



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

TITULO: El uso de los juegos colaborativos y cooperativos para la formación de actitudes asertivas y valores en la sesión de educación física

AUTOR: Manuel Eduardo Ortiz Tobías

FECHA: 7/22/2022

PALABRAS CLAVE: Cooperación, Valores, Actitudes asertivas, Trabajo en equipo, Educación física

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

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

GENERACIÓN

2018



2022

**“EL USO DE LOS JUEGOS COLABORATIVOS Y COOPERATIVOS PARA LA
FORMACIÓN DE ACTITUDES ASERTIVAS Y VALORES EN LA
SESIÓN DE EDUCACIÓN FÍSICA”**

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

PRESENTA:

MANUEL EDUARDO ORTIZ TOBÍAS

ASESORA:

AARÓN DAVID GONZÁLEZ SANDOVAL

SAN LUIS POTOSÍ, S.L.P.

JULIO DE 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 Manuel Eduardo Ortiz Tobias
autorizo a la Benemérita y Centenaria Escuela Normal del Estado de San Luis Potosí, (BECENE) la
utilización de la obra Titulada:

"El uso de los juegos colaborativos y cooperativos para la formación de actitudes asertivas y valores
en la sesión de educación física"

en la modalidad de: Informe de prácticas profesionales

para obtener el

Elige 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.

Manuel Eduardo Ortiz Tobias

Nombre y Firma

AUTOR DUEÑO DE LOS DERECHOS PATRIMONIALES



BENÉMERITA 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 04 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): ORTIZ TOBIAS MANUEL EDUARDO
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:

"EL USO DE LOS JUEGOS COLABORATIVOS Y COOPERATIVOS PARA LA FORMACIÓN DE ACTITUDES ASERTIVAS Y VALORES EN LA SESIÓN DE EDUCACIÓN FÍSICA"

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

ATENTAMENTE

DIRECTORA ACADÉMICA

DIRECTOR DE SERVICIOS ADMINISTRATIVOS



MTRA. NAYLA JIMENA TURRUBIARTES CERINO

DR. JESÚS ALBERTO LEYVA ORTIZ

SECRETARÍA DE EDUCACIÓN
SISTEMA EDUCATIVO ESTATAL REGULAR
BENÉMERITA 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 GONZÁLEZ SANDOVAL

Agradecimientos

A mi madre Patricia por ser siempre mi pilar en todos los momentos de mi vida, por todos los aprendizajes, por todo el apoyo que me da en cada cosa que hago, los consejos, regaños, palabras de aliento, sus esfuerzos y principalmente por ser la mejor mamá, por brindarme ese cariño tan puro y guiarme en este camino llamado vida.

A mis hermanos Jonathan, Jessica y Cristian por demostrarme que al final de todo siempre va a estar la familia para apoyarse sin importar las circunstancias. A mi padre Juan Manuel por no darme las cosas que le pedía y enseñarme el valor de ganarse las cosas por uno mismo, por el apoyo a lo largo de mis estudios y trayecto en el deporte.

A mi asesor Aarón por apoyarme durante toda mi permanencia en la BECENE y en el proceso de la realización de mi documento.

A mi mejor amigo Oscar por compartir tantos momentos buenos y malos, pero siempre llenos de aprendizajes, por el apoyo en todas mis decisiones, consejos y palabras de motivación desde los 6 años, que me ha demostrado que a pesar del tiempo y la distancia la amistad siempre esta ahí.

A mi amiga Laura por aparecer en un momento difícil en el cual me apoyo y aconsejo, donde, además, me incluyo en su círculo de amigos y familia, me demostró que a pesar de cualquier circunstancia una buena amistad siempre estar ahí y que las personas menos esperadas se pueden volver importantes en nuestras vidas.

A la vida por darme la oportunidad de llegar hasta aquí con toda mi familia con bien, así como darme la oportunidad de salir adelante, también por cruzarme con todas aquellas personas que me aportaron algo para convertirme en lo que ahora soy a lo largo de estos 4 años, un claro ejemplo de ello fueron todos mis compañeros de práctica en las diferentes escuelas, con quienes no convivía mucho pero la práctica me permitió conocer más y convertirlos en amigos.

INDICE

1. INTRODUCCIÓN	3
1.1. Contexto externo	4
1.2. Contexto interno	8
1.3. Justificación	12
1.4. Contextualiza la problemática planteada (problemática).	14
1.5. Objetivos	15
1.5.1. Objetivo general	16
1.5.2. Objetivos específicos	16
1.6. Competencias desarrolladas en la práctica	16
2. PLAN DE ACCIÓN	18
2.1. Descripción y focalización del problema	18
2.2. Propósitos del plan de acción	20
2.3. Revisión teórica	20
2.4. Plan de acción	26
3. DESARROLLO, REFLEXIÓN Y EVALUACIÓN DE LA PROPUESTA DE MEJORA	36
3.1 Diagnóstico (Véase anexo 2)	36
3.2. El sentido de cooperación y los roles. (Véase anexo 3)	40
3.3. Circuito de acción motriz “atíneme si puedes” (véase anexo 4)	47
3.4. Piedra, papel o tijera y Futbeis. (Véase anexo 5)	50
3.5. Fútbol y voleibol para gigantes. (Véase anexo 6)	54
3.6. Circuito de acción motriz (Véase anexo 7)	58
3.7. La bandera y el cachibol. (Véase anexo 8)	64
4. Conclusiones y recomendaciones	74
5. Referencias	79
6. Anexos	82

1. INTRODUCCIÓN

El presente documento es un informe de prácticas profesionales, el cual es analítico-reflexivo de todo el proceso de intervención realizado en la Escuela Secundaria General “Potosinos Ilustres” con el grupo de 2°C, con quienes se aplicó “El uso de los juegos colaborativos y cooperativos para la formación de actitudes asertivas y valores en la sesión de educación física”.

Tomando en cuenta lo anterior, se buscó favorecer la forma en que los alumnos se relacionaban entre sí, principalmente dentro de la institución, pero esto podría expandirse en cualquier contexto en que el alumnado se desenvuelve, ya que al crear consciencia de la importancia que tienen las actitudes asertivas y los valores en la sociedad podrán crear un cambio positivo en sus vidas.

Este documento se realizó durante todo el periodo de prácticas del ciclo escolar 2021-2022 mediante el trabajo secuenciado aplicado a través de los juegos colaborativos y cooperativos, estrategias que ayudarían a ponernos en contexto y/o a prueba de todas las diferencias que podemos encontrar en la sociedad tanto de pensamientos, ideas, preferencias y gustos.

La realización de este me ayudó a fortalecer mis competencias, mejorar mi práctica docente, además de, enriquecer y aplicar mis conocimientos adquiridos durante toda mi formación docente, este proceso me ayuda bastante para darme cuenta de mis fortalezas, mis debilidades y áreas de oportunidad en las cuales debo de trabajar para ofrecer una mejor labor docente.

Durante este proceso busqué poner en práctica mis competencias para investigar, reflexionar e implementar estrategias que me permitan recabar la información necesaria para favorecer el hecho de que el alumnado muestre actitudes asertivas y valores dentro de la sesión de educación física.

1.1. Contexto externo

Datos de identificación de la escuela:

La escuela donde llevé a cabo mi práctica docente es la Esc. Sec. Potosinos Ilustres, ubicada en la calle Fuente del Olimpo #100, dentro de la colonia Balcones del Valle 3ra Secc, de código postal 78280 en el municipio de San Luis Potosí, S.L.P.

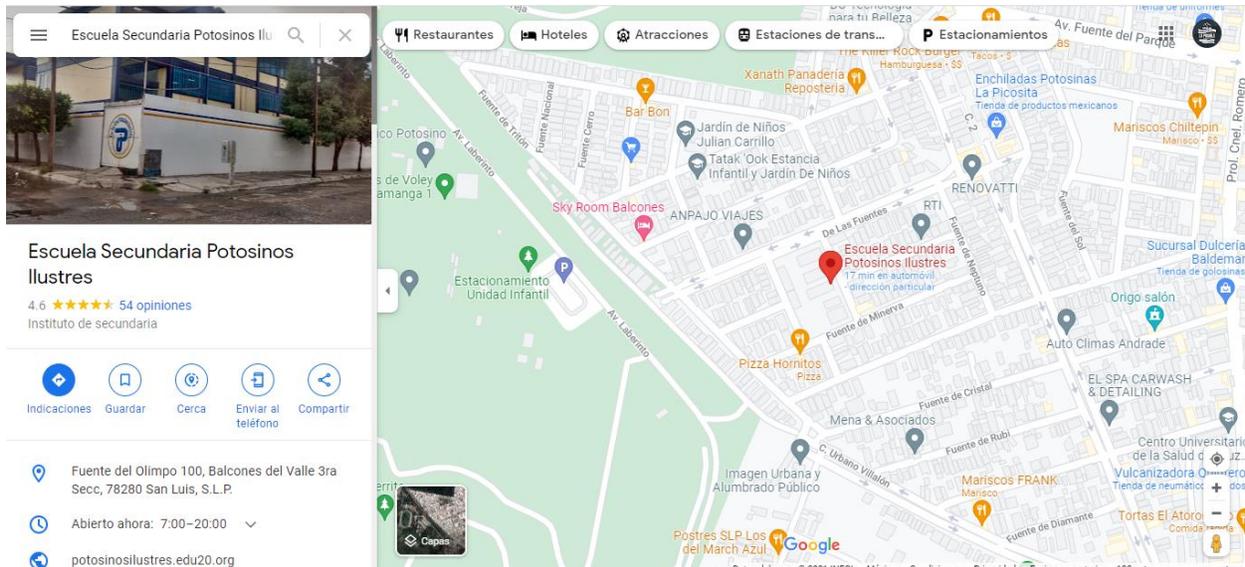


Imagen 1. Croquis de la ubicación de la institución. Obtenido de Google Maps el 30 de diciembre del 2021.

Escuela de tipo urbana con turno matutino y vespertino, en el turno matutino tienen un horario de 7:20 a 1:30, horario que ha sufrido 2 modificaciones en el transcurso de 3 meses, recortando las primeras 3 clases para realizar un receso escalonado por grados, después un recorte de 6 minutos a todas las clases para llevar a cabo más temprano el receso (implementaron de nuevo el receso para todos por igual) y por ende también la salida.

Durante la entrada a la escuela (De 7:00 a.m. a 7:20 a.m.) me mantuve algunos días observando toda la entrada de los alumnos, y logre observar las diferentes formas en que llegan los alumnos, en su mayoría estos suelen llegar acompañados por sus padres los cuales los llevan en automóvil o motocicleta hasta la puerta de la institución, hecho que incluso en ocasiones resulta un problema debido a que existe un gran aglomeración de personas y autos en la entrada de la escuela, por lo que resulta difícil el desplazarse fluidamente por la entrada principal de la misma.

El porcentaje restante de los alumnos suelen llegar en el transporte proporcionado por la escuela, son 3 camiones urbanos aquellos que realizan diferentes recorridos para recoger a los alumnos, este servicio ofrecido tiene un costo de 10 pesos, es decir, que si un alumno ocupa trasladarse de ida hacia la escuela y de regreso a su casa, gastará 20 pesos en total por día, misma cantidad que gastarían los alumnos si se trasladarán en transporte público pero en esta ocasión yo encuentro que tiene mucho más ventajas utilizar el servicio ofrecido, por el simple hecho de que el alumno puede ir más seguro de que llegará exactamente al destino sin tener que realizar otras paradas o tener contratiempos, con esto puedo intuir que la comunidad estudiantil se encuentra en un nivel socioeconómico medio y medio alto por la forma en que se transportan de su casa a la escuela y viceversa, además, esto me abre las posibilidades a pensar que los estudiantes son externos a la colonia (Balcones del Valle) donde se encuentra la institución.

A lo largo de mis prácticas en este centro educativo no he notado ni vivenciado alguna festividad dentro de la colonia, esta resulta ser demasiada tranquila debido a que se encuentra en una zona donde en su exterior se encuentran viviendas y algunos locales pequeños como tiendas principalmente, si nos desplazamos aproximadamente de 3 a 5 cuadras podremos encontrar la avenida y muchos más locales comerciales de comida, panaderías, papelerías, Oxxo's, entre otros.

Características del entorno y edificio escolar:

La estructura de la escuela está construida a base de ladrillo y concreto en toda su edificación, tiene una barda alta que delimita toda la escuela, la institución se encuentra completamente pintada. (véase anexo 1).

Está conformada por 18 salones de clases, 6 baños para alumnos y 4 para maestros, 4 bodegas (De limpieza, material y Educación Física), la dirección y subdirección, sala de maestros, oficina para secretarías, un salón de asistencia educativa y uno de asistencia a alumnos con NEE (Necesidades Educativas Especiales), 3 cubículos para prefectura,

8 aulas para talleres, 3 aulas de cómputo, un auditorio, tiene algunas jardineras, 3 “patios” o pasillos, además de, 2 canchas de basquetbol, un pequeño cuarto de sonido y una cooperativa.

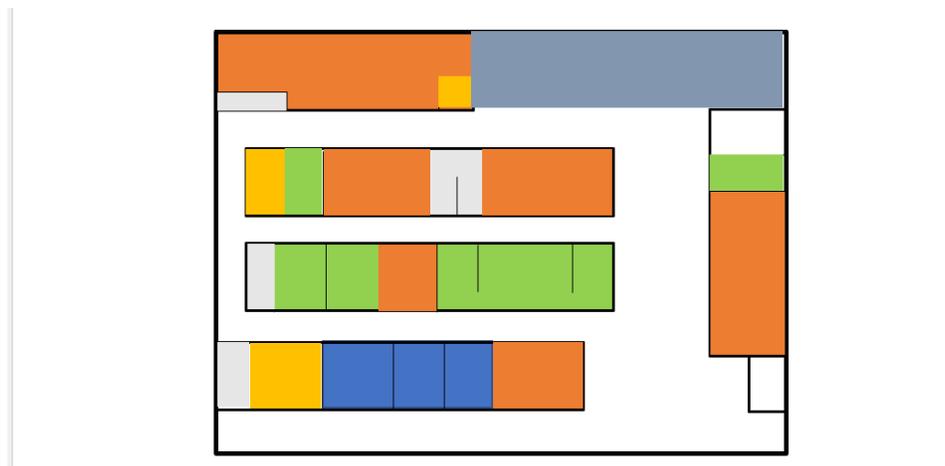


Imagen 2. Croquis de la institución Planta baja. Fuente: Elaboración propia.

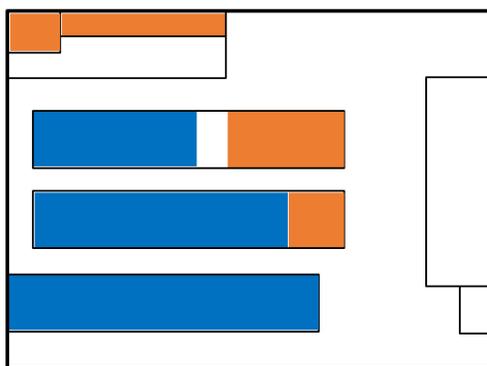


Imagen 3. Croquis de la institución Planta 1. Fuente: elaboración propia.

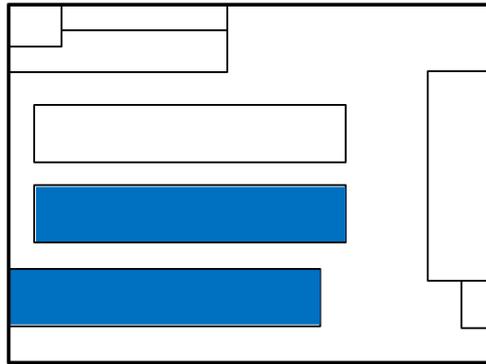


Imagen 4. Croquis de la institución Planta 2. Fuente: elaboración propia.

(Dentro de las imágenes anteriores podemos identificar a las **aulas de clase** en color **azul**, los **talleres, laboratorios y auditorio** en color **naranja**, las **aulas administrativas, sala de maestros y cubículos/bodegas de maestros** en color **verde**, **las canchas** en un azul más tenue, **los baños** se encuentran en color **amarillo**, mientras que las **escaleras de acceso** las podemos identificar en un color **gris**.)

Dentro de cada salón de clases cuentan al menos en su mayoría con equipo de audio servible, casilleros pequeños para guardar material, ventiladores, proyectores, gel antibacterial, sanitizante en atomizador y un trapo para la limpieza de los mesabancos y escritorio del docente, todas las aulas cuentan con buena ventilación, se encuentran en estado aceptable tanto en pintura como estructura.

1.2. Contexto interno

Interior de la escuela:

Personal educativo: Cuentan con una plantilla extensa la cual está conformada por 4 docentes de ESPAÑOL, 4 docente de CIENCIAS FÍSICA, 3 docentes de INGLÉS, 6 docentes de MATEMÁTICAS, 3 docentes de HISTORIA, 2 docentes de FORMACIÓN CÍVICA y ÉTICA, 2 EDUCACIÓN FÍSICA, 3 ARTES, 7 EDUCACIÓN TECNOLÓGICA, 1 GEOGRAFIA dando un total de 35 docentes dentro del centro educativo.

Talleres: Se imparten talleres para todos los grados Informática en las últimas 2 horas, los cuales son diseño gráfico, corte y confección, mecatrónica/electrónica, cocina e informática. En cada uno de ellos se abarca tanto la teoría como la práctica de una forma equilibrada, con la finalidad de que el estudiante sepa el porqué, para que, y como realizar cada una de sus actividades o consignas.

Comisiones: Para la poca información que pude obtener la comisión en la que todos se ven involucrados es la del periódico mural la llevan a cabo todas las asignaturas, cada una la lleva durante una semana, con una temática del mes/semana en la que llevan a cabo o incluso con un tema social importante como podría ser los tipos de cuidados con respecto al SARS-COV-2, entre otros temas.

Actos cívicos: Estos se realizaban todos los lunes antes del confinamiento causado por el virus SARS-COV-2, los cuales se llevaban a cabo en las canchas techadas, organizando a los alumnos de acuerdo con su grado y grupo. Los actos cívicos, son meramente simbólicos, se llevaba a cabo los honores a la bandera, se mencionan algunas fechas o hechos importantes sucedidos en el mes y además, se dan las indicaciones o noticias relevantes para la comunidad estudiantil a cargo de los directivos de la institución.

Se tiene constante comunicación con los padres de familia a través de los prefectos, quienes tienen un grupo de WhatsApp medio por el cual envían avisos, tareas para los días en que no asisten a la escuela, entre otros asuntos. Con esto la institución y los docentes están conscientes de que realmente existe un acompañamiento en el

aprendizaje del estudiantado, acción que también los mantienen al tanto sobre las situaciones por las cuales atraviesa cada uno.

La escuela cuenta con varios camiones de transporte para alumnos, los cuales siguen diferentes rutas como Av. Salk, Av. Juárez, Satélite, Tierra Blanca, entre otras avenidas y colonias. En la salida organizan por rutas a los alumnos ya sea en filas o en ciertas zonas de la escuela para que sea más fácil el subirse a los camiones.

Además de los talleres, existen equipos de handball y ajedrez, son los principales deportes que se promueven dentro de la escuela, los cuales son extracurriculares ya que se llevan a cabo fuera del horario de clases.

La entrada a las aulas es “libre”, a partir de las 7:00 a.m. que se abre la institución hasta las 7:20 que se inician las clases los alumnos entran a las aulas conforme vayan llegando. Aunque deben de pasar antes de entrar a la escuela por un filtro de sanitización por motivo de la contingencia del SARS-CoV-2, en el cual se sanitizan las manos y toman la temperatura de toda persona que ingrese a la escuela.

En la primera semana del regreso a clases el receso se llevaba escalonado y seccionado, ¿a qué se refiere esto?, que cada grado tenía una hora asignada para salir a receso, además de que los patios se dividían por grupos, es decir, cada grupo tenía un espacio asignado para permanecer ahí solamente, pero ahora 3 meses después, el receso es general para todos y libre de estar en cualquier lugar intentando siempre guardar la sana distancia (1,5m), cualquier maestro que se encuentre en el patio le llama la atención a los alumnos que no mantienen esa sana distancia.

Interior del aula:

Cada aula cuenta con un equipo pequeño de sonido, algunos con un proyector, otros cuentan con ventilador, todos cuentan con buena iluminación y ventilación, por indicaciones de la directora en todo momento las aulas deben de mantener las ventanas abiertas y en la medida de lo posible mantener abierta la puerta.

La organización dentro de las aulas es una separación mínima de 1.5 metros entre cada mesabanco alternando un banco de uso y otro vacío; en algunos salones utilizaron la

misma estrategia, pero hicieron una adecuación donde solo dejaban dentro los mesabancos de acuerdo con la cantidad de alumnos que asisten, el resto de ellos los retiraron del salón con el propósito de que exista una mayor distancia entre cada alumno y la posibilidad de poder desplazarse dentro del salón con facilidad.

Características de los adolescentes:

Dentro de la institución hay 800 alumnos en el turno matutino, yo imparto clase en 4 grupos, los cuales son 2°B, 2°C y 3°B, 3°C; en 2°B son 46 alumnos, 2°C consta de 47 alumnos, 3°B tiene 43 alumnos y 3°C 40 alumnos, dando un total de 176 alumnos de los cuales 96 son mujeres y 80 son hombres. Quienes rondan en un rango de edad de entre 13 y 15 años aproximadamente.

Mi observación durante mis clases, los recesos, hora de entrada y salida me ha permitido darme cuenta de que los alumnos comienzan a sentirse identificados con ciertas personas, formando así los pequeños grupitos donde por lo general suelen ser realmente contados los integrantes, de entre 3 y 5 personas como máximo, estos pequeños conjuntos de personas resultan ser todas del mismo sexo, es decir, puros niños o solamente niñas, pocos grupos están conformados por ambos sexos pero son existentes dentro del plantel.

A lo largo de nuestra vida a través de diferentes etapas, en las cuales nos desarrollamos, aprendemos y vivenciamos distintas cosas que nos servirán para moldear o crear una personalidad la cual nos representará ante el mundo, pero esto no significa que siempre sea la misma, con el paso del tiempo esta puede ser cambiante gracias a nuestras experiencias principalmente. A continuación, se mencionan 10 características que suelen representar la etapa de la adolescencia.

Aberastury y Knobel (1986) las clasifican de la siguiente manera:

1. Búsqueda de su propio sí-mismo y una identidad adulta.
2. Manifiestan una profunda y arraigada tendencia grupal.

3. Hay una marcada necesidad de intelectualizar y fantasear.
4. Se observan intensas crisis religiosas.
5. Su pensamiento se caracteriza por la desubicación temporal, tendiendo a la satisfacción inmediata de los deseos.
6. Se manifiesta una evolución sexual que va desde el autoerotismo hasta la heterosexualidad genital adulta.
7. Se revela una actitud social reivindicatoria con tendencias anti o asociales de diversa intensidad.
8. Se observan contradicciones sucesivas en todas las manifestaciones de la conducta, denominada por la acción, que constituye la forma de expresión conceptual típica de este momento de vida.
9. Se produce una separación progresiva de los padres.
10. Su humor y su estado de ánimo se caracterizan por una constante fluctuación.

Organización:

La escuela en un inicio al regreso a clases dividió a todos los grupos en 3 (grupo 1 y 2 presencial, grupo 3 aprende en casa), los dos primeros grupos estaban conformados por la mitad de los alumnos del total, aproximadamente 15 alumnos por grupo mientras que el resto tomaba el curso aprende en casa.

En las dos primeras semanas se modificó el horario de clases, las primeras 3 horas redujeron su tiempo para poder realizar un recreo escalonado de aproximadamente 20 minutos (en ocasiones menos), saliendo primer grado, segundo y, por último, tercer grado, manteniendo el resto del horario, entrando 7:20 a.m. y culminando clases a la 13:30 p.m.

Para la segunda jornada de prácticas que inició el 4 de octubre del 2021, el horario y la organización de los grupos volvió a alterar. El horario se vio modificado en la distribución de las clases, es decir, la hora en que se iba a tomar cada clase; en cuanto a la colocación de grupos, debido a la gran asistencia de alumnos después del retorno a clases, se

decidió volver a dividir a los grupos, pero ahora en 4 (grupo 1, 2 y 3 presenciales y grupo 4 aprende en casa), quedando poco equitativos los grupos, porque en algunos hay hasta 13 alumnos mientras que en otros sucedió que había 5 o hasta 8 alumnos.

Después de ello, el horario sufrió modificaciones donde se recortaron aproximadamente 6 minutos de cada clase para tener ahora un horario de 7:20 a.m. a 13:00 p.m., además, se implementó de nuevo el recreo para todos a la misma hora.

Previo al ingresar a la institución se debe de pasar por un filtro de sanitización donde, se realiza la toma de temperatura y se les da gel antibacterial, mientras que en la salida se decidió abrir diferentes puertas con el propósito de evitar aglomeraciones y tener el menor contacto posible, por cada puerta sale un grado diferente.

1.3. Justificación

Relevancia del tema:

Por naturaleza, el ser humano suele ser alguien social, ya que nos vemos inmersos en una sociedad desde que nacemos, en ella crecemos y nos desarrollamos en todos los aspectos dentro de un grupo de personas, como puede ser nuestra familia, compañeros de la escuela, amigos, entre muchas más personas que se ven involucradas en nuestra “formación” como personas.

Como sabemos el trabajo colaborativo y cooperativo buscan un mismo objetivo, que es trabajar en equipo para lograr cumplir un objetivo en común, pero cada uno lo hace de diferente manera.

El aprendizaje colaborativo puede definirse como el conjunto de métodos de instrucción o entrenamiento para uso en grupos, así como de estrategias para propiciar el desarrollo de habilidades mixtas (aprendizaje y desarrollo personal y social). En el aprendizaje colaborativo cada miembro del grupo es responsable de su propio aprendizaje, así como del de los restantes miembros del grupo. (Jhonson 1993).

