su favorito? ¿Habían participado en juegos escolares? ¿Habían participado en torneos escolares? De acuerdo a estos cuestionamientos se dieron a conocer las siguientes respuestas de los alumnos:

Alumno 1: maestra, yo no he practicado como tal un deporte.

Alumno 2: en la primaria empezábamos a ver los deportes, pero no se pudieron porque paso lo de la pandemia y se suspendieron las clases.

Alumno 3: yo he visto los juegos olímpicos y me llama mucho la atención el deporte de natación, pero por la pandemia mis papás no me metieron a clases de natación.

Alumno 4: en mi primaria íbamos a salir fuera a participar un torneo de futbol, pero no se hizo por la pandemia.

Estas fueron algunas respuestas de los alumnos de “1ºF” las cuales dedujeron que los alumnos nunca practicaron o tuvieron la oportunidad de una clase de educación

física acerca de la iniciación deportiva. Gracias a la observación y resultados de la primera jornada de prácticas se diseñó una planeación diagnóstica para observar que tanto sabían los alumnos acerca de ciertos deportes como el futbol, basquetbol y voleibol de esta manera realicé mi diagnóstico para mi segunda jornada de prácticas con un circuito de acción motriz para saber cuáles eran sus habilidades y destrezas haciendo movimientos básicos de futbol, basquetbol, voleibol el siguiente circuito de acción motriz consistía en:

Primera etapa: manejar el balón con los pies recorriendo los conos en manera de zic-zac.

Segunda etapa: lanzar y atrapar el balón de voleibol mientras avanza.

Tercera etapa: hacer el bote con una sola mano, trotar y encestar el balón.

El siguiente diagnóstico se les realizó a los grupos de primer año C, D, E, F durante las tres primeras semanas ya que la organización de la escuela de manera híbrida fue dividir los grupos en tres partes en la primera semana se les aplicó un diagnóstico a los primeros de la lista del 1-13, en la segunda semana del 14-26, la tercera del 27-40. El primer diagnóstico que se realizó fue evaluando sus habilidades condicionales físicas (velocidad, fuerza, flexibilidad, resistencia) y coordinativas (equilibrio, ritmo, reacción y orientación) calificando sus habilidades con los siguientes criterios: velocidad: correr por tiempo, fuerza: salto sin impulso, flexibilidad: piernas juntas flexionar hacia el piso, resistencia: trotar o caminar 500mts, equilibrio: mantenerse en un pie durante un tiempo determinado, ritmo: aprenderse el patrón de pasos con ayuda de música. Los siguientes criterios de evaluación fueron excelente: lo realizo con facilidad y

completo, muy bien: tuvo algo de dificultad para realizarlo o no logró terminarlo, regular: no lo puso realizar o mucha dificultad para realizarlo.

De acuerdo con este diagnóstico que se realizó se pudo observar las habilidades de los alumnos que más se tiene que reforzar y así mismo para la planificación de actividades. También se realizaron resultados y gráficas para evaluar al grupo en general.

Gracias al diagnóstico y a su procedimiento se puedo observar que el grupo de "1°F" tenía dificultades para realizar los movimientos básicos motrices como correr con el balón dirigiéndolo en forma de zic zac, lanzar y atrapar el balón de voleibol mientras se trasladaban, de igual forma el bote del balón de básquetbol no lo dominaban muy bien, la comunicación y socialización entre equipos no era favorable. Una dificultad que se encontró dentro del contexto de la escuela es que la escuela no contaba con suficiente material didáctico para poder trabajar con los alumnos se tuvo que trabajar con el material que se encontraba disponible como balones de fútbol en malas condiciones, balones de básquetbol fueron prestados por el profesor Ismael Coronado ya que él cuenta con un club deportivo de basquetbol, los balones de voleibol estaban en buenas condiciones solo se les tuvo que echar aire. Otro inconveniente que se encontró fue en las canchas donde se impartían las clases de educación física en las paredes como contenían mucha humedad se caía la pintura de la pared y causaba mucho polvo en las canchas y eso provocaba que las canchas siempre se mantuvieran empolvadas y sucias.

Por otro lado, diseñé una planeación para mi tercera jornada de prácticas acerca con la siguiente estrategia que serían los juegos modificados los cuales fueron los siguientes:

Sesión 1

Voleibol de gigantes: para esta actividad se modificó el material que es una pelota gigante forrada de tela con la figura de una pelota de voleibol, pero en gigante. Los alumnos propusieron las siguientes reglas: No golpear la pelota más de 4 veces, todos los participantes deberán sacar para iniciar el juego, el mismo jugador no podrá pegarle dos veces a la pelota, hacer 3 a 2 pases por equipo para pasar la pelota. Esas son algunas reglas que los alumnos propusieron para esta actividad.

Sesión 2

Fut-beis: para esta actividad se modificó el material lo cual se ocupó una pelota de handball. Los alumnos propusieron las siguientes reglas: Para poder ponchar se tenía que encestar la pelota de handball al aro de básquetbol antes de que el compañero terminara la carrera, solo podían encestar una vez por compañero, para que todos y todas pudieran participar tenía que estar un niño una niña etc.

Sesión 3

Rey- pelota: para esta actividad se modificó la manera de jugar, para eso los alumnos propusieron las siguientes reglas: El integrante que tuviera el balón de básquetbol no podría moverse del lugar tendría que pasar la pelota a otro integrante para poder moverse de lugar, no llegar a quitar la pelota solo se podía tapar con las manos, si la pelota tocaba el tablero era $\frac{1}{2}$ punto, si la pelota tocaba el aro de canasta sería un punto, si la pelota entraba en el aro eran 3 puntos.

De acuerdo a estas actividades se realizó una evaluación al grupo de primer año grupo F con una lista de cotejo los cuales tenían los siguientes criterios para evaluar: cumple con las normas establecidas la respuesta fue si, tuvo creatividad para el uso de material la respuesta fue no, respeta los turnos de participación la respuesta fue no, se mantuvo activo e clase la respuesta fue no, propuso y apporto ideas a la clase la respuesta fue si, fue creativo e innovador la respuesta fue sí. En observaciones como se muestra en el (anexo 4) los alumnos mostraban poco interés por las actividades, la convivencia aun no era favorable.

2.2 Descripción y focalización del problema

Gracias a las observaciones, cuestionarios, y resultados que se realizaron en las primeras dos jornadas de prácticas en la Escuela Secundaria Jaime Torres Bodet, la problemática se encontró focalizada en el grado de primer año de secundaria grupo "F" el cual está conformado por 36 alumnos de los cuales 17 son niñas y 19 son niños, en las edades de 11 a 12 años. Comentaban que a base de cuestionamientos verbales que se les hizo a los alumnos especialmente a este grupo fue que nunca tuvieron la oportunidad de realizar o iniciar un deporte muchos de ellos mencionaban que en sus primarias recuerda que sus maestros de educación física les mencionaban los juegos modificados, la iniciación deportiva, pero por causa de la pandemia del covid- 19 no pudieron conocerlos detalladamente ni participar en ellos.

Las clases para este grupo son llevadas a cabo los días martes de 8:20 a 9:10 y los miércoles 9:10 a 10:00 con la nueva normalidad educativa se dividió el grupo en mitad del 1 al 18 asisten la primera semana y del 19 al 36 de lista asisten en la segunda semana. Se desarrolló un circuito de acción motriz donde se involucraban movimientos

básicos con los balones de futbol, voleibol y basquetbol se observó que los alumnos tenían dificultades para coordinar ambas acciones que era ir trotando pateando el balón de futbol conduciéndolo en manera de zic zac o incluso no sabían con qué parte del pie se golpeaba el balón, de igual forma tuvieron mucha dificultad para lanzar y atrapar el balón de voleibol no sabían lanzar trasladarse y atrapar el balón ni median su espacio y tiempo. Con el balón de básquetbol se les dificultaba realizar el bote con el balón y trasladarse. La socialización entre ellos no era favorable, cuando daba la indicación de formar equipos de manera libre tardaban mucho en decidir con quién juntarse.

2.3 Propósitos considerados para el Plan de Acción

Con la problemática detectada, y como docente en formación, lo analizado en clases, y con base a las experiencias ya adquiridas poder transformar mi práctica profesional, para así lograr un cambio en la adquisición de aprendizajes significativos de los alumnos, al igual que la obtención de competencias para la vida. Como ya había mencionado en la parte principal de mi documento mis objetivos principales son que los alumnos puedan conseguir una base motriz, para que se desenvuelva, explore y se desarrolle más ampliamente en sus habilidades matices. Confirmar sus gustos deportivos, para que encuentre un interés propio y se destaque en él. Establecer valores que lo guiaran a lo largo de su vida y establecerá, llevara a cabo en cada situación que se le presente.

El principal propósito del Plan de Acción es saber las acciones que se aplicaron para conocer la influencia de la iniciación deportiva y la manera en que favoreció a las actitudes asertivas hacia la convivencia pacífica en los alumnos de primer grado, grupo

“F” de educación secundaria de la escuela Secundaria Jaime Torres Bodet, en el ciclo escolar 2021-2022.

Para el diseño del plan de acción se toma como principal referente el Ciclo Reflexivo de Smyth, es un medio por el cual los docentes pueden reflexionar acerca de su profesión, a través de una serie de procesos, se llega a una conclusión en donde se intentan mejorar los modelos de enseñanza para que se adapten de una forma más adecuada a la situación actual de los alumnos. Así se puede lograr mejorar la calidad de las enseñanzas y consecuentemente, del aprendizaje. Que está compuesto de cuatro fases o etapas: descripción, inspiración, confrontación y reformulación.

2.4 Revisión teórica

La iniciación deportiva es considerada como una primera fase en el ámbito del deporte en general, incluso puede ser tratada para niños, adolescentes o adultos, permite admitir la necesidad de un lenguaje básico y sensibilizador de maduración física, intelectual y motriz, por lo que requiere de herramientas pedagógicas y didácticas específicas.

La iniciación deportiva y su importancia en la formación integral y en el currículo de la Educación Básica, el deporte forma parte del currículo de Educación Física; concretamente Plan de Estudios 2017, en el que se establecen, tres ámbitos de Intervención Educativa, como son: Salud y Vida Sana, Competencia Motriz y La Iniciación Deportiva y el Deporte Escolar, lo que refiere que la enseñanza de los mismos, redituará en conocer y realizar actividades deportivas y recreativas individuales, colectivas y de adversario, aplicando los fundamentos reglamentarios

técnicos y tácticos en situaciones de juego, con progresiva autonomía en su ejecución.

Además, siguiendo con la SEP, se pretende que los adolescentes:

- Disfruten de la actividad física, la iniciación deportiva y el deporte escolar por medio de juegos motores que les permitan reencontrarse consigo mismos, tomar decisiones, elaborar respuestas motrices y cognitivas reconociendo sus posibilidades para enfrentar diversas situaciones y solucionar problemas.

- Diferencien los roles de participación, vinculando los procesos de pensamiento con la expresión, la actuación estratégica y la acción motriz.

- Identifiquen la importancia de la actividad física y el uso adecuado del tiempo libre como prácticas permanentes para un estilo de vida activo y saludable.

- Acepten su cuerpo y reconozcan su personalidad interactuando con sus compañeros en actividades en las que pongan en práctica los valores personales, sociales, morales y de competencia, como la amistad; la responsabilidad y la inclusión; el respeto; la tolerancia y la serenidad frente a la victoria o la derrota; la satisfacción por lo realizado personalmente, así como el gusto por el trabajo colectivo.

- Participen en contextos que favorezcan la promoción de valores, sin discriminaciones, y ajenos a la tendencia competitiva, que les permita una mejor convivencia y reconocer a los demás (SEP, Aprendizajes Clave para la Educación Integral, 2017).

La iniciación deportiva, como parte del proceso de enseñanza aprendizaje escolarizado constituye una de las premisas para el desarrollo de una cultura de la vida sana y el desarrollo de hábitos de vida saludable por parte de las nuevas generaciones.

El concepto polisémico de la iniciación deportiva. Para (Hernández, Castro, Cruz, Gil, Guerra, y Rodríguez, 2000, pág. 3) la iniciación deportiva es un proceso de enseñanza-aprendizaje, seguido por el individuo para la adquisición del conocimiento y la capacidad de ejecución práctica de un deporte, desde que toma contacto con él hasta que logra practicarlo con adecuación a su técnica, su táctica y su reglamento.

De este concepto nace mi idea de planear mis sesiones de clase donde se inicia por medio de juegos y los alumnos lo vayan conociendo de esa manera para así después ejecutarlo más a fondo como es conocer ya su reglamento, técnica y táctica.

Otro concepto interesante que se hace mención, donde se define a la iniciación deportiva como “el periodo en el que el niño empieza a aprender de forma específica de uno o varios deportes” (Blázquez, 2010, pág. 19). En este concepto nos resalta la posibilidad de la formación de los alumnos no se limiten solamente a la práctica de un deporte en específico.

Desde otro ángulo más amplio del concepto de iniciación deportiva, según (González, García, Contreras Y Sánchez, 2009, pág. 19) es un proceso en el que el niño se va a iniciar a uno o varios deportes, recomendado la formación multideportiva a fin de que en el futuro el joven pueda elegir a partir de sus propios criterios el deporte en el que se especializa.

Fuentes (2003), citado en Rodríguez (2010), analiza la utilización que se hace del término deporte en los diferentes contextos, determinando estas orientaciones:

1. Iniciación deportiva. Conlleva el aprendizaje deportivo en Educación Física o en escuelas deportivas.

2. Deporte escolar. Es el deporte realizado en las clases de Educación Física.

3. Deporte en edad escolar. Es el deporte realizado fuera de las clases de Educación Física.

4. Deporte educativo. Aquí estarían todas las prácticas deportivas que se llevan a cabo con una orientación pedagógica, tanto dentro como fuera del centro.

5. Deporte para todos. Ejemplo: unos padres que juegan al tenis con sus hijos.

6. Deporte adaptado. Ejemplo: baloncesto en silla de ruedas, tiro con arco en silla de ruedas, etc.

7. Deporte de competición. Ejemplo: competición organizada por ayuntamiento o federación.

8. Deporte de alta competición. Es el que practican deportistas que se dedican a ello de forma profesional.

Lo anterior describe que son las orientaciones que se relacionan con el deporte y que se practican más en educación física.

Concluyendo con (Rodríguez, 2010), cualquier concepción debe respetar la Carta de los Derechos de los niños en el Deporte recogidos en el Manifiesto Mundial de la Educación Física (F.I.E.P., 2000) que destaca: Derecho a practicar deportes, derecho a divertirse y jugar, derecho a ser tratados con dignidad, derecho de ser

rodeados y entrenados por personas competentes, derecho a participar en competiciones apropiadas, derecho de practicar deportes con absoluta seguridad.

Ahora que se tiene en claro el concepto de la iniciación deportiva se debe plantear las finalidades y motivos por los cuales el alumno se adentra en el proceso de iniciación deportiva. Partiendo por otro lado, sabemos bien que a causa de la pandemia del COVID-19 los alumnos no obtuvieron la oportunidad de realizar pre-deporte o iniciar un deporte como tal, más sin embargo también tuvieron falta de conocimiento acerca de los clubs deportivos o deportes extracurriculares.

De igual forma, se quitó mucho la socialización y convivencia con más personas. Mi objetivo a realizar es que los alumnos logren tener un interés por practicar un deporte pero antes que eso se les debe implementar fases para llegar a practicar un deporte mi intención es que conozcan los deportes por medio de los juegos modificados que ellos mismo vayan haciendo reglamentos modificando material y formas de jugar, después de eso pasar a la siguiente fase con los juegos pre-deportivos donde los alumnos vayan conociendo más el deporte como tal con su reglamento, táctica y técnica. Por último, implementar la iniciación deportiva donde se va a trabajar ya más a fondo la técnica, táctica, reglamento, formas de jugar etc.