Por otro lado, podemos decir que el trabajo cooperativo es una interacción estrecha entre estudiantes en un grupo. Se basa en la construcción colaborativa del conocimiento. Se define como proceso de aprendizaje que enfatiza el grupo y los esfuerzos colaborativos entre profesores y estudiantes.

Para llegar a una conclusión sobre la gran relevancia que tiene la asertividad en la sociedad indague sobre las distintas opiniones y/o definiciones de la asertividad. Los primeros autores que incluí para reflexionar ante esta situación fueron Guell y Muñoz (2000) quienes la definen como “la expresión apropiada de las emociones en las relaciones, sin que se produzca ansiedad o agresividad”.

Por su parte Melgosa (1995, p.84) nos dice que la asertividad consiste en: “la expresión de nuestros sentimientos de una manera sincera abierta y espontanea, sin herir la sensibilidad de la otra persona”.

Neidharet, Weinstein y Conry (1989, p.115) definen el termino de asertividad como: “La confianza puesta en nuestra propia persona, en nuestras opiniones, en nuestros derechos y en nuestras reclamaciones. Es decir, es una firmeza que emana de la propia personalidad, es una autoafirmación personal”. Aprender a ser asertivo nos facilitaría mucho la vida, todos podríamos opinar, participar y argumentar sin temor a ser denigrado, ofendido o excluido, nos convertiríamos todos en seres comprensivos y empáticos ante las situaciones del resto creando una excelente comunicación, un ambiente de convivencia sano. Con esto, las personas dejarían a un lado el temor a decir lo que sienten, lo que trae consigo paz mental como primera instancia.

Interés personal sobre el tema y responsabilidad asumida como profesional de la educación. (justificación teórica)

Mi tema es “El uso de los juegos colaborativos y cooperativos para la formación de actitudes asertivas y valores en la sesión de la educación física”, mi interés por este tema va relacionado a la interacción que existe en todo momento en nuestra vida cotidiana, en todas partes nos vemos relacionados con otras personas, desde el simple hecho de vivir en una familia, comprar en la tienda, subirse al camión o cualquier otra acción que

realicemos día con día. En muchas de las ocasiones dentro de esas relaciones interpersonales no actuamos de la mejor forma o no sabemos convivir de una forma sana y ahí es donde entra mi intervención docente fomentando y fortaleciendo las actitudes asertivas y valores como el respeto, la honestidad, responsabilidad y la empatía, valores fundamentales para crear un sano ambiente de convivencia.

Esto con la finalidad de poder expresar lo que realmente sentimos cuidando siempre de la integridad de terceras personas, ya que como lo sabemos cada uno tiene una interpretación diferente de cada situación por lo que pueden sentirse ofendidos o disgustados con respecto a los comentarios de alguien más. Con mi intervención me gustaría que los alumnos sean conscientes de lo importante que resulta el saber comunicarnos con los demás, así mismo, que todas nuestras acciones tendrán una consecuencia, ya sea buena o mala pero siempre existirá una reacción ante nuestros actos.

Mi intención es que los alumnos a través de mi intervención docente consigan ser personas más asertivas, esto siendo apoyado por mi comentario anterior, al volverse una persona con actitudes asertivas tendrán la capacidad de transmitir lo que realmente sienten o piensan ante ciertas acciones sin dañar la integridad de terceras personas. Un aspecto importante es predicar con el ejemplo, una de mis responsabilidades principales es demostrar mis valores, además de mantener una actitud asertiva dentro de la institución, en mis sesiones e incluso fuera de ellas, no podemos exigirles algo que no predicamos a los alumnos, resultaría irracional tratar de promover los valores y la asertividad sin hacer uso de ellos.

1.4. Contextualiza la problemática planteada (problemática).

Hofstede (1980) señala que las culturas individualistas son aquellas en las cuales las necesidades y el bienestar individuales son antepuestas a las del grupo o comunidad; además, se promueven la independencia y la autosuficiencia. Las personas que provienen de culturas de este tipo consideran como prioritarios el prestigio social, el éxito,

el dominio, la riqueza personal; son competitivas, y más proclives a ser creativas y a buscar nuevas emociones.

El ser humano suele ser una persona individualista, la mayor parte del tiempo cada persona busca cumplir sus metas y/o objetivos personales pero la sociedad nos demanda trabajar de ambas formas tanto individual como colaborativamente, en muchas de las ocasiones, no sabemos identificar en qué momento llevar a cabo cada una, ni cómo hacerlo de manera correcta.

Algo que comúnmente pasa con los adolescentes, es que no saben cómo convivir de manera pacífica y tranquila, a pesar de que les guste trabajar en equipo no saben cómo hacerlo lo que trae consigo algunos de los problemas (véase en las pp.30, 31, 32, 33), desde no poder trabajar todos por igual hasta tener problemas al ponerse de acuerdo, entre otros. La diferencia de opiniones siempre resultará un contratiempo, ya que estas crean innumerables discusiones que no permiten avanzar en el trabajo de equipo, lo cual paso en un inicio en algunas actividades futuras además de ser identificarlo en el diagnóstico (véase en Anexo 2), en ocasiones los alumnos no llegan a ningún acuerdo cuando se les requiere que todos hagan propuestas, porque cada una de sus propuestas pueden ser muy diferentes, mientras no exista una comunicación asertiva no tendrá ningún fin que discutan porque no obtendrán ningún acuerdo.

1.5. Objetivos

Al tener la problemática identificada y bien definida, considera que el siguiente paso es establecer que, y como queremos favorecerla, es decir, tener una meta clara sobre lo que buscamos hacer para que esa problemática ya no sea tan recurrente. Incluso definir nuestras metas nos servirán guiar la investigación desde la planificación hasta la evaluación de esta; por lo que “los objetivos son imprescindibles, ya que indican lo que se espera de la investigación y definen la forma en que se alcanzará el resultado. Plantear un objetivo es determinar la meta a la que se aspira llegar mediante la investigación”. Gómez Pulido B, & Herrera L (2013).

1.5.1. Objetivo general

Favorecer la adquisición de actitudes asertivas y valores a través de los juegos cooperativos y colaborativos, en el grupo de 2ºC de la Sec. Potosinos Ilustres.

1.5.2. Objetivos específicos

- Enriquecer las actitudes asertivas y los valores en mis alumnos por medio de los juegos cooperativos y colaborativos.
- Que el alumno se vuelva crítico y reflexivo en sus acciones a la hora de relacionarse con los demás.
- Que el alumno sea capaz de trabajar en equipo, reconociendo las ventajas y diferencias de hacerlo colaborativa o cooperativamente.

1.6. Competencias desarrolladas en la práctica

Las competencias genéricas “expresan desempeños comunes que deben demostrar los egresados de programas de educación superior, tienen un carácter transversal y se desarrollan a través de la experiencia personal y la formación de cada sujeto”.

Con base en la definición anterior, se eligieron las siguientes competencias genéricas:

- Actúa con sentido ético. En donde pongo énfasis en asumir los principios y reglas que establece la sociedad para tener una mejor convivencia en cualquier contexto o lugar.
- Aplica sus habilidades comunicativas en diversos contextos. Con la cual busco expresar mis argumentos con claridad y congruencia mis ideas para tener una mejor interacción lingüística con los demás.

Las competencias profesionales “expresan desempeños que deben demostrar los futuros docentes de educación básica, tienen un carácter específico y se forman al

integrar conocimientos, habilidades, actitudes y valores necesarios para ejercer la profesión docente y desarrollar prácticas en escenarios reales”.

- Genera ambientes formativos para propiciar la autonomía y promover el desarrollo de las competencias en los alumnos de educación básica. Para promover los climas de confianza en el aula, la cancha y/o cualquier lugar utilizare los juegos cooperativos y colaborativos los cuales nos permitirán desarrollar conocimientos, habilidades, actitudes y valores.

2. PLAN DE ACCIÓN

2.1. Descripción y focalización del problema.

La problemática fue focalizada en el grupo de 2°C, en el cual pude identificar gracias a mi diagnóstico realizado al inicio de mi jornada de prácticas; el cual podemos observar en el apartado “III. DESARROLLO, REFLEXIÓN Y EVALUACIÓN DE LA PROPUESTA DE MEJORA” de este documento recepcional, que mis alumnos tienen el conocimiento de lo que es el trabajo colaborativo que es un parteaguas para poder trabajar mi problemática, además, encaminándonos hacia esas problemáticas todos los alumnos identificaron que existen diferentes aspectos que nos dificultan el trabajar en colectivo o equipos.

Al observar sus respuestas pude reflexionar si realmente estas situaciones eran las únicas que nos dificultaban el trabajar en equipo por lo que me hice los siguientes cuestionamientos: ¿Qué nos aspectos, actitudes o acciones nos facilitarían el trabajar en equipo?, ¿Cuáles son las preferencias y gustos de los alumnos dentro de la sesión de educación física? Y ¿Cómo puedo intervenir de una forma positiva como docente para favorecer el trabajo en equipo?, por lo cual a través de esta investigación-acción realizare una intervención docente la cual estará basada en mejorar las relaciones interpersonales de mis alumnos, cosa que nos permitirá empatizar más con el resto de las personas con las que podamos trabajar a lo largo de nuestra vida.

Otra cosa que se tomará como indispensable dentro de esta intervención son los valores como el respeto, la empatía, la honestidad, responsabilidad, tolerancia, solidaridad como principales facilitadores de la sana convivencia dentro y fuera de la sesión de educación física. Los cuales nos permiten ser justos y conscientes de que existe una gran diversidad de opiniones, gustos, preferencias y necesidades entre todos los integrantes de cualquier grupo de personas en el cual nos veamos inmersos.

Considero que es de vital importancia el trabajar principalmente esos aspectos como lo pueden ser los valores, porque son aquellos que nos identificarán como personas y de

alguna forma marcarán la forma en que nos relacionamos con el resto de las personas; aspectos que trabajaremos a través de los juegos cooperativos y colaborativos llevando a cabo todo este proceso dentro los periodos de mis jornadas de práctica durante todo el ciclo escolar con el grupo de 2°C.

Como era de esperarse y como también los alumnos lo señalaron en el diagnóstico realizado, pedían que la clase fuera más “dinámica” por lo que utilicé la implementación de material en todas las actividades desde balones, aros, conos, pelotas de diferentes tamaños tratando de realizar una clase más llamativa e interactiva para los alumnos, donde se ven envueltos a manipular objetos que les creen un aprendizaje significativo.

Muñoz, J., (s.f) nos dice que “La dinámica de clase es una expresión muy utilizada para describir la calidad de los procesos de enseñanza y aprendizaje que se dan en el aula. Los factores que intervienen son múltiples y se sitúan en diversas dimensiones de análisis causal”.

A pesar de tener buena disposición por parte de los alumnos, aún hay algunos que les cuesta integrarse a las actividades, pero al ser minoría me resulta más sencillo repartir a algunos educandos que suelen ser muy participativos y extrovertidos para que sean el “enlace” e incorporen aquellos que aún les cuesta trabajo acoplarse al resto. Una persona extrovertida hace referencia “a la persona que se relaciona y exterioriza sus sentimientos con facilidad” (Gran Diccionario de la Lengua Española, 2016. Larousse Editorial, S.L.)

Todo esto me permite mantener activos a todos dentro de las actividades, debido a que esos estudiantes que tomé como “apoyo” suelen proponer, organizar y poner a trabajar al resto con la finalidad de alcanzar la meta en común.

Utilicé los juegos cooperativos y colaborativos como estrategia didáctica con la finalidad de promover los valores y actitudes asertivas en cada uno de los alumnos, buscando que con esto se vean favorecidas las relaciones interpersonales, esto porque al realizar mi

diagnóstico grupal, noté que a los alumnos les gusta trabajar en equipo y mencionan que les resulta más atractivo y sencillo trabajar de esa forma, sin embargo, no lo llevan a cabo de la forma correcta.

Todo el peso del trabajo suele recaer en una sola persona, existen muchas discrepancias dentro de los grupos de trabajo, en ocasiones quieren trabajar con las mismas personas para evitar estos u otros conflictos, pero quiero intervenir para que eso cambie, busco que los alumnos sean empáticos y tolerante principalmente, debido a que en ocasiones y en otras circunstancias de la vida, tendremos que colaborar con personas que talvez no sean de nuestro agrado pero por necesidad tengamos que relacionarnos con ellos.

2.2. Propósitos del plan de acción.

- Promover los valores y las actitudes asertivas, enriqueciendo su forma de comunicarse, interactuar y expresar sus sentimientos y/o emociones, para favorecer las relaciones interpersonales dentro de la sociedad.
- Utilizar como estrategia didáctica a los juegos cooperativos y colaborativos con el fin de obtener un progreso en el enriquecimiento de sus valores y actitudes en mis alumnos.
- Enriquecer mi práctica docente con el fin de adquirir y/o desarrollar mis competencias profesionales.

2.3. Revisión teórica.

Como se especifica en el título de este documento, se trabajarán los valores y las actitudes asertivas a través de los juegos cooperativos y colaborativos, por lo que comenzaré definiendo el concepto de asertividad para posteriormente hacer mención sobre los juegos cooperativos y colaborativos desde distintas posturas, lo que me ayudó a enriquecer la forma en que puedo trabajar e incluso evaluar el trabajo de mis alumnos.

De acuerdo con Janda (1998), “la palabra asertivo, de aserto, proviene del latín asertus y significa afirmación de la certeza de una cosa, por lo que se deduce que una persona asertiva es aquella que afirma con certeza”.

La conducta asertiva se define como: “aquella conducta que permite a la persona expresar adecuadamente (sin distorsiones cognitivas o ansiedad y combinando los componentes verbales y no verbales de la manera más efectiva posible) oposición (decir no, expresar desacuerdos, hacer y recibir críticas, defender derechos y expresar en general sentimientos negativos) de acuerdo con sus intereses y objetivos, respetando el derecho de los otros e intentando alcanzar la meta propuesta”. Riso (1998, p. 45)

Visto desde otra perspectiva, el tener una conducta asertiva nos da la posibilidad de opinar con libertad, ya que respetaremos y seremos respetados los ideales de los demás, debido a que somos consciente de que todos tenemos un punto de vista, gustos o intereses diferentes al resto. Esto nos permitiría vivir libre de prejuicios y tener una mejor convivencia.

De acuerdo con Melgosa (1995, p. 84) la asertividad hace referencia a: “la expresión de nuestros sentimientos de una manera sincera abierta y espontanea, sin herir la sensibilidad de la otra persona”. Mientras que Neidharet, Weinstein y Conry (1989, p. 115) definen el término de asertividad como: “La confianza puesta en nuestra propia persona, en nuestras opiniones, en nuestros derechos y en nuestras reclamaciones. Es decir, es una firmeza que emana de la propia personalidad, es una autoafirmación personal”.

Al poder analizar y reflexionar las definiciones de estos autores sobre la asertividad o las actitudes asertivas, concuerdo en muchos de sus puntos de vista, ya que principalmente en eso consiste la asertividad, en expresar los que sentimos o pensamos sin herir a terceras personas, es decir, buscar las palabras o la forma correcta para decir las cosas de manera acertada. Aspecto que, si aprendemos a equilibrar desde una corta edad, nos servirá para el resto de nuestra vida, mejorando considerablemente nuestras relaciones interpersonales en cualquier grupo de personas al que pertenezcamos.

Para reforzar mi punto de vista, tenemos de nuevo a Neidharet, Weinstein y Conry (1989), quienes señalan que “las personas asertivas tienen la capacidad de reconocer e identificar sus necesidades y hacérselas saber a otras personas con firmeza y claridad. A la vez, aceptan que estas tienen exactamente el mismo derecho de hacerse valer. Por esta razón, expresan sus ideas o reclamaciones con cortesía y escuchan con respeto las reclamaciones o ideas que manifiestan las demás personas”.

Por obvias razones, el actuar de tal forma, nos evitará tener respuestas “negativas”, es decir, algunas consecuencias negativas a nuestra forma de actuar como agresiones, malentendidos, sentir culpa o dudar de nosotros mismos.

Otro tema importante dentro de esta investigación son los valores, los cuales “aluden a cualidades objetivas que tienen las cosas, son juicios de deseabilidad o de rechazo que se atribuyen a los hechos y objetos, son principios o criterios que definen lo que es bueno o malo, por lo que acaban influyendo poderosamente en la conducta de los miembros del grupo social” (García Ferrando y Martínez, 1996).

Como bien sabemos, los valores pueden resultar parte fundamental de una sana convivencia, porque estos permitirían entablar de una forma justa con la sociedad, si bien todos podemos tener diferentes valores inculcados o tomados con mayor importancia ante otros, pero el respeto seguirá siendo el valor universal y más importante ante cualquier otro.

Dentro de mi grupo de estudio no he notado hasta ahora problemas de faltas de respeto o malentendidos, entre ellos mismos tienen ciertos “líderes” a la hora de trabajar en equipo, y me he dado cuenta de que gran parte de los alumnos suelen mantenerse muy activos en cuanto a participación se refiere, desde el proponer como el realizar las actividades acordadas; menciono esto con la finalidad de exponer que suelen respetar las decisiones o acuerdos tomados grupalmente y actúan con base a ello.

Wandzilak (1985) expone un modelo en el que destaca la importancia del profesor como modelo de los roles y su beneficiosa aportación a la ayuda social de los otros.

Aquí podemos ver que acertadamente este autor menciona la gran importancia del docente de cualquier asignatura en la promoción de los valores, el profesor como facilitador del aprendizaje de los alumnos, debe mostrarse como ejemplo ante el alumnado, siendo el primero en demostrar que tiene valores bien fundamentados.

Piaget (1935) identifica tres etapas en el proceso de conformación de valores:

- 1er etapa-Aceptación de valores: Mediante el cual se asumen los valores que otras personas importantes para ellos les aportan.
- 2da etapa-Identificación de valores: Momento en el desarrollo moral a través de la búsqueda de valores. Ya no les sirve que los padres o maestros les digan lo que está bien o mal, sino que buscan el valor de las cosas y hechos en función de su propia esencia, no por cómo los valoran los demás.
- 3er etapa-Convicción de valores: Lo que les aporta una satisfacción personal que se verá culminada en la realización del valor.

El ser humano resulta se caracteriza por ser alguien pensante, crítico y reflexivo en su mayoría, y con estas 3 etapas que nos menciona Piaget, podemos tener un ejemplo claro que, con el paso del tiempo vamos madurando en muchos aspectos tales como nuestro pensamiento, conforme vivenciamos ciertas situaciones nuestro conocimiento va en aumento gracias a un gran repertorio de experiencias, las cuales hemos acumulado a lo largo de nuestra vida cotidiana. Con base en esas experiencias y maduración, podemos tomar nuestras decisiones fundamentadas en un juicio propio como se menciona en las últimas 2 etapas.

Todos estos temas serán abordados a través del juego, para ser más específico, mediante los juegos cooperativos y colaborativos busque favorecer y enriquecer los

valores y las actitudes asertivas para mejorar las relaciones interpersonales en mis alumnos, estos tipos de juegos serán descritos en este pequeño apartado.

Guy Jacquin (1996) nos dice que, para él el juego es “una actividad espontánea y desinteresada que exige una regla libremente escogida que cumplir o un obstáculo deliberadamente puesto que vencer. El juego tiene como función esencial procurar al niño el placer moral del triunfo que, al aumentar su personalidad, la sitúa ante sus propios ojos y ante los de los demás”.

(...) las actividades lúdicas cooperativas son las que demandan de los jugadores una forma de actuación orientada hacia el grupo, en la que cada participante colabora con los demás para la consecución de un fin común (Omeñaca y Ruiz, 2007).

Hill (1976) “el juego es una actividad u ocupación voluntaria que se realiza dentro de ciertos límites de espacio y tiempo, atendiendo a reglas libremente aceptadas, pero incondicionalmente seguidas, que tiene su objetivo en sí mismo y se acompaña de un sentido de tensión y alegría”.

Gimeno y Pérez (2003), definen el juego como “un grupo de actividades a través del cual el individuo proyecta sus emociones y deseos, y a través del lenguaje (oral y simbólico) manifiesta su personalidad.

Analizando estas últimas 2 aportaciones considero que el juego es completamente un ambiente controlado, debido a que siempre está regido por ciertas reglas o condiciones, pero sin recaer en ser estricto porque este resulta ser moldeable para cualquier participante ya que en todo momento se busca favorecer su desarrollo motor e intelectual, pudiendo ser adecuado para que ninguna persona se vea excluida además de ser un ambiente donde te puedes expresar libremente, aprender y divertirse.

Visto de otra forma, y por obvias razones, podemos darnos cuenta de que lo más importante en estas actividades es el aportar su granito de arena para que todos logren

cumplir su objetivo o meta en común, incluso la nula participación podría llegar a crear disgustos, discusiones o malentendidos

Con base en ello, podemos decir que los juegos cooperativos resultan ser la unión de “fuerzas” entre todos los integrantes de un equipo para conseguir un objetivo en común, porque el resultado será satisfactorio o negativo para todos, incluso podríamos decir que son juegos de cooperación, debido a que cada uno de los integrantes aportaría algo de sí para cumplir la meta, esto obviamente a través de estrategias planificadas y tomadas por todos.

Este tipo de juegos demuestran el resultado del esfuerzo de todo el equipo, es decir, el éxito de cada uno es el logro de todos dentro del equipo, por lo que por obvias razones no compiten entre ellos, sino que cada uno trata de hacer lo que le corresponde para ayudar al otro y conseguir el objetivo.

A los juegos cooperativos les podemos dar diferentes orientaciones pero sin duda alguna considera que el objetivo principal de todo juego cooperativo es el fomentar el trabajo en equipo, por el simple hecho de que en este tipo de juegos necesitamos de la ayuda de alguien para conseguir un objetivo común, también dentro de ese objetivo se encuentra el incentivar a los alumnos a ser empáticos con sus compañeros lo que traerá consigo un sentido de reflexión al momento de socializar en diferentes grupos poniendo en práctica lo aprendido, además que dentro de estos juegos van a mejorar su comunicación y colaboración, aspectos que de igual manera utilizaremos toda nuestra vida al vernos relacionados con todo tipo de personas, y algo que no podría faltar ya mencionando todo esto serían los valores y las actitudes asertivas, porque son aquellos que nos permitirán y/o definirán la calidad de estas relaciones interpersonales-

Según Orlyvk, T. (2002) podemos encontrar ciertas características dentro de los juegos cooperativos, él nos dice que “los juegos cooperativos tienen varias características positivas que están muy relacionadas con el trabajo grupal.”

- Libre de competencias: Ya que el objetivo es que todos participen para lograr un objetivo común.
- Libre de eliminación: Es decir, este tipo de juego está diseñado para que todo mundo se incorpore activamente en el juego.
- Libre para crear: Porque nos permite construir a partir de que todos aporten opiniones e ideas. Por lo que las reglas suelen ser flexibles.
- Libre de agresión.

Enfoque

Durante la realización de mi documento y el análisis de mi tema lo relacione con el enfoque humanista:

“La educación tiene la finalidad de contribuir a desarrollar las facultades y el potencial de todas las personas, en lo cognitivo, físico, social y afectivo, en condiciones de igualdad; para que estas, a su vez, se realicen plenamente y participen activa, creativa y responsablemente en las tareas que nos conciernen como sociedad...” (SEP, Aprendizajes clave para la educación integral, 2017. p.29).

Decidí relacionarlo con este enfoque debido a su línea de trabajo, ya que a través de mi trabajo docente abarcaría aspectos sociales que le permitan a los alumnos a desarrollarse plenamente dentro de las sesiones de educación física, así como fuera de las mismas, estimulando las actitudes asertivas y valores para que los alumnos encuentren esas condiciones de igualdad, responsabilidad y además, que logren relacionarse con los demás.

2.4. Plan de acción

Para dar inicio a mi propuesta del plan de acción, se describen a continuación los planes de acción con lo cuales se busca incentivar los valores y las actitudes asertivas, como el respeto, la honestidad, responsabilidad y la empatía; aspectos que considero importantes para tener una buena y sana convivencia dentro de la sociedad, porque en todo momento nos involucramos con otras personas ya que bajo experiencias vividas pienso que es fundamental abordar estos temas, con el fin de tener una sana convivencia.

Tomando en cuenta esta perspectiva, los juegos cooperativos y colaborativos se convierten en una herramienta que nos permite el favorecer de una forma digerible estas situaciones, debido a que, a través de este tipo de juegos podemos afrontar distintos escenarios a los cuales debemos darles una solución mediante un análisis y reflexión grupal.

A continuación, se muestra un diagrama de Grantt que es una herramienta gráfica cuyo objetivo fue describir el tiempo de implementación del plan de acción a lo largo de un tiempo determinado.

Tabla 1

Diagrama de Gantt

Diagrama de Gantt									
Acciones	Responsable	Semanas							
		Septiembre		Octubre			Nov/Dic		
		1 30-3	2 6-10	3 4-8	4 11-15	5 18-22	6 29-3	7 6-10	8 13-17
Diagnóstico	Docente en formación								
El sentido de cooperación y los roles.	Docente en formación								
Circuito de acción motriz “atíname si puedes”.	Docente en formación								
Piedra, papel o tijera y futbeis.	Docente en formación								

Tabla 2

Diagrama de Gantt

Diagrama de Gantt						
Acciones	Responsables	Semanas				
		Enero		Febrero		Marzo
Circuito de acción motriz	Docente en formación					
La bandera y el cachibol	Docente en formación					
La bandera y el cachibol	Docente en formación					

A continuación, describiré mis planes de clase utilizados mediante un instrumento de elaboración propia.

Plan de clase 1. Diagnóstico	
Propósito	Recabar información que me permita identificar la estrategia a utilizar para abordar la temática, además de, observar las debilidades, gustos y preferencias de mis alumnos.
Actividad 1	<p>Apliqué un diagnóstico a través de un cuestionario realizado en la plataforma de Formularios de Google, lo imprimí para que no se les dificultará a mis alumnos realizarlo. El cuestionario consta de las siguientes 15 preguntas:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. ¿Qué es el trabajo colaborativo? 2. ¿Te gusta trabajar en equipo? 3. ¿Te gustaron tus clases a distancia? 4. ¿Qué extrañas de tus clases presenciales? 5. ¿Te gustaría seguir tomando tu clase de educación física a distancia? 6. ¿Cómo te gustaría que fuera tu clase? 7. ¿Cómo te sentiste al trabajar desde casa? 8. ¿Es difícil para ti trabajar en equipo? 9. ¿Qué consideras que es lo más difícil de trabajar en equipo? 10. ¿Conoces qué es el aprendizaje cooperativo? 11. ¿Te cuesta expresar tus emociones con palabras? 12. En términos generales, ¿estás satisfecho con quién eres? 13. Cuando estás estresado o tienes varias preocupaciones, ¿cómo lo llevas? 14. Cuando crees que tienes razón, pero la gente te lleva la contraria, ¿insistes en tus argumentos? 15. ¿Sueles detenerte un momento y pensar por qué estás sintiendo una emoción en concreto?
Evaluación	Se llevó a cabo mediante la observación y la realización de una rúbrica.

Plan de clase 2. El sentido de cooperación y los roles.	
Propósito	Durante mi primera intervención docente con el grupo se pretendió abordar el sentido de cooperación, además de, promover los roles dentro de las actividades a través de situaciones que les demanden ponerlo en práctica.
Actividad 2	<p>La primera actividad por desarrollar fue la “canasta y canasta” donde los alumnos se dividen en equipos para trabajar de manera cooperativa, cada integrante tendría un balón, con el objetivo de tener la posibilidad de encestar y obtener la mayor cantidad de puntos posibles. A esto se le agregarían variantes y/o adecuaciones que facilitarían o dificultarían la realización de esta, estimulando no solamente su convivencia, sino también sus capacidades físicas y motrices.</p> <p>Para la segunda actividad los alumnos se dividirán en equipos y utilizarían una cuerda “gigante” para formar un círculo con ella, al tener el círculo todos los integrantes del equipo se sentarán alrededor del mismo. La actividad consiste en sujetarse todos de la cuerda al mismo tiempo y tratar de levantarse sin soltarse o apoyarse en otro lugar para levantarse. Su finalidad es aprender a trabajar de manera colaborativa y coordinada para que se cumpla el objetivo de pararse todos al mismo tiempo.</p>
Evaluación	Se llevó a cabo mediante la observación y la realización de una rúbrica.

Plan de clase 3. Circuito de acción motriz “atíname si puedes”.	
Propósito	En la segunda intervención docente con el grupo se pretendió que el alumno conozca la importancia que tienen los roles de juego mientras se involucra en la resolución de problemas en equipo.
Actividad 3	La actividad en esta intervención fue un circuito de acción motriz llamado “atíname si puedes”. Constaba de 5 estaciones en las cuales se desarrollaría una actividad diferente buscando favorecer una capacidad física. En la primera estación “el péndulo”, donde los alumnos debían lanzar una pelota de tenis a través de un aro colgado aumentando la dificultad alejándose, moviendo el aro, etc.; en la segunda “los bolos”, intentarían derribar los bolos que en esta estación se hizo la adecuación de colocar conos en lugar de bolos por la falta de estos y se utilizaron las pelotas de tenis simulando las bolas; La tercera “el recolector de pelotas”, es una actividad donde trabajaron con costales y pelotas de tenis, como el nombre lo indica alguno de los alumnos de esta estación debía recolectar las pelotas que el otro compañero iba a lanzar, la persona que lanza las pelotas le dificultaría el trabajo a su compañero variando la forma, distancia y lugar de tiro; La cuarta “tiro al blanco” prácticamente consiste en encestar la mayor cantidad de canastas en un tiempo determinado; la quinta “bote-bol” es una actividad 1v1 donde se ocupa un aro y una pelota, con esto los alumnos teniendo el aro en el suelo tratarían que la pelota de un bote dentro, intentando que el oponente no pueda atrapar la pelota y el otro evitará que la pelota caiga al suelo.
Evaluación	Se llevó a cabo mediante la observación y la realización de una rúbrica.

Plan de clase 4. Piedra, papel o tijera y futbeis.	
Propósito	Para mi tercera intervención docente con el grupo se pretendió afianzar el control de sí y favorecer sus nociones básicas de la cooperación-oposición.
Actividad 4	<p>La primera actividad por desarrollar fue la variante de “piedra, papel o tijera”, en la cual se formaron 2 equipos, cada uno se colocaba en un extremo de la cancha de basquetbol, mientras que en el centro de la cancha se colocó un camino de aros en los cuales los alumnos realizarían una consigna para pasar al otro lado, al encontrarse de frente con algún oponente jugarían “piedra, papel o tijera”, quien gane continua y el otro regresa a la fila, la acción se repite hasta que uno de los dos llegue al otro lado.</p> <p>La segunda actividad desarrollada fue el “futbeis”, utilizamos los mismos equipos para agilizar la actividad y no perder tiempo, en este juego un equipo lanzaría y el otro patearía. Aquí deberían aplicar estrategias, trabajo colaborativo y los roles de juego.</p>
Evaluación	Se llevó a cabo mediante la observación y la realización de una rúbrica.

Plan de clase 5. Fútbol y voleibol para gigantes.	
Propósito	Dentro de las siguientes 3 sesiones se refuerza el mismo aprendizaje esperado, el cual tiene como propósito: Que el alumno favorezca su identidad corporal y sus potencialidades, siempre promoviendo las relaciones asertivas.
Actividad 4	<p>Como primera intervención tenemos el juego “fútbol para gigantes”, donde prácticamente se mantiene completamente la esencia del fútbol soccer, pero con ciertas modificaciones en la lógica interna del juego, siendo específicos, obviamente se modificó las dimensiones de la cancha, el tipo de balón y los integrantes por equipo. Se formaron 3 equipos equitativos y mixtos.</p> <p>Se creo un pequeño sistema de competencia, donde los 3 equipos se iban a enfrentar entre 5, dándoles aproximadamente 7 minutos por juego para administrar bien el tiempo y que todos alcanzarán a jugar, el equipo que gane más juegos resultaría el campeón.</p> <p>Como segunda intervención tenemos al “voleibol para gigantes”, donde se utilizaron los mismos equipos para agilizar la actividad y no perder tiempo, además de mantener el dinamismo de esta. Al igual que en la actividad anterior se mantiene la esencia del deporte principal, pero se realizan sus respectivas adecuaciones, en este caso las únicas modificaciones que sufrió este juego fue en el balón y la cantidad de sets a jugar. El sistema de competencia fue el mismo, todos contra todos y el equipo que gane más juegos resultará campeón.</p>
Evaluación	Se llevó a cabo mediante la observación y la realización de una rúbrica.

Plan de clase 6. Circuito de acción motriz	
Propósito	Para esta sesión se tiene como propósito: Que el alumno favorezca sus potencialidades como la coordinación, siempre promoviendo las relaciones asertivas.
Actividad 4	<p>En esta intervención, se utilizó un circuito de acción motriz que consta de 4 estaciones dentro de las cuales se busca estimular la coordinación, velocidad, reacción, entre otras capacidades.</p> <p>La primera estación se llama “Bota y rebota”, donde se trabajó con un aro y una pelota. El aro estará colocado en el suelo frente a alguna pared y para iniciar la actividad todos los integrantes del equipo deberán colocarse uno detrás del otro formando una fila; el primer integrante lanzará la pelota intentando que la pelota bote dentro del aro y luego rebote en la pared, mientras que el siguiente integrante evitará que la pelota caiga al suelo para después repetir la acción, y así sucesivamente hasta conseguir pasar todo el equipo. La segunda estación se llama “voy y vengo”, la cual consiste en una secuencia de consignas donde para comenzar los alumnos realizarán 5 saltos con pies juntos sobre un cono, consecuentemente se desplazarán a otro espacio donde realizarán 5 abdominales, para finalmente realizar el ejercicio del semáforo en una hilera de 5 conos. La tercera estación se llama “Atrápala” esta actividad es muy sencilla, trabajarán por parejas, donde uno tendrá una cierta cantidad de pelotas de tenis y el otro un cono, cada alumno tendrá una tarea diferente, la persona que tiene las pelotas intentará lanzarlas las pelotas al compañero tratando de complicarle que las atrape, mientras que el compañero que tiene el cono hará lo posible por atrapar la mayor cantidad posible. Por último, la cuarta estación “Entre todos” se llevó a cabo con una pelota gigante, con la cual todos los integrantes del equipo intentarán desplazarse de un punto A hacia un punto B evitando que la pelota caiga al suelo.</p>

Evaluación	Se llevó a cabo mediante la observación y la realización de una rúbrica.
------------	--

Plan de clase 7.	
Propósito	El propósito de esta última intervención dentro de la unidad didáctica fue: Que el alumno favorezca su identidad corporal y sus potencialidades, siempre promoviendo las relaciones asertivas.
Actividad 4	<p>La primera actividad se llama “La bandera”, la cual es completamente un juego de estrategia, donde el grupo se dividió en 2 equipos equitativos y mixtos. Este es un juego de invasión, ya que cada equipo tiene su cancha o “base” donde tendrán 5 banderas (o algo que las remplace como unos paliacates). El objetivo es que conseguir robar las banderas del oponente sin que te quemem, los equipos solo pueden quemar en su propia cancha, fuera de ella deberán evitar ser quemados. Cada jugador quemado saldrá de la cancha. Gana el equipo que tenga más integrantes o quien robe la mayor cantidad de banderas.</p> <p>La segunda actividad “Cachibol” resulta ser una variante o juego introductorio al voleibol, el cual mantiene sus reglas y la misma esencia, pero sufre un pequeño cambio muy significativo, en lugar de golpear la pelota en esta ocasión se intentará cachar para después realizar los 3 pases y devolver la pelota al oponente, intentando que la pelota no pueda ser cachada para conseguir anotar punto. Gana el equipo que anote más puntos en 2 sets.</p>
Evaluación	Se llevó a cabo mediante la observación y la realización de una rúbrica.

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

3.1 Diagnóstico (Véase anexo 2)

Para recabar información sobre mi grupo de estudio, lleve a cabo un cuestionario el cual por el momento está basado en un pequeño grupo de estudio de 9 personas, debido a la organización que realizó la escuela al dividir cada grupo en 4, es decir, dentro de cada grupo existen 4 subgrupos los cuales asisten en diferentes semanas a la escuela.

Iniciar de esta forma y con esa cantidad de alumnos presentó un reto para mí, porque durante el transcurso de este ciclo escolar se presentaron muchos cambios y ocurrieron varios imprevistos por lo que en ocasiones el grupo de estudio se agrandaba o el tiempo de trabajo era muy reducido, pero lo único que me ayudó dentro de todos los sucesos acontecidos fue que siempre se mantuvieron esos 9 alumnos como “base” de mi grupo por lo que podía seguir con mi estudio.

Algo que he identificado a lo largo de mi educación, es que tenemos una idea errónea de lo que es el trabajar en colaborativa y/o cooperativamente, debido a que muchos de nosotros en algún punto elegimos trabajar de esta manera porque resultaba “más sencillo”, ya que no todo el trabajo recaía solo en uno y “nos tocaba realizar menos”, lo que significa invertir menos tiempo e incluso esfuerzo, pero también pensábamos que solo era realizar lo que me digan o corresponda, recayendo en que “el encargado o líder” del equipo es quien asigna qué y cómo se llevarán a cabo las cosas, gran error porque todos debemos buscar resolver de una manera competente aquellos problemas que se nos presenten.

Así que, fortalecer los valores y las actitudes asertivas a través de los juegos cooperativos y colaborativos tiene la finalidad de que principalmente los alumnos, conozcan, reconozcan y apliquen los valores con los que se sientan identificados, además de que, sean conscientes de que existen forma de cómo expresarnos mediante las actitudes asertivas, y por otro lado, también se pretende que los alumnos consigan identificar la forma correcta en que se lleva a cabo el trabajo colaborativo y cooperativo.

La primera pregunta fue una de mis bases para saber cómo trabajar, ya que me arroja información sobre qué tanto conocen del trabajo colaborativo, tema que puedo aterrizar dentro de los juegos colaborativos y cooperativos.

Tuve respuestas muy positivas, ya que solo el 12.5% (1 persona) de este pequeño grupo de estudio no tenía claro de lo que era el trabajo colaborativo, mientras que el 87.5% (8 personas) tiene la idea de en qué consiste, a pesar de ser sencillas las opciones que se tenían.

Lo que podemos observar en la siguiente imagen.

1.¿Qué es el trabajo colaborativo?

8 respuestas



Imagen 5. Grafica de pasteles. Elaboración propia en Formularios de Google.

Consecuentemente, se les preguntó si se les dificultaba trabajar en equipo a lo cual un 33.3% (3 personas) respondió asegurando que “No” se les dificulta trabajar en equipo, mientras que un 66.7% (6 personas) respondió que “En ocasiones” suele dificultarse el trabajo en equipo.

Lo que los llevo a identificar qué era aquello que hace difícil trabajar en equipo teniendo como respuestas los siguientes datos: un 22.2% (2 personas) selecciono que “hacer que todos trabajen por igual”, un 33.3% (3 personas) seleccionaron que se dificultaba porque había “conflictos personales o falta de comunicación”, mientras que el resto que consta de un 44.4% (4 personas) eligieron que lo más difícil era “ponerse de acuerdo”

Datos que podemos observar con mayor claridad en el siguiente gráfico de pastel.

9. ¿Qué consideras que es lo más difícil de trabajar en equipo?

9 respuestas

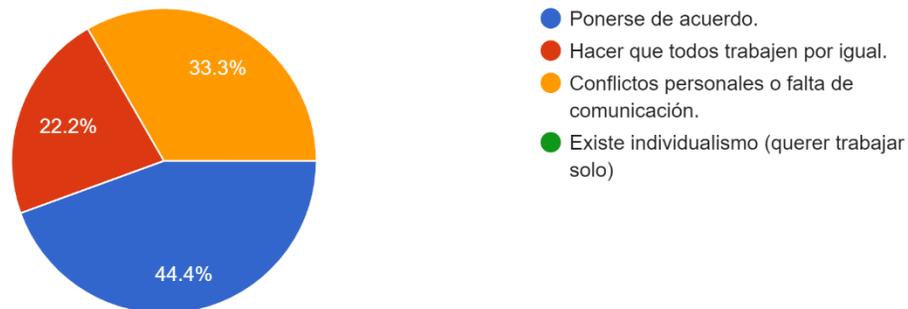


Imagen 6. Gráfica de pasteles. Elaboración propia en Formularios de Google.

Otra pregunta que se debe tomar en cuenta para este diagnóstico fue: “¿Conoces qué es el aprendizaje cooperativo?” donde un 77.8% (7 personas) coincidieron acertadamente que el aprendizaje cooperativo “Consiste en trabajar en equipo para la construcción y la adquisición de competencias y habilidades sociales”, por otro lado, el 22,2% (2 personas) respondieron que “Es aquel donde el nuevo contenido aprendido se relaciona con nuestras experiencias vividas y otros conocimientos adquiridos”.

Tanto el trabajo colaborativo como el aprendizaje cooperativo pueden ocuparse de los juegos colaborativos y cooperativos, ya que como sabemos ambos tienen el mismo objetivo de estimular al equipo para cumplir un objetivo en común, objetivos que pueden estar encaminados a satisfacer las necesidades, gustos o intereses similares dentro del mismo grupo de personas.

10. ¿Conoces que es el aprendizaje cooperativo?

9 respuestas

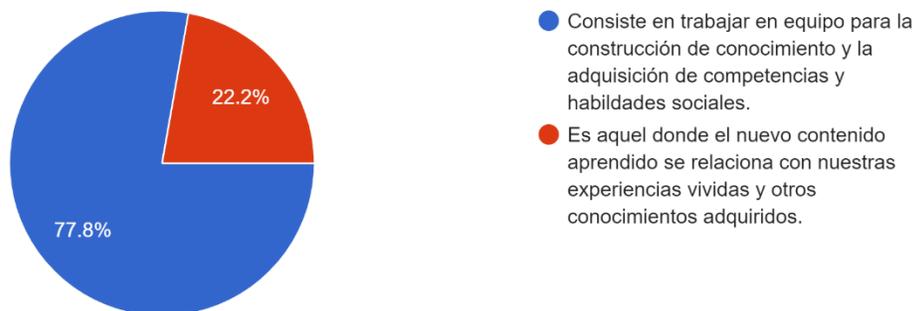


Imagen 7. Gráfica de pasteles. Elaboración propia en Formularios de Google.

Por último, la siguiente pregunta abarca el tema emocional, aspecto muy importante para conocer la salud de los alumnos, recalcando que la salud no solo abarca el tema físico, sino también el mental, como lo mencionó la OMS (Organización Mundial de la Salud) en la Conferencia Sanitaria Internacional, celebrada en Nueva York en el año de 1946, afirma que la salud es “un estado de completo bienestar, físico, mental y social”.

La pregunta fue “¿Te cuesta expresar tus emociones con palabras?” a lo cual 11.1% (1 persona) respondió “Casi siempre”, 11.1% (1 persona) “A menudo”, 11.1% (1 persona) “Casi nunca”, y el 66.7% (6 personas) restante respondió que “En ocasiones” les resulta difícil expresar sus emociones. Cosa que me llamó la atención porque durante el tiempo que trabajé con ellos me di cuenta de que suelen ser muy participativos y activos en la clase, suelen proponer variantes para las actividades, de alguna forma suelen expresar lo que están pensando.

11. ¿Te cuesta expresar tus emociones con palabras?

9 respuestas

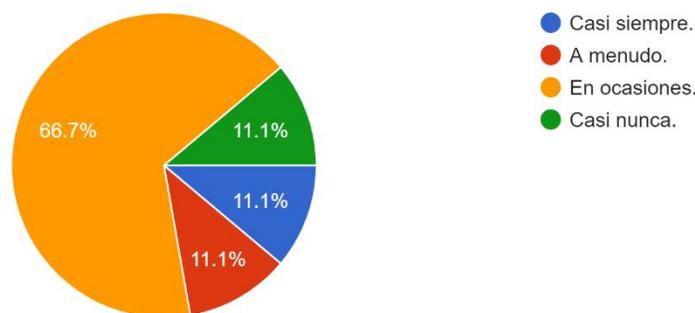


Imagen 8. Grafica de pasteles. Elaboración propia en Formularios de Google.

Con este pequeño cuestionario de diagnóstico pude darme cuenta que en su gran mayoría prefieren trabajar en equipo porque sienten que el trabajo se vuelve más sencillo, es menos carga para todos y existen lluvias de ideas lo cual les facilita tomar decisiones, pero no lo llevan a cabo aun de la manera correcta, es decir, algunos suelen aportar más que otros o simplemente acatar las propuestas o indicaciones del resto, cosa que no es para nada trabajo colaborativo, ya que para esto deben todos aportar su “granito de arena”, aportando en igual manera que el resto de personas.

Pero como lo menciono en mi título de documento, mediante los juegos colaborativos y cooperativos buscaré crear actitudes asertivas y valores para cumplir con ese objetivo de saber trabajar en equipo o de manera colaborativa de forma correcta.

3.2. El sentido de cooperación y los roles. (Véase anexo 3)

El propósito o intención didáctica en esta sesión fue “abordar el sentido de cooperación, además de, promover los roles dentro de las actividades a través de situaciones que les demanden ponerlo en práctica”.

En cada sesión me dirijo al salón con la intención de tener un poco más de atención y control del grupo, ya que ahí siento que los alumnos tienden a escuchar mejor y obviamente prestan una mayor atención a las indicaciones, lo que me facilita que al

momento de bajar a la cancha los alumnos ya tengan una noción de todo lo que se trabajará. Es por ello, que se les explica el propósito de la sesión, la actividad y se les delimita el área de trabajo.

Al asistir al grupo lo primero que hice fue saludar a los alumnos.

Maestro: Buenos días, ¿Cómo están?, ¿Qué tal su día?

Alumnos: Buenos días. Bien profe y ¿Usted?

Maestro: Bien, bien gracias. Les voy a tomar lista, después les explicaré brevemente lo que realizaremos y cuando estemos en la cancha les vuelvo a explicar, pero ahora con el ejemplo, ¿okey?

Alumnos: Mejor bájenos de una vez profe y haya nos explica todo.

Maestro: No, primero les tomo lista y explico aquí arriba porque luego en la cancha todos se distraerán y no pondrán atención.

Se llevó a cabo el pase de lista, a lo largo de esta jornada de prácticas esto me ayudó a identificar un poco más a mis alumnos, para ello también les propuse mejor mencionar el nombre que más les gusté, estrategia que me sirvió demasiado para poder reconocerlos en la cancha. Al llegar a la cancha se lleva a cabo un pequeño protocolo de sanitización de manos y material, lo que nos permite trabajar de una forma más segura, sin embargo, se siguen manteniendo los protocolos de sana distancia.

Previo a la realización de la actividad realizamos un calentamiento general donde inician los alumnos formándose y así trotar uno detrás de otro, consecuentemente buscarán un punto de cruz (determinamos que es aquel punto donde se unen los cimientos del concreto en el suelo) con la finalidad de tener un control sobre el grupo y mantener una sana distancia, en esta instancia los alumnos realizan distintos ejercicios y desplazamientos como calentamiento. Se intentó llevar una curva de intensidad donde los alumnos inicien de menos a más.

Se aprovechó esta misma estrategia para formar 2 equipos equitativos y mixtos, ahorrando la mayor cantidad de tiempo posible, al tener formados los equipos a cada uno de los integrantes se les proporcionó un balón individual con el objetivo de evitar el mayor contacto posible. Al tener cada uno su balón individual me coloqué en frente de cada grupo para poder explicarles con el ejemplo lo que teníamos que hacer, las diferentes formas en que podríamos encestar y se les determinó el tiempo que tenían para realizar la actividad.

Les expliqué que el objetivo que cada integrante tuviera una pelota individual era tener la posibilidad de encestar y obtener la mayor cantidad de puntos posibles. Además, les comenté que el equipo que logre encestar más puntos tendrá la oportunidad de ponerle un reto, esto hará que se motiven para conseguir el objetivo y se cree una pequeña competencia.

Les comenté que deberíamos agregar variantes a la actividad, recordándoles que una variante es una modificación en la forma de realizar la actividad y por cada variante realizarían 2 repeticiones. Una de mis propuestas de variante es ir aumentando o disminuyendo la distancia entre cada tiro, además de que el tiempo cambiará progresiva o regresivamente.

Silbé para iniciar la actividad, lo primero que observé fue que los alumnos comenzaron a tirar sin ningún orden, todos tiraban de la misma distancia y algunos al mismo tiempo, situación que no les permitía encestar ninguna canasta, los deje trabajar aproximadamente por 1 o 2 minutos para después detener la actividad y hacer correcciones.

Les pedí a los alumnos que se acercaran al centro de la cancha y tuvimos una pequeña retroalimentación.

Maestro: ¿Alguien me puede decir que es lo que acaba de suceder?

Respuesta a la que ningún alumno supo responder y por ello, les planteé otra pregunta que nos ayudaría a llegar a la respuesta de esta.

Maestro: ¿Cuántas canastas encestaron?

Alumnos: Ninguna profe (Ningún equipo encesto).

Maestro: ¿Por qué creen que sucedió esto?

Alumno 1: Porque todos estamos tirando al mismo tiempo.

Alumno 2: Porque no llegamos el balón a la canasta.

Maestro: Ambas respuestas tienen mucho sentido, ya que si tiramos todos al mismo tiempo obviamente será complicado que un balón pueda entrar. Otra cosa recuerda que la zona de tiro puede ir variando según tus posibilidades, puedes acercarte si no tienes tanta fuerza para tirar de lejos y viceversa, si tienes mucha fuerza puedes alejarte, tenemos toda el área de 3 puntos para tirar a la canasta.

Le propongo que conversen entre equipos y busquen una estrategia para que puedan encestar, el objetivo de esto es que los siguientes 3 minutos logren encestar algunas canastas.

Consecuentemente silbé para que los alumnos regresaran a su lugar y reanudáramos la actividad, en ese momento observé algo muy diferente ya que cada equipo estaba aplicando una estrategia diferente. El equipo 1 se organizó realizando una fila para así ir tirando uno detrás del otro en orden, mientras que el equipo 2 se repartió por toda la zona de 3 puntos y las personas más cercanas a la canasta comenzaron a tirar hasta llegar a las personas que estaban más alejadas.

Pasados los 3 minutos detuve la actividad para realizar la misma pregunta de la primera intervención.

Maestro: ¿Qué ocurrió ahora?

Alumnos: Ahora si logramos encestar canastas.

Maestro: ¿Y que hicieron para conseguirlo?

Alumno 1: Hicimos una fila para poder tirar en orden y no revolvernos.

Maestro: Muy bien, esa es una buena estrategia. El otro equipo me puede decir ¿Qué hicieron para poder encestar?

Alumnos 2: Nosotros nos repartimos en diferentes lugares para que todos pudiéramos tirar.

Maestro: Ambas estrategias son buenas, si se dan cuenta la comunicación y el trabajo en equipo es muy importante, porque con esto conseguimos hacer un plan de acción para cumplir una meta en común, la cual era encestar.

Seguiremos unas rondas más, pero ahora que ya estamos organizados el objetivo será encestar más canasta que la ocasión anterior. (Véase anexo 3.3).