2.5 Plan de acción

Para comenzar este apartado es fundamental saber cada definición la principal es saber lo que conlleva la Planeación Educativa la cual se encarga de delimitar los fines, objetivos y metas de la educación.

Es importante señalar que la planificación educativa constituye una herramienta necesaria en el accionar docente, dado que permite establecer los objetivos que se desean alcanzar en cada una de las actividades propuestas en el aula de clase, el resultado final lo constituye el desarrollo integral y una eficiente difusión del aprendizaje por parte de nuestros oponentes, lo que le permitirá enfrentarse a los retos que el mundo actual requiere. Toda situación de enseñanza la condiciona la inmediatez y la imprevisibilidad, por lo que la planificación permite reducir el nivel de incertidumbre y anticipar lo que sucederá en el desarrollo de la clase, llevando a la rigurosidad y a la coherencia en la tarea pedagógica en el marco de un programa (Zulia, 2020).

De acuerdo al plan de estudios y programas 2017 se llevó acabo la planificación de las sesiones de las clases de educación física para el grupo de primer año de secundaria, con el eje curricular competencia motriz, componente pedagógico didáctico desarrollo de la motricidad, con el aprendizaje esperado donde “emplean sus capacidades, habilidades y destrezas al controlar sus movimientos ante situaciones de juego, expresión corporal, iniciación deportiva y deporte educativo” (SEP, Aprendizajes Clave para la Educación Integral, 2017, pág. 255), con el propósito de actuar asertivamente, la intención didáctica es que los alumnos y alumnas identifiquen sus habilidades al controlar movimientos en situaciones de juego. Para continuar el plan de acción se trabajará con las siguientes estrategias que son los juegos modificados, juegos pre-deportivos y con la iniciación deportiva.

La forma de evaluar a los alumnos será por medio de la observación para esto de igual forma debemos saber la definición de observar saber su utilidad y de qué forma se hace, para comenzar debemos saber ¿qué es observar? ¿para qué observar? ¿qué observar? ¿cuándo observar? Según (Molina, 1998) apoyado con lo que menciona el autor Peirón “considera la observación como una habilidad especial que implica algo más que simplemente mirar lo que ocurre, el estar alerta, la sensibilidad y la capacidad para identificar y valorar el compromiso”. Por otro lado ¿para qué observar las clases de educación física? Según (Molina, 1998) apoyado del autor Sarmentó “asigna como primera función de la observación la de recoger información sobre el objeto tomado en consideración, organizando las sensaciones visuales y tratándolas de acuerdo con una significación propia”. A lo que se refiere es que tenemos dos técnicas que son muy ventajosas y fundamentales la primera porque informa al alumno de su ejecución y posibles errores, en segunda puede efectuarse durante todo el proceso ya que la observación se puede realizar en cualquier momento. En general se puede decir que la observación se utiliza para satisfacer una serie de necesidades que se dan en diferentes procesos de enseñanza- aprendizaje. Por otro lado, cuando observar la respuesta es muy obvia ya que la observación en la evaluación es continua y se puede utilizar antes, durante y después de cada proceso. El cómo observar requiere mucha disposición, planificación y entrenamiento del observador para así facilitar y agilizar el trabajo según (Molina) citado por el autor Barberá “lo más importante de las situaciones de observación es delimitar: que se va observar, quien lo va observar, cuando se llevara a cabo la observación, lo que implica también determinar cuántas veces y como se llevara a cabo”. Ya que se sabe la definición de observación de esa manera evaluare a mis alumnos ya

que desde un principio pude observar sus dificultades con esto se desde donde comenzar para llevar a cabo mis planeaciones y así intervenir en las sesiones de educación física la manera de evaluar cada sesión por medio de este método se me facilita mucho ya que durante todo la carrera nos enseñan a observar detalladamente cada situación cada sesión de educación física y observar especialmente al grupo en las sesiones de clase.

III DESARROLLO, REFLEXIÓN Y EVALUACIÓN DE LA PROPUESTA DE MEJORA

Para comenzar al inicio del ciclo escolar se vio reflejado el gran impacto que tuvo la educación durante la pandemia del COVID-19 el cual inicio en China en diciembre del 2019 y provoca una enfermedad llamada corona-virus, que se ha extendido por el mundo y fue declarada pandemia global por la Organización Mundial de la Salud.

En la esfera de la educación tuvo un gran impacto con la suspensión de las clases presenciales en todos los niveles educativos, lo que ha dado origen a tres campos de acción principales: el cambio de modalidades de aprendizaje a distancia, mediante la utilización de una diversidad de formatos y plataformas (uso de tecnología); el apoyo y la movilización del personal y las comunidades educativas, y la atención a la salud y el bienestar integral de los niños niñas y adolescentes.

Con esto se dio a conocer una nueva normalidad educativa la cual se tuvo que llevar a distancia para impartir las clases en todos los niveles. Las plataformas que más se utilizaron son: WhatsApp, Meet google, Classroom, Zoom, Facebook y Microsoft teams.

Esas son algunas plataformas que tuvieron mayor impacto para impartir las clases a distancia, al iniciar mi jornada de observación y prácticas profesionales se tuvo que trabajar de manera virtual utilizando la plataforma de google Meet la cual cada alumno contaba ya con un correo institucional para poder tener función de la plataforma las funciones que ofrece esta aplicación son las siguientes: número ilimitado de reuniones, subtítulos instantáneos durante las reuniones, compatible con todo tipo de dispositivos, pantalla de vista previa de imagen y sonido, diseños ajustables y ajustes de la pantalla,

controles para los anfitriones de las reuniones, comparte la pantalla con los participantes e intercambia mensajes con los participantes.

El inicio de mi jornada de prácticas inicio el 30 de agosto del 2021 de manera presencial híbrida la cual se define como:

Aquellas donde las actividades de enseñanza-aprendizaje se desarrollan de manera simultánea para un grupo de estudiantes que asiste de manera presencial, y otro que participa de forma virtual, gracias a la tecnología empleada en la habilitación de un espacio físico para estos fines, que permite que la sesión se dé con la interacción entre estas dos audiencias y el docente. (Cultural, 2021).

La primera semana de jornada de prácticas llevé a cabo una presentación con los grupos de primer año dando mi currículum vitae donde mencionaba mi nombre completo a que me dedicaba cual era mi trayectoria académica de igual forma cada alumno se fue presentando conmigo y con sus compañeros de clase. De aquí comencé preguntándoles a los alumnos cuál era su nombre completo, edad, pasatiempo favorito y deporte favorito. El grupo que más me impactó de acuerdo a las respuestas que daban era al grupo de "1°F". Ya que mencionaban mucho que en sus primarias si comenzaban a ver el tema de juegos modificados, iniciación deportiva etc. Pero por causa de la pandemia no tuvieron la oportunidad de llevarse a cabo esas actividades.

Por otro lado, se llevó a cabo la primera evaluación diagnóstica de las capacidades físicas condicionales y coordinativas con el fin de evaluar como venían los

alumnos después de un periodo largo de ausencia por la falta de clases en educación física.

La evaluación diagnóstica que se llevó a cabo fue conformada de la siguiente manera capacidades físicas condicionales: velocidad: los alumnos debían recorrer una distancia de 200 metros, fuerza: los alumnos debían hacer 20 sentadillas y 10 lagartijas, resistencia: los alumnos debían de recorrer la cancha con un trote ligero durante cierto tiempo recorrido y saber cuántas vueltas logro alcanzar y en cuanto tiempo, flexibilidad: los alumnos se colocaban arriba de un banco y se flexionaban hacia las puntas de los pies y se medía con una regla la flexibilidad que tenían.

Capacidades físicas coordinativas: abarca lo que es el equilibrio, ritmo y reacción para evaluar estas capacidades los implemente por medio de una actividad la cual maneje con música y baile. Con esas actividades para evaluación diagnóstica se evaluó a cada alumno de manera individual y los siguientes criterios de evaluación que se muestran en el (anexo 5), fueron los siguientes: excelente de color verde sumaba 3 puntos, muy bien de color azul sumaba 2 puntos y regular de color amarillo sumaba 1 punto. Por otro lado, en el (anexo 6) se muestra la lista de los alumnos donde se muestra la calificación de la evolución diagnóstica de manera individual.

En esa misma semana se pudo observar los alumnos que asistieron a clases como ya se hace mención se trabajó de manera híbrida el grupo dividido en 3 partes. En la primera semana iban los alumnos del 1 al 13, en la siguiente semana asistían 14 al 26 y en la última semana del 27 al 40. En la semana que no asistían los alumnos se le dejaba actividades por la plataforma de Classroom para que realizaran esas actividades en casa. De acuerdo a los resultados que arrojó la gráfica que se muestra en el (anexo

7), solo el 59% de los alumnos se asistió a clases de manera presencial y el 41% no asistieron y se quedaron con la modalidad de manera virtual.

Durante esas 3 semanas se llevó a cabo un diagnóstico y verificar cuantos alumnos asistirían de manera híbrida a la escuela. Después se estuvo trabajando dos semanas de manera virtual ya que hubo posibles casos de covid-19 las indicaciones que tomo la institución fue trabajar de manera virtual durante 15 días para descartar posibles contagios entre los alumnos, docentes y personal.

Durante esas dos semanas comencé a trabajar con mi tema de titulación abarcando lo que son actividades de juegos modificados para esto debemos saber que son:

Para Corredor apoyado de dos actores como Devis y Piro en el año de 1997 define el juego modificado como juego global que recoge la esencia de uno o de toda una forma de juegos deportivos estándar, la abstracción simplificada de la naturaleza problemática y contextual de un juego deportivo que exagera los principios tácticos y reduce las exigencias o demandas técnicas de los grandes juegos deportivos (pág. 6).

A esto se refiere que el alumno podrá contextualizar el deporte sin tanta exigencia poder modificarlo de acuerdo a sus habilidades y destrezas. De igual forma hacen mención que se matizan que el cambio se dirige a los juegos deportivos de pelota. La forma tradicional de enseñanza de estos juegos deportivos se centra en la consecución de la técnica deportiva como una vinculación directa al deporte competitivo de élite. De aquí es donde vincule más las actividades ya con material con

pelota para que los alumnos vayan conociendo y explorando el material y así poder trabajar con él y poder trabajar de una manera más exigente la técnica y táctica de cada deporte.

A que se refiere que los juegos modificados no exigen mucha dificultad para los alumnos de esta manera ellos pueden trabajar y modificar tanto el reglamento como el material. En el libro “Didáctica de la educación física” de Contreras en 1998 citado por (Corredor, pág. 5) encontramos el siguiente modelo: Modelo técnico o tradicional, Modelo alternativo, Vertical: enseñanza de un deporte, Horizontal: iniciación común a varios deportes por similitudes estructurales y tácticas. Dentro de éste estaría el modelo comprensivo caracterizado por la utilización progresiva de juegos modificados, mini-deportes y la última fase con deporte específico. Por el modelo con el que más me guié fue el horizontal ya que me daba la oportunidad de trabajar con los juegos modificados, mini deportes y por último trabajar el deporte de manera más específica. De esta forma comencé abarcar mi tema de titulación que es la *“INICIACIÓN DEPORTIVA COMO ESTRATEGIA POTENCIALIZADORA DE ACTITUDES ASERTIVAS HACIA LA CONVIVENCIA PACÍFICA EN UN GRUPO DE PRIMERO DE SECUNDARIA”*. Iniciando con juegos modificados que se pudieran trabajar en casa mientras nos encontrábamos de manera virtual. En la siguiente planeación se muestran las actividades con las que se comenzó implementar los deportes en los alumnos.

Intención didáctica: Utiliza sus habilidades mediante ejercicios lúdicos motrices para controlar y manipular un balón al participar en actividades de iniciación deportiva y adaptar los elementos a su contexto para promover un estilo de vida activo y saludable.

Material didáctico: Pelotas de vinil, botellas de plástico

Estrategia didáctica: Juegos cooperativos, juegos modificados, ferias de la motricidad, y circuitos de acción motriz.

Para iniciar la clase de educación física se iniciaba con un cordial saludo y se les pedía a los alumnos que en el chat de la plataforma de google meet fueran comentando su nombre completo y la letra del grupo al que pertenecían. Luego se iniciaba la clase con la explicación de la actividad a realizar. Comenzábamos con un calentamiento en general céfalo-caudal la actividad a realizar eran los “Fundamentos básicos fútbol”.

1. Donde el alumno deberá patear la pelota con la parte interna del pie dirigiéndola hacia la pared. Realizara 10 pases con cada pie.

2. El alumno cambiara la posición del pie para golpear la pelota con el empeine del pie realizara 10 pases con cada pie.

3. El alumno trabajará con botellas de plástico golpeará la pelota con la parte interna del pie.

Al finalizar la actividad se terminaba con un estiramiento se hacía una pequeña retroalimentación de la clase.

En la sesión número dos se vio la actividad de “Balón mano” de igual manera se iniciaba la clase con un cordial saludo a los alumnos y se le indicaba que fueran colocando su nombre completo para el pase de lista las siguientes actividades eran:

Ejercicio 1: lanzar la pelota con las 2 manos así arriba y abajo

Ejercicio 2: manejar la pelota con la mano y otra con los pies

Ejercicio 3: trotar y manejar pelota alrededor del cono.

Al finalizar la actividad se terminaba con un estiramiento se hacía una pequeña retroalimentación de la clase. (Anexo 8)

Por otro lado, todos los alumnos contaban con un correo y contraseña institucional, la plataforma que la institución maneja es Google Classroom para impartir todas las clases, la funcionalidad de esta plataforma era para iniciar las reuniones y dejarles trabajos a los alumnos. Las clases de educación física duraban 50 minutos se organizaba la clase publicado que día y que horario se iba a dar la clase de educación física el material didáctico que se iba a utilizar y el código para poder acceder a la reunión y el alumno pudiera entrar a la reunión. (Anexo 9)

Para las clases de educación física virtual se juntaban dos grupos por sesión se presentó el caso que no todos los alumnos se podían conectar a la hora que se les indicaba o porque no tenían la tecnología o internet para poder tomar la clase, para eso tuve que grabar la sesión de clase y subir el video de la clase en la plataforma de YouTube enviarles el link del video por la plataforma de Google Classroom para que los alumnos que no podían ingresar a la reunión tuvieran oportunidad de realizar la actividad en otro horario y subieran evidencia de que la realizaron. (Anexo 10)

Ya que no se detectó ningún caso más de covid-19, la Escuela Secundaria Jaime Torres Bodet abrió sus puertas nuevamente de manera híbrida a los alumnos, ya para esto se dividieron los grupos en dos partes en la primera semana asistían del 1 al 20 y en la segunda semana del 21 al 40.

En esta tercera jornada de prácticas aplique mi planeación diagnóstica con un circuito de acción motriz el consistió en realizar un circuito de diferentes etapas

empleando diferentes movimientos de acuerdo a los diferentes deportes como futbol, voleibol, básquet.

Intención didáctica: Que los alumnos y alumnas identifiquen sus habilidades al controlar sus movimientos en situaciones de juego, iniciación deportiva y deporte educativo, con el propósito de actuar asertivamente y aplicarlo a la vida diaria.

Material didáctico: Conos, balón de futbol por alumno, globo por alumno, balón de básquet por alumno y rompecabezas de balones de deportes.