La segunda actividad de la sesión se llama “Tirar de la paz”, actividad en la cual los alumnos podían mantenerse en el mismo equipo o cambiar de compañeros. El material que utilizaríamos en esta actividad solamente sería una cuerda “gigante” para formar un círculo con ella, al tener el círculo todos los integrantes del equipo se sentaran alrededor del mismo.

Les expliqué que la actividad era un reto motor donde todo el equipo debería tirar (jalar) a la vez, teniendo que ser capaces de levantarse y sentarse respectivamente, en ningún momento podían soltarse ni apoyarse con sus brazos. Cabe recalcar que el tamaño de la cuerda nos permitía mantener una buena distancia uno con otro.

Este reto tiene la finalidad de aprender a trabajar de manera colaborativa y coordinada buscando cumplir un objetivo común.

Los alumnos decidieron mantener los mismos equipos. Iniciamos el primer intento de cada equipo, pero no tuvimos éxito, a algunos nos les quedó claro lo que realizaríamos e incluso se les hacía muy difícil por lo que decidí hacer la primera intervención.

Hasta este punto, considero que existen varias razones por las cuales la actividad no fue comprendida, la principal razón fue por la falta de ejemplificación dentro de la explicación teórica, pienso que resulta muy importante incluirla en cada sesión porque de alguna

manera los alumnos suelen perder el interés muy fácil cuando algo no les llama la atención. Para darle solución a esta problemática, decidí llevar a cabo un ejemplo de cada una de las actividades para ser más específico en lo que quería que realizaran los alumnos, lo que se muestra a continuación en el diálogo con los alumnos:

Maestro: Alto ahí, estamos haciendo mal la actividad. Recuerda que no debemos apoyar nuestros brazos en el suelo y que todos debemos jalar a la misma vez para lograr pararnos.

Alumno 1: No se puede, profe, está muy difícil.

Maestro: Claro que no, pero como no están trabajando en equipo ni colaborando se les está complicando. Les voy a poner el ejemplo, pero debemos coordinarnos.

Me integré a un equipo y les propuse contar hasta 3, en ese momento todos jalaríamos de la cuerda para crear tensión y poder levantarnos. Lo conseguimos a medias porque faltó un alumno de levantarse, pero se dieron una mejor idea de lo que debían hacer, en ese momento los deje solos de nuevo y se notó un cambio, ya que para el segundo intento de cada equipo uno de ellos logró pararse con todos sus integrantes.

Para este momento, les comenté que sería buena idea implementar alguna variante, en primera instancia yo les pedí que ahora intentarían sentarse de la misma forma, después ellos propusieron hacerlo con una mano y consecuentemente con un pie. Para estas variantes tuvieron mayor complicación, pero mostraron un mejor trabajo colaborativo y cooperativo.

Mogollón (s.f.) considera que la retroalimentación es "...una comunicación descriptiva continua que facilita información al estudiante o al grupo sobre cómo son sus avances o progresos al inicio, durante y al final del desarrollo de los procesos de enseñanza aprendizaje". Es por ello, que para finalizar la clase les hice una pequeña retroalimentación con las siguientes preguntas: "¿Crees que cumpliste tu rol en la

actividad?, ¿Qué se te facilitó?, ¿Qué se te dificultó?”. Con la finalidad de conocer que podríamos mejorar, trabajar o reemplazar en la siguiente clase.

Pero en un inicio resulto algo complicado que los alumnos opinaran e identificaran sus fortalezas y debilidades en cada una de las actividades, por lo que eran pocas las personas que querían hablar de ello. Tuve que recurrir a preguntar uno por uno o dirigirme específicamente con alguien para que me respondiera. Con esto conseguí recabar la siguiente información: en su mayoría me respondieron que lo más difícil fue coordinar y trabajar en equipo en la actividad de la cuerda, ya que si alguien lo hacía mal no podían pararse.

Durante la sesión y después de la retroalimentación les reitere lo importante que resulta que todos aporten algo al equipo para cumplir su meta común, en este caso fui muy claro y conciso en que en esta ocasión su objetivo era: pararse todos al mismo tiempo sin apoyar las manos en el suelo mientras tensaban una cuerda con ambas manos, poniendo el ejemplo de la primer consigna, inclusive utilice otros ejemplos, les comente a los alumnos que todas nuestras acciones dentro de un grupo o equipo de trabajo podría repercutir en el resultado de todos, y tomando como base la primera consigna (levantarse tirando de la cuerda), realizamos un pequeño experimento sobre qué pasaría si algún integrante jala a destiempo, obteniendo como resultado un desequilibrio en todo el equipo a la hora de ejercer fuerza sobre la cuerda, claro ejemplo que nos sirvió para darnos cuenta de que tan importante resulta trabajar colaborativamente y cooperativamente, así como darnos cuenta en que magnitud repercuten nuestras acciones al resto de personas.

Con base en mi observación y los resultados que arrojo la rúbrica de evaluación (véase anexo 3.1. y 3.2) logre percatarme de que realmente se les dificultaba significativamente trabajar colaborativa y cooperativamente a mis alumnos, esto se refleja en 3 pautas, descrito de una forma muy concisa, a los alumnos se les complicaba participar activamente, es decir, no proponían, no interrogaban ni nada similar, solamente acataban indicaciones del resto; también comenzaron a tener complicaciones porque no lograban ponerse de acuerdo y se molestaban por ello; y por ultimo no sabían expresar sus

pensamientos ni ideas por lo que muchos preferían evitar discusiones y no opinaban. 3 aspectos que me abrieron camino para poder abordar mi tema de investigación buscando reforzar esos 3 aspectos y favorecer otros.

3.3. Circuito de acción motriz “atíname si puedes” (véase anexo 4)

El propósito de esta sesión pretendía “que el alumno conozca la importancia que tienen los roles de juego mientras se involucra en la resolución de problemas en equipo”.

Como es costumbre acudí al salón de clases, recién entrando noté la impaciencia de los alumnos por salir a la cancha, además de eso, los chicos siempre suelen recibirme muy bien con mucha actitud y alegría que es completamente contagiosa. Suelo tomarme unos minutos con ellos en el salón para preguntarles ¿Cómo están? y ¿cómo van con sus clases?, siempre les deseo los buenos días para después realizar el pase de lista, consecuentemente les explico a detalle qué es lo que realizaremos en la cancha, les delimitó el área de trabajo, les comento con que material se trabajará, que haremos con el y para que nos servirá.

Después de la explicación y pase de lista, pido a los alumnos que bajen en orden hacia la cancha, al llegar se realizó el pequeño protocolo de sanitización. El calentamiento que realizamos hoy fue un calentamiento muy general donde los alumnos se debían desplazar de un punto de cruz a otro, también se agregarían consignas como tocar cierta cantidad de cosas, cambiando la forma de desplazarnos, etc.

A los alumnos se les da la oportunidad de que eligieran con quienes les gustaría trabajar, en este caso les di 15 segundos para que eligieran a 3 personas con quienes trabajarían; Consecuentemente les explico que realizaríamos en cada una de las estaciones: (Véase anexo 4.3.)

1. El péndulo: Se colocará un aro amarrado en una cuerda a un metro del suelo, los alumnos formarán una fila de 5 pasos de donde se encuentre colgado el aro e intentarán lanzar una pelota por medio del aro.

2. Bolos: Sobre alguna línea de la cancha se colocarán 10 conos separados y a distintas distancias, los alumnos se colocarán a 10 pasos de la línea de los “bolos” y desde ahí intentarán derribar la mayor cantidad de conos posibles.
3. Recolector de pelotas: La actividad consta de dos roles, unos son quienes lanzan las pelotas y otros quienes tratan de recolectarlas, para llevar a cabo dicha acción, los alumnos deberán lanzar las pelotas lo más alto que puedan, mientras que el resto de los alumnos con un saco o bolsa tratarán de atrapar las pelotas antes de que caigan al suelo.
4. Tiro al blanco: Se colocarán 3 conos sobre una línea, estos deberán estar separados considerablemente, en una distancia de un paso largo se colocará un aro al centro de los 3 conos, para llevar a cabo la actividad ocuparemos pelotas con las cuales intentaremos derribar los conos haciendo que la pelota de un previo bote dentro del aro.
5. Bote-bol: Dicha actividad es 1v1, ambos jugadores se colocarán frente a frente y en medio de ambos se colocará un aro, uno de los integrantes tendrá una pelota; la actividad consiste en realizar un bote dentro del aro, pero tratando que caiga al suelo después del bote, mientras que el adversario trata de evitar que caiga al suelo y repetirá la acción. Ambos jugadores deberán buscar la estrategia para que el oponente no atrape la pelota, pueden desplazarse alrededor del aro.

Los alumnos en seguida que observaron el material se mostraron ansiosos por trabajar con el, aspecto que observé debido a que después de formar los equipos les pregunté si ellos querían elegir sus estaciones y muchos corrieron enseguida a la estación que más les había gustado. Incluso en ese mismo instante comenzaron a manipular el material.

Sus posibilidades y creatividad les permitieron realizar las actividades de una forma diferente a cada uno, cada equipo tenía una idea o estrategia diferente para trabajar con el mismo material inclusive entre ellos creaban una competencia por ver quien lo hacía mejor o más rápido.

A pesar de que los alumnos eligieron primero la estación que más les llamó la atención, el resto de las estaciones las realizaban con la misma intensidad e interés, después de

finalizar toda una vuelta por las estaciones querían seguir participando, pero el tiempo fue justo para que pasáramos todos por todas las estaciones por lo que ya solo quedaba la retroalimentación. Donde se le explicó que en este circuito estábamos trabajando diferentes capacidades como la coordinación, la lateralidad, el lanzar, atrapar o cachar, así como explicarles cómo se veían inmersos los roles dentro de este circuito.

En esta actividad tuve que aplicar una consigna para lograr mantener la atención de todos al inicio de la sesión, debido a que se trabajó con demasiado material en cada estación por lo que resulto muy tentativo y llamativo para los alumnos, hasta este punto uno de mis errores fue dejar que los alumnos se incorporarán a las estaciones sin antes haberles hecho una previa demostración de cómo se trabajaría en cada una, es por eso que tuve que optar por utilizar una consigna.

Enseguida que los alumnos comenzaron a manipular el material sabía que resultaría difícil mantener su atención, por lo que les pedí que sujetaran el material con sus manos por encima de su cabeza, esta acción tuve que repetirla al menos 3 ocasiones para lograr mantener la atención de todos y me resulto favorable, ya que conseguí que todos mis alumnos prestarán atención a las indicaciones. Además, al finalizar la primer ronda o estación, note que los alumnos dejaron regados los materiales, inmediatamente pare toda la actividad y les pedí que colocarán el material en su lugar, nadie realizaría cambio de estación si todo el material no estaba en su lugar. Todo esto me sirvió para mejorar mi práctica docente en las siguientes sesiones, quedándome claro que no debo de dividir al grupo, asignarle materiales u otra situación por el estilo, sin antes haber explicado claramente lo que se realizará dentro de la clase.

Con esta actividad logre darme cuenta de que la organización o inclusive podríamos llamarle coordinación, es un aspecto primordial para el trabajo en equipo debido a que los alumnos al trabajar cooperativamente para lograr un objetivo tuvieron que explotar cada uno sus capacidades, me di cuenta de ello en el momento que observe que a pesar de que cada grupito realizaba la misma actividad cada uno la llevaba a cabo de distinta manera. Analizando esta situación también logre percatarme de que se llevó a cabo el respeto en todo momento, hago referencia a esto porque en ningún momento identifique

que algún alumno tratará de corregir u obligar a otro para que realizará la actividad de cierta forma, sino que lo único que importo en el momento fue cumplir con su objetivo.

Incluso, logro rescatar que mis alumnos mostraron actitudes asertivas ante las adversidades, debido a que ellos mismos crearon una cierta competencia para ver qué equipo lograba llevar a cabo mejor cada estación, y que a pesar de que en algunas ocasiones algunos equipos no obtenían los resultados que esperaban seguían intentándolo, alentándose entre ellos y esforzándose para realizar mejor las estaciones. (véase anexos 4.1. y 4.2.)

3.4. Piedra, papel o tijera y Futbeis. (Véase anexo 5)

Para esta sesión el propósito “se pretendió afianzar el control de sí y favorecer las nociones básicas de la cooperación-oposición”.

Para la primera actividad existía un poco de incertidumbre de mi parte, al pensar que tal vez no me iba a funcionar porque mis alumnos son muy activos y les gusta hacer cosas que los pongan a pensar o que les presenté un reto, por lo que decidí mejor iniciar con las variantes. Repitiendo el patrón se asistió al salón de clases, deseándoles los buenos días y preguntándoles cómo se encontraban, se realizó el pase de lista y la explicación de la sesión.

La primera actividad que trabajaremos fue “piedra, papel o tijera” donde en primera instancia les pregunté si habían jugado o conocían este juego.

Maestro: ¿Alguien tiene una idea de cómo se juega?

Alumno 1: Profe, es el juego donde utilizamos las manos como herramienta para simular una piedra, un papel o una tijera, ¿no?

Alumno 2: Si, es ese. Y para ganar tiene que tener una figura que pueda destruir a la otra.

Maestro: Muy bien, ambos tienen la razón, pero si se dan cuenta normalmente lo jugamos frente a frente con un compañero y ya no existe ningún tipo de consigna, pero es obvio

que no bajaremos a la cancha a jugar sin desplazarnos o movernos, lo haremos más interesante, les explico.

Esta actividad se realiza en parejas donde se deben poner frente a frente, el juego inicia a la cuenta de 3 para después decir en voz alta “Piedra, papel o tijera”, justo al acabar la frase enseñaran las manos para ver quien gano. Si los dos jugadores sacan la misma figura hay empate y se repite el juego. Recuerda que el papel le gana a la piedra, la piedra le gana a la tijera y la tijera le gana al papel.

Además, haremos unas pequeñas adecuaciones para que no sea tan tedioso el juego la cual consiste en poner un camino de aros en diferentes direcciones. Formaremos 2 equipos y cada equipo se colocará en un extremo del camino, los jugadores deberán seguir el camino de aros y al encontrarse al oponente jugarán “piedra, papel o tijera”, quien gane sigue avanzando por el camino hasta encontrarse a alguien más, mientras que la persona que perdió se vuelve a formar. El objetivo es llegar hasta el otro lado del camino sin perder.

Los alumnos en un principio pareciera que no habían entendido la actividad porque la realizaban muy pasivamente, por lo que decidí orientarlos para que realizarán un poco más rápido la acción, que la intención es crear esa competencia divertida por ver quién gana más duelos hasta llegar al otro lado y que el alumno que sigue en pasar debe estar atento para desplazarse por el camino lo más rápido posible evitando que el oponente avance, consecuentemente los alumnos entraron en el ritmo y dinámica de la actividad por lo que su actitud se mostraba diferente, llegando a un punto donde todos están tan concentrados y motivados porque todos los hicieron bien, hasta gritaban apoyando a sus compañeros. Creo que, en este momento de la clase, ayudo un poco mi motivación hacia los alumnos para que existiera un pequeño cambio en las ganas de realizar el juego, el estar detrás de los alumnos observándolos, aconsejándolos e imprimiéndoles un ritmo que resulto positivo, les entro el ímpetu de querer ganar ante tal presión.

Se introdujeron tanto en el juego que se salieron un poco de nuestro objetivo, debido a que preferían hacer rápido y mal los ejercicios por querer ganar, momento en el cual decidí parar la actividad y continuar con la siguiente. Siendo honesto considero que actué de forma precisa al culminar la actividad cuando llego a su punto máximo de esplendor, esto por dos razones, la primera fue con motivo de mantener el orden y evitar accidentes por la gran cantidad de impulsos y emociones aplicadas dentro de la misma, por otro lado, el corte repentino o tajante creará un interés mayor por querer continuar jugando lo que me permitirá aplicar algo muy similar en futuras sesiones obviamente con sus respectivas adecuaciones.

Maestro: ¿Alguien ha jugado futbeis o beis pateado?

Alumnos: Si, profe.

Maestro: ¿Quién me puede decir de qué se trata?

Alumno 1: Es como el béisbol, pero en lugar de tener un bate jugamos con otra pelota para poder patearla.

Maestro: Muy bien, tienes una buena idea de cómo se juega. El futbeis prácticamente es un juego de iniciación deportiva en este caso al béisbol, pero con sus respectivas adecuaciones.

El futbeis está delimitado por sus bases las cuales son 3, mantiene una zona de bateo o home y de lanzamiento, mientras que el resto del espacio será zona para atrapar (jardines). Ocurre un cambio de roles cuando el equipo que batea acumula 3 strikes, lo cual ocurre cuando el equipo contrario atrapa la pelota antes de caer al suelo o cuando “quemar” a algún compañero o base.

El objetivo del equipo bateador es realizar la mayor cantidad de carreras, las cuales se completan pasando por todas las bases sin que los “quemen”.

Se decidió que se mantendrían los mismos equipos de la actividad anterior, los alumnos al estar tan metidos en el juego anterior mantuvieron esa actitud y comenzamos a jugar

muy bien, todos participaban por igual, aunque con el paso del tiempo los hombres mostraron un poco más de iniciativa, les gusto patear la pelota y se les hacía más sencillo por lo que comenzaron a patearla con un poco más de fuerza haciendo que la pelota fuera más lejos, creándoles una oportunidad para ganar.

Pick y Vargas (1990) afirman que para ser asertivo se necesita aceptarse y valorarse, respetar a los demás, permanecer firmes en las propias opiniones, comunicar con claridad y directamente, en el lugar y momento adecuados y de forma apropiada, lo que se quiere o se necesita decir.

Con esta pequeña definición/reflexión de Pick y Vargas relaciono un poco los resultados que nos arrojó la rúbrica de la sesión (véase anexo), ya que como bien lo mencionan estos autores debemos ser claros y directos al momento de expresarnos, pero también debemos saber cuándo y dónde, en muchas de las ocasiones actuamos simplemente por inercia o involuntariamente como bien se podría decir, sin embargo, debemos aprender que el pensar antes de actuar resulta bueno en cualquier ocasión.

Con esto voy a que los alumnos gracias a las malas experiencias vividas en anteriores sesiones prefirieron no expresar lo que opinaban, trayendo consigo inconformidad, disgusto y desinterés por la actividad. A pesar de que se tuvo buena respuesta dentro de las actividades creo que, si existieron algunas incógnitas entre los estudiantes, porque un buen porcentaje del grupo les costó seguir el ritmo de la actividad. (véase anexo 5.2).

Para ser más concreto, en mayor problema al que me enfrente fue la falta de comprensión y que no acataban las instrucciones, esto lo atribuyo a lo ya mencionado anteriormente, los alumnos preferían reservarse ante los demás y solo hacer lo que la mayoría e inclusive la minoría exigía o proponía; aunque por otro lado podrían existir otras razones, sin ser exento de esta problemática yo también pude haber influido en que sucediera, talvez no realice una buena explicación, no llegue a ser claro o concreto en que lo se pretendía y por ende, se crearon esas incógnitas.

Otra gran incógnita para mí fue que ningún alumno logro reconocer sus potencialidades al 100%, existen algunas dudas sobre lo que son capaces de hacer o no, aunque en

retrospectiva siento que estas actividades no pueden reflejar eso en su totalidad ya que no existe una gran exigencia donde deban demostrarlas, por lo que considero que el objetivo principal de esta investigación se vio favorecido por el simple hecho de exponer a los alumnos a diferentes situaciones como es la oposición, la competición y la toma de decisiones rápidas. (véase anexo 5.1).

3.5. Fútbol y voleibol para gigantes. (Véase anexo 6)

El propósito de esta sesión fue “que el alumno favorezca su identidad corporal y potencialidades, siempre promoviendo las relaciones asertivas”.

En esta ocasión con el objetivo de aprovechar aún más el tiempo en cancha se trató de agilizar el pase de lista, pero de igual manera se les preguntó a los alumnos el cómo se sentían hoy, se les explicó de una manera muy concisa lo que se realizaría en la cancha, un poco el origen de las actividades y para que nos servirán.

Cuando llegó al salón siempre noto a los alumnos muy alegres, impacientes por salir a educación física, siempre me reciben con mucho entusiasmo y suelen ser muy atentos, ya que ellos también me preguntan cómo estoy y como va mi día, en ocasiones me suelen contar cosas que les ocurrieron durante el día.

Después de explicar lo que se trabajaría bajamos en orden a la cancha con su respectivo filtro de sanitización.

Iniciamos la clase con una pequeña activación física por parejas, donde realizamos diferentes consignas como ejercicios de coordinación, lateralidad, ritmo entre otros. Los alumnos mostraron disposición a este nuevo calentamiento, se buscó la forma de ir de menor a mayor intensidad para no crear una sobrecarga.

En seguida les expliqué que deberíamos formar 2 equipos de 9 personas para realizar la actividad de “fútbol para gigantes” dicha actividad sigue conservando toda su esencia, pero teniendo en cuenta que sufriría una modificación en el material, ya que la pelota será de diferente compuesto y tamaño. El objetivo sigue siendo anotar la mayor cantidad

de goles. Además, les deje bien delimitado el área de juego, solo ocuparíamos las canchas de basquetbol que están marcadas por líneas blancas.

Era algo casi obvio que los niños mostrarán un poco más de disposición y ganas de querer realizar esta actividad, pero también las niñas se mostraron muy participativas dentro de la misma, a pesar de no tener un conocimiento o fundamento técnico correcto lo importante para todos fue la diversión y convivencia.

Resultó más interesante y divertido jugar esta variante del fútbol porque fue un reto nuevo para ellos, en el cual se les exigía buenos reflejos y reacción en ocasiones para esquivar la pelota, coordinación para lograr golpear la pelota, tener una noción de su espacio-tiempo, entre otras capacidades que el alumno requería para llevar a cabo la actividad.

Dentro del juego también se notó el trabajo en equipo, tal vez de forma involuntaria, pero aplicaron ciertas estrategias para tratar de cumplir el objetivo, un equipo inició jugando muy a la ofensiva cosa que el equipo contrario trató de contrarrestar jugando a la defensiva, pero también manteniendo su línea ofensiva.

Para fortalecer este comentario tenemos 2 autores que nos definen como es el trabajo en equipo.

“Un equipo es un número comparativamente pequeño de individuos con competencias complementarias, con metas de desempeño comunes y que interactúan entre si solidariamente responsables” (Hellriegel y Slocum, 2004).

“Los equipos de trabajo tienen compromisos compartidos entre si para el desempeño colectivo, sin embargo, las metas no se alcanzan sin la interacción de los que forman el equipo” (Barroso, 2014).

Teniendo estas referencias, me hace saber que existió un progreso en cuanto al trabajo colaborativo y cooperativo, realmente se están estimulando sus habilidades y que las están poniendo en práctica. Aquí realmente no podía hacer muchas intervenciones porque cada uno de los alumnos favorecería a su manera y posibilidades sus potencialidades, solamente hacía observaciones sobre faltas a las reglas del juego.

Para la siguiente actividad utilizamos el mismo material (pelota gigante de plástico). Se mantuvo la misma dinámica porque prácticamente aquí también solo se modificó el material, aspecto que podría facilitar o dificultar el trabajo. Se mantuvieron las reglas del voleibol en su mayoría, por ende, les pedí a los alumnos que cambiáramos de equipos, con la consigna de que fueran de 6 integrantes cada uno, con el fin de poder llevar a cabo un mejor desempeño dentro del terreno de juego y cumpliendo una de las reglas sobre la cantidad de jugadores en el campo. (véase anexo 6.3).

En esta actividad se mostraron algo desorientados al inicio porque no sabían la forma en que golpearían la pelota, algunos batallaban para realizar los pases o golpear la pelota por lo que decidí hacer una pequeña intervención sobre las diferentes formas en que podríamos golpearla.

Maestro: Alto ahí. Recuerden que este juego es una variante e iniciación deportiva hacia el voleibol, sin embargo, esto nos permite jugar un poco con sus reglas y fundamentos. En este caso haremos adecuaciones para facilitar nuestros pases o golpes, vamos a tener los 2 principales fundamentos del voleibol que son volear y rematar, pero también le agregaremos el cachar y lanzar (con ambas manos) para que tengamos la posibilidad de participar activamente dentro de la actividad.

Alumno 1: Profe, y también ¿podemos lanzarla y luego golpearla?

Maestro: Claro, es válido si se te hace más fácil o cómodo.

Alumno 2: ¿Y si la lanzo con una sola mano?

Maestro: Ambas opciones son muy buenas, el hecho de agregar adecuaciones es con el objetivo de permitirnos trabajar de una mejor forma dentro del juego.

Reanudamos el juego, hasta este punto los alumnos mostraron mucho orden dentro del terreno de juego, seguían el orden de sus posiciones y sus diferentes funciones, pero la intensidad del juego subió considerablemente, causando un pequeño descontrol en

cuanto a rotaciones, movilidad, comunicación, entre otros aspectos. Observando que las ganas por querer volver a golpear la pelota hicieron que los mismos compañeros invadieran el espacio, en ocasiones quitándole la oportunidad de participar al otro compañero, ahí me di cuenta de que la actividad requería un alto. Es importante ser claro y preciso en los errores, corregir en el momento, aconsejar y dar acompañamiento a los alumnos, si dejamos que sigan cometiendo los mismos errores, no estimularan sus capacidades adecuadamente, inclusive podrían crear confusiones a otros de sus compañeros haciéndoles dudar sobre si está bien lo que realizan o no.

Considero indispensable estar en constante contacto con los estudiantes, orientarlos en todo momento en este caso desde el hábito de los buenos valores, de sus actitudes asertivas y dicho de otra manera, la forma en que los alumnos se van a relacionar con sus compañeros, familiares, amigos, entre otros círculos sociales, también dejarles claros que todos debemos de cumplir un rol dentro de nuestro grupo, que todos y cada uno de los integrantes debe de aportar al igual que el resto, una persona no puede encargarse de todo sino no hablaríamos del trabajo colaborativo y cooperativo.

Para finalizar la sesión se les cuestiono a los alumnos:

¿Lograron tener control sobre su cuerpo?

¿Qué se te dificultó? Y ¿Qué se te facilitó?

Donde una mayoría coincidían en que lo difícil fue trabajar con la pelota gigante porque no lograban dimensionar o calcular la fuerza con que debían golpearla, ya sea que lo hicieran muy débil o fuerte existiendo en todo momento esa incertidumbre sobre qué tan fuerte tenían que golpear la pelota. Además, en la primera actividad notaron que sería muy difícil anotar por las dimensiones de la pelota y la portería, lo que les presentó un reto el cual comentaban que resolvieron pateando fuerte la pelota o buscando las orillas de la portería. (véase anexo 6.2).

Consecuentemente, se les comentó la importancia de sanitizar y lavar sus manos, a pesar de que el material junto sus manos fueron sanitizadas antes la clase aun así existió

un contacto entre todos los alumnos en la manipulación del material, por ello se les recuerda al final de cada clase que es muy importante que saniticen sus manos para después lavárselas, todo esto antes de pasar al salón.

Por otro lado, rescatamos lo importante que resulta el trabajo colaborativo y cooperativo para favorecer la asertividad, ya que no si fuera por esa interacción que nos exige el trabajar de esa forma, no habría manera de estimular nuestra forma de interactuar con el resto de personas, así mismo, cuando llevamos a cabo este tipo de actividades estamos expuestos a afrontar diferentes situaciones en las cuales podemos actuar de distintas aspectos que nos hará conocer las distintas fases en las que podemos reaccionar y más que nada, estos “ensayos” nos ayudarán a reflexionar sobre posibles escenarios a los que nos podamos enfrentar en un futuro. (véase anexo 6.1).

3.6. Circuito de acción motriz (Véase anexo 7)

El propósito de esta sesión fue “que el alumno favorezca sus potencialidades como la coordinación, siempre promoviendo las relaciones asertivas”.

Algo que siempre les comento a mis alumnos, es que en toda actividad trabajamos tal vez de una manera inconsciente diferentes acciones, capacidades o favorecemos ciertas habilidades porque no siempre estarán inmersas dentro del propósito inicial pero aun así están ahí, un ejemplo de ello es aquí, en el propósito solo se hizo mención de la coordinación como un ejemplo pero también se trabaja la manipulación de objetos, la aplicación de los valores, el trabajo en equipo, lateralidad, equilibrio, fuerza, entre otros aspectos.

Hasta este punto de mis prácticas profesionales, no ha ocurrido en ninguna ocasión que mis alumnos no me reciban con alegría, gusto y entusiasmo, en todo momento transmiten una muy buena vibra, puedo decir que es el grupo con el que más me da gusto trabajar, existe un ambiente de convivencia sano, lleno de aprendizaje, diversión y buena comunicación, a pesar de que el docente es el principal promotor de un buen ambiente de aprendizaje al buscar aplicar actividades que favorezcan las capacidades y

habilidades pero claramente sé que ellos son quienes crean ese ambiente de trabajo, por la buena actitud y disposición que muestran al realizar o participar dentro de la sesión. Entonces, como en todas las clases tuvimos la pequeña platica sobre cómo nos encontrábamos, que tal iba nuestro día y además del pase de lista. En pocas ocasiones suele ocurrir que los alumnos se encuentran muy inquietos en el pase de lista, pero en la primera llamada de atención suelen volver a guardar silencio, siento que esto ocurre debido a que siempre les he dicho que para todo hay un momento, dentro de la clase podemos hacer chistes, platicar, reír, pero lo principal siempre será trabajar entonces esas pequeñas libertades que tenemos dentro de la clase hace que se tenga un control durante todas las sesiones.

En el transcurso del aula hacia la cancha, algunos alumnos suelen acercarse a mí para contarme cualquier cosa o incluso preguntarme cosas sobre mis gustos, me platican sobre sus actividades fuera de la escuela y me preguntan mi opinión, claramente siempre manteniendo esa línea de alumno-maestro, aspecto que me hace saber que les trasmite esa confianza para que se acerquen a mí a platicarme/contarme cualquier cosa.

Al llegar a la cancha se realizó el respectivo filtro de sanitización, para después comenzar con una pequeña activación física por parejas donde se llevaron a cabo diferentes acciones como desplazamientos, coordinación, fuerza, velocidad, etc. Al finalizar la activación los alumnos terminarían en un punto de cruz con la finalidad de poder organizarnos mejor al momento de formar los equipos y además para lograr observar con detenimiento que se realizaría en cada una de las estaciones.

Se les dio 10 segundos para formar sus equipos de manera equitativa, al término de formar los equipos se les explicó a detalle en qué consistía cada estación. (véase anexo 7.3).

1. Bota y rebota: En esta primera estación se trabajó con un aro y una pelota. Para iniciar con la actividad el equipo debe formarse uno detrás del otro, se colocará el

aro en el suelo frente a una pared. El primer integrante de la fila lanzará la pelota tratando de que la pelota bote dentro del aro y luego rebote en la pared, el siguiente integrante evitará que la pelota caiga al suelo y repetirá la acción, así sucesivamente hasta que pase todo el equipo sin que la pelota toque el suelo.

2. Voy y vengo: Aquí los alumnos comenzarán realizando saltos con pies juntos sobre un cono, consecuentemente se desplazarán a otro espacio donde realizarán 5 abdominales, para finalmente, salir corriendo a los conos colocados en el resto de la cancha, donde van a uno y regresan al inicio, repitiendo esa acción hasta pasar por todos los conos.
3. Atrápala: En esta estación se trabaja por parejas, donde uno de los dos lanzará la pelota con la finalidad de que si compañero intente atraparla con un cono.
4. Entre todos: Como última estación, todos los integrantes del equipo tratarán de desplazarse de un punto A hacia un punto B, lanzando una pelota gigante, obviamente evitando que la pelota toque el suelo.

A pesar de darles el ejemplo en ciertas estaciones aún quedaron algunas dudas, me percate de ello porque al momento de dar inicio al circuito algunos alumnos hacían mal los ejercicios y por ende el resto cometía el mismo error, esto ocurría principalmente en las 2 primeras estaciones, se les dejó trabajar el primer minuto para después hacer correcciones. Atribuyo esta mala interpretación de las estaciones a la falta de atención de los alumnos o incluso podría ser a una mala estrategia por parte mía al momento de explicar, que quiero decir con esto, que mis alumnos no mostraron interés por la actividad en primera instancia y se distrajeron platicando entre ellos; por el otro lado tal vez mi tono de voz o mi estrategia a la hora de explicar no fue la adecuada.

Lo que ocurría en la primera estación es que los alumnos no mantenían el orden que se les había propuesto, por ello no conseguían cumplir el objetivo, todos estaban dispersos y no tenían un orden para lanzar la pelota, esto les complicó demasiado la actividad y en ocasiones nadie hacía por la pelota. Siendo más específico los alumnos no tenían un orden para lanzar ni atrapar la pelota, al iniciar la acción solo los 2 primeros integrantes del equipo realizaban la actividad, pero el resto al no tener un orden se quedaban

inmóviles esperando a que el balón llegará a su lugar, cosa que nunca sucedería porque para que se cumpliera el objetivo, todos debían estar alineados y lanzar la pelota de forma recta obteniendo así una cadencia de pases. Después de realizar esa retroalimentación se les recordó cuál estrategia se les había propuesto para cumplir el objetivo y se les explicaron sus ventajas, además de repetir el ejemplo.

Para la segunda estación los alumnos no comprendieron la secuencia de las consignas por lo que solo realizaban una o las realizaban mal, lo único que hice aquí fue reiterarles paso a paso que se tenía que realizar en cada una de las fases de esta estación, de nuevo realicé el ejemplo y le pedí a un alumno que lo ejecutara, incluso le pregunte a cada uno de los alumnos de la estación que si no tenían dudas a lo que todos respondieron que no.

Maestro: Muy bien, ahora que hicimos esta pausa para hacer correcciones y resolver dudas, ¿todos entendimos lo que debemos realizar en cada una de las estaciones?, ¿todo claro o aún tienen dudas?

Alumnos: No profe, todo claro.

Alumno 1 (estación 3): Profe, aquí ¿podemos lanzar 2 pelotas a la vez?

Maestro: Claro, el propósito también es complicarle a nuestro compañero el trabajo para que pueda estimular sus capacidades y habilidades, incluso puedes lanzarla de diferentes formas, ya sea botando, lanzando alto, etc.

Se reanudó el circuito y se mejoró el trabajo los alumnos corrigieron sus errores, pero en ocasiones se seguían cometiendo algunos, en todas las estaciones pude notar algunos pequeños detalles. Dentro de la primera estación note que un pequeño grupo de alumnas no dimensionaban la fuerza que debían utilizar para lanzar la pelota por lo que o lo hacían muy débil o lo hacía muy fuerte aspecto que en ocasiones no les permitía atrapar la pelota para realizar el ejercicio continuamente.

En la segunda estación no noté una mala aplicación, sino que observé una pequeña variante, ya que al final de la estación se agregó un costal para que regresaran saltando y en lugar de dejar de nuevo el costal al final de la estación los alumnos optaron por llevarlo consigo durante la realización de los ejercicios, lo que inclusive les ahorra tiempo.

La dinámica de la tercera iba muy bien, ya que entendieron perfectamente el objetivo además de que se propusieron variantes o adecuaciones para la realización de la misma, pero se llegó a un punto donde no se lograba abastecer a todos los alumnos con pelotas por lo que los alumnos que atrapan las pelotas competían por conseguir ganar las pelotas entonces ocurría que en ocasiones chocaban por ganar la pelota o simplemente no hacían por ella, pero algunos alumnos dieron solución a esto y eligieron a otra persona para que ahora fueran 2 lanzando y hubiera más posibilidad de ganar una pelota.

Lange y Jakubowaki (1976), plantean que: “la aserción implica defender los derechos y expresar pensamientos y creencias en forma honesta, directa y apropiada, sin violentar los derechos de los demás. La base de la aserción es la comunicación mutua, dar y recibir respeto”.

Alberti (1977) define la asertividad “Es el conjunto de conductas emitidas por una persona en un contexto interpersonal, que expresan los sentimientos, actitudes, deseos, opiniones y derechos de esa persona de un modo directo, firme y honesto, respetando al mismo tiempo los sentimientos y actitudes, deseos, opiniones y derechos de otras personas”.

Ante esta situación y la reflexión con base en las definiciones de estos 2 autores, puedo decir que al inicio los alumnos mostraban una actitud asertiva ya que estaban en sintonía y todos trabajan en conjunto para poder conseguir el objetivo, pero de un momento a otro cambio la situación, se convirtieron en personas egoístas superándolos las ganas por querer ganar que las mismas ganas de divertirse y aprender. Después de analizar la situación es obvio que el primer error fue la falta de comunicación entre los integrantes del equipo, de alguna forma los alumnos no fueron honestos porque buscaban sacar ventaja de ciertas situaciones para poder ganar sin incluir a sus compañeros, e incluso dejando de lado lo que piensan. (véase anexo 7.1).

Por último, en la cuarta estación observé que algunos no tuvieron buena coordinación ni comunicación, les costó trabajo llegar a estar de acuerdo para cumplir el objetivo, pero consiguieron mejorar su trabajo y cumplir el objetivo, mejoraron su organización y alcanzaron a cumplir la meta que era desplazarse de un punto A hacia un punto B manipulando un objeto ajeno a su cuerpo.

Analizando los datos arrojados en la gráfica de barras (véase anexo 7.2) se llegó a la conclusión de que después de realizar todas mis intervenciones o correcciones dentro de cada estación existió un cambio importante, porque al final observe un mejor desempeño al conseguir realizar las actividades adecuadamente, los alumnos lograron coordinarse lo que se observó en 3 de las 4 etapas demostrando que son capaces de atrapar, lanzar, desplazarse y organizarse para poder cumplir un objetivo, mejoraron una correcta estimulación en sus diferentes tipos de coordinación como la óculo-manual, también consiguieron identificar y favorecer su lateralidad dentro de diversas estaciones donde enriquecieron sus habilidades y desarrollaron otras.

Al inicio hubo muchas complicaciones, porque lo alumnos no realizaban adecuadamente las actividades, y para mi fue complicado explicar nuevamente la forma correcta de realizar cada estación por el hecho de que los alumnos ya habían manipulado los materiales y estaban ansiosos por seguir trabajando con ellos, por lo que tuve que poner una consigna (Que tomarán su material con la mano derecha y la levantarán lo más alto posible), con el objetivo de que no existiera ruido para que todos escucharán claramente las indicaciones. En las estaciones que existió una mayor confusión fue en “bota y rebota” y en “voy y vengo”, donde no quedaron claras las instrucciones y ahí todos los alumnos se les dificultó en la primera ocasión atribuyo esto a una posible mala explicación o interpretación; a pesar de todos estos altibajos se lograron estimular las potencialidades y promover sus actitudes asertivas.

3.7. La bandera y el cachibol. (Véase anexo 8)

Estas actividades comparten el propósito o intención didáctica con una sesión anterior. Dicho lo anterior el propósito es “que el alumno favorezca su identidad corporal y potencialidades, siempre promoviendo las relaciones asertivas.

Tenía mis dudas al aplicar estas actividades, debido a que requiere mucha participación y disposición por parte de los alumnos, ellos son quienes les darían dinamismo a las actividades, ellos mismos tenían que hacer sus propuestas y plasmar un ritmo de trabajo, sin embargo, lo quería intentar porque sabía que este era un buen grupo. Además, algunas indicaciones debían ser muy explícitas para que quedaran claras, por lo que si no se prestaba completa atención podría existir una confusión.

Al asistir al salón los alumnos me recibieron con mucha euforia y cortesía, aspectos que mantuvieron por el resto de la sesión, para este punto la toma de asistencia y la atención prestada dentro del aula ya es más fluida y eficaz, por lo que tuvimos más tiempo para llevar a cabo la explicación de las actividades, así como para la realización de estas.

El juego de “la bandera” consiste en formar 2 equipos mixtos y equitativos, cada equipo tendrá una “base” donde colocarán sus banderas (en su defecto un pañuelo de diferente color para cada equipo), el objetivo del juego es conseguir las banderas del equipo contrincante sin que te “quemen”. Los equipos solo pueden quemar en su zona de la cancha (mitad de cancha); por lo que podemos definir esta actividad como juego de invasión; fuera de ella deberán evitar que no los quemen, cada jugador quemado saldrá de la cancha. Gana el equipo que obtenga más banderas o el equipo que tenga más jugadores en un cierto tiempo. (véase anexo 8.3).

El área estará delimitada por las líneas marcadas en la cancha de basquetbol.

Como lo comenté en un inicio, la explicación requiere de mucha atención y ejemplificación para que quede claro, para esto una mala explicación, confusión en algún punto o simplemente la falta de atención llevaría a la actividad por otro lado.

Maestro: ¿Alguien tiene alguna duda de lo que haremos?

Alumnos: No, profe. No hay ninguna duda-

Por ello, iniciamos la actividad la cual mantenía un buen ritmo hasta que comenzaron a suceder varias acciones ya comentadas previamente pero que no se cumplían, siendo más específico al momento de ser quemados no abandonaban el terreno de juego, muchos alumnos sobrepasaban los límites del área de trabajo, fueron las principales reglas que no se respetaron. Para darle solución a esto tuve que ser un poco “estricto” y estar muy atento para hacerles saber de manera individual quien tenía que salir.

Con estas actitudes dentro del juego, es obvio que los alumnos no pusieron en práctica los valores tales como el respeto, la honestidad ni la justicia por mencionar algunos, por el simple hecho de no cumplir con los acuerdos, no seguir las reglas y, además, tratar de justificar ese incumplimiento agrandando aún más la falta, porque en muchas ocasiones solemos pensar “si él no lo hace, ¿Por qué yo sí?”, debemos ser conscientes de que el cambio inicia por uno mismo que no podemos exigir un ambiente sano de convivencia sino lo damos nosotros.

Al inicio del juego no implementaron una estrategia como tal, sino que cada uno estaba trabajando de manera individual para conseguir el objetivo, solamente deje que hicieran eso en su primera ronda, pero por obvias razones no les funcionó porque ambos equipos se quedaron con muy poquitos integrantes y ninguno quería hacer el intento por robar las banderas. En ese momento decidí parar la actividad y hacer una pequeña retroalimentación.

Maestro: ¿Alguien se dio cuenta de lo que ocurrió? Todos estamos trabajando de forma individual, sin aplicar ninguna estrategia ni nada de nada. Al final tal vez de manera involuntaria podríamos decir que aplicamos una estrategia que fue “la defensiva” pero si se lograron percatarse al aplicarla no ocurrió nada dentro del juego.

Podemos aplicar esa estrategia, pero no en todo momento, este juego necesita de muchas propuestas e iniciativa, de tomar decisiones y riesgos, al aplicar esa estrategia no estamos proponiendo ni participando activamente dentro de la actividad.

Por mencionar algo rápido, yo podría proponer estrategias para crear distracciones y así como esa hay muchas estrategias que podemos aplicar, pero debemos ponernos a pensar un ratito. ¿Queda un poco más claro?

Alumnos: Si, profe. Ya entendimos mejor la actividad.

Maestro: Okey, entonces les daré 1 minuto para que se pongan de acuerdo en que estrategia utilizarán. Otra cosa, es muy importante que respetemos las reglas y acuerdos, recuerden que también estamos trabajando con los valores dentro de todas nuestras actividades y uno de ellos es la honestidad.

Se reanudó la actividad, realmente se percibió un cambio en la actitud, así como en la forma de trabajo de los alumnos, todos se mostraban participativos, mejor organizados e incluso motivados a cumplir su objetivo.

Las estrategias que aplicaban eran muy buenas, ya que se observaba un cambio en el ritmo de la actividad, todo marchaba más fluido incluso con mayores emociones. A pesar de ello, con el paso del tiempo me percaté que se les complicaba robar los paliacates, debido a que tenían que ir y regresar sin ser quemados, pero solo lograban ir, al momento de volver a su “base” era donde los quemaban, al observar esto decidí hacer una pequeña pausa y pedir opiniones u opciones para realizar variantes/adecuaciones.

Maestro: Por lo que veo se les está complicando regresar con la bandera a la base, a pesar de que ya aplicamos diferentes estrategias, ¿Qué podemos hacer para solucionar eso?

Alumno 1: ¿Y si al tomar la bandera nos volvemos inmunes? Así ya nadie nos podrá quemar.

Maestro: Me parece buena idea, al momento de que agarren una bandera ya nadie te puede quemarlos, ¿Qué opinan los demás?

Alumnos: Si, es buena idea profe.

Maestro: Perfecto, entonces así lo hacemos. Por cierto, ¿qué les parece si también hacemos otra adecuación? para que no se queden todo el tiempo afuera hasta acabar la ronda.

Alumno 2: ¿Algo como que, profe?

Maestro: Podría regresar un integrante que hayan quemado con la condición de que primero alguien del mismo equipo robe una bandera, ¿Cómo ven?

Alumnos: Si, pero ¿solamente puede regresar uno?

Maestro: Si, solo uno por bandera.

Aquí se reanudó el juego donde claramente se notaron cambios tanto en actitud como en desempeño dentro de la actividad, al hacer las adecuaciones se les facilitó más cumplir con el objetivo por lo que los alumnos fueron más decididos a aplicar sus estrategias, en muchas ocasiones se logró observar que equipo realmente aplicaba una estrategia, debido a que conseguían fácilmente robar todas las banderas y acabar la ronda muy rápido.

Finalmente para culminar con la actividad nos reunimos todos al centro de la cancha para darnos una pequeña retroalimentación de que habíamos trabajado, como lo habíamos aplicado y que estrategias habíamos utilizado, donde resultó que la estrategia más utilizada en las diferentes rondas fue “la distracción”, es decir, algunos integrantes hacían diferentes movimientos o desplazamientos en diferentes direcciones para distraer a la mayoría de los oponentes mientras el resto intentaba robar las banderas y si esto no funcionaba en el mismo momento invertían los papeles.

Como segunda tendencia de estrategia, resultó ser “la defensiva”, dicha estrategia me la plantearon que consistía en esperar a que el otro equipo atacará, acción que implicaba que entraran a su terreno y fueran vulnerables a ser quemados, por ende, al ser quemados tendrían que salir del juego dejando así en inferioridad numérica al equipo contrario, y teniendo a su favor las posibilidades de ganar.

El cachibol (véase anexo 8.3).

El cachibol en un inicio se iba a trabajar como una iniciación deportiva hacia el voleibol, debido a que es uno de los pocos deportes que se promueven dentro de la institución, pero en la investigación previa sobre este deporte se encontró un mundo entero de él pero aun así en su momento no capte las dimensiones de esto por lo que se siguió tratando como una variante y/o iniciación deportiva.

Se asistió normalmente al salón de clases donde los alumnos me recibirían con mucha actitud y ganas de iniciar la clase. Como se hizo costumbre tomamos algunos minutos de la clase para platicar sobre cómo nos sentíamos y sobre qué tal iba nuestro día, para posteriormente realizar el pase de lista, consecuentemente dar la explicación sobre la sesión, al igual que la actividad anterior, una mala explicación o falta de atención llevaría a la clase por otro lado, lo que se presta mucho debido a su gran similitud con el voleibol.

Se les explicó que para iniciar la sesión se tendría que formar equipos de 6 integrantes cada uno, y que al ser una variante del voleibol se mantendrían casi todas sus reglas, el dar 3 pases por equipo, y obviamente tratar de pasar la pelota al campo del equipo contrario por encima de la red, mientras que el equipo contrario trata de evitar que el balón caiga al suelo, repitiendo los 3 pases y lanzando la pelota al campo del oponente, solo realizaríamos una adecuación muy notable, en lugar de volear, rematar o golpear la pelota lo cambiaríamos por cachar o atrapar.

Además, se les explicó y/o recordó la forma en que debíamos rotar dentro del terreno de juego, se les gráfico en el pizarrón la posición que ocupa cada integrante, el cómo se llama y que zona abarca, esto con la finalidad de que tuvieran claro la forma en que debían desplazarse.

Realmente suena muy sencilla la “explicación”, pero no se dio tanto énfasis porque previamente se les preguntó a los alumnos si conocían o habían jugado voleibol en algún

punto de sus vidas por que se pensó que tenían un conocimiento previo de su realización, lo cual fue un error, ya que a pesar de tener una idea del juego siempre se debe dar una explicación clara para los alumnos, cada uno suele interpretar algo diferente y puede que no sea completamente lo correcto.

Antes de bajar a la cancha se les preguntó:

Maestro: ¿Alguien tiene alguna duda de cómo se juega el cachibol?

Alumnos: ¿Son obligatorios los 3 pases?, ¿Podemos golpear la pelota o sólo atraparla?

Maestro: Por el reglamento no son obligatorios, pero si los convenientes para que todos participen, obligatorios pongamos que deben ser 2 antes de poder lanzar el balón al oponente. Y lo ideal es que atrapemos la pelota, porque como el mismo nombre de la actividad lo dice, consiste en cachar la pelota, pero claro que también se puede golpear, pero únicamente cuando intentemos anotar algún punto, en esas circunstancias podemos realizar un remate o golpe similar a los del voleibol.

Maestro: ¿Alguna otra duda?

Alumno: No, profe. Ya quedó más claro.

Mostraron gran actitud al salir del salón, se formaron y avanzaron bastante rápido, cosa que puedo interpretar como: gusto, interés y emoción por querer iniciar la clase, aspectos que me han demostrado y externado siempre. Al llegar a la cancha ellos ya tienen muy claro de que deben ingresar formados para ser sanitizados previo a la realización del calentamiento.

La implementación de los puntos de cruz en mis calentamientos me ha servido demasiado porque creo que puedo conseguir una mejor atención de todos, al yo poder observar a todos y que ellos me observen a mí, por otro lado, también de una forma involuntaria me ayuda a favorecer su ubicación espacio-tiempo en todo momento.

Con ellos siempre tengo buena respuesta, un claro ejemplo de ello es cuando les pido opinión u opciones para realizar variantes, lo que demostraron en el calentamiento. Realizamos una activación física que nos ayudará a calentar nuestro cuerpo de una manera muy general, aunque al final nos enfocamos un poco más en las acciones que utilizaríamos dentro del juego y mis alumnos fueron capaces de proponer y aplicar diferentes variantes durante todo el calentamiento.

Al finalizar el calentamiento formaron sus equipos, consecuentemente elegimos quienes iniciarían primero. Cuando iniciamos la actividad comencé a notar que aún tenían dudas, entre ellas estaban:

- ¿Cómo se realiza el saque?
- ¿En qué momento se rota? Y ¿Cómo?
- ¿Cuándo empiezan a contar los 3 pases?
- ¿Qué pasa si el balón toca la red?

En el primer juego deje que los alumnos continuarán jugando como ellos habían entendido para poder identificar si realmente no habían entendido todos o solamente eran contadas las personas que no conocían la dinámica del juego. Con lo que pude observar que la equivocación de una persona puede confundir al resto y hacerle creer que lo que ellos piensan está incorrecto, en este caso las diferentes acciones que se aplicaron mal en el juego influyeron en el resto de los alumnos haciendo que repitieran esas acciones.

En ese momento decidí parar la actividad y hacer las correcciones correspondientes.

Maestro: Alto, alto. Estamos haciendo algo mal, ¿Quién puede decirme qué errores estamos cometiendo?

Alumno 1: No estamos rotando.

Alumno 2: No estamos haciendo los 3 pases.