Estrategias didácticas: Juegos cooperativos, juegos modificados, ferias de la motricidad y circuitos de acción motriz.

Etapa 1: correrán a velocidad de ida y regreso.

Etapa 2: pasara con un balón de futbol en zic- zac por los conos.

Etapa 3: con un globo realizaran el movimiento de voleo hasta trasladarse a la siguiente etapa.

Etapa 4: tomarán un balón de básquet lo botarán y lanzar al aro de canasta.

Etapa 5: colocarán solo una pieza para formar el rompecabezas. El equipo que termine primero el rompe cabezas gana. (Anexo 11)

Este circuito de acción motriz acerca de los movimientos básicos de los deportes me permitió saber que los alumnos de primer año grupo F no tenían acerca mucho conocimiento y control de los movimientos los cuales eran correr, guiar el balón de futbol, lanzar y atrapar el balón de volibol, botar el balón etc. Algo más que se pudo observar en esta actividad es que los alumnos no mostraban ningún interés o curiosidad de saber

por los deportes. A lo cual reflexioné que los alumnos jamás habían tenido este tipo de actividades, para mejorar esta sesión de clase decidí meter otro tipo de estrategia para eso repetí de nuevo la sesión con la misma secuencia pero al final del circuito decidí agregar una actividad más la cual consistían en armar un rompecabezas de balones de diferentes deportes y el equipo que terminara primero ganaba aquí me sesión de la clase mejoro mucho más ya que desperté la curiosidad de los alumnos y se mantuvieron más activos. (Anexo 12)

De acuerdo a la evaluación de observación que tuve con los alumnos de primer año de secundaria grupo F puede percatarme que ese sería mi grupo foco ya que se relacionaba la problemática con mi tema de titulación. Para esto es importante mencionar que es la evaluación por medio de observación la cual, para (Belloso, pág. 7) apoyado por el autor Tamayo en el año 2007, “la técnica de observación es aquella en la cual el investigador puede observar y recoger datos mediante su propia observación”. Según los descrito anterior la observación se caracteriza como una técnica de recolección de datos, debido que me permite analizar sobre la situación y comportamiento tal y como se da en el campo de acción. Después de analizar y observar la problemática que se observó diseñe una planeación de 6 sesiones donde abarcaba los juegos modificados con el grupo de primer año de secundaria grupo “F”. El horario para trabajar con este grupo son los días martes de 10:00 – 10:50 am y los miércoles de 9:10 a 10:00 am. (Anexo 13)

Al inicio de la sesión de educación física me dirigía con los alumnos al salón iniciaba con un cordial saludo de buenos días pasaba lista y bajaban ordenadamente a lavarse las manos tomarse la temperatura y se dirigían a la cancha techada.

Al continuar con la clase se les pregunto a los alumnos ¿Que entendían por juegos modificados?, para esto unos alumnos respondieron los siguiente:

-Alumno 1: juegos que se pueden modificar

-Alumno 2: actividades donde podemos modificar las reglas y material.

Esas fueron alumnas respuestas que me dieron los alumnos al escucharlos les dije que estaban muy bien en las respuestas que había aportado, para continuar y no dejarlos con duda les proporcione la siguiente definición de los juegos modificados.

-Docente: son juegos deportivos tradicional o juego libre los cuales nos permiten modificar tanto las reglas esenciales que ya tiene cada juego, incluso modificar el material didáctico. Los cuales existen 4 tipos juegos modificados de blanco y dina consisten básicamente en que el móvil alcance, con precisión y menor número de intentos que el resto de jugadores, la diana o dianas del juego. Juegos modificados de bate y campo: consiste en lanzar un móvil dentro del espacio de juego con la intención de retrasar al máximo su devolución mientras ellos realizan ciertos desplazamientos, los defensores deben reducir el tiempo de devolución para que los lanzadores no puedan realizar los desplazamientos. Juegos modificados de cancha dividida: consiste en que el móvil toque el espacio de juego del compañero oponente sin que pueda devolverlo o lo devuelva fuera de nuestro campo o lo haga en condiciones desfavorables para que finalmente toque su área de juego. Juegos modificados de invasión: consiste en que los dos grupos traten de alcanzar su respectiva meta con el móvil de juego tantas veces como le sea posible y sin que el otro equipo consiga más veces que el nuestro.

De esa manera se les explicó a los alumnos lo que eran los juegos modificados, después se inició con un calentamiento relacionado con la actividad de desarrollo el calentamiento consistía iniciaran desplazándose por el lugar dando toques al globo con las manos y de ahí se les va preguntando a los alumnos con que otras partes del cuerpo podrían golpear el globo. El desarrollo del juego era “volibol de gigantes”.

Intención didáctica: Que los alumnos y alumnas identifiquen sus habilidades al controlar sus movimientos en situaciones de juego, iniciación deportiva y deporte educativo, con el propósito de actuar asertivamente y aplicarlo a la vida diaria.

Material didáctico: Pelota gigante de voleibol y red de voleibol

Estrategia didáctica: Juegos cooperativos, juegos modificados, ferias de la motricidad y circuitos de acción motriz.

Se iniciará previamente con las reglas del juego después se dividirá el grupo y se formaran en dos equipos el juego consiste jugar voleibol, pero se modificó los integrantes, el material y la altura de la red. (Anexo 14)

Cierre: tomarán asiento los alumnos y beberán agua, se les hará la siguiente pregunta de forma de evaluación.

-Docente: ¿Conocías este juego?

-Alumnos: No

-Docente: ¿Cuáles fueron las principales reglas?

-Alumno 1: no dar más de 4 golpes a la pelota gigante

-Alumno 2: la misma persona no podía golpear la pelota más de dos veces seguida.

-Docente: ¿A qué deporte se relaciona?

-Alumnos: al voleibol

Al terminar esta actividad se logró observar diferentes puntos medulares y áreas de oportunidad que se pueden trabajar a lo largo de las sesiones, evaluando la sesión es notable que los alumnos carecen de habilidades motrices de acuerdo a su edad, sobre sus actitudes se logró identificar que los alumnos aún carecen de habilidades comunicativas en situaciones complejas, esto es normal ya que se sabe que los adolescentes están regresando de un momento complicado ante la pandemia. Las sesiones próximas se abordará y motivará a los alumnos a practicar la comunicación asertiva dentro de las actividades. (Anexo 15)

Intención didáctica: Que los alumnos y alumnas identifiquen sus habilidades al controlar sus movimientos en situaciones de juego, iniciación deportiva y deporte educativo, con el propósito de actuar asertivamente y aplicarlo a la vida diaria.

Material didáctico: Pelota de futbol y conos

Estrategia didáctica: Juegos cooperativos, juegos modificados, ferias de la motricidad, y circuitos de acción motriz.

En siguiente se sesión se inicia pasando primero al salón por los alumnos se inicia con un saludo de buenos días, se les hace paso de lista conforme se va pasando lista

van saliendo del salón para lavarse las manos y dirigirse a la cancha tomar asiento en las sillas. Se inicia con un calentamiento lo cual consiste en un canto:

-Alumnos: ¿tienes chamarras en ventas?

Maestras: “si tengo si tengo”

-Alumnos: ¿cuántas chamarras tienes?

Maestro: menciona algún número y los alumnos deberán formar esa cantidad en equipos.

Desarrollo del juego modificado es “fut-beis”

Esta actividad consiste en dividir el grupo en dos equipos se les pedirá a los alumnos que le ponga un nombre a su equipo. De la siguiente manera un equipo se colocará en la primera base y el equipo contrario lanzará la pelota la cual el equipo contrario deberá patear y correr a las bases, si el equipo contrario logra encestar la pelota de fútbol se quema al corredor antes de que llegue a la última base. Al tener tres quemados se cambia el equipo y se inicia la jugada. (Anexo 16)

Cierre: tomarán asiento los alumnos y beberán agua se les hará la siguiente pregunta de forma de evaluación.

-Docente: ¿Conocías este juego?

-Alumnos: si, pero de otra manera.

-Docente: ¿De qué manera?

Alumno 1: pues se juega de la misma manera solo lo que cambio es que no podíamos ponchar a nuestro compañero con la pelota la diferencia fue encestar en la canasta para poderlo ponchar.

-Docente: ¿Cuáles fueron las principales reglas?

Alumno 1: sólo podíamos encestar el balón para poder ponchar a nuestros compañeros.

Alumno 2: sólo se podía hacer un lanzamiento por persona a la cesta de basquetbol.

Docente: ¿A qué deporte se relaciona?

Alumnos 1: al fútbol

Alumno 2: al béisbol

Alumno 3. al básquetbol

De esta manera hacia mi evaluación en cada sesión preguntándoles a los alumnos acerca de la clase para ver lo aprendido y las dudas que les iban surgiendo. Esta sesión de clase fue la que tuvo mayor impactó y curiosidad por los alumnos ya que en toda la sesión de la clase de mantuvieron muy activos a causa de que ya conocían la actividad lo que despertó su curiosidad fue la modificación que realice al decirles que para poder ponchar a sus rivales tendrían que encetar la pelota (Anexo 17). Por otro lado, los juegos pretenden contribuir al aprendizaje del alumno y/o al desarrollo de una o varias habilidades específicas de un deporte, existen algunos juegos que varían algún elemento de su organización o desarrollo, pueden utilizarse para la mejora de la técnica y/o la

táctica de un deporte distinto. En educación básica “los aprendizajes esperados son indicadores de logro que, en términos de la temporalidad establecida en los programas de estudio es decir lo que se espera de cada alumno en términos de saber, saber hacer y saber ser” (Plan de estudios Guía para el maestro Educación Secundaria Educación Física, pág. 22).

Intención didáctica: Que los alumnos y alumnas identifiquen sus habilidades al controlar sus movimientos en situaciones de juego, iniciación deportiva y deporte educativo, con el propósito de actuar asertivamente y aplicarlo a la vida diaria.

Material didáctico: Pelota de básquetbol

Circuitos de acción motriz: Estrategia didáctica Juegos cooperativos, juegos modificados y ferias de la motricidad.

De igual forma al iniciar la clase de educación física se pasa primero al salón por los alumnos se inicia con un saludo de buenos días, se les hace paso de lista conforme se va pasando lista van saliendo de salón para lavarse las manos y dirigirse a la cancha tomar asiento en las sillas.

Calentamiento: “canto”

Alumnos: ¿tienes chamarras en ventas?

Maestras: “si tengo si tengo”

Alumnos: ¿cuántas chamarras tienes?

Maestro: menciona algún número y los alumnos deberán formar esa cantidad en equipos.

Desarrollo: “Rey- pelota”

Este juego consiste en dividir el grupo y formar dos equipos los equipos se pondrán de acuerdo para ver quién será el rey de cada equipo el rey deberá colocarse en el círculo que esta dibujado en la cancha y el equipo contrario evitará que le lancen la pelota y que el rey la atrape todo desplazamiento se deberá botar la pelota. (Anexo 18)

Cierre: tomarán asiento los alumnos y beberán agua se les hará la siguiente pregunta.

-Docente: ¿Conocías este juego?

-Alumnos: no

-Docente: ¿Cuáles fueron las principales reglas?

Alumno 1: hacer 5 pases por equipo para poder encestar el balón de basquetbol

Alumno 2: no se podía quitar la pelota al compañero ni arrebátela.

Alumno 3: al hacer el quinto pase nadie podía quitarle la pelota para poder hacer el lanzamiento.

-Docente: ¿A qué deporte se relaciona?

-Alumnos: al básquetbol

Para finalizar se evaluó por medio de la observación y con una lista de cotejo con los siguientes indicadores: Cumple con las normas establecidas, tuvo creatividad para el uso de material, respeta los turnos de participación, se mantuvo activo en clase, propuso y apporto ideas a la clase, fue creativo e innovador.

Los resultados fueron muy favorables de acuerdo a lo que se observó en las sesiones de las clases ya se inició mostrando un interés más por saber acerca de los deportes (Anexo 19). (Rodríguez, 2010) menciona que cuando los alumnos han adquirido un cierto dominio de los gestos técnicos; su finalidad es la de acoplar dichos gestos técnicos a situaciones simuladas de juego denominadas por este autor, situaciones básicas de aplicación con la intención de que los alumnos puedan más tarde, durante el juego real, identificar las situaciones en que se puede aplicar la habilidad adquirida. Para eso en la siguiente jornada de prácticas se organizó por medio de un cronograma los fundamentos básicos de cada deporte ya que los alumnos mostraban interés acerca de los deportes mis planeaciones se tuvieron que realizar de acuerdo y gusto e interés de los alumnos.

Para esta jornada de prácticas se diseñó un cronograma para organizar y planificar mis clases.

Diseñar plan de acción por medio de “Un cronograma de actividades es simplemente un calendario en el que estableces los tiempos en los que realizaras el proyecto, una tarea, o un conjunto de actividades a trabajar o desarrollar. El cronograma se puede utilizar en un sinfín de cosas: cuando trabajas y planeas la forma en que realizaras llevaras a cabo las tareas; generalmente se utiliza de manera inconsciente; casi toda la vida, es una manera no sistematizada. El cronograma se hace presente generalmente en el desarrollo o gestión de proyectos, lo importante es del cronograma es que plasma cada una de las tareas y fechas previstas desde el principio hasta el final de las actividades que se van a realizar” (Sánchez, pág. 2).

El siguiente cronograma que diseñe tiene las siguientes actividades de clases las fases con las siguientes: Fichero de trabajos – teoría e historia, circuito de acción motriz- fundamentos básicos, juegos modificados- actividades de juegos con técnica y táctica, proyecto socioeducativo- torneo del deporte que les agrado a los alumnos y proyecto socioeducativo- evaluación de los alumnos por medio de una asignación de tarea.

En la primera semana se llevó acabo los dos primeros puntos un fichero de trabajos donde se trabajó en el aula del salón se dividió el grupo a la mitad y se hicieron dos equipos la primera actividad era que por equipos hiciera una lista de los diferentes deportes que ellos conocían, el equipo con más deportes anotados en la lista ganaba. Después de observar esta actividad como los alumnos convivían y mostraban su participación con sus demás compañeros compartiendo ideas acerca de los deportes que ellos conocían me percate que no sabían mucho de ellos o que jamás los habían escuchado, solo sabían los más comunes y básicos al finalizar la actividad a lo muchos anotaban 12 a 20 deportes en la lista. (Anexo 20)

Después de llevar a cabo esa actividad se les mostro dos videos a los alumnos acerca de “Los deportes y sus tipos”. En el primer video nos menciona que es primero un deporte los cual menciona lo siguiente “los deportes son una actividad física, reglamentada, normalmente de carácter competitivo que puede mejorar la condición física” menciona los deportes acuáticos como son surf, natación, vela. Aeronáuticos: paracaidismo, acrobacias aéreas, aeromodelismo. De aventura: buceo, motos de nieve rafting. De motor: automovilismo y motociclismo. De equipo: fútbol, basquetbol, béisbol, voleibol y atletismo. De fuerza: lanzamiento de bala, halterofilia y crossfit. De lucha: box, artes marciales mixtas y taekwondo. En el segundo video de título “todos los deportes

que existen” nos habla sobre los 340 deportes que contiene el video los cuales se dividen en: Deportes con raqueta, Ciclismo, Deportes acuáticos, Deportes de motor, Pruebas combinadas, Atletismo, Deportes de precisión, Gimnasia, Deportes de invierno, Deportes de combate, Deportes colectivos, Deportes de agarre- fuerza, Deportes de mesa, Deportes de montaña, Deportes extremos de aventura y Deportes aéreos.