Maestro: Tienen razón sus dos compañeros, pero aún estamos cometiendo más errores.

1. No estamos realizando el saque adecuadamente. Recuerda que el saque siempre es directo y lo hace la persona que se encuentra en la zona número 1 (esquina derecha de la cancha). Por lo que no debemos realizar los 3 pases en ese momento.
2. No estamos rotando correctamente. En el salón les explique que cada integrante ocupa una zona dentro del terreno de juego, las cuales están numeradas del 1 al 6, entonces es importante seguir ese orden, siempre rotaremos con el sentido de las manecillas del reloj.
3. Otra cosa, en ocasiones estamos realizando más de 3 pases. Al momento en que atrapamos la pelota se cuenta el primer pase, quedando solo 2 pases restantes.
4. Nos estamos tardando demasiado en realizar los pases. La dinámica del juego se la ponen ustedes mismos, y al realizar los pases muy lentos se pierde el factor sorpresa por lo que al realizarlo así se vuelve tediosa la actividad, entonces agregaremos la variante y/o adecuación de que no podemos tener más de 3 segundos el balón.

Maestro: ¿Entendimos?

Alumnos: Si, profe.

Alumno 1: Profe, entonces si yo estoy en la posición 2 y por estrategia quiero cambiarme hacia la 6, ¿es válido?

Maestro: Es buena tu idea, pero no, porque al seguir un orden todos pasaremos por todas las estaciones y vivenciaremos diferentes situaciones, a pesar de que estemos dentro del mismo terreno de juego al cambiar las posiciones realizaremos diferentes funciones, algo por lo que debemos pasar todos. ¿Alguna duda?

Alumnos: No, profe.

Se reanuda la actividad, se comenzó a ver un poco más de orden en la realización de la actividad, pero aún se seguían cometiendo algunos errores para este punto, opte mejor corregir en el momento, fui más puntual en lo que hacían bien o mal y al mismo tiempo

ponía el ejemplo de la correcta realización, evitando así que el resto de los alumnos se viera y fuera influenciado a cometer el mismo error.

Gracias a esto, llegamos al punto en que los alumnos entendieron la dinámica del juego, entonces comenzaron a divertirse e incluso a crear competencia entre ellos mismos, hasta crearon un pequeño sistema de competencia donde el equipo que ganará más juegos era el equipo “campeón”.

A su vez, esto causó que los alumnos comenzarán a proponer variantes como las formas de tiro, la cantidad de puntos, las formas del saque, entre otras

Teniendo en cuenta y analizando lo ocurrido durante esta sesión, considero necesario realizar una introducción al deporte, no solamente basarla en una sesión, esto con la finalidad de que los alumnos tengan claro lo que realizaremos, que conozcan los fundamentos técnicos. A pesar de antes haber realizado una actividad introductoria al voleibol creo que se necesitan más clases para abordar diferentes aspectos técnicos y reglamentarios para finalmente comprender un deporte, inclusive pueden realizarse actividades o ejercicios introductorios a las diferentes variantes de cada deporte, cada uno y su conjunto estimularán nuestros conocimientos, habilidades y capacidades, por ende, cometí el error de ir directo a la variante sin antes realizar una introducción.

Cada una de las actividades aplicadas a lo largo de las jornadas de practica están consideradas como juegos cooperativos y colaborativos que se definen como:

...propuestas que buscan disminuir las manifestaciones de agresividad en los juegos, promoviendo actitudes de sensibilización, cooperación, comunicación y solidaridad. Facilitan el encuentro con los otros y el acercamiento a la naturaleza. Buscan a participación de todos, predominan los objetivos colectivos sobre las metas individuales. Las personas juegas con otros y no contra los otros; juegan para superar desafíos u obstáculos y no para superar a los otros (Pérez, 1998:1).

En base a esto y a la reflexión de la rúbrica y grafica de barras (véase anexos 8.1. y 8.2) puedo afirmar que los alumnos actuaron siempre asertivamente, fueron respetuosos, mostraron buena actitud para trabajar, trabajaron de forma honesta y en general

mostraron buenos valores y actitudes asertivas. A pesar de eso hubieron bastantes personas que aún se les dificultó comunicarse de forma correcta u oportuna lo que opinaban; por otro lado, la observación y la rúbrica nos arrojó que los estudiantes consiguieron estimular sus potencialidades y que a su vez aprendieron a identificar su lateralidad, lo que quiere decir que a comparación de evaluaciones anteriores casi seguimos manteniendo un mismo porcentaje en esos aspectos, por lo que considero que no existieron avances con respecto a ello en esta sesión.

4. Conclusiones y recomendaciones

La investigación-acción realizada en este documento me permitió darme cuenta de que el trabajar de forma colaborativa y/o cooperativa realmente representa un gran reto en cualquier nivel educativo e inclusive fuera de los mismos, lo cual me presento un área de oportunidad para poder favorecer la formación de actitudes asertivas y valores, los cuales considero que son fundamentales para lograr conseguir trabajar de esa forma.

Tuve la oportunidad de trabajar con 4 grupos de diferentes grados antes de elegir mi grupo de estudio, lo que me permitió darme cuenta de la forma en que se desenvolvían, sus actitudes, y así decidir qué grupo elegir.

Finalmente me decidí a trabajar con 2°C, donde logré darme cuenta de que el ser humano es muy cambiante, que el mismo contexto puede absorberte y hacerte ver las cosas de una forma distinta. La forma en que nos relacionamos, el cómo tratamos a las personas también puede ser un factor muy importante para dictar la forma que tendrá nuestro ambiente de convivencia.

Los imprevistos y/o situaciones no pronosticadas resultaron ser una oportunidad de aprendizaje, inclusive me han permitido favorecer mis competencias profesionales, entre esos imprevistos podemos encontrar principalmente las modalidades creadas debido al confinamiento causado por el virus del SARS-COV-2, siendo más específico la modalidad virtual la cual presentó un reto muy grande para todos los docentes en cualquier nivel educativo, obligándonos a cambiar completamente la forma de trabajo y de evaluación mediante el uso de las tecnologías; luego ocurrieron cambios escalonados creando la modalidad híbrida, donde existieron otras demandas porque se trabajaban ambas modalidades.

Por último, surgió el regreso a clases presenciales, pero de forma escalonada donde dividieron a toda la escuela en 2 grupos, asistiendo una semana si y otra no, respectivamente, presentó otro reto o inconveniente, debido a que todos los contenidos se tenían que repetir 2 veces, lo que detenía el avance de los mismos, añadiéndole a eso todas las suspensiones y cambios de horarios durante toda la instancia de prácticas.

El ambiente creado con los alumnos fue excelente, considero que fue mayor parte de ellos que pudiéramos conseguir tener un sano ambiente de convivencia, buena

comunicación y un excelente ritmo de trabajo. La forma en que me recibieron desde la primera ocasión marcó significativamente las clases.

Ahí pude confirmar lo que comúnmente se dice: “el maestro de educación física es el más buscado y querido”; pero esto es gracias a la forma en que uno se muestra con los alumnos, sin romper la línea que nos divide entre alumno y maestro, se puede llevar una buena convivencia. Incluso durante todo este transcurso los alumnos llegaron a sentir una gran confianza conmigo por lo que en ocasiones me preguntaban mi opinión sobre ciertos temas, me preguntaban sus dudas sobre ciertas materias, trabajos y obviamente sobre la clase.

Como se mencionó, siempre se mantuvo la línea de maestro-alumno; durante todas las clases se les hizo saber que trabajarían con cada una de las actividades, se les preguntó su opinión, se trató de resolver sus dudas y en todo momento se pretendió que el alumno fuera el centro de la clase. Todos estos aspectos fueron fundamentales para que pudiéramos compaginar y llevarnos muy bien, siempre se buscó que todos estuviéramos de acuerdo, tanto ellos como yo fuimos empáticos y recíprocos en su mayoría.

Con todo esto, conseguí darme cuenta de que hice una buena elección en mi grupo de estudio. Claro que tuvimos un avance significativo en cuanto a lo que se pretendía favorecer, las actitudes asertivas y los valores jugaron un papel muy importante para mantenernos al margen y poder conseguir nuestros objetivos.

Durante todas las jornadas de práctica profesional el alumnado mostró tener resultados muy positivos en cuanto a su desempeño y el favorecimiento de sus actitudes y valores, para llegar a esto considero que una de las cosas más significativas fue reconocerles sus buenas actitudes y retroalimentarlos o llamarles la atención en el momento, tratando de hacerles ver lo que podría ser bueno o malo según cada criterio, además de intentar que fuera muy empáticos con lo que sienten y piensan el resto de personas.

Mi intervención docente dentro de este informe puede ser notado a corto, mediano y largo plazo porque en cualquiera de esas instancias estaremos relacionados con diferentes personas, lo que significa que afrontaremos nuevas ideas, opiniones hasta gustos y preferencias. Yo como docente en formación me encargue de encaminar y/o guiar a mis alumnos, pero al final de cuentas, ellos mismos serán quienes decidirán como actuar, así como decir que es bueno o malo según su criterio.

El maestro titular trabaja mucho con variantes, lo que pude trabajar a la par con mi tema, hasta este punto los alumnos demostraron ser capaces de implementar variantes/ajustes a las actividades, demostraban motivación y entusiasmo por trabajar, mejorar y reflexionar su labor.

Siendo honesto, considero que en este periodo no pudo haber existido un impacto o cambio muy radical en las actitudes y valores de mis alumnos, pero sí estoy seguro de que cree conciencia de lo importante que es el poder tener actitudes asertivas y valores en nuestras vidas, y el cómo nos facilitará el tener buenas relaciones interpersonales.

Por lo que dentro de los objetivos se pretendió favorecer:

- Enriquecer las actitudes asertivas y los valores en mis alumnos por medio de los juegos cooperativos y colaborativos.

Este objetivo se cumplió, porque como mencione sino se notó un cambio radical en las actitudes y valores utilizados, se modificaron considerablemente dándoles un panorama diferente de lo que sucede a nuestro alrededor. Un ejemplo muy claro fue la integración de un alumno de nuevo ingreso al inicio del ciclo escolar, del cual al instante recibieron de buena forma y durante todo el proceso de realización de esta investigación-acción sus compañeros lo fueron integrando hasta el punto en que consiguió relacionarse con todos.

- Que el alumno se vuelva crítico y reflexivo en sus acciones a la hora de relacionarse con los demás.

En muchas ocasiones demostraron ser críticos y reflexivos antes de actuar, pero sin duda alguna es natural que el ser humano a esa edad quiera tener toda la atención para él, resultar ser un poco egoísta en solo recibir, pero no dar lo que en cierto punto es normal, pero eso lo llegue a notar muy pocas veces dentro de este grupo, desde un inicio noté que eran muy unidos, tenían buena comunicación y sana convivencia.

Por otro lado, a lo largo de este proceso atravesé distintas adaptaciones, una de ellas fue dentro de las actividades con respecto al distanciamiento social, por motivos de contingencia resultaría muy complicado llevar a cabo mis estrategias (juegos colaborativos y cooperativos), pero no imposible por lo que mediante el material conseguí adecuar o inclusive innovar la forma en que podríamos realizar las actividades para lograr mantener ese distanciamiento pero sin perder la esencia de la actividad.

No es todas las actividades se obtuvieron los resultados esperados, sin embargo, se fueron cumpliendo los objetivos de cada sesión, es obvio que se necesita por los menos 4 sesiones para poder crear un avance significativo al buscar favorecer ciertos aspectos, los cambios que note a lo largo de toda mi práctica profesional fueron significativos, en un inicio los alumnos solían ser muy individualistas y otros tantos indiferentes a cada situación, con el paso de las sesiones y trato con ellos, los alumnos consiguieron desenvolverse con sus compañeros mejorando un poco su relación dentro de la institución, no afirmo que todos se convirtieron en mejores amigos pero si estoy seguro de que se convirtieron en personas más solidarias, empáticas y respetuosas por el hecho de que tienen buena comunicación.

Durante todo este proceso creía que sería realmente complicado abordar este tema, porque no muchas personas dentro de nuestra sociedad trabajan en sus relaciones interpersonales, un porcentaje de la sociedad no demuestra valores ni actitudes asertivas, podría decirse que son personas egoístas porque no piensan en terceras personas, no les interesan las ideas, pensamientos ni sentimientos de aquellos que los rodean, y esto los orilla a actuar muchas veces sin pensar lo que trae consigo malos entendidos, discusiones, conflictos entre muchas otras problemáticas; con esto sostengo que realmente es muy complicado abordar este tema pero no imposible, la educación básica para mi es la etapa perfecta para reorientar la educación de nuestros hijos, hermanos, primos, sobrinos, etc.

En todo este proceso, reafirmo que los valores y las actitudes asertivas son indispensables en la sociedad, que sin ellas la forma de comunicarnos o expresar lo que opinamos sería muy diferente, talvez existirían muchos conflictos y/o controversias, ya que como se dice coloquialmente “en gustos se rompen géneros” por lo que estar de acuerdo sin aplicar estas dos importantísimas acciones sería realmente complicado.

La evaluación me resultó muy complicada, ya que la centre completamente en la observación para el llenado de una rúbrica, lo cual en el momento vi como lo más viable pero después de ciertas clases noté su gran dificultad, por lo que decidí ir implementando estrategias para conseguir llevarla a cabo, una de ellas y la que más usé fue al realizar el pase de lista, en un inicio el pase de lista se realizaba por apellidos lo cual no me resultaba favorable porque no ubicaba bien a mis alumnos, por lo que decidí preguntarles cómo les gustaría que los llame y así poder diferenciarlos e incluso conocerlos un poco mejor, lo cual me resultó positivo, ya que conseguí identificar mejor a mis alumnos. Además, intente observar cuales eran los grupitos en los que se relacionaban cada uno, para poder identificar la forma en que trabajaban.

Para concluir, la realización de este documento claramente me hizo ver las cosas desde una perspectiva diferente, así como también me ayudó a crecer como persona y como futuro docente, en cierto punto me volvió más crítico y reflexivo en mi práctica, inclusive

todas las situaciones por las que atravesé mientras realizaba el mismo me hicieron ser alguien un poco más autodidacta, innovador y competente, debido a que surgían imprevistos a los cuales se buscaba solucionar en el momento.

Pero lo más importante es que me hizo ver que siempre podemos mejorar, me ayudó a ser autocrítico, a conocer mis fortalezas y mis debilidades.

5. Referencias

- Acerca de la OMS. 2022. *Preguntas más frecuentes*. Disponible en: <http://Organización mundial de la salud> consultado en 2022.
- Aberastury y Knobel (1986) <https://www.aacademica.org/sebastian.urquijo/57.pdf>
- Alberti (1977) [https://www.academia.edu/5066326/ASERTIVIDAD Definiciones Algunos autores](https://www.academia.edu/5066326/ASERTIVIDAD_Definiciones_Algunos_autores)
- Beregüí Gil, Rosendo; Garcés de los Fayos Ruiz, Enrique J. VALORES EN EL DEPORTE ESCOLAR: ESTUDIO CON PROFESORES DE EDUCACIÓN FÍSICA Cuadernos de Psicología del Deporte, vol. 7, núm. 2, 2007, pp. 89-103 Universidad de Murcia Murcia, España
- Barroso (p.3., 2014). [http://www.spentamexico.org/v12-n3/A25.12\(3\)405-422.pdf](http://www.spentamexico.org/v12-n3/A25.12(3)405-422.pdf)
- Cienfuegos-Martínez, Y., Saldívar-Garduño, A., Díaz-Loving, R. and Avalos-Montoya, A., 2016. *Individualismo y colectivismo: caracterización y diferencias entre dos localidades mexicanas*. Science Direct. Disponible en: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S2007471916300655> Consultado en 2022.
- CASTILLO, E. (2017) *Juegos cooperativos para promover actitud de solidaridad en educación inicial*. Huancavelica-Perú
- DE LA PARRA, J, GUTIÉRREZ, M. (s.f). *El trabajo colaborativo y cooperativo: un estilo de aprendizaje*. Consultado en: <https://www.comie.org.mx/congreso/memoriaelectronica/v09/ponencias/at01/PR E1177566342.pdf>
- Emilia Antón Agramonte. (2011). LOS JUEGOS COOPERATIVOS EN EDUCACIÓN FÍSICA. 2022, de PEDAGOGÍA MAGNA Sitio web: Dialnet-LosJuegosCooperativosEnEducacionFisica-3629149.pdf
- GÓMEZ PULIDO B, & HERRERA L (2013). Objetivos de la investigación. del Lurdez Consuelo Martínez Montaña M, & Rojas R, & Cortés Riveroll J(Eds.), Metodología de la investigación para el área de la salud, 2e. McGraw Hill.

<https://accessmedicina.mhmedical.com/content.aspx?bookid=2448§ionid=193960989>

- Gran Diccionario de la Lengua Española © 2016 Larousse Editorial, S.L.
<https://es.thefreedictionary.com/extrovertida>
- Guell y Muñoz (2000)
- Gimeno y Pérez (2003, p.1) <https://www.feandalucia.ccoo.es/docu/p5sd6955.pdf>
- Hofstede (1980)
- Hill (1976, p.1) <https://www.feandalucia.ccoo.es/docu/p5sd6955.pdf>
- Hellriegel y Slocum (p.3., 2004). [http://www.spentamexico.org/v12-n3/A25.12\(3\)405-422.pdf](http://www.spentamexico.org/v12-n3/A25.12(3)405-422.pdf)
- Janda (1998)
- Lange y Jakubowaki (1976)
https://www.academia.edu/5066326/ASERTIVIDAD_Definiciones_Algunos_autor_es
- Muñoz, J., (s.f) *Dinámica de clase y estilo cognitivo del docente: Algunas reflexiones y propuestas para la mejora de la práctica*. Dialnet. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=188243>
- Melgosa (1995, p. 84)
- Mogollón, I. (s.f.). El Chat y otros procedimientos de evaluación a distancia aplicables en sistemas mixtos. (On line). Recuperado el 23 de julio de 2014 en: <http://www.sav.us.es/pixelbit/articulos/n23/n23art/art2304.htm>
- Neidharet, Weinstein y Conry (1989)
- Neidharet, Weinstein y Conry (1989, p.115)
<https://www.redalyc.org/pdf/447/44780111.pdf>
- SEP. (2017). APRENDIZAJES CLAVE PARA LA EDUCACIÓN INTEGRAL. México: SEP
- (Omeñaca y Ruiz, 2007).

- Orlyvk, T. (2002)
- Pereira, M., 2008. *Relaciones interpersonales adecuadas mediante una comunicación y conducta asertivas*. Redalyc.org. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=44780111> Consultado en 2022
- Pick y Vargas (1990) <https://www.redalyc.org/pdf/292/29211992013.pdf>
- Pérez (1998:1). <https://www.redalyc.org/pdf/461/46146811029.pdf>
- Revista online Mundo Entrenamiento: el deporte bajo evidencia científica | Todos los Derechos reservados © | Incluida en la Biblioteca Nacional de España | ISSN 2444 – 2895 | Indexada en Latindex | Reconocida e Indexada como revista de referencia por prestigiosas Universidades de España y Latinoamérica
- Sánchez, P., 2016. *Educación en Valores en Educación Física | Mundo Entrenamiento*. Mundo Entrenamiento. Disponible en: <https://mundoentrenamiento.com/educar-en-valores-en-educacion-fisica/> Consultado en 2022.
- Wandzilak (1985)

6. Anexos

Anexo 1



1. Vista de la Esc. Sec. Potosinos Ilustres, por dentro y fuera de la bodega de E.F.

Anexo 2

Evaluación diagnóstica de Educación Física

Nombre del alumno Leonardo Enriquez Vasso Cardona

Grado y grupo 7 C Fecha 16/04/21

1. ¿Qué es el trabajo colaborativo?
 a) Es aquel donde un grupo de personas aportan ideas y conocimientos con el objetivo de lograr un meta en común.
 b) Es la forma de trabajar donde cada persona busca cumplir su propio objetivo sin importar el resto.
2. ¿Te gusta trabajar en equipo?
 a) Sí.
 b) No.
¿Por qué? Como que no me gusta el juego
3. ¿Te gustaron tus clases a distancia?
 a) Sí.
 b) No.
¿Por qué? Antes no entendía las tareas
4. ¿Qué extrañas de tus clases presenciales?
 a) Amigos.
 b) Las clases.
 c) Jugar/platicar.
 d) Otra:
5. ¿Te gustaría seguir tomando tu clase de educación física a distancia?
 a) Sí.
 b) No.
¿Por qué? Antes no entendía las tareas
6. ¿Cómo te gustaría que fuera la clase?
 a) Más divertida.
 b) Más interactiva.
 c) Con menos ejercicio y más juegos.
 d) Otra:
7. ¿Cómo te sentiste al trabajar desde casa?
8. ¿Es difícil para ti trabajar en equipo?
 a) Sí.
 b) No.
 c) En ocasiones.
9. ¿Qué consideras que es lo más difícil de trabajar en equipo?
 a) Ponerse de acuerdo.
 b) Hacer que todos trabajen por igual.
 c) Conflictos personales o falta de comunicación.
 d) Existe individualismo (querer trabajar solo).
10. ¿Conoces que es el aprendizaje cooperativo?
 a) Consiste en trabajar en equipo para la construcción de conocimiento y la adquisición de competencias y habilidades sociales.

Anexo 2.1

- b) Es aquel donde el nuevo contenido aprendido se relaciona con nuestras experiencias vividas y otros conocimientos adquiridos.
11. ¿Te cuesta expresar tus emociones con palabras?
- a) Casi siempre.
 - b) A menudo.
 - c) En ocasiones.
 - d) Casi nunca.
12. En términos generales, ¿estás satisfecho con quién eres?
- a) Muy satisfecho.
 - b) Bastante satisfecho.
 - c) Poco satisfecho.
 - d) Nada satisfecho.
13. Cuando estás estresado o tienes varias preocupaciones, ¿cómo lo llevas?
- a) Se sobrellevar los problemas.
 - b) Puedo quitar importancia a algunas cosas.
 - c) A veces siento que no puedo con todo.
 - d) Noto ansiedad y me bloqueo.
14. Cuando crees que tiene razón, pero la gente te lleva la contraria, ¿insistes en tus argumentos?
- a) Casi siempre.
 - b) A menudo.
 - c) En ocasiones.
 - d) Casi nunca.
15. ¿Sueles detenerte un momento y pensar por qué estás sintiendo una emoción en concreto?
- a) Casi siempre.
 - b) A menudo.
 - c) En ocasiones.
 - d) Casi nunca.

2. Ejemplo de examen diagnóstico relacionado a mi tema de estudio.

Anexo 3. Planeación propuesta 1

Nombre de la Escuela: Esc. Sec. Potosinos Ilustres	Nombre del Docente en formación: Manuel Eduardo Ortiz Tobías
Grado: 2°	Periodo de aplicación: 4 sesiones.
Eje curricular: Competencia motriz.	Aprendizaje Esperado: Ajusta sus desempeños motores al analizar los roles de cooperación-oposición que se desarrollan en situaciones de juego, iniciación deportiva y deporte educativo, para afianzar el control de sí.
Estrategias Didácticas: Formas jugadas, juegos modificados, torneos, retos motores y circuitos de acción motriz.	Recursos didácticos: Balones/pelotas, cuerdas, conos, aros, red de voleibol, porterías, toallas y costales o sacos.
<p>Contenidos: Cooperación-oposición y roles de juego.</p> <p>Objetivos de la unidad didáctica: Promover la cooperación-oposición, además de, experimentar diferentes roles y favorecer el control de sí.</p> <p>Sugerencias de evaluación: Coevaluación y registro de desempeño.</p> <p>Orientaciones didácticas: Fomentar que el alumno afronte situaciones de juego con posibilidades de éxito para todos, buscando que identifique las nociones básicas de cooperación-oposición y que reflexione respecto a su actuación en el rol que desempeña.</p> <p>Pautas para evaluar:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Identifica la lógica y los roles que se desempeñan en las actividades. 2. Reconoce sus posibilidades y las características personales que lo ayudan a tener control de si mismo en situaciones de cooperación-oposición. 	
Componente Pedagógico Didáctico	
<input checked="" type="radio"/> Desarrollo de la motricidad acción motriz <input type="radio"/> Integración de la Corporeidad <input type="radio"/> Actividad de la	
<p>Material de consulta: (https://www.elvalordelaeducacionfisica.com/retos-cooperativos-en-educacion-fisica/)</p> <p>Propósito o intención didáctica: Favorecer el sentido de cooperación, además de, promover los roles dentro de las actividades.</p> <p>Fecha:</p>	
<p>Inicio:</p> <p>Reflexión personal: En el cuaderno los alumnos responderán las siguientes preguntas ¿Qué es un reto motor?, ¿Cuáles son los principales problemas del trabajo colaborativo?, ¿Consideras que es importante que todos los integrantes de un equipo cumplan un rol? y ¿Por qué?</p> <p>Previo a ello se explicarán los siguientes conceptos:</p> <p>Reto motor: “El término reto hace referencia a un desafío o una actividad (física o intelectual) que una persona debe realizar sobreponiéndose a diferentes tipos de dificultades, porque precisamente está revestida de dificultades y complejidades”.</p> <p>Trabajo cooperativo: termino genérico usado para referirse a un grupo de procedimientos donde los alumnos trabajan conjuntamente de forma coordinada para resolver tareas.</p> <p>Recibir al grupo en la cancha, explicar la actividad, delimitar el área de trabajo, realizar un calentamiento cefalocaudal todo esto en 10 minutos, además de, realizar un trote de 5 minutos, para después organizar al grupo en equipos equitativos y distribuirlos.</p> <p>Desarrollo:</p> <p style="text-align: center;">Canasta y canasta:</p> <p>Este reto consiste en anotar la mayor cantidad de canastas posibles, durante un tiempo determinado (40 segundos). Se tendrá un punto de lanzamiento que estará a 5 pasos de la canasta. Se realizan 2 repeticiones por cada variante. Cada alumno tendrá un balón individual, al tirar tendrá que ir a recogerlo el mismo, no deberán intercambiar ni prestar sus balones.</p>	

Variantes: La distancia va aumentando según te permita el espacio de trabajo, se aumentarán 3 pasos y por último 2 pasos, se cambiará el tiempo progresiva o regresivamente.