Mientras el video avanzaba se detenía cuando los alumnos preguntaban o tenían duda por ese deporte se les explicaba de que consistía y como se llevaba a cabo. La reacción de los alumnos era muy notable por la expresión que ponían sus caras de sorprendidos e impacto ya que nunca habían escuchado acerca de varios deportes y la cantidad tan grande de deportes que existen en el mundo. (Anexo 21)

Después de llevar esas actividades en el aula se siguió con el cronograma que se había organizado, durante las sesiones se les preguntó a los alumnos que fundamentos básicos quería llevar a cabo los más mencionados fueron sobre atletismo, futbol, voleibol, básquetbol y futbol americano. De esta manera planifique mi planeación de la siguiente manera:

Intención didáctica: Que los alumnos y alumnas identifiquen sus habilidades al controlar sus movimientos en situaciones de juego, iniciación deportiva y deporte educativo, con el propósito de actuar asertivamente y aplicarlo a la vida diaria.

Material didáctico: Balones de voleibol, conos.

Estrategia didáctica: Juegos cooperativos, juegos modificados, ferias de la motricidad y circuitos de acción motriz.

En la primera sesión se llevó a cabo primero pasar por los alumnos al aula de clases se les da un cordial saludo de buenos días, se pasa asistencia como se va tomando asistencia los alumnos van saliendo del salón y se dirigen a lavarse las manos y pasan a la cancha techada.

Se inicia la clase de educación física mencionado el propósito o intención didáctica de la clase la cual es que los alumnos identifiquen sus habilidades al controlar sus movimientos en situaciones de juego, iniciación deportiva y deporte educativo, con el propósito de actuar asertivamente y aplicarlo en su vida diaria después de eso se les indica a los alumnos cual es la actividad a realizar ya que se dieron indicaciones sobre la actividad se inicia con el siguiente calentamiento llamado las 4 esquinas se organizará el grupo en 5 equipos, los primeros cuatro equipos se colocarán en una esquina y el quinto equipo se colocará en medio a la señal del silbato se deberán de cambiar de esquina y el equipo del medio deberá buscar también su esquina el equipo que no tenga esquina deberá colocarse en medio.

Variantes: saltando en un pie, moviendo brazos, moviendo cabeza, desplazándose a los costados. Después de terminar con el calentamiento se inicia con el desarrollo de la clase la cual se llevó desarrollo en un circuito de acción motriz de los fundamentos básicos del voleibol, para eso se les pidió a los alumnos se colocarán en parejas y tomarán un balón de voleibol en la primera etapa se llevaron a cabo los desplazamientos explicándoles a los alumnos que siempre tenía que mantener la siguiente postura que era abrir sus pies a la altura de sus hombros tener ligeramente dobladas las rodillas y mantener un pie adelante y otro atrás para mantener correctamente el equilibrio.

Una vez que se les explicó la posición a los alumnos de igual forma se les aclaró y demostró cual era la posición correcta de las manos para poder golpear el balón la primera posición de los brazos les indiqué que era un puño cerrado con pulgar arriba y la otra mano abrazaba el puño los pulgares iban hacia enfrente y los brazos se mantenían estirados. De esta manera se les explicó a los alumnos para poder iniciar con el circuito de acción motriz.

Etapa 1: desplazamientos

Etapa 2: desplazamientos golpes bajo

Etapa 3: voleo

Al finalizar el circuito se inició con otra actividad la cual consistían en que los alumnos se colocarían distribuidos en el espacio de juego y uno de ellos comienza golpeando la pelota al aire, la cual, entre todos evitarán que caiga al suelo. El objetivo del juego es dar cinco golpes consecutivos de distintos jugadores. Variantes podrán golpear la pelota con golpe bajo o voleo.

Cierre: se les pedirá a los alumnos que tomen su lugar y se platicará acerca de la clase y hablaremos de las reglas básicas del deporte y que fundamento básico del voleibol. (Anexo 22)

En esta sesión se logró evaluar cualitativamente ya que al tener un número grande de alumnos es realista saber que no podríamos obtener un resultado específico y cuantitativo de cada uno. Ante esto se logró identificar que los alumnos en más de un 85% lograron alcanzar el objetivo en su totalidad cabe resaltar que aún existen aspectos técnicos que se deben de fortalecer los cuales son el golpe bajo y voleo , pero al ser

iniciación al deporte están dentro de los parámetros motores esperados, el 15% restante presentan complicaciones individuales, ya que uno de los factores motrices más importantes para este deporte es la coordinación y sabemos que en esta edad los alumnos se encuentran en un cambio físico que resulta complejo para su control motriz. (Anexo 23)

La próxima sesión tendrán los ajustes adecuados para lograr fortalecer las situaciones motrices que se ven más deficientes en los alumnos.

Intención didáctica: Que los alumnos y alumnas identifiquen sus habilidades al controlar sus movimientos en situaciones de juego, iniciación deportiva y deporte educativo, con el propósito de actuar asertivamente y aplicarlo a la vida diaria.

Material didáctico: Balones de fútbol, conos

Estrategia didáctica: Juegos cooperativos, juegos modificados, ferias de la motricidad y circuitos de acción motriz.

En la sesión número 2 se inicia la clase de educación física se pasa primero al salón por los alumnos se inicia con un saludo de buenos días, se les hace paso de lista conforme se va pasando lista van saliendo de salón para lavarse las manos y dirigirse a la cancha.

Se inicia la clase de educación física mencionado el propósito o intención didáctica de la clase la cual es que los alumnos identifiquen sus habilidades al controlar sus movimientos en situaciones de juego, iniciación deportiva y deporte educativo, con el propósito de actuar asertivamente y aplicarlo en su vida diaria después de eso se les indica a los alumnos cual es la actividad a realizar ya que se dieron indicaciones sobre

la actividad se inicia con el siguiente calentamiento llamado las 4 esquinas se organizará el grupo en 5 equipos, los primeros cuatro equipos se colocarán en una esquina y el quinto equipo se colocará en medio a la señal del silbato se deberán de cambiar de esquina y el equipo del medio deberá buscar también su esquina el equipo que no tenga esquina deberá colocarse en medio.

Variantes: saltando en un pie, moviendo brazos, moviendo cabeza, desplazándose a los costados. Después de terminar con el calentamiento se inicia con el desarrollo de la clase la cual se llevó a cabo en un circuito de acción motriz fundamentos básicos el desarrollo de la clase se llevó a cabo primero dividiendo el grupo en 5 equipos para realizar el siguiente circuito de acción motriz

Etapa 1: los alumnos trotaran al primer cono.

Etapa 2: al llegar a esta etapa el alumno deberá dar toques con la punta de los pies al cono girando.

Etapa 3: se desplazará con el balón dando toques con el pie.

Actividad 1 “gol cono”

Se dividirá el grupo en 4 equipos el objetivo es tirar los conos del equipo contrario que se colocarán en cada esquina. Variante se deberán 5 pases para poder derribar un cono.

Cierre: se les pedirá a los alumnos que tomen su lugar y se platicará acerca de la clase y hablaremos de las reglas básicas del deporte y que fundamento básico del fútbol se le complicó más. (Anexo 24)

En esta sesión los alumnos demostraron en un 90% sus habilidades básicas para estos juegos, cabe resaltar que al ser un deporte más practicado de forma informal por los alumnos su conocimiento es más amplio además que los mismos educandos expresaron que es el único deporte que en la televisión. Ante esto los gestos motores como golpe, recepción y control de balón fueron acciones con un grado de control aceptable. En el aspecto actitudinal los alumnos lograron integrar diferentes habilidades comunicativas dando como resultado una comunicación favorable, así como un ambiente de apertura para el desarrollo de la sesión. (Anexo 25)

Intención didáctica: Que los alumnos y alumnas identifiquen sus habilidades al controlar sus movimientos en situaciones de juego, iniciación deportiva y deporte educativo, con el propósito de actuar asertivamente y aplicarlo a la vida diaria.

Material didáctico: Balones de básquetbol, conos

Estrategia didáctica: Juegos cooperativos, juegos modificados, ferias de la motricidad, y circuitos de acción motriz.

En la sesión número 3 se inicia la clase de educación física se pasa primero al salón por los alumnos se inicia con un saludo de buenos días, se les hace paso de lista conforme se va pasando lista van saliendo de salón para lavarse las manos y dirigirse a la cancha. Se inicia la clase de educación física mencionado el propósito o intención didáctica de la clase la cual es que los alumnos identifiquen sus habilidades al controlar sus movimientos en situaciones de juego, iniciación deportiva y deporte educativo, con el propósito de actuar asertivamente y aplicarlo en su vida diaria después de eso se les indica a los alumnos cual es la actividad a realizar ya que se dieron indicaciones sobre

la actividad se inicia con el siguiente calentamiento llamado las 4 esquinas se organizará el grupo en 5 equipos, los primeros cuatro equipos se colocarán en una esquina y el quinto equipo se colocará en medio a la señal del silbato se deberán de cambiar de esquina y el equipo del medio deberá buscar también su esquina el equipo que no tenga esquina deberá colocarse en medio. Variantes: saltando en un pie, moviendo brazos, moviendo cabeza, desplazándose a los costados. Después de terminar con el calentamiento se inicia con el desarrollo de la clase la cual se llevó a cabo en un circuito de acción motriz fundamentos básicos del basquetbol el desarrollo de la clase se llevó a cabo primero dividiendo el grupo en 5 equipos para realizar el siguiente circuito de acción motriz por parejas realizaran el circuito de acción motriz.

Etapa 1: desplazamientos

Etapa 2: bote de balón con desplazamientos y pase.

Etapa 3: pase de pecho con desplazamientos.

Etapa 4: desplazamiento pase por encima de la cabeza.

Actividad 1: "Rey pelota"

Este juego consiste en dividir el grupo y formar dos equipos los equipos se pondrán de acuerdo para ver quién será el rey de cada equipo el rey deberá colocarse en el círculo que esta dibujado en la cancha y el equipo contrario evitará que le lancen la pelota y que el rey la atrape todo desplazamiento se deberá botar la pelota.

Cierre: se les pedirá a los alumnos que tomen su lugar y se platicará acerca de la clase y hablaremos de las reglas básicas del deporte y que fundamento básico del voleibol se le complico más. (Anexo 26)

En todas las actividades que se realizaron donde tuve un mayor impacto fue en la clase de fundamentos básicos del voleibol fue una de las clases donde los alumnos se interesaron más por saber por el deporte. Y todo sucedió porque unas alumnas se acercaron conmigo preguntándome lo siguiente:

Alumno 1: maestra, Denys ¿usted sabrá donde se encuentra una escuela de voleibol?

Alumna 2: maestra, me gustó mucho el deporte de voleibol y me gustaría practicarlo.

Alumna 3: maestra, ¿Cuándo meterán equipo de voleibol aquí en la escuela?

Es aquí donde me doy cuenta el gran impacto que tuvieron mis clases y saber que estoy logrando mi objetivo y propósito que plante al iniciar mi informe de prácticas.

Para finalizar con la programación del cronograma se llega a la última actividad de evaluación donde se les pido a los alumnos que hicieran un dibujo donde los representara a ellos en un deporte que les llama o gustaría practicar en algún momento de su vida. Se llevó esta actividad a continuación para saber si yo como docente logre los propósitos y objetivos que tenía planeados desde un principio. Todo el grupo realizó su dibujo donde se veían ellos realizando un deporte que les llamó gustaría practicar. Durante la clase mostraban su dibujo y comentaban por qué escogían ese deporte y que

fue más los que le llamó la atención. Los alumnos de primer año de secundaria comentaban lo siguiente durante la clase:

Alumno 1: a mí me gustó el deporte de básquetbol porque se me hace muy divertido y me gustan los uniformes que usan los jugadores de basquetbol.

Alumno 2: a mí no me gustaba ningún deporte, pero ahora que estuvimos en la clase de educación física me llamo la atención practicar ciclismo ya que se me hace una forma divertida, aventurera y extrema.

Alumna 3: a mí me daba miedo jugar con los balones, pero el deporte que más me agradó practicar fue en la clase de voleibol y me gustó perderle el miedo al balón de voleibol. Y me gustaría seguir practicándolo.

Y estos fueron algunos comentarios que se vieron durante la clase donde los alumnos expresaban su dibujo que fue lo que más les gusto llamó la atención acerca de ese deporte se le califico su dibujo y su participación conto como asistencia. (Anexo 27)

Al finalizar todas las sesiones siguiendo a (Rodríguez, 2010), un ejemplo del modelo técnico para la aplicación del proceso de iniciación deportiva, el cual distingue siete fases o periodos constitutivos de dicho procesos: 1. Presentación global del deporte, 2. Familiarización perceptiva, 3. Enseñanza de los modelos técnicos en las situaciones básicas de aplicación, 4. Integración de los fundamentos tácticos en las situaciones básicas de aplicación, 5. Formación de los esquemas básicos de decisión, 6. Enseñanza de esquemas tácticos colectivos y 7. Acoplamiento técnico-táctico de conjunto.

Los anteriores siete periodos descritos corresponden con las tres fases principales en que el modelo técnico divide la enseñanza de la iniciación deportiva. Así, los tres primeros periodos se sitúan en la primera fase, y se caracterizan porque su finalidad es la de sentar las bases y comenzar con la enseñanza de las habilidades específicas de una modalidad deportiva, fuera del contexto de juego, me percaté que si obtuve muy buenos resultados y una mejora hacia los alumnos ya que en la última actividad que se llevó a cabo la planificación la cual se relaciona con la primera fase que fue presentar en global todos los deportes, me demostraron que deporte les interesaba y les gustaría seguir practicando esta se relaciona con la segunda fase que es la familiarización hacia el deporte, la tercera fase se conecta ya con la práctica de las sesión que se llevaron durante la explicación demostración de la manera correcta de ejecutar los movimientos, y por último la cuarta fase se presentó ya en los torneos a realizar durante la clase de educación física. Esas son las cuatro fases que alcance a reforzar debido al tiempo y la nueva normalidad, ya el alumno tiene conocimientos previos acerca de lo que se vió en la clase de educación física. Al inicio de las clases no sabían ni notaban entusiasmo por salir a la cancha o saber que íbamos a ver en la sesión de educación física durante el proceso ya mostraban interés y preguntaban qué deporte se iba a ver durante la clase, al finalizar la clase preguntaban que seguía en la siguiente sesión para buscar videos acerca de esos deportes y venir preparados para poderlos practicar es aquí donde me doy cuenta que si fui un agente de cambio donde les pude devolver a los alumnos el entusiasmo, alegría, interés, curiosidad por el deporte, donde pudieron destacar sus habilidades y destrezas por medio del deporte, perder sus medios al pegarle al balón al hablarle u opinar hacer de cualquier situación.

Ante lo evaluado se logró constatar que los alumnos lograron fortalecer actitudes asertivas a través de las estrategias seleccionadas, se sabe que la actitud positiva va de la mano con un gran grupo de valores es por esto que en cada sesión como se sabe se evaluaron los aspectos teóricos, procedimentales y actitudinales, ante esto los resultados arrojaron diferentes avances en cuanto al inicio de este proyecto, ya que los alumnos al tener un conocimiento casi nulo de los deportes pero demostrando un interés lograron fortalecer diferentes habilidades de manera inconsciente, tanto físicas como actitudinales. En cada sesión los alumnos aprendieron más sobre la esencia de los deportes a nivel global, es decir, trabajaron en equipo, se comunicaron, propusieron, respetaron, hablaron, escucharon, aceptaban errores, corregían, etc. Esto hizo que al finalizar cada sesión aprendieran algo de forma consciente e inconsciente.

IV. CONCLUSIONES

Lo presentado anteriormente en el documento, nos permite identificar una problemática que se detectó en un grupo de secundaria donde sabemos la situación que vivimos hace dos años por pandemia donde la educación en México y en todo el mundo tuvo un gran impacto y cambio a tomar las clases en línea por medio de uso de las tecnologías donde un día para el otro cambiaron la vida de todos, en este documento donde expreso la problemática que encontré fue la socialización y el no tener conocimientos acerca de los deportes.

La relación entre educación física, deporte y recreación se une con la finalidad de globalizar los términos de diferentes áreas del movimiento. Se integran a un concepto unificado de desarrollo de actividades físicas en beneficio del bienestar individual y social del ser humano, pero, al mismo tiempo, se diferencian para situarse en ámbitos de acción e intervención específicos.

El juego tiene una importancia dentro de la historia de la humanidad, formado parte de un patrimonio cultural. En cada sociedad se ha desarrollado una serie de prácticas corporales propias con un carácter prioritariamente lúdico. Es éste el elemento fundamental del juego, lo lúdico, buscando la evasión de la vida cotidiana.

Al trabajar con el grupo de secundaria 1°F me dio acceso de conocer la falta de oportunidad de iniciar un deporte por medio de las clases de educación física la experiencia vivida y conocimientos acerca de un deporte, esta problemática surge por la pandemia ya que los deportes o la iniciación deportiva se comienza a ver a partir de que los alumnos se encuentran en 5to año de primaria dado el caso ellos no tuvieron la

experiencia de vivir una clase de educación física con deporte escolar o iniciación deportiva es ahí cuando entro yo como agente de cambio. Siguiendo con la (SEP, 2011, pág. 48), en secundaria se continúa el proceso formativo de los alumnos, destacando la importancia de la aceptación de su cuerpo y el reconocimiento de su personalidad al interactuar con sus compañeros en actividades en las que pongan en práctica los valores; el disfrute de la iniciación deportiva y el deporte escolar, además de reconocer la importancia de la actividad física y el uso adecuado del tiempo libre como prácticas permanentes para favorecer un estilo de vida.

La cita anterior describe el trayecto formativo de la educación física en educación básica, pasando desde preescolar hasta secundaria, sin embargo, nos inclinaremos únicamente en el nivel de secundaria que es el aspecto que nos interesa por el tema de investigación. Por lo que es de vital importancia comprender las directrices didácticas de la iniciación deportiva en educación básica. Fue un reto complicado abarcar mi tema de titulación ya que el tiempo, el material las medidas de prevención contra el covid-19 estuvieron muy involucradas día con día ya que existían cambios muy repentinos al estar de manera virtual adecuar los tiempos, espacios y materiales para poder trabajar en casa crear un aprendizaje bueno para los alumnos, diseñar y planificar las actividades para que las encontraran atractivas y despertara su curiosidad por aprender y saber. Llegó el momento donde se pudo trabajar de manera presencial híbrida un 30 de agosto del 2021 la cual se define como

Aquellas donde las actividades de enseñanza-aprendizaje se desarrollan de manera simultánea para un grupo de estudiantes que asiste de manera presencial, y otro que participa de forma virtual, gracias a la tecnología

empleada en la habilitación de un espacio físico para estos fines, que permite que la sesión se dé con la interacción entre estas dos audiencias y el docente. (Cultural, 2021).

Como ya se menciona son dos espacios y tiempos diferentes para poder trabajar de manera presencial híbrida fue una ventaja poder ya trabajar de manera presencial, aunque su desventaja era que tenía que modificar mucho mi planeación porque la distancia y el no compartir el material se veía muy involucrado aun en las clases de educación física. Por otra parte, la socialización y comunicación con los alumnos era un factor que influía mucho ya que al estar 2 años atrás de una pantalla los alumnos eran más callados con miedo a participar al hablar o expresarse. Es aquí donde me pregunto a mí misma ¿Se logró integrar a los alumnos en una socialización pacífica y despertar su curiosidad por iniciar o practicar un deporte?

Una vez terminada las últimas sesiones de mi planeación retrocedí hacia atrás y observé como el grupo de 1ºF estaba compartiendo sus experiencias con sus compañeros como demostraban con mucho entusiasmo su dibujo que los representaba en un futuro practicando un deporte. Me agradó saber que mis alumnos se acercaban a mí y me comentaban “maestra ya platiqué con mis papas para que me metan a una escuela o club deportivo para prácticas voleibol o futbol”. Un caso muy importante que noté en mi jornada de prácticas fue con una alumna del grupo que era muy tímida, no participaba y le daba miedo los balones fue un caso muy especial con ella, pero al pasar el tiempo la alumna se fue desarrollando poco a poco con sus compañeros ya participaba más con sus compañeros ya no le daba miedo golpear el balón en toda la clase de educación física o sesiones que teníamos era la que más veces golpeaba o

buscaba los balones. En la asignación de tarea que les encargué como cierre de clase ella expresó lo siguiente dibujo una monita golpeando un balón de voleibol y escribió el siguiente mensaje en su trabajo “apenas me voy a meter a voleibol el lunes, pero ya estoy muy emocionada gracias a la maestra Denys que nos demostró jugar voleibol a mis amigas y a mí, se le quiere mucho maestro, pero el voleibol es muy divertido”. Me dio un gusto saber que como docente puede lograr resolver esa problemática que había encontrado. Me fue grato abarcar las primeras 4 fases que menciona el autor Rodríguez, porque logré planificar y llevarlas a práctica donde las clases fueron muy satisfactorias tanto para los alumnos como para mí como docente en formación, donde logré familiarizar a los alumnos con el deporte y dejarles un granito de aprendizaje a ellos.

Por otro lado, para finalizar este documento se reflexiona el para que los alumnos tengan iniciación deportiva como ya se había mencionado al momento de observar al grupo y cuestionarlo verbalmente y escuchar sus experiencias antes de la pandemia me percaté que los alumnos apenas comenzaban a ver el tema de iniciación deportiva conocer los juegos modificados, los juegos pre-deportivos en sus primarias como ya sabemos tuvimos un pandemia mundial y eso nos la convivencia y alejarnos de las personas, es por eso que implementé la iniciación deportiva con los alumnos de 1^aF desde cero con el objetivo de que conocieran y tuvieran una experiencia de una clase de educación física basada en la iniciación deportiva, también es importante resaltar porque me dirigí hacia una convivencia pacífica lo cual mi objetivo era que los alumnos después de haber estado en distancia tuvieran un autoconocimiento, conocerse, reconocerse y aceptar a los que los rodea y valorar positivamente la diversidad.

Y esto me recuerda a todos los años de mi carrera en la normal donde muchos de mis maestros nos mencionaban que ser un maestro de educación física es un agente de cambio y es muy cierto y en este tiempo lo afirmo yo fui partícipe de hacer un cambio en los alumnos para seguir mejorando día con día. Como futuro docente considero que si debo mejorar mucho más mis clases de educación física sabemos bien que con la experiencia uno va aprendiendo en esta jornada de prácticas aprendí muchas cosas como el comportamiento de los adolescentes y es un fuerte impacto saber que no todas las generaciones siguen siendo iguales el comportamiento de los alumnos es muy diferente ya están más despiertos, el cómo cambio tan repentinamente la educación con medio de las tecnologías, el estar en prácticas fue una experiencia muy bonita ya que viví la realidad de estar ya presente a un grupo todo un ciclo escolar y saber a lo que me voy enfrentar como futura docente y el saber cómo actuar ante situación que me pasen a futuro en mi opinión si estoy satisfecha por mi jornada de prácticas si debo de mejorar mucho más y seguir aprendiendo de ello.

V. REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

Belloso, R. (s.f.). Obtenido de <http://virtual.urbe.edu/tesispub/0094733/cap03.pdf>

Blázquez. (2010). *El deporte escolar en y para la educación física* . Mexico : frontier abierta .

Corredor, A. L. (s.f.). *La iniciación deportiva en la enseñanza primaria* . Obtenido de <file:///C:/Users/sandi/Downloads/Dialnet-LaIniciacionDeportivaEnLaEnsenanzaPrimariaLosJuego-2591551.pdf>

Cultural. (04 de noviembre de 2021). *Cultural*. edu.pe. Obtenido de <https://cultural.edu.pe/conoce-mas-clases-hibridas/#:~:text=Las%20clases%20h%C3%ADbridas%20en%20el,habilitaci%C3%B3n%20de%20un%20espacio%20f%C3%ADsico>

DGESUM. (2018). Plan de estudios . En *Competencias educación física* .

González, García, Contreras Y Sánchez. (2009). *El deporte escolar en y para la educación física* . Mexico : frontier Abierta .

Hernández, Castro, Cruz, Gil, Guerra, y Rodríguez. (2000). *El deporte escolar en y para la educación física* . Mexico : frontier Abierta .

Molina, S. (1998). *La observación como instrumento de evaluación en las clases de educación física* . Obtenido de

https://www.cienciadeporte.com/images/congresos/caceres/Ensenanza_deportiva/educacion_fisica/11observacion.pdf

Quintana, Y. C. (julio de 2012). *Juegos predeportivos para la masificación de la práctica* . Obtenido de Juegos predeportivos para la masificación de la práctica : <https://efdeportes.com/efd170/juegos-predeportivos-para-atletismo.htm#:~:text=Los%20juegos%20predeportivos%20son%20una,su%20contenido%2C%20estructura%20y%20prop%C3%B3sito>

Rodríguez. (2010). *La iniciación deportiva en el contexto escolar, análisis de los modelos de enseñanza*. Obtenido de <https://efdeportes.com/efd142/la-iniciacion-deportiva-en-el-contexto-escolar.htm>

Sánchez, I. S. (s.f.). *Cronograma de actividades*. Obtenido de <http://repository.uaeh.edu.mx/bitstream/bitstream/handle/123456789/16696/LECT128.pdf?sequence=1#:~:text=Un%20cronograma%20de%20actividades%20es,actividades%20a%20trabajar%20o%20desarrollar.>

SEP. (2011). *Plan de estudios Guía para el maestro Educación Secundaria Educación Física* . Mexico: Secretaría de Educación Pública.

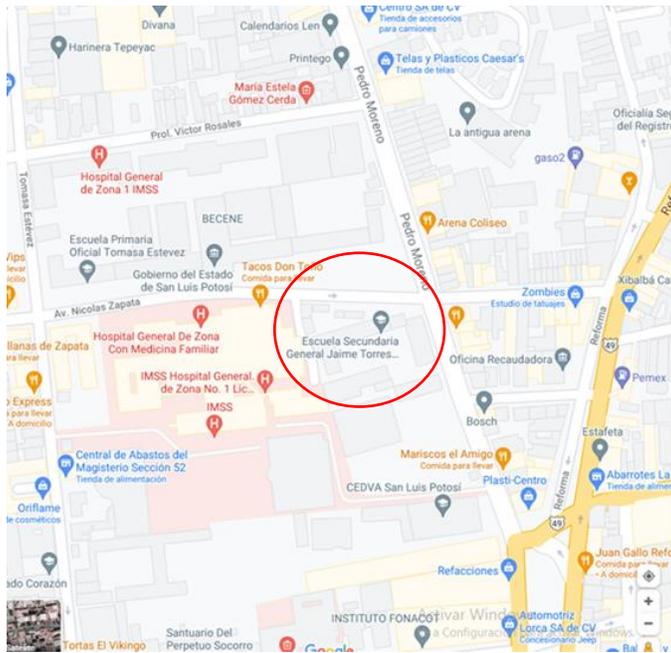
SEP. (2017). *Aprendizajes Clave para la Educación Integral*. MEXICO : sep . Obtenido de Aprendizajes Clave para la Educación Integral.

Smyh. (1991). *claudioxpc*. Obtenido de <http://claudioxpc.blogspot.com/2016/03/todos-somos-maestros-aprovecha-esta.htm>

Urquijo, Sebastian y Gonzalez, Gloria . (1997). *Adolescencia y Teorías del Aprendizaje*. Obtenido de *Adolescencia y Teorías del Aprendizaje* : <https://www.aacademica.org/sebastian.urquijo/57.pdf>

Zulia, U. d. (28 de mayo de 2020). *Planificación educativa como herramienta fundamental para una educación con calidad* . Obtenido de <https://www.redalyc.org/journal/279/27963600007/html/#:~:text=La%20planificaci%C3%B3n%20estrat%C3%A9gica%20en%20la,los%20sistemas%20de%20evaluaci%C3%B3n%20correspondientes>.

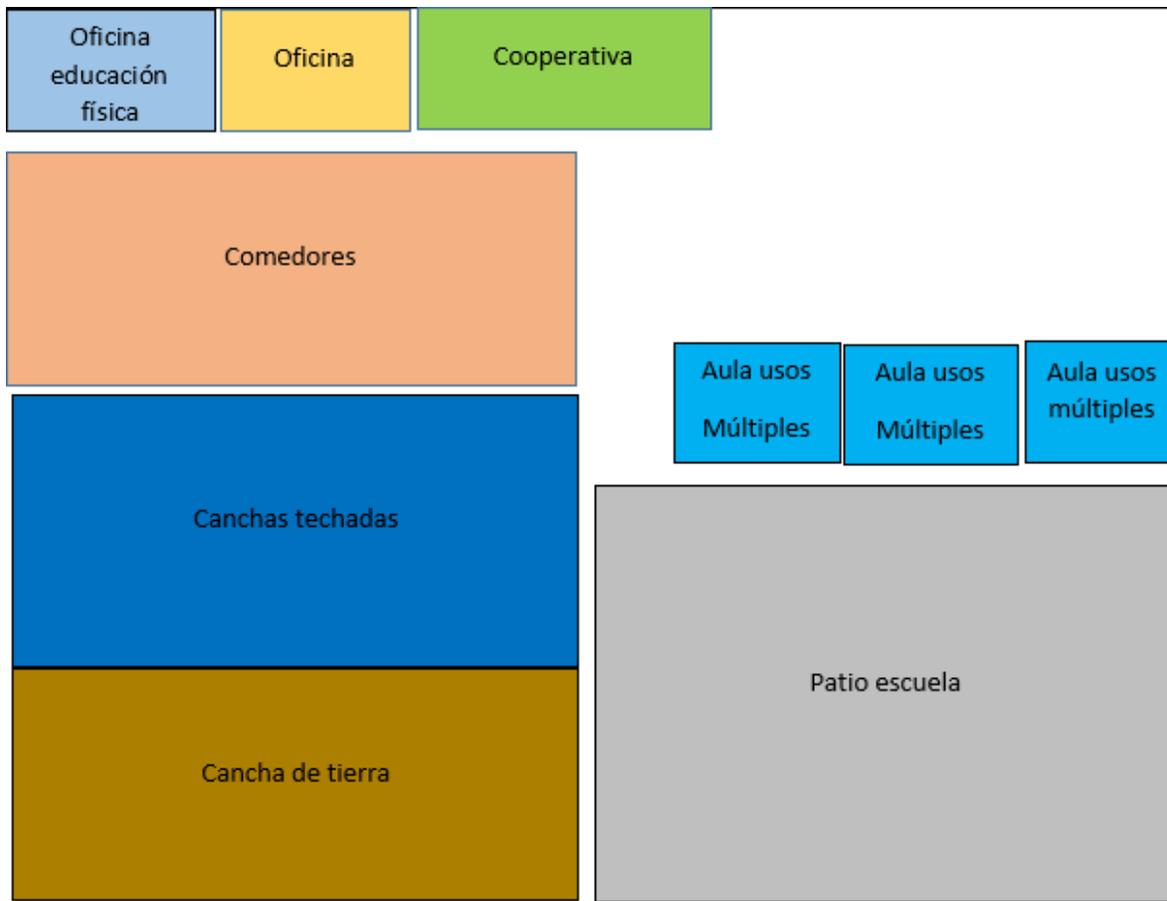
VI. ANEXOS



Anexo 1. Croquis de la ubicación de la institución. Obtenido de Google Maps, el 24 de noviembre del 2021.