Adecuaciones: En dado caso que existieran alumnos con NEE (Necesidades Educativas Especiales), la dinámica para ellos cambiará en el sentido de que ellos podrán elegir primero el lugar para colocarse, haciendo que se sientan cómodos, además de, procurar que se encuentren en un lugar donde puedan observar al resto de sus compañeros para tener claro lo que tiene que realizar.

Tirar de la paz (levantarse y sentarse)

Para este reto se deben de sentar en el círculo formado por la cuerda colocada en el suelo, todos deberán tirar a la vez, teniendo que ser capaces de levantarse y sentarse respectivamente, en ningún momento pueden soltarse ni apoyarse en otro lado. **Previamente a trabajar con la cuerda se sanitizarán las manos y cuerda, además de, tratar de mantenernos al menos a 1.5 de distancia mientras tomen la cuerda.**

Variantes: Usar solo una mano y utilizar solo un pie.

Adecuaciones: Los alumnos con NEE primero observarán junto con su equipo, a otro equipo realizar la actividad para tener claro que realizarán, si al alumno se le complica realizar la actividad cambiará su rol a coordinador del equipo, tratando de aportar ideas para resolver el problema o alentando al equipo.

Cierre:

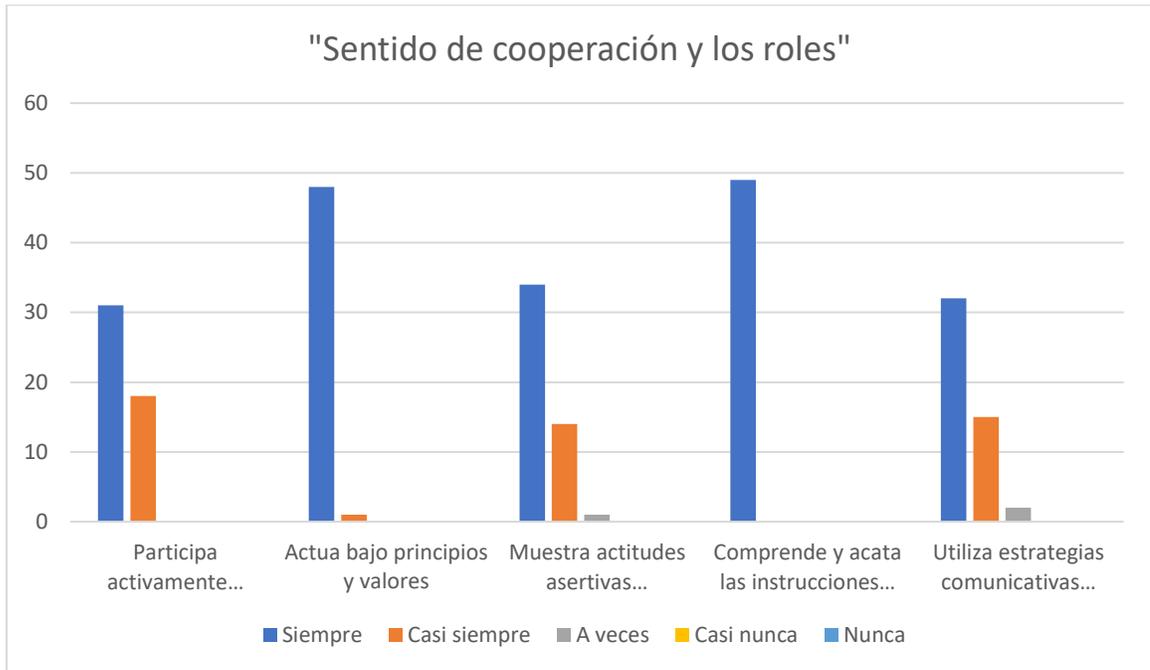
Para regresar a la calma a los alumnos se le realizan una serie de preguntas sobre su desempeño dentro de las actividades. ¿Cómo te sentiste trabajando colaborativamente?, ¿Cumpliste tu rol en la actividad?, ¿Qué se te facilitó? y ¿Qué se te dificultó?

Observaciones:

Anexo 3.1. Rúbrica de evaluación (sesión 1)

S1	Indicadores				
Alumno	Participa activamente en el juego propuesto.	Actúa bajo principios y valores.	Muestra actitudes asertivas ante las adversidades que se le presenten.	Comprende y acata las instrucciones y reglas del juego.	Utiliza estrategias comunicativas para interactuar con el grupo.
1. Regina	CS	S	CS	S	S
2. Kerlon	S	S	S	S	S
3. Javier	S	S	S	S	S
4. Ariel	S	S	S	S	S
5. Giovanni	S	S	S	S	S
6. Jared	S	S	S	S	S
7. Fernando	S	S	S	S	S
8. Félix	CS	S	CS	S	CS
9. Lilian	S	S	CS	S	CS
10. Dasha	S	S	S	S	S
11. Joel	CS	S	S	S	CS
12. Elvia	S	S	S	S	S
13. Violeta	S	S	S	S	S
14. Vania	S	S	S	S	S
15. Alejandro	CS	S	S	S	S
16. Ubaldo	S	S	S	S	S
17. Leonardo	S	S	S	S	S
18. María	CS	S	CS	S	CS
19. Miguel	CS	S	CS	S	CS
20. Camila	CS	S	S	S	CS
21. Evelyn	S	S	S	S	S
22. Magda	S	S	S	S	S
23. Dulce	CS	S	CS	S	CS
24. Roberto	S	S	S	S	CS
25. Enrique	CS	S	CS	S	CS
26. Ismael	CS	S	CS	S	CS
27. Angelica	S	S	S	S	S
28. Alexia	S	S	S	S	CS
29. Megan	S	S	S	S	S
30. Danna	S	S	S	S	S
31. Ezequiel	CS	S	S	S	CS
32. Ángel	S	S	S	S	S
33. Saul	S	S	S	S	S
34. Gerardo	CS	S	CS	S	S
35. Joaquín	S	S	S	S	S
36. Fernanda	CS	S	CS	S	CS
37. Sahara	S	S	S	S	S
38. Odalys	S	S	S	S	S
39. Jesús	CS	CS	AV	S	AV
40. Andrea	S	S	S	S	S
41. Lluvia	CS	S	S	S	S
42. Abel	S	S	S	S	CS
43. Diana	S	S	S	S	S
44. Cesar	CS	S	CS	S	S
45. Dania	CS	S	CS	S	S
46. Ingrid	CS	S	CS	S	CS
47. Edgar	S	S	S	S	S
48. Joel	S	S	S	S	S
49. Carlos	S	S	CS	S	AV

Anexo 3.2. Grafica de barras



Anexo 3.3. Actividad “Canasta y canasta”.



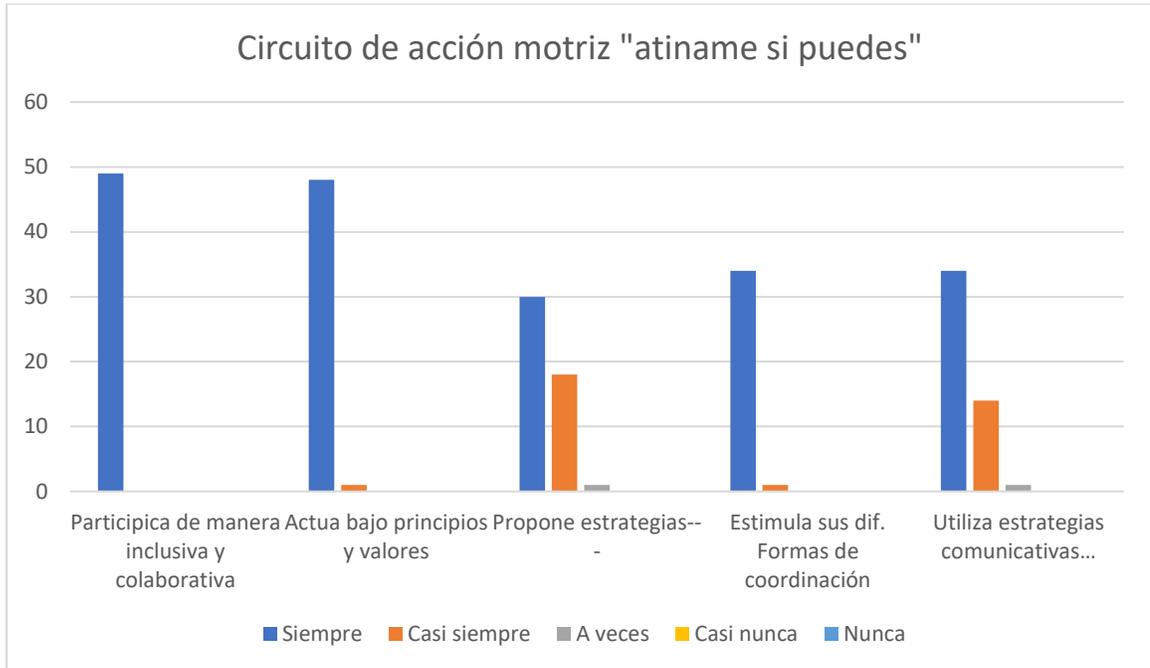
Anexo 4. Planeación de propuesta 2

Nombre del Docente: Manuel Eduardo Ortiz Tobias		Grado: 2°
Fecha:		Eje: Competencia motriz
Aprendizaje Esperado: Toma decisiones a favor de la participación colectiva en situaciones de iniciación deportiva y deporte educativo, para promover ambientes de aprendizaje y actitudes asertivas.		Componente Pedagógico Didáctico: Integración de la motricidad.
Estrategias Didácticas: Circuito de acción motriz		Recursos Didácticos: Aros, conos, pelotas de tenis, balón de voleibol.
Desglose Didáctico		
Propósito o Intención Didáctica de la Primera Sesión: Que el alumno conozca la importancia que tienen los roles de juego mientras se involucra en la resolución de problemas en equipo.		
Actividades o Tareas de la Sesión 1	<p>Inicio: Llegar al salón correspondiente, preguntarles a los alumnos ¿Cómo están? Y ¿Qué tal va su día?, además de preguntarles ¿Recuerdan lo último que trabajamos?, consecuentemente se les reiterará el aprendizaje esperado. En seguida, se les dictara el propósito o intención de la sesión y se les explicará que, en el resto de la página tienen que realizar un “diario” donde relaten lo visto y aprendido dentro de la sesión como evidencia de su trabajo por clase.</p> <p>Recibiré al grupo en la cancha para sanitizarles las manos antes de pasar a las actividades, se realizará una activación física con música como calentamiento donde trabajaremos en parejas, además de que deberán proponer ejercicios a realizar, finalizando la activación pasaremos al circuito.</p> <p>Desarrollo:</p> <p style="text-align: center;">Circuito de acción motriz “atíname si puedes”</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. El péndulo: Se colocará un aro amarrado en una cuerda a un metro del suelo, los alumnos formarán una fila a 5 pasos de donde se encuentre colgado el aro e intentarán lanzar una pelota por en medio del aro. 2. Bolos: Sobre alguna línea de la cancha se colocarán 10 conos separados y a distintas distancias, los alumnos se colocarán a 10 pasos de la línea de los “bolos” y desde ahí intentarán derribar la mayor cantidad de conos posibles. 3. Recolector de pelotas: La actividad consta de dos roles, unos son quienes lanzan las pelotas y otros quienes tratan de recolectarlas, para llevar a cabo dicha acción, los alumnos deberán lanzar las pelotas lo más alto que puedan, mientras que el resto de los alumnos con un saco o bolsa tratarán de atrapar las pelotas antes de que caigan al suelo- 4. Tiro al blanco: Se colocarán 3 conos sobre una línea, estos deberán estar separados considerablemente, en una distancia de un paso largo se colocará un aro al centro de los 3 aros, para llevar a cabo la actividad ocuparemos pelotas con las cuales intentaremos derribar los conos haciendo que la pelota de un previo bote dentro del aro. 5. Bote-bol: Dicha actividad es 1v1, ambos jugadores se colocarán frente a frente y en medio de ambos se colocará un aro, uno de los integrantes tendrá una pelota; la actividad consiste en realizar un bote dentro del aro, pero tratando que caiga al suelo después del bote, mientras que el adversario tratará de evitar que caiga al suelo y repetirá la acción. Ambos jugadores deberán buscar la estrategia para que el oponente no atrape la pelota, puede desplazarse solo alrededor del aro. <p>Como en algunas actividades son de interacción antes y después de participar en cada estación se sanitizarán los materiales y manos, además de siempre mantener una distancia mínima a 1.5 metros entre cada participante. Variantes: A largar las distancias de tiro, lanzar con alguna parte específica del cuerpo, limitar el número de tiros por persona, establecer un tiempo de acción...</p> <p>Adecuaciones: Para que las actividades queden claras y no exista duda por parte de alumnos con NEE, primero se realizarán varios ejemplos frente a todo el grupo, explicando explícitamente que se realizará y como.</p> <p>Cierre: Dar una retroalimentación de lo trabajado, después se sanitizarán las manos los alumnos, se les mandará a lavarse las manos y al baño antes de entrar al salón, y se sanitizará el material utilizado para la siguiente clase.</p>	
Observaciones		

Anexo 4.1. Rubrica de evaluación (sesión 2)

S2	Indicadores				
Alumno	Participa de manera inclusiva y colaborativa	Actúa bajo principios y valores.	Propone estrategias para solucionar las adversidades	Estimula sus diferentes formas de coordinación.	Utiliza estrategias comunicativas para interactuar con el grupo.
1. Regina	S	S	Cs	S	S
2. Kerlon	S	s	S	S	S
3. Javier	S	S	Cs	S	S
4. Ariel	S	S	Cs	S	S
5. Giovanni	S	S	Cs	S	S
6. Jared	S	S	S	S	S
7. Fernando	S	S	S	S	S
8. Félix	S	S	Cs	S	Cs
9. Lilian	S	S	Cs	S	S
10. Dasha	S	S	S	S	S
11. Joel	S	S	S	S	Cs
12. Elvia	S	S	S	S	S
13. Violeta	S	S	S	S	S
14. Vania	S	S	S	S	S
15. Alejandro	S	S	Cs	S	S
16. Ubaldo	S	S	Cs	S	Cs
17. Leonardo	S	S	S	S	Cs
18. María	S	S	S	S	Cs
19. Miguel	S	S	S	S	S
20. Camila	S	S	S	S	S
21. Evelyn	S	S	S	S	S
22. Magda	S	S	S	S	S
23. Dulce	S	S	S	S	Cs
24. Roberto	S	S	Cs	S	Cs
25. Enrique	S	S	Cs	S	Cs
26. Ismael	S	S	Cs	S	Cs
27. Angelica	S	S	S	S	S
28. Alexia	S	S	S	S	S
29. Megan	S	S	S	S	S
30. Danna	S	S	S	S	S
31. Ezequiel	S	S	Cs	S	Cs
32. Ángel	S	S	S	S	S
33. Saul	S	S	S	S	S
34. Gerardo	S	S	S	S	S
35. Joaquín	S	S	Cs	S	Cs
36. Fernanda	S	S	Cs	S	Cs
37. Sahara	S	S	S	S	S
38. Odalys	S	S	S	S	S
39. Jesús	S	Cs	Cs	S	Cs
40. Andrea	S	S	S	S	Cs
41. Lluvia	S	S	S	S	S
42. Abel	S	S	S	S	S
43. Diana	S	S	Cs	S	S
44. Cesar	S	S	S	S	S
45. Dania	S	S	S	S	S
46. Ingrid	S	S	S	S	S
47. Edgar	S	S	Cs	S	S
48. Joel	S	S	Cs	S	S
49. Carlos	S	S	Av	Cs	Av

Anexo 4.2. Grafica de barras



Anexo 4.3.





Actividad "Circuito"





Actividad “Circuito”

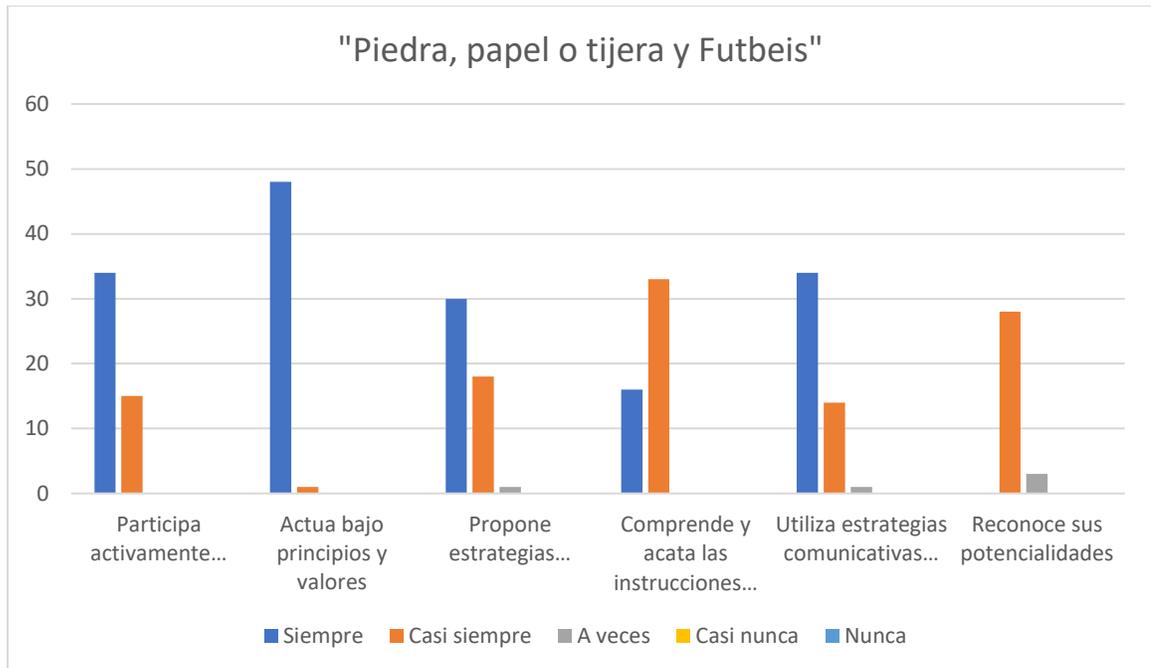
Anexo 5. Planeación propuesta 3

Propósito o Intención Didáctica: Didáctica: Que el alumno afiance el control de si y favorezca sus nociones básicas de la cooperación-oposición.	
Actividades o Tareas de la Sesión 4	<p>Inicio: Llegar al salón correspondiente, preguntarles a los alumnos ¿Cómo están? Y ¿Qué tal va su día?, además de preguntarles ¿Recuerdan lo último que trabajamos? En seguida, se les dictara el propósito o intención de la sesión y se les explicará que, en el resto de la página tienen que realizar un “diario” donde relaten lo visto y aprendido dentro de la sesión como evidencia de su trabajo por clase.</p> <p>Recibiré al grupo en la cancha para sanitizarles las manos antes de pasar a las actividades, se realizará</p> <p>Desarrollo:</p> <p style="text-align: center;">Variante de Piedra, papel o tijera</p> <p>Este juego se juega en parejas, Los jugadores se deben poner uno frente al otro con una mano a la espalda y decir en alto: piedra, papel o tijera, justo al acabar la frase enseñarán las manos y verán quien gana. Si los dos jugadores sacan la misma figura hay empate y se repite el juego. Recuerda: Papel le gana a la piedra; Piedra le gana a la tijera; y Tijera le gana al papel.</p> <p>Adecuaciones: Para jugar esta variante pondremos un camino con aros, formaremos 2 equipos y cada equipo se colocará en un extremo del camino, los jugadores deberán seguir el camino de aros y al encontrarse al jugador contrario jugarán “piedra, papel o tijera”, quien gane sigue avanzando por el camino hasta encontrarse a alguien más, mientras que la persona que perdió se vuelve a formar.</p> <p>Variante: Cambiar la forma de desplazarse por el camino de aros.</p> <p style="text-align: center;">Futbeis</p> <p>Se debe dejar bien en claro el área de trabajo, se delimitará el área de bases, zona de bateo o home y de lanzamiento, el resto del espacio será zona para atrapar la pelota. Un equipo iniciará bateando mientras que el otro lanzará, ocurre un cambio de roles cuando el equipo que batea acumula 3 strikes, lo cual ocurre cuando el equipo contrario atrapa la pelota antes de caer al suelo o “quemar” a algún compañero o base.</p> <p>El objetivo del equipo bateador es realizar la mayor cantidad de carreras, las cuales se ha completan pasando por todas las bases establecidas sin que los “quemen”. La pelota será previamente sanitizada, así como las manos.</p> <p>Variantes:</p> <p>Adecuaciones: Los alumnos con NEE iniciarán las actividades como observadores, teniendo siempre a su lado a un monitor que le resuelva sus dudas para poder llevar a cabo correctamente las actividades, en dado caso de que no entienda que debe hacer, se le asignará un solo rol para que se mantenga participativo dentro de la clase y así no confunda los diferentes roles, los roles asignados pueden ir cambiando para que participe en todos.</p> <p>Cierre: Dar una retroalimentación de lo trabajado, después se sanitizarán las manos los alumnos, se les mandará a lavarse las manos y al baño antes de entrar al salón, y se sanitizará el material utilizado para la siguiente clase.</p>
Observaciones	

Anexo 5.1. Rubrica de evaluación (sesión 3)

S3	Indicadores					
Alumno	Participa activamente en el juego propuesto.	Actúa bajo principios y valores.	Propone estrategias para solucionar las adversidades.	Comprende y acata las instrucciones y reglas del juego.	Utiliza estrategias comunicativas para interactuar con el grupo.	Reconoce sus potencialidades.
1. Regina	Cs	S	Cs	S	S	Cs
2. Kerlon	S	S	S	S	S	S
3. Javier	S	S	Cs	S	S	S
4. Ariel	S	S	Cs	S	S	Cs
5. Giovanni	S	S	Cs	S	S	S
6. Jared	Cs	S	S	Cs	S	Cs
7. Fernando	S	S	S	S	S	Cs
8. Félix	Cs	S	Cs	S	Cs	Cs
9. Lilian	S	S	Cs	Cs	S	Cs
10. Dasha	S	S	S	S	S	Cs
11. Joel	Cs	S	S	Cs	Cs	Cs
12. Elvia	S	S	S	Cs	S	S
13. Violeta	S	S	S	S	S	S
14. Vania	S	S	S	S	S	S
15. Alejandro	S	S	Cs	S	S	S
16. Ubaldo	S	S	Cs	S	Cs	S
17. Leonardo	S	S	S	S	Cs	Cs
18. María	Cs	S	S	Cs	Cs	Cs
19. Miguel	Cs	S	S	Cs	S	Cs
20. Camila	S	S	S	S	S	Cs
21. Evelyn	S	S	S	S	S	S
22. Magda	S	S	S	Cs	S	S
23. Dulce	Cs	S	S	S	Cs	Cs
24. Roberto	S	S	Cs	S	Cs	Cs
25. Enrique	S	S	Cs	S	Cs	Cs
26. Ismael	S	S	Cs	Cs	Cs	Cs
27. Angelica	S	S	S	Cs	S	Cs
28. Alexia	S	S	S	S	S	S
29. Megan	S	S	S	S	S	S
30. Danna	S	S	S	S	S	S
31. Ezequiel	Cs	S	Cs	S	Cs	Cs
32. Ángel	S	S	S	S	S	S
33. Saul	Cs	S	S	S	S	Cs
34. Gerardo	S	S	S	S	S	S
35. Joaquín	Cs	S	Cs	S	Cs	Cs
36. Fernanda	S	S	Cs	S	Cs	Cs
37. Sahara	S	S	S	S	S	S
38. Odalys	S	S	S	S	S	S
39. Jesús	Cs	Cs	Cs	S	Cs	Av
40. Andrea	Cs	S	S	Cs	Cs	Cs
41. Lluvia	S	S	S	S	S	S
42. Abel	S	S	S	Cs	S	Cs
43. Diana	S	S	Cs	Cs	S	Cs
44. Cesar	S	S	S	Cs	S	Cs
45. Dania	S	S	S	S	S	Cs
46. Ingrid	S	S	S	Cs	S	Cs
47. Edgar	Cs	S	Cs	S	S	Cs
48. Joel	Cs	S	Cs	Cs	S	Av
49. Carlos	Cs	S	Av	Cs	Av	Av