Anexo 2. Plano representativo de la Escuela Secundaria Jaime Torres Bodet



- | | | | |
|---|-----------------------------|---|---------------------|
|  | Oficina de educación física |  | aula usos múltiples |
|  | Oficina personal |  | patio de la escuela |
|  | Cancha techada | | |
|  | Cancha de tierra | | |

Anexo 3. Segundo plano de la Escuela Secundaria Jaime Torres Bodet

Evaluación 1 F	Si	No
1. Cumple con las normas establecidas	✓	
2. Tuvo creatividad para el uso de material		X
3. Respeta los turnos de participación		X
4. Se mantuvo activo en clase		X
5. Propuso y apporto ideas a la clase	✓	
6. Fue creativo e innovador	✓	
OBSERVACIONES: Los alumnos muestran un poco mas de interes por los juegos modificados, la convivencia aun no es muy favorable.		

Anexo 4. Lista de cotejo evolución

CAPACIDADES FISICAS	Excelente	Muy bien	Regular
Velocidad	3	2	1
Fuerza	3	2	1
Resistencia	3	2	1
Flexibilidad	3	2	1

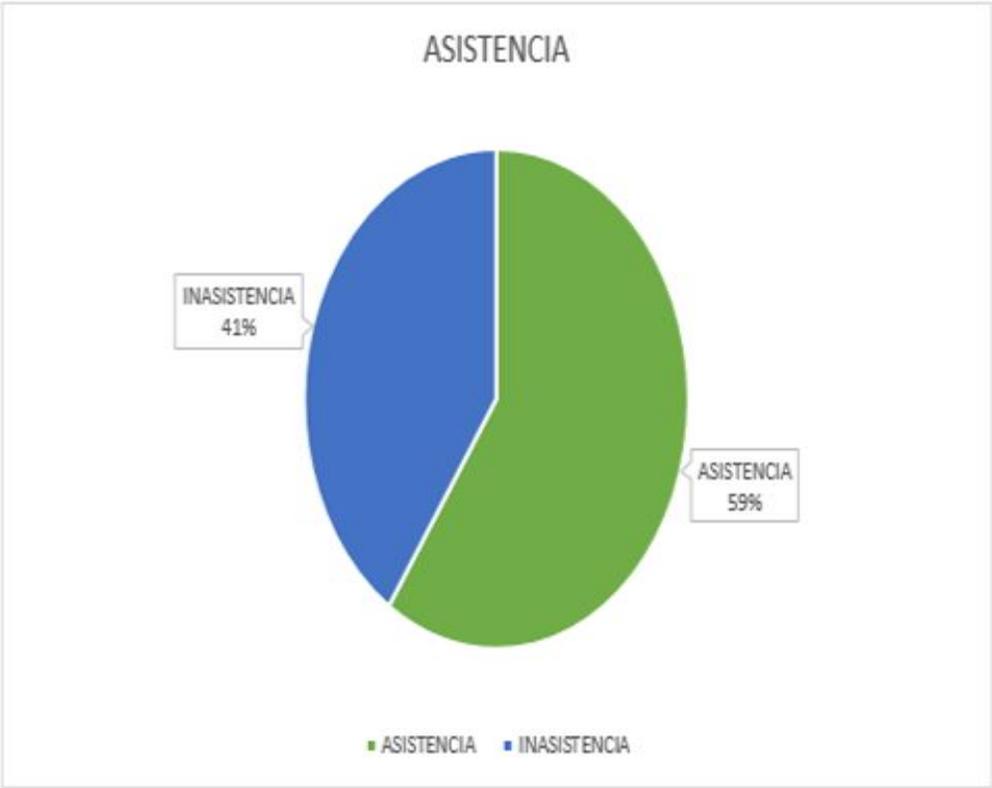
CAPACIDADES COORDINATIVAS	Excelente	Muy bien	Regular
Equilibrio	3	2	1
Ritmo	3	2	1
Reacción	3	2	1

Anexo 5. Criterios de evaluación diagnóstica capacidades físicas condicionales y coordinativas

EDUCACION FISICA 1F 2021-2022

No.	NOMBRE DEL ALUMNO	ASISTENCIA		CONTROL DE ASISTENCIA																
1	ALEMAN VELAZQUEZ BRIANA PAOLA	●	●	V	F	R	F	E	R	RE										
2	ARBOLEYDA MATA JESUS RONALDO	—	—	V	F	R	F	E	R	RE										
3	BERNAAL MARTINEZ FRANCISCO MISSAEL	—	—	V	F	R	F	E	R	RE										
4	CARDENAS HERMANDEZ NAHOMY MONSERRAT	—	—	V	F	R	F	E	R	RE										
5	DIAZ ARRELLANO ELIAS MOISES	●	●	V	F	R	F	E	R	RE										
6	DIAZ ARRIAGA KEVIN EDUARDO	●	●	V	F	R	F	E	R	RE										
7	ESQUIVEL FLORES DANNA PAULINA	●	●	V	F	R	F	E	R	RE										
8	FRAUSTO AGULAR OMAR ALEJANDRO	●	●	V	F	R	F	E	R	RE										
9	GALLEGOS SANCHEZ IVANNA YAIRETH	●	●	V	F	R	F	E	R	RE										
10	GARCIA HERMANDEZ ESMERALDA AISHA	●	●	V	F	R	F	E	R	RE										
11	GARCIA LIMONES FELIX ANGEL	—	—	V	F	R	F	E	R	RE										
12	GARCIA RIVERA LUIS FERNANDO	●	●	V	F	R	F	E	R	RE										
13	GONZALEZ ORTEGA RAUL EDUARDO	—	—	V	F	R	F	E	R	RE										
14	HERNANDEZ MARTINEZ CHANTAL ALEJANDRA	●	●	V	F	R	F	E	R	RE										
15	IRIARTE MARTINEZ AMMY JAQUILINE	—	—	V	F	R	F	E	R	RE										
39	LLAMAS ANGUIANO EDWIN JOSAFAT	●	●	V	F	R	F	E	R	RE										
16	LOPEZ ARELLANO ALEJANDRO	●	●	V	F	R	F	E	R	RE										
18	MARINEZ DE LA ROSA MELANY SOFIA	●	●	V	F	R	F	E	R	RE										
17	MARTINEZ CASTRO NICOLAS ALEJANDRO	—	—	V	F	R	F	E	R	RE										
19	MARTINEZ HERNANDEZ ALBERTO ALEJANDRO	●	●	V	F	R	F	E	R	RE										
20	MARTINEZ HERNANDEZ LUIS GUSTAVO	—	—	V	F	R	F	E	R	RE										
21	MARTINEZ MUÑOZ CITLALLI	●	●	V	F	R	F	E	R	RE										
22	MATA SILVA LUZ ALEXIA	—	—	V	F	R	F	E	R	RE										
23	MEZA JARA DIEGO ANDRE	●	●	V	F	R	F	E	R	RE										
24	NAVA CARRIZALEZ SARA	●	●	V	F	R	F	E	R	RE										
25	ORDAZ CUEVAS SALLY DIVANY	—	—	V	F	R	F	E	R	RE										
26	PADILLA SANDOVAL KARLA ANDREA	●	●	V	F	R	F	E	R	RE										
27	PUENTE GONZALEZ BYRON GABRIEL	—	—	V	F	R	F	E	R	RE										
28	PULIDO JALOMO VALERIA LIZETH	●	●	V	F	R	F	E	R	RE										
29	RAMOS RAMIREZ FATIMA MONSERRAT	●	●	V	F	R	F	E	R	RE										
30	RICARIO RODRIGUEZ BRIAN ALEXANDER	●	●	V	F	R	F	E	R	RE										
31	RIVERA RENDON CRISTIAN ALEJANDRO	●	●	V	F	R	F	E	R	RE										
32	ROSAS RICO LIZETH JOSELYN	—	—	V	F	R	F	E	R	RE										
33	SALAS JIMENEZ MIGUEL ALEJANDRO	—	—	V	F	R	F	E	R	RE										
34	TORRES MOLINA RODRIGO ARMANDO	●	●	V	F	R	F	E	R	RE										
38	TORRES SALAS ALISON GISLLE	●	●	V	F	R	F	E	R	RE										
35	VANEGAS MARTINEZ LUIS ALFREDO	—	—	V	F	R	F	E	R	RE										
36	ZAMORA PEREZ GABRIELA NAVARAK	●	●	V	F	R	F	E	R	RE										
37	ZAVALA MARTINEZ AMERICA NAOMI	—	—	V	F	R	F	E	R	RE										

Anexo 6. Lista de grupo foco y evidencia de resultados de capacidades física condicionales y coordinativas.



Anexo 7. Grafica de asistencia de primer año grupo F.

SESION: 30.08.2021	SECUENCIA: 1	SESION:	SECUENCIA: 2
INTENCION PEDAGOGICA: reconoce las condiciones, características y los requisitos necesarios para disminuir el riesgo de contagios y transmisión de SARS-COV-2 tanto en los niños, adolescentes y maestros y personal que labora en las instituciones.		INTENCION PEDAGOGICA: Reconoce su identidad corporal al diseñar alternativas motrices vinculadas con la actividad física, utilizando elementos de música y manipulación de objetos.	
MATERIAL: <ul style="list-style-type: none"> • presentación power point • hoja de maquina • lapicero plumón etc. 	TECNICA DE ENSEÑANZA: mando directo	MATERIAL: <ul style="list-style-type: none"> • Pelota de plástico • Conos • Cuerda de saltar • Música 	TECNICA DE ENSEÑANZA: mando directo
ACTIVIDAD: <ul style="list-style-type: none"> • Presentación de alumnos y docente • Presentación de power point medidas de seguridad y de prevención del contagio del covid-19 • Representación gráfica de las actividades que se llevaran acabo • Actividad de gimnasia cerebral. 		ACTIVIDAD: Evaluación diagnostica Velocidad: los alumnos debían recorrer una distancia de 200 metros. Fuerza: los alumnos debían hacer 20 sentadillas y 10 lagartijas. Resistencia: los alumnos debían de recorrer la cancha con un trote ligero durante cierto tiempo recorrido y saber cuántas vueltas logro alcanzar y en cuanto tiempo. Flexibilidad: los alumnos se colocaban arriba de un banco y se flexionaban hacia las puntas de los pies y se media con una regla la flexibilidad que tenían. Bailes de tik- tok Capacidades físicas coordinativas: abarca lo que es el equilibrio, ritmo y reacción para evaluar estas capacidades los implemente por medio de una actividad la cual maneje con música y baile.	

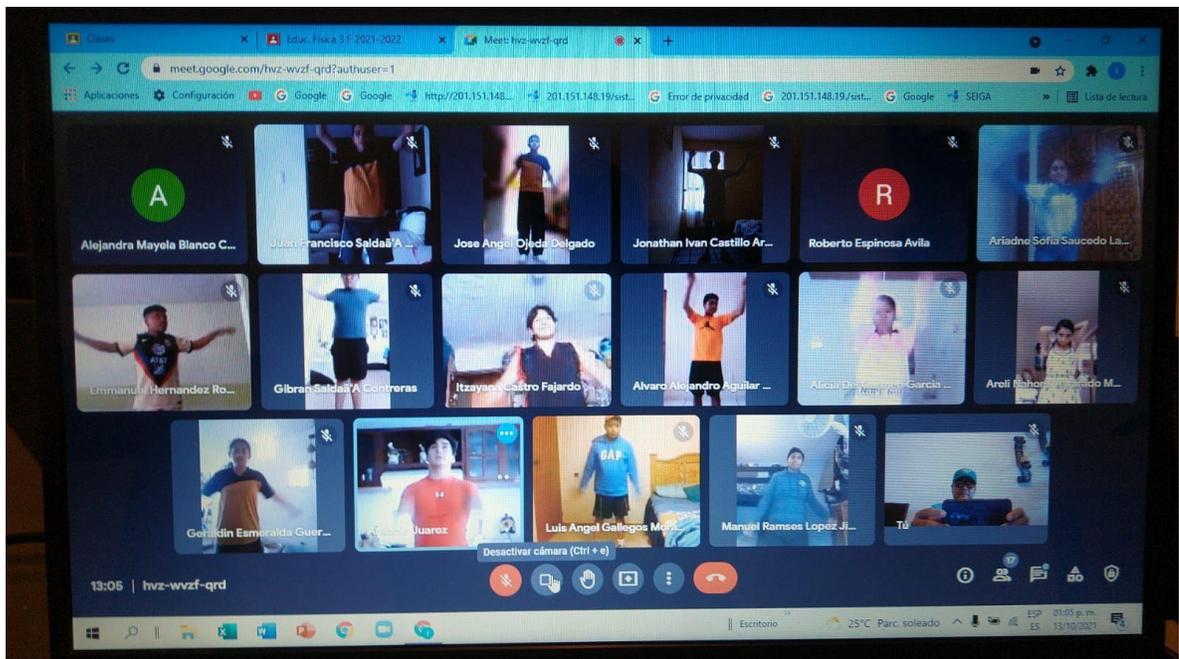
Anexo 8. Planeación diagnostica

SESION:	SECUENCIA: 1	SESION:	SECUENCIA: 2
INTENCION PEDAGOGICA: Reconoce su identidad corporal al diseñar alternativas motrices vinculadas con la actividad física, utilizando elementos de futbol.		INTENCION PEDAGOGICA: Utiliza sus habilidades mediante ejercicios lúdicos motrices para controlar y manipular un balón al participar en actividades de inicio deportiva y adaptar los elementos a su contexto para promover un estilo de vida activo y saludable.	
MATERIAL:	TECNICA DE ENSEÑANZA: mando directo	MATERIAL:	TECNICA DE ENSEÑANZA:
<ul style="list-style-type: none"> • pelota de plástico • botellas de plástico 		<ul style="list-style-type: none"> • Pelota de plástico o reciclable • 6 botellas de plástico • Calcetín 	
ACTIVIDAD:		ACTIVIDAD:	
<ul style="list-style-type: none"> • Explicación de la actividad a realizar • Calentamiento en general céfalo-caudal <p>Actividad Fundamentos básicos futbol 1.El alumno deberá patear la pelota con la parte interna del pie dirigiéndola hacia la pared. Realizara 10 pases con cada pie. 2. el alumno cambiara la posición del pie para golpear la pelota con el empeine del pie realizara 10 pases con cada pie. 3.el alumno trabajara con botellas de plástico golpeará la pelota con la parte interna del pie</p> <ul style="list-style-type: none"> • Estiramiento • retroalimentación de la clase 		<ul style="list-style-type: none"> • Explicación de la actividad a realizar • Calentamiento en general • Ejercicios de control <p>Balón mano Ejercicio 1: lanzar la pelota con las 2 manos así arriba y abajo Ejercicio 2: manejar la pelota con la mano y otra con los pies Ejercicio 3: trotar y manejar pelota alrededor del cono.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Estiramiento • retroalimentación de la clase 	

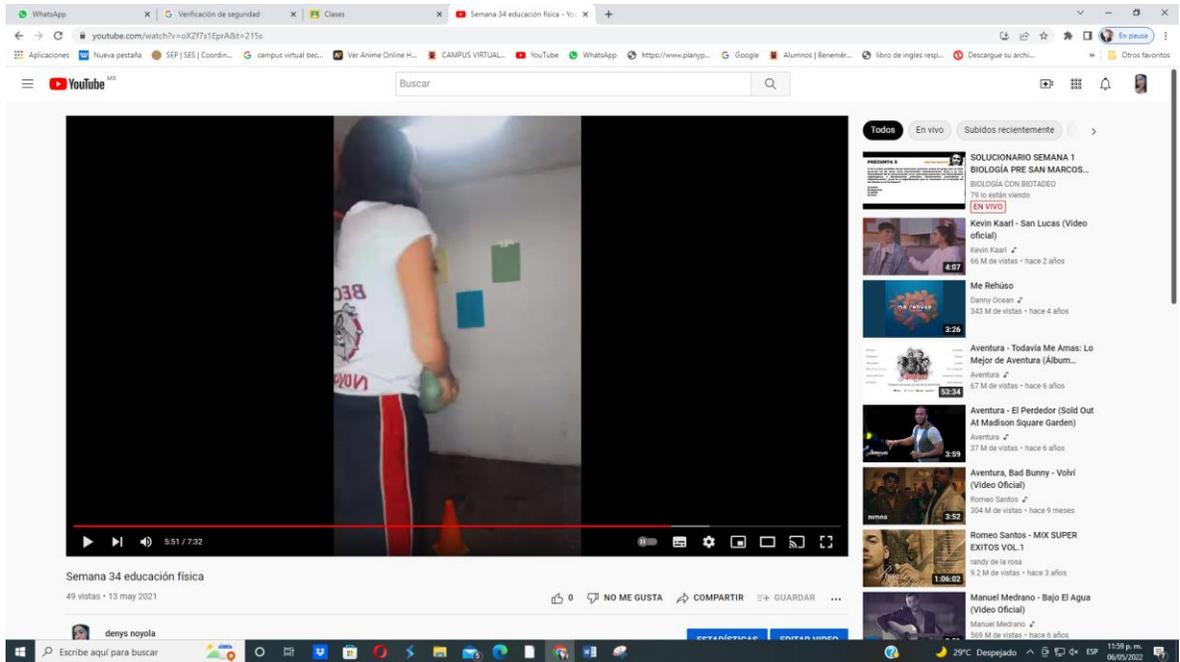
Anexo 8. Planeación juegos modificados en casa



Anexo 9. Publicación de plataforma de Google Classroom para clases virtuales de educación física.



Anexo 9. Clase virtual educación física



Anexo 10. Plataforma de You Tube sesión grabada de educación física.



SISTEMA EDUCATIVO ESTATAL REGULAR
BENEMÉRITA Y CENTENARIA ESCUELA NORMAL DEL ESTADO
LICENCIATURA EN EDUCACIÓN FÍSICA

PLAN DE SESIÓN

Preescolar, Primaria, Secundaria y Educación Especial

Nivel: Secundaria

Nombre del Docente: Xiomara Denys Zaragoza González	Grado: Primero
Fecha: 29 de Noviembre al 17 de Diciembre del 2021	
Componente Pedagógico Didáctico: Desarrollo de la motricidad.	Eje: Competencia motriz
Aprendizaje Esperado: Emplea sus capacidades, habilidades y destrezas al controlar sus movimientos ante situaciones de juego, expresión corporal, iniciación deportiva y deporte educativo, con el propósito de actuar asertivamente.	
Intención didáctica: Que los alumnos y alumnas identifiquen sus habilidades al controlar sus movimientos en situaciones de juego, iniciación deportiva y deporte educativo, con el propósito de actuar asertivamente y aplicarlo a la vida diaria.	Pautas de evaluación: <ul style="list-style-type: none"> • Registro de las observaciones y testimonios de la sesión, así como análisis de la actuación y resultados obtenidos a partir del desempeño y participación, individual y por equipos. • Instrumento de coevaluación sobre el desempeño motor y actitudinal de los compañeros de equipo.
Actividades con las que realizará las Evaluaciones: con preguntas acerca del material y movimientos que realizaron.	
Estrategias Didácticas: Juegos cooperativos, juegos modificados, Ferias de la motricidad, Circuitos de acción motriz.	Recursos Didácticos: <ul style="list-style-type: none"> • Conos • Balón de futbol por alumno • Globo por alumno • Balón de básquet por alumno • Rompecabezas de balones de deportes
Estilos de Enseñanza a utilizar: descubrimiento guiado, mando directo.	Acciones con las que promoverá la participación de los alumnos: al comenzar la sesión preguntarles que tipos de deportes conocen tanto de conjunto o individuales. Durante la clase motivarlos con palabras para que se esfuercen a realizarlo mejor Cuestionarlos acerca de que etapa del circuito se les hizo más difícil de controlar.
Observaciones: se utilizarán consignas como "cuento hasta 3 y ya están en medio de la cancha" con su distancia. Para detener la clase y corregir a los alumnos acerca de la actividad.	
Desglose Didáctico	

<p>Propósito o Intención Didáctica de la Primera Sesión: Que los alumnos y alumnas identifiquen sus habilidades al controlar sus movimientos en situaciones de juego, iniciación deportiva y deporte educativo, con el propósito de actuar asertivamente y aplicarlo a la vida diaria.</p>	
<p>Actividades o tareas de la sesión N°1</p>	<p>Al iniciar la clase de educación física se pasa primero al salón por los alumnos se inicia con un saludo de buenos días, se les hace paso de lista conforme se va pasando lista van saliendo de salón para lavarse las manos y dirigirse a la cancha tomar asiento en las sillas.</p> <p>Calentamiento: cuatro esquinas se organizará el grupo en 5 equipos, los primeros cuatro equipos se colocarán en una esquina y el quinto equipo se colocará en medio a la señal del silbato se deberán de cambiar de esquina y el equipo del medio deberá buscar también su esquina el equipo que no tenga esquina deberá colocarse en medio. Variantes: saltando en un pie, moviendo brazos, moviendo cabeza etc.</p> <p>Se les explicará en lo que consiste la actividad y se les dará un ejemplo acerca del circuito.</p> <p>Desarrollo: CIRCUITO MOTRIZ</p> <p>Consiste en realizar un circuito de diferentes etapas empleando diferentes movimientos de acuerdo a los diferentes deportes como futbol, voleibol, básquet.</p> <p>Etapas:</p> <p>Etapas 1: correrán a velocidad de ida y regreso.</p> <p>Etapas 2: pasara con un balón de futbol en zic- zac por los conos.</p> <p>Etapas 3: con un globo realizaran el movimiento de voleo hasta trasladarse a la siguiente etapa.</p> <p>Etapas 4: tomaran un balón de básquet lo botaran y lanzar al aro de canasta.</p> <p>Etapas 5: colocaran solo una pieza para formar el rompecabezas. El equipo que termine primero el rompe cabezas gana.</p> <p>Cierre: tomaran asiento los alumnos y tomaran agua se les hará la siguiente pregunta</p> <p>¿los movimientos que realizaron de que deportes son?</p> <p>¿de acuerdo al material que observas de que deporte consisten?</p>
<p>Observaciones:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Cumple con las normas establecidas. • Disfruta y muestra entusiasmo. • Propuso y apporto ideas a la clase. • Mantuvo un pensamiento y actuación estratégica. • Respeta los turnos de participación. 	

Anexo 11. Planeación diagnostica circuito de acción motriz movimientos básicos de deportes.



Anexo 12. Evidencia de clase del circuito de acción motriz movimientos básicos de los deportes.

Hora	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
7:30-8:20	1E	2D	2C	1C	1E
8:20-9:10	2A	3F	1C	1D	3A
9:10-10:00	2F	3A	1F	2B	3E
10:00-10:50	3E	1F	2E		1D
10:50-11:10	R E C E S O				
11:10-12:00		3B	2D	2F	3C
12:00-12:50	2B	3D	2A	2E	3D
12:50-13:40	3C		3F	2C	3B

Anexo 13. Horario de clases



Nombre del Docente: Xiomara Denys Zaragoza González	Grado: Primero
Fecha: 29 de Noviembre al 17 de Diciembre del 2021	
Componente Pedagógico Didáctico: Desarrollo de la motricidad.	Eje: Competencia motriz
Aprendizaje Esperado: Emplea sus capacidades, habilidades y destrezas al controlar sus movimientos ante situaciones de juego, expresión corporal, iniciación deportiva y deporte educativo, con el propósito de actuar asertivamente.	
Intención didáctica: Que los alumnos y alumnas identifiquen sus habilidades al controlar sus movimientos en situaciones de juego, iniciación deportiva y deporte educativo, con el propósito de actuar asertivamente y aplicarlo a la vida diaria.	Pautas de evaluación: <ul style="list-style-type: none"> • Registro de las observaciones y testimonios de la sesión, así como análisis de la actuación y resultados obtenidos a partir del desempeño y participación, individual y por equipos. • Instrumento de coevaluación sobre el desempeño motor y actitudinal de los compañeros de equipo.
Actividades con las que realizará las Evaluaciones: con preguntas acerca del material y movimientos que realizaron.	
Estrategias Didácticas: Juegos cooperativos, juegos modificados, Ferias de la motricidad, Circuitos de acción motriz.	Recursos Didácticos: <ul style="list-style-type: none"> • Pelota gigante • Conos
Estilos de Enseñanza a utilizar: descubrimiento guiado, mando directo.	Acciones con las que promoverá la participación de los alumnos: al comenzar la sesión preguntarles que tipos de deportes conocen tanto de conjunto o individuales. Durante la clase motivarlos con palabras para que se esfuercen a realizarlo mejor Cuestionarlos acerca de que etapa del circuito se les hizo más difícil de controlar.
Observaciones: se utilizarán consignas como "cuento hasta 3 y ya están en medio de la cancha" con su distancia. Para detener la clase y corregir a los alumnos acerca de la actividad.	
Desglose Didáctico	
Propósito o Intención Didáctica de la Primera Sesión: Que los alumnos y alumnas identifiquen sus habilidades al controlar sus movimientos en situaciones de juego, iniciación deportiva y deporte educativo, con el propósito de actuar asertivamente y aplicarlo a la vida diaria.	

Actividades o tareas de la sesión N°2	<p>Al iniciar la clase de educación física se pasa primero al salón por los alumnos se inicia con un saludo de buenos días, se les hace paso de lista conforme se va pasando lista van saliendo de salón para lavarse las manos y dirigirse a la cancha tomar asiento en las sillas.</p> <p>Calentamiento: iniciaran desplazándose por el lugar dando toques al globo con las manos y de ahí se les va preguntando a los alumnos con que otras partes del cuerpo podrían golpear el globo.</p> <p>Desarrollo: "voleibol de gigantes" Se iniciará previamente con las reglas del juego después se dividirá el grupo y se formaran en dos equipos se juega voleibol con una pelota gigante.</p> <p>Cierre: tomaran asiento los alumnos y tomaran agua se les hará la siguiente pregunta. ¿Conocías este juego? ¿Cuáles fueron las principales reglas? ¿A qué deporte se relaciona?</p>
<p>Observaciones:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Cumple con las normas establecidas. • Disfruta y muestra entusiasmo. • Propuso y apporto ideas a la clase. • Mantuvo un pensamiento y actuación estratégica. • Respeta los turnos de participación. 	

Anexo 14. Actividad juego modificado "Voleibol de gigantes".



Anexo 15. Evidencia clase juego modificados voleibol de gigantes.

Actividades o tareas de la sesión N°3	<p>Al iniciar la clase de educación física se pasa primero al salón por los alumnos se inicia con un saludo de buenos días, se les hace paso de lista conforme se va pasando lista van saliendo de salón para lavarse las manos y dirigirse a la cancha tomar asiento en las sillas.</p> <p>Calentamiento: "canto" Alumnos: "tienes chamarras en ventas" Maestras: "si tengo si tengo" Alumnos cuantas chamarras tienes Maestro: menciona algún número y los alumnos deberán formar esa cantidad en equipos.</p> <p>Desarrollo: "fut-beis" Esta actividad consiste en dividir el grupo en dos equipos se les pedirá a los alumnos que le ponga un nombre a su equipo. De la siguiente manera un equipo se colocará en la base y uno lanzará la pelota la cual el equipo contrario deberá patear y correr a la primera fase, si el equipo lanza la pelota logra cachar la pelota será "out"</p> <p>Cierre: tomaran asiento los alumnos y tomaran agua se les hará la siguiente pregunta. ¿Conocías este juego? ¿Cuáles fueron las principales reglas? ¿A qué deporte se relaciona?</p>
<p>Observaciones:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Cumple con las normas establecidas. • Disfruta y muestra entusiasmo. • Propuso y apporto ideas a la clase. • Mantuvo un pensamiento y actuación estratégica. • Respeto los turnos de participación. 	

Anexo 16. Actividad juego modificado "Fut-beis"



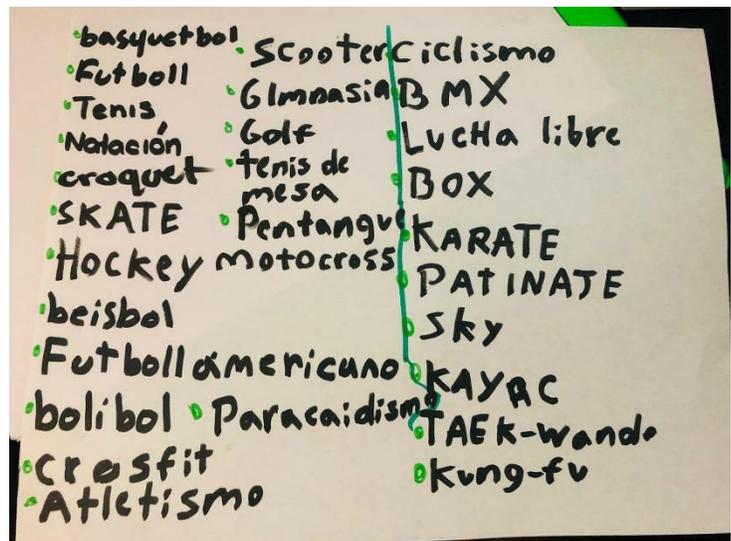
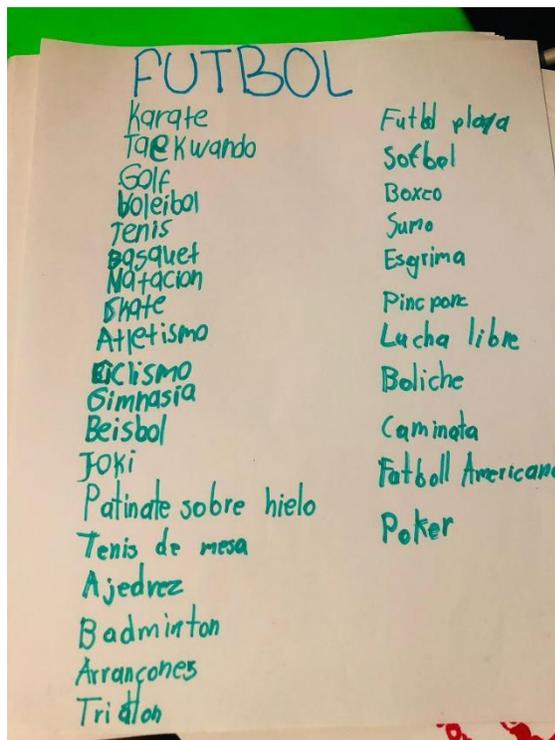
Anexo 17. Evidencia clase juego modificados fut-beis.