Anexo 5.2. Grafica de barras



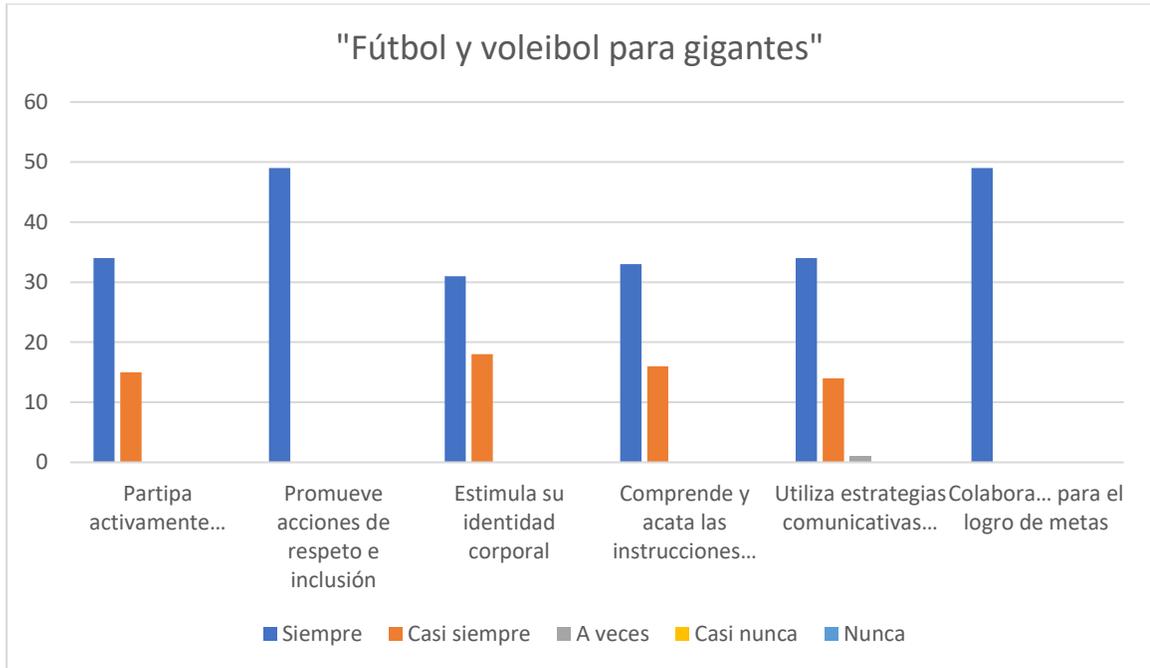
Anexo 6. Planeación propuesta 4

<p>Propósito o Intención Didáctica: Que el alumno favorezca su identidad corporal y potencialidades, siempre promoviendo las relaciones asertivas.</p>	
<p>Actividades o Tareas de la Sesión 2</p>	<p>Inicio: Llegar al salón correspondiente, preguntarles a los alumnos ¿Cómo están? Y ¿Qué tal va su día? En seguida, se les dictara el propósito o intención de la sesión y se les explicará que, en el resto de la página tienen que realizar un “diario” donde relaten lo visto y aprendido dentro de la sesión como evidencia de su trabajo por clase.</p> <p>Recibiré al grupo en la cancha para sanitizarles las manos antes de pasar a las actividades, se realizará una activación física con música como calentamiento donde trabajaremos en parejas, además de que deberán proponer ejercicios a realizar, finalizando la activación pasaremos a conformar los equipos y a la zona de trabajo.</p> <p>Desarrollo:</p> <p style="text-align: center;">Futbol para gigantes</p> <p>Esta actividad es una variante del futbol, conservando prácticamente toda su esencia, pero teniendo en cuenta que la única modificación que sufrirá será que la pelota con la que se juega será muy diferente, desde el tamaño hasta el compuesto de la misma pelota. El objetivo sigue siendo anotar la mayor cantidad de goles posibles. El espacio estará delimitado por las líneas marcadas en el suelo que conforman la cancha de basquetbol/voleibol de la escuela.</p> <p style="text-align: center;">Voleibol para gigante</p> <p>Con una dinámica muy similar a la actividad anterior, se jugará el voleibol para gigantes, prácticamente la única variante en este juego es el tamaño de la pelota, aspecto que puede dificultar o facilitar el trabajo a cada alumno. Se mantienen las reglas del voleibol en su mayoría. Gana el equipo que sume más puntos. El espacio estará delimitado por las líneas marcadas en el suelo que conforman la cancha de basquetbol/voleibol de la escuela.</p> <p>Cierre: Dar una retroalimentación de lo trabajado, además de preguntar ¿Lograste tener control sobre tu cuerpo en todo momento?, ¿Cómo ayudaste a tu equipo a resolver las problemáticas que se les presentaron?, ¿Qué se te dificultó? Y ¿Qué se te facilitó? Después se les sanitizarán las manos a los alumnos, se les mandará a lavarse las manos y al baño antes de entrar al salón, y se sanitizará el material utilizado para la siguiente clase.</p>
<p>Observaciones</p>	

Anexo 6.1. Rubrica de evaluación (sesión 4)

S4	Indicadores					
Alumno	Participa activamente en el juego propuesto.	Promueve acciones de respeto e inclusión.	Estimula su identidad corporal.	Comprende y acata las instrucciones y reglas del juego.	Utiliza estrategias comunicativas para interactuar con el grupo.	Colabora con sus compañeros para el logro de metas.
1. Regina	Cs	S	S	S	S	S
2. Kerlon	S	S	S	S	S	S
3. Javier	S	S	S	S	S	S
4. Ariel	S	S	S	S	S	S
5. Giovanni	S	S	Cs	S	S	S
6. Jared	Cs	S	Cs	Cs	S	S
7. Fernando	S	S	S	S	S	S
8. Félix	Cs	S	Cs	S	Cs	S
9. Lilian	S	S	Cs	Cs	S	S
10. Dasha	S	S	S	S	S	S
11. Joel	Cs	S	Cs	Cs	Cs	S
12. Elvia	S	S	S	Cs	S	S
13. Violeta	S	S	S	S	S	S
14. Vania	S	S	S	S	S	S
15. Alejandro	S	S	S	S	S	S
16. Ubaldo	S	S	S	S	Cs	S
17. Leonardo	S	S	S	S	Cs	S
18. María	Cs	S	Cs	Cs	Cs	S
19. Miguel	Cs	S	Cs	Cs	S	S
20. Camila	S	S	Cs	S	S	S
21. Evelyn	S	S	S	S	S	S
22. Magda	S	S	S	Cs	S	S
23. Dulce	Cs	S	Cs	S	Cs	S
24. Roberto	S	S	Cs	S	Cs	S
25. Enrique	S	S	S	S	Cs	S
26. Ismael	S	S	S	Cs	Cs	S
27. Angelica	S	S	Cs	Cs	S	S
28. Alexia	S	S	Cs	S	S	S
29. Megan	S	S	S	S	S	S
30. Danna	S	S	S	S	S	S
31. Ezequiel	Cs	S	S	S	Cs	S
32. Ángel	S	S	S	S	S	S
33. Saul	Cs	S	S	S	S	S
34. Gerardo	S	S	S	S	S	S
35. Joaquín	Cs	S	S	S	Cs	S
36. Fernanda	S	S	S	S	Cs	S
37. Sahara	S	S	S	S	S	S
38. Odalys	S	S	S	S	S	S
39. Jesús	Cs	S	Cs	S	Cs	S
40. Andrea	Cs	S	Cs	Cs	Cs	S
41. Lluvia	S	S	Cs	S	S	S
42. Abel	S	S	Cs	Cs	S	S
43. Diana	S	S	S	Cs	S	S
44. Cesar	S	S	S	Cs	S	S
45. Dania	S	S	S	S	S	S
46. Ingrid	S	S	Cs	Cs	S	S
47. Edgar	Cs	S	S	S	S	S
48. Joel	Cs	S	Cs	Cs	S	S
49. Carlos	Cs	S	S	Cs	Av	S

Anexo 6.2. Grafica de barras



Anexo 6.3. Actividad "Voleibol para gigantes"



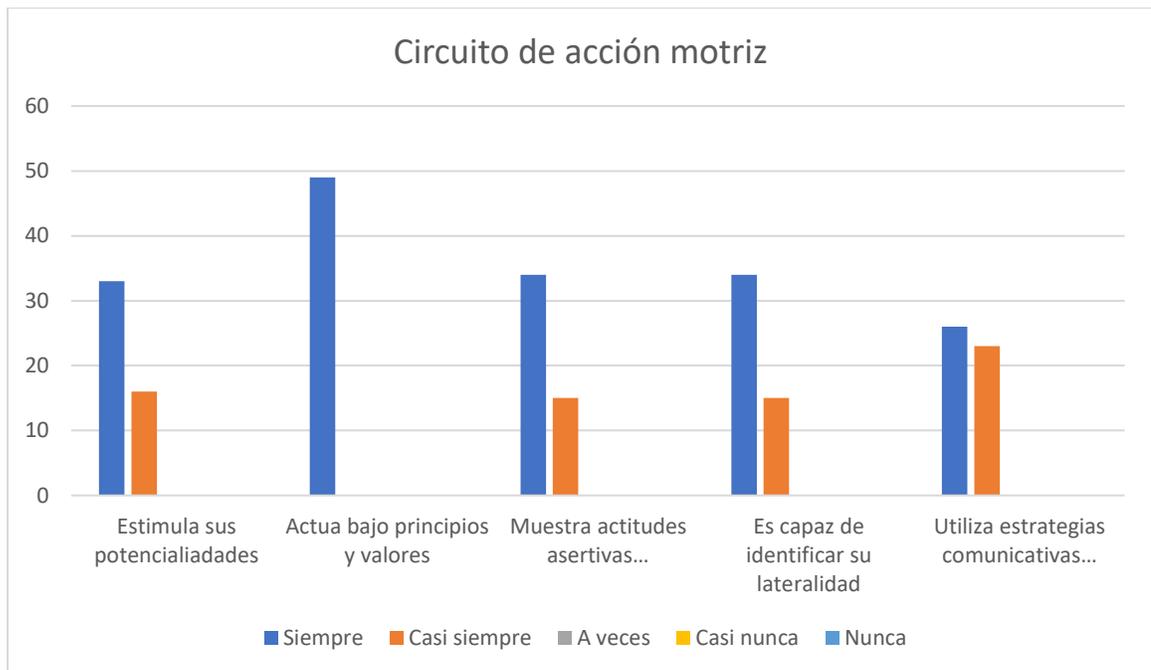
Anexo 7. Planeación propuesta 5

Propósito o Intención Didáctica: Que el alumno favorezca sus potencialidades como la coordinación, siempre promoviendo las relaciones asertivas.	
Actividades o Tareas de la Sesión 2	<p>Inicio: Llegar al salón correspondiente, preguntarles a los alumnos ¿Cómo están? Y ¿Qué tal va su día? En seguida, se les dictara el propósito o intención de la sesión y se les explicará que, en el resto de la página tienen que realizar un “diario” donde relaten lo visto y aprendido dentro de la sesión como evidencia de su trabajo por clase.</p> <p>Recibiré al grupo en la cancha para sanitizarles las manos antes de pasar a las actividades, se realizará una activación física con música como calentamiento donde trabajaremos en parejas, además de que deberán proponer ejercicios a realizar, finalizando la activación pasaremos a conformar los equipos y a la zona de trabajo.</p> <p>Desarrollo:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Bota y rebota: En esta primera estación trabajaremos con un aro y una pelota. Para iniciar con la actividad el equipo debe formarse uno detrás del otro; se colocará el aro en el suelo frente a una pared. El primer integrante de la fila lanzará la pelota tratando de que la pelota bote dentro del aro y luego rebote en la pared, el siguiente integrante evitará que la pelota caiga al suelo y repetirá la acción, así sucesivamente hasta que pase todo el equipo sin que la pelota toque el suelo. 2. Voy y vengo: Aquí los alumnos comenzarán realizando saltos con pies juntos sobre un cono, consecuentemente se desplazarán a otro espacio donde realizarán 5 abdominales, para finalmente, salir corriendo a los conos colocados en el resto de la cancha, donde van a uno y regresan al inicio, repitiendo esa última acción hasta pasar por todos los conos. 3. Atrápala: En esta estación se trabaja por parejas, donde uno de los dos lanzará la pelota con la finalidad de que su compañero intente atraparla con cono. 4. Entre todos: Como última estación, todos los integrantes del equipo tratarán desplazarse de un punto A hacia un punto B, lanzando una pelota gigante, obviamente evitando que la pelota toque el suelo. <p>Cierre: Dar una retroalimentación de lo trabajado, además de preguntar ¿Lograste tener control sobre tu cuerpo en todo momento?, ¿Cómo ayudaste a tu equipo a resolver las problemáticas que se les presentaron?, ¿Qué se te dificultó? Y ¿Qué se te facilitó? Después se les sanitizarán las manos a los alumnos, se les mandará a lavarse las manos y al baño antes de entrar al salón, y se sanitizará el material utilizado para la siguiente clase.</p>
Observaciones	

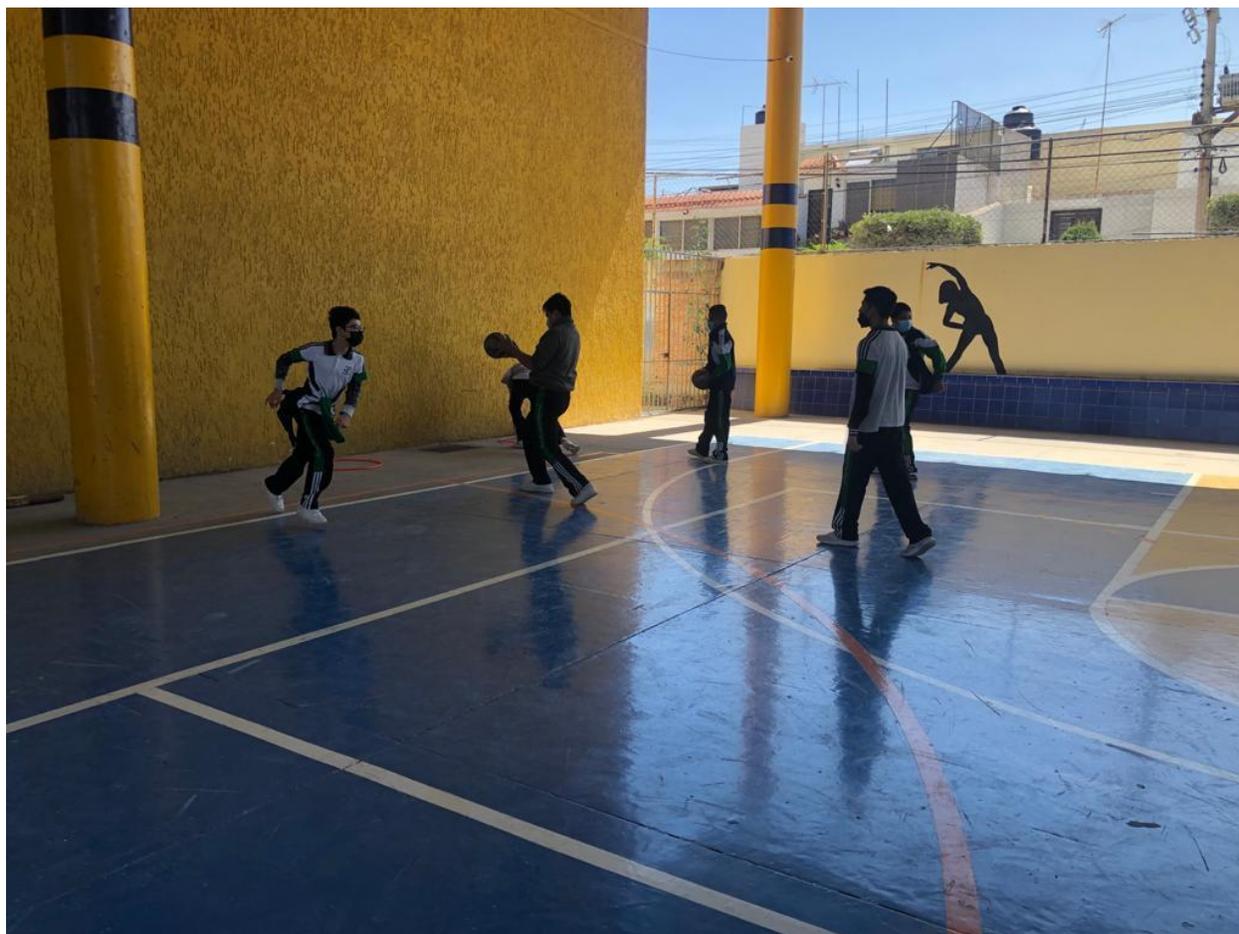
Anexo 7.1. Rubrica de evaluación (sesión 5)

S5	Indicadores				
Alumno	Estimula sus potencialidades.	Actúa bajo principios y valores.	Muestra actitudes asertivas ante las adversidades que se le presenten.	Es capaz de identificar su lateralidad	Utiliza estrategias comunicativas para interactuar con el grupo.
1. Regina	Cs	S	CS	Cs	Cs
2. Kerlon	S	S	S	S	S
3. Javier	S	S	S	S	Cs
4. Ariel	S	S	S	Cs	Cs
5. Giovanni	S	S	S	Cs	S
6. Jared	S	S	S	Cs	S
7. Fernando	S	S	S	S	Cs
8. Félix	S	S	CS	S	Cs
9. Lilian	S	S	CS	S	S
10. Dasha	S	S	S	S	S
11. Joel	S	S	S	Cs	Cs
12. Elvia	Cs	S	S	Cs	S
13. Violeta	Cs	S	S	Cs	Cs
14. Vania	S	S	S	Cs	Cs
15. Alejandro	Cs	S	S	Cs	Cs
16. Ubaldo	S	S	S	S	S
17. Leonardo	S	S	S	Cs	S
18. María	Cs	S	CS	S	Cs
19. Miguel	Cs	S	CS	S	S
20. Camila	S	S	S	S	S
21. Evelyn	S	S	S	S	S
22. Magda	S	S	S	S	S
23. Dulce	Cs	S	CS	S	Cs
24. Roberto	Cs	S	S	S	Cs
25. Enrique	Cs	S	CS	S	S
26. Ismael	S	S	CS	Cs	S
27. Angelica	S	S	S	Cs	Cs
28. Alexia	S	S	S	S	Cs
29. Megan	S	S	S	S	S
30. Danna	S	S	S	Cs	S
31. Ezequiel	S	S	S	S	S
32. Ángel	S	S	S	S	S
33. Saul	Cs	S	S	Cs	Cs
34. Gerardo	S	S	CS	Cs	S
35. Joaquín	Cs	S	S	S	Cs
36. Fernanda	Cs	S	CS	S	S
37. Sahara	S	S	S	S	S
38. Odalys	S	S	S	S	S
39. Jesús	Cs	S	Cs	S	Cs
40. Andrea	Cs	S	S	S	Cs
41. Lluvia	S	S	S	S	S
42. Abel	S	S	S	S	Cs
43. Diana	Cs	S	S	S	Cs
44. Cesar	S	S	CS	S	Cs
45. Dania	S	S	CS	S	S
46. Ingrid	S	S	CS	S	Cs
47. Edgar	S	S	S	S	S
48. Joel	S	S	S	S	S
49. Carlos	Cs	S	CS	S	Cs

Anexo 7.2. Grafica de barras



Anexo 7.4. Circuito de acción motriz





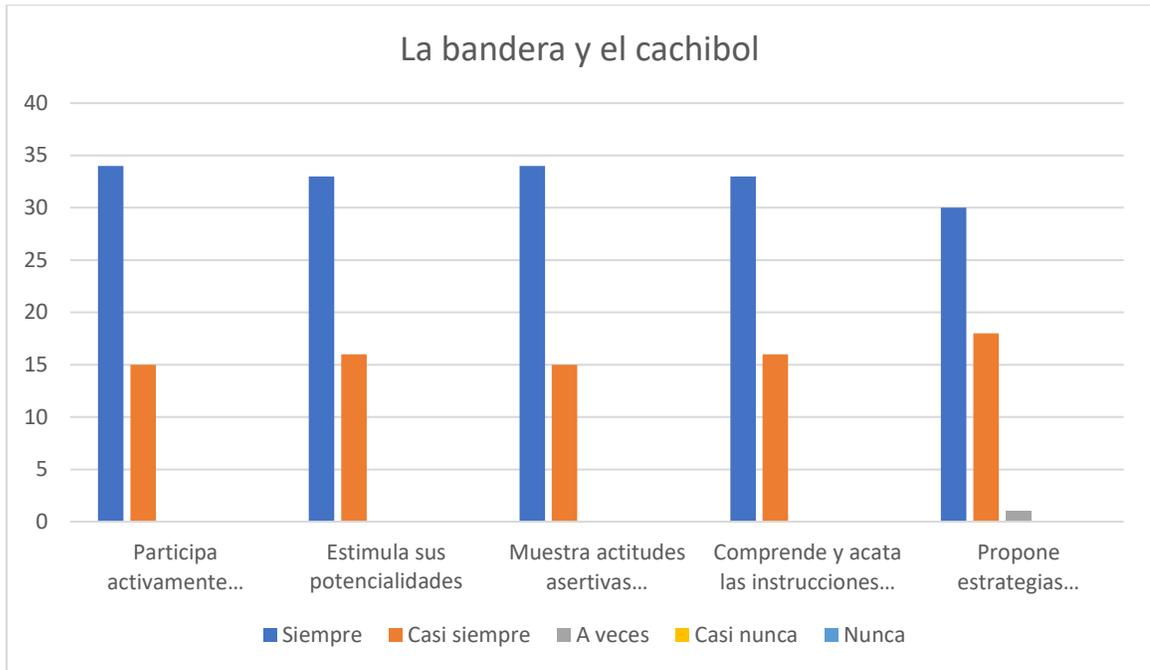
Anexo 8. Planeación propuesta 6

<p>Propósito o Intención Didáctica: Que el alumno favorezca su identidad corporal y potencialidades, siempre promoviendo las relaciones asertivas.</p>	
<p>Actividades o Tareas de la Sesión 2</p>	<p>Inicio: Llegar al salón correspondiente, preguntarles a los alumnos ¿Cómo están? Y ¿Qué tal va su día? En seguida, se les dictara el propósito o intención de la sesión y se les explicará que, en el resto de la página tienen que realizar un “diario” donde relaten lo visto y aprendido dentro de la sesión como evidencia de su trabajo por clase.</p> <p>Recibiré al grupo en la cancha para sanitizarles las manos antes de pasar a las actividades, se realizará una activación física con música como calentamiento donde trabajaremos en parejas, además de que deberán proponer ejercicios a realizar, finalizando la activación pasaremos a conformar los equipos y a la zona de trabajo.</p> <p>Desarrollo:</p> <p style="text-align: center;">La bandera</p> <p>El juego consiste en formar 2 equipos mixtos y equitativos, cada equipo tendrá una “base” donde colocarán su bandera (en su defecto un pañuelo de diferente color para cada equipo), el objetivo del juego es conseguir la bandera del equipo contrincante sin que te “quemem”. Los equipos solo pueden quemar en su zona de la cancha (mitad de campo), fuera de ella deberán evitar que no los quemen, cada jugador quemado saldrá de la cancha. Gana el equipo que obtenga la bandera o el equipo que tenga más jugadores en un cierto tiempo.</p> <p>El área estará delimitada por las líneas marcadas en la cancha de basquetbol de la institución.</p> <p style="text-align: center;">Cachibol</p> <p>Para iniciar con la actividad se formarán dos equipos, este juego es una variante del voleibol por lo que mantiene casi todas sus reglas, como el dar tres pases por cada equipo y tratar de pasar la pelota al campo del equipo contrario por encima de la red, mientras que el equipo contrario trata de evitar que el balón caiga al suelo, repitiendo los 3 pases y lanzando la pelota al campo del oponente. Gana el equipo que consiga más puntos.</p> <p>Cierre: Dar una retroalimentación de lo trabajado, además de preguntar ¿Lograste tener control sobre tu cuerpo en todo momento?, ¿Cómo ayudaste a tu equipo a resolver las problemáticas que se les presentaron?, ¿Qué se te dificultó? Y ¿Qué se te facilitó? Después se les sanitizarán las manos a los alumnos, se les mandará a lavarse las manos y al baño antes de entrar al salón, y se sanitizará el material utilizado para la siguiente clase.</p>
<p>Observaciones</p>	

Anexo 8.1. Rubrica de evaluación (sesión 6)

S6	Indicadores				
Alumno	Participa activamente en el juego propuesto.	Estimula sus potencialidades.	Muestra actitudes asertivas ante las adversidades que se le presenten.	Comprende y acata las instrucciones y reglas del juego.	Propone estrategias para solucionar las adversidades.
1. Regina	Cs	Cs	CS	S	Cs
2. Kerlon	S	S	S	S	S
3. Javier	S	S	S	S	Cs
4. Ariel	S	S	S	S	Cs
5. Giovanni	S	S	S	S	Cs
6. Jared	Cs	S	S	Cs	S
7. Fernando	S	S	S	S	S
8. Félix	Cs	S	CS	S	Cs
9. Lilian	S	S	CS	Cs	Cs
10. Dasha	S	S	S	S	S
11. Joel	Cs	S	S	Cs	S
12. Elvia	S	Cs	S	Cs	S
13. Violeta	S	Cs	S	S	S
14. Vania	S	S	S	S	S
15. Alejandro	S	Cs	S	S	Cs
16. Ubaldo	S	S	S	S	Cs
17. Leonardo	S	S	S	S	S
18. María	Cs	Cs	CS	Cs	S
19. Miguel	Cs	Cs	CS	Cs	S
20. Camila	S	S	S	S	S
21. Evelyn	S	S	S	S	S
22. Magda	S	S	S	Cs	S
23. Dulce	Cs	Cs	CS	S	S
24. Roberto	S	Cs	S	S	Cs
25. Enrique	S	Cs	CS	S	Cs
26. Ismael	S	S	CS	Cs	Cs
27. Angelica	S	S	S	Cs	S
28. Alexia	S	S	S	S	S
29. Megan	S	S	S	S	S
30. Danna	S	S	S	S	S
31. Ezequiel	Cs	S	S	S	Cs
32. Ángel	S	S	S	S	S
33. Saul	Cs	Cs	S	S	S
34. Gerardo	S	S	CS	S	S
35. Joaquín	Cs	Cs	S	S	Cs
36. Fernanda	S	Cs	CS	S	Cs
37. Sahara	S	S	S	S	S
38. Odalys	S	S	S	S	S
39. Jesús	Cs	Cs	Cs	S	Cs
40. Andrea