Actividades o tareas de la sesión N°4	<p>Al iniciar la clase de educación física se pasa primero al salón por los alumnos se inicia con un saludo de buenos días, se les hace paso de lista conforme se va pasando lista van saliendo de salón para lavarse las manos y dirigirse a la cancha tomar asiento en las sillas.</p> <p>Calentamiento: "canto"</p> <p>Alumnos: "tienes chamarras en ventas"</p> <p>Maestras: "si tengo si tengo"</p> <p>Alumnos cuantas chamarras tienes</p> <p>Maestro: menciona algún número y los alumnos deberán formar esa cantidad en equipos.</p> <p>Desarrollo: "Rey- pelota"</p> <p>Este juego consiste en dividir el grupo y formar dos equipos los equipos se pondrán de acuerdo para ver quién será el rey de cada equipo el rey deberá colocarse en el círculo que esta dibujado en la cancha y el equipo contrario evitará que le lancen la pelota y que el rey la atrape todo desplazamiento se deberá botar la pelota</p> <p>Cierre: tomaran asiento los alumnos y tomaran agua se les hará la siguiente pregunta.</p> <p>¿Conocías este juego?</p> <p>¿Cuáles fueron las principales reglas?</p> <p>¿A qué deporte se relaciona?</p>
	<p>Observaciones:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Cumple con las normas establecidas. • Disfruta y muestra entusiasmo. • Propuso y aportó ideas a la clase. • Mantuvo un pensamiento y actuación estratégica. • Respeto los turnos de participación.

Anexo 18. Actividad juego modificado "rey-pelota"

Evaluación 1F	Si	No
1. Cumple con las normas establecidas	★	
2. Tuvo creatividad para el uso de material	★	
3. Respeta los turnos de participación	★	
4. Se mantuvo activo en clase	★	
5. Propuso y apporto ideas a la clase	★	
6. Fue creativo e innovador	★	
OBSERVACIONES: los alumnos de primer año grupo f mantuvieron un ambiente favorable, convivieron más entre ellos y demostraron más interés por saber de los deportes		

Anexo 19. Lista de cotejo evaluación del grupo foco



Anexo 20. Actividad por equipos lista de deportes que los alumnos conocían.



Anexo 21. Alumnos observando videos de deportes e iniciación deportiva

**SEER**SISTEMA EDUCATIVO
ESTATAL REGULAR

SISTEMA EDUCATIVO ESTATAL REGULAR

BENEMÉRITA Y CENTENARIA ESCUELA NORMAL DEL ESTADO

LICENCIATURA EN EDUCACIÓN FÍSICA

PLAN DE SESIÓN

Preescolar, Primaria, Secundaria y Educación Especial

Nivel: Secundaria

Nombre del Docente: Xiomara Denys Zaragoza González	Grado: Primero
Fecha: 21 al 25 febrero del 2022	
Componente Pedagógico Didáctico: Desarrollo de la motricidad.	Eje: Competencia motriz
Aprendizaje Esperado: Emplea sus capacidades, habilidades y destrezas al controlar sus movimientos ante situaciones de juego, expresión corporal, iniciación deportiva y deporte educativo, con el propósito de actuar asertivamente.	
Intención didáctica: Que los alumnos identifiquen sus habilidades al controlar sus movimientos en situaciones de juego, iniciación deportiva y deporte educativo, con el propósito de actuar asertivamente y aplicarlo a la vida diaria.	Pautas de evaluación: <ul style="list-style-type: none"> • Registro de las observaciones y testimonios de la sesión, así como análisis de la actuación y resultados obtenidos a partir del desempeño y participación, individual y por equipos. • Instrumento de coevaluación sobre el desempeño motor y actitudinal de los compañeros de equipo.
Actividades con las que realizará las Evaluaciones: portafolio de evidencias.	
Estrategias Didácticas: Juegos cooperativos, juegos modificados, Ferias de la motricidad, Circuitos de acción motriz.	Recursos Didácticos: <ul style="list-style-type: none"> • Pelota de vinil • Balón de voleibol • Aros
Estilos de Enseñanza a utilizar: descubrimiento guiado, mando directo.	Acciones con las que promoverá la participación de los alumnos: Al comenzar la sesión preguntarles acerca de la tarea de los fundamentos y reglas básicas del deporte al trabajar la sesión. Durante la clase motivarlos con palabras para que se esfuercen a realizarlo mejor.
Observaciones: se utilizarán consignas como "cuento hasta 3 y ya están en medio de la cancha" con su distancia. Para detener la clase y corregir a los alumnos acerca de la actividad.	
Desglose Didáctico	
Propósito o Intención Didáctica de la Primera Sesión: Que los alumnos identifiquen sus habilidades al controlar sus movimientos en situaciones de juego, iniciación deportiva y deporte educativo, con el propósito de actuar asertivamente y aplicarlo a la vida diaria.	

Anexo 22. Fundamentos básicos del voleibol

<p>Actividades o tareas de la sesión N°1</p>	<p>Al iniciar la clase de educación física se pasa primero al salón por los alumnos se inicia con un saludo de buenos días, se les hace paso de lista conforme se va pasando lista van saliendo de salón para lavarse las manos y dirigirse a la cancha tomar asiento en las sillas.</p> <p>Calentamiento: cuatro esquinas se organizará el grupo en 5 equipos, los primeros cuatro equipos se colocarán en una esquina y el quinto equipo se colocará en medio a la señal del silbato se deberán de cambiar de esquina y el equipo del medio deberá buscar también su esquina el equipo que no tenga esquina deberá colocarse en medio. Variantes: saltando en un pie, moviendo brazos, moviendo cabeza, desplazándose a los costados.</p> <p>Se les explicará en lo que consiste la actividad y se les dará un ejemplo acerca del circuito.</p> <p>Desarrollo: circuito de acción motriz "FUNDAMENTOS BASICOS DE VOLEIBOL"</p> <p>Etapa 1: desplazamientos</p> <p>Etapa 2: desplazamientos golpes bajo</p> <p>Etapa 3: voleo</p> <p>Al finalizar el circuito se juntarán por parejas y realizarán el mismo circuito para realizar los movimientos dando pases.</p> <p><i>Actividad 2</i></p> <p>Los alumnos se colocarán distribuidos en el espacio de juego y uno de ellos comienza golpeando la pelota al aire, la cual, entre todos evitarán que caiga al suelo. El objetivo del juego es dar cinco golpes consecutivos de distintos jugadores. Variantes podrán golpear la pelota con golpe bajo o voleo.</p> <p>Cierre: se les pedirá a los alumnos que tomen su lugar y se platicara acerca de la clase y hablaremos de las reglas básicas del deporte y que fundamento básico del voleibol se le complico más.</p>
	<p>Observaciones:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Cumple con las normas establecidas. • Disfruta y muestra entusiasmo. • Propuso y apporto ideas a la clase. • Mantuvo un pensamiento y actuación estratégica. • Respeto los turnos de participación.

Anexo 22. Fundamentos básicos del voleibol



Anexo 23. Evidencia de clase fundamentos básicos de voleibol

Actividades o tareas de la sesión N°2	<p>Al iniciar la clase de educación física se pasa primero al salón por los alumnos se inicia con un saludo de buenos días, se les hace paso de lista conforme se va pasando lista van saliendo de salón para lavarse las manos y dirigirse a la cancha tomar asiento en las sillas.</p> <p>Calentamiento: 2</p> <p>Desarrollo: circuito de acción motriz "FUNDAMENTOS BÁSICOS DE FUTBOL Se dividirán el grupo en 5 equipos para realizar el siguiente circuito de acción motriz Etapa 1: los alumnos trotaran al primer cono. Etapa 2: al llegar a esta etapa el alumno deberá dar toques con la punta de los pies al cono girando. Etapa 3: se desplazará con el balón dando toques con el pie. <i>Actividad 1 "gol cono"</i> Se dividirá el grupo en 4 equipos el objetivo es tirar los conos del equipo contrario que se colocaran en cada esquina. Variante se deberán 5 pases para poder derribar un cono.</p> <p>Cierre: se les pedirá a los alumnos que tomen su lugar y se platicara acerca de la clase y hablaremos de las reglas básicas del deporte y que fundamento básico del voleibol se le complico más.</p>
	<p>Observaciones:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Cumple con las normas establecidas. ● Disfruta y muestra entusiasmo. ● Propuso y aporoto ideas a la clase. ● Mantuvo un pensamiento y actuación estratégica. ● Respeta los turnos de participación.

Anexo 24. Fundamentos básicos futbol

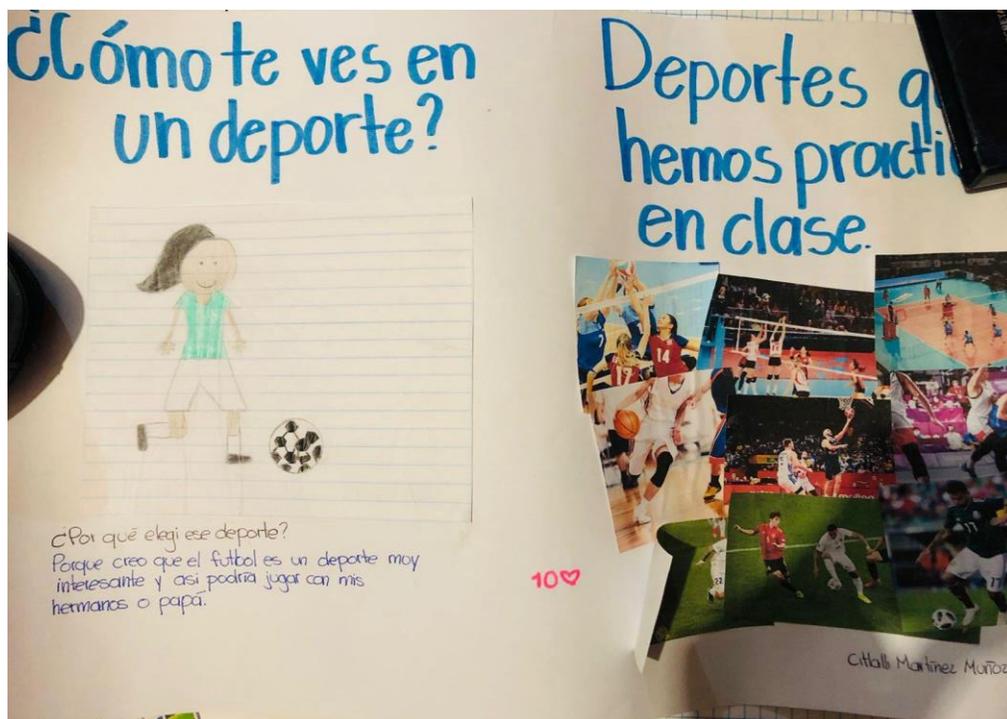


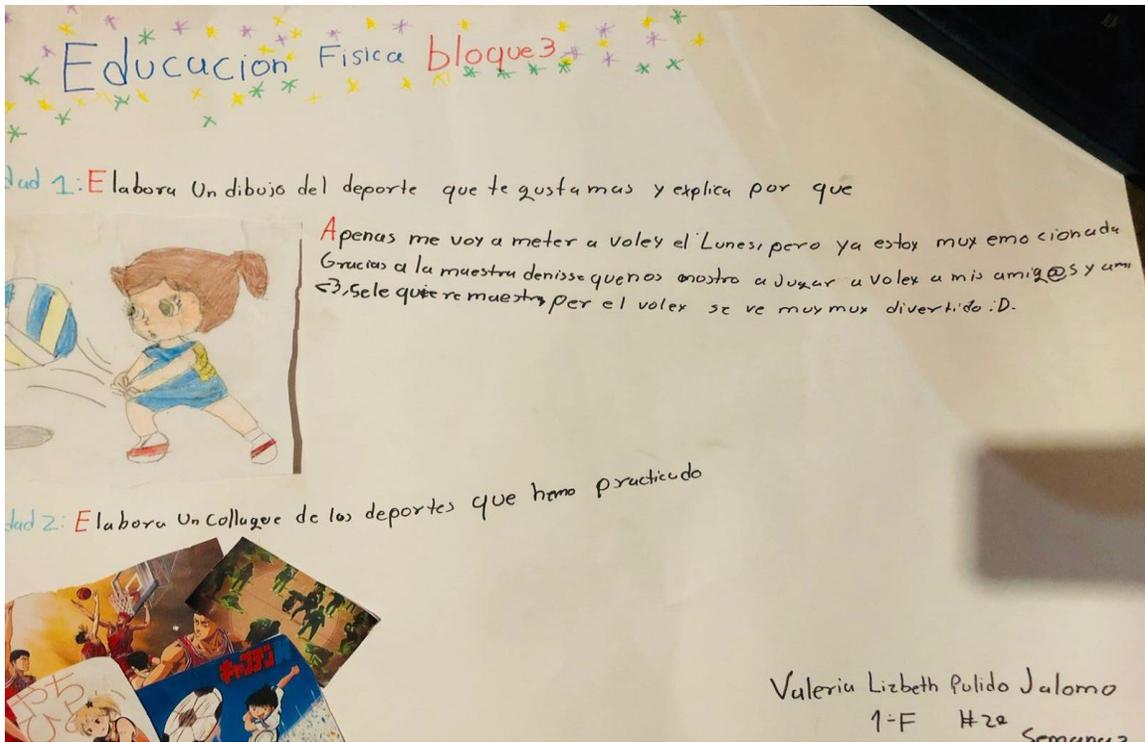
Anexo 25. Evidencia fundamentos básicos del futbol

<p>Actividades o tareas de la sesión N°3</p>	<p>Al iniciar la clase de educación física se pasa primero al salón por los alumnos se inicia con un saludo de buenos días, se les hace paso de lista conforme se va pasando lista van saliendo de salón para lavarse las manos y dirigirse a la cancha tomar asiento en las sillas.</p> <p>Calentamiento: "canto" Alumnos: "tienes chamarras en ventas" Maestras: "si tengo si tengo" Alumnos cuantas chamarras tienes Maestro: menciona algún número y los alumnos deberán formar esa cantidad en equipos.</p> <p>Desarrollo: circuito de acción motriz "FUNDAMENTOS BASICOS BASQUETBOL" Se dividirá el grupo en 5 equipos para realizar el siguiente circuito de acción motriz. Por parejas realizaran el circuito de acción motriz. Etapa 1: desplazamientos Etapa 2: bote de balón con desplazamientos y pase. Etapa 3: pase de pecho con desplazamientos. Etapa 4: desplazamiento pase por encima de la cabeza. Actividad 1: "Rey pelota" Este juego consiste en dividir el grupo y formar dos equipos los equipos se pondrán de acuerdo para ver quién será el rey de cada equipo el rey deberá colocarse en el círculo que esta dibujado en la cancha y el equipo contrario evitará que le lancen la pelota y que el rey la atrape todo desplazamiento se deberá botar la pelota.</p> <p>Cierre: se les pedirá a los alumnos que tomen su lugar y se platicara acerca de la clase y hablaremos de las reglas básicas del deporte y que fundamento básico del voleibol se le complico más.</p>
	<p>Observaciones:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Cumple con las normas establecidas. • Disfruta y muestra entusiasmo. • Propuso y apporto ideas a la clase. • Mantuvo un pensamiento y actuación estratégica. • Respeta los turnos de participación.

Anexo 26. Fundamentos básicos del basquetbol







Anexo 27. Evidencias de trabajos de los alumnos “dibujo representativo de ellos practicando un deporte”



Anexo. Alumnos de primero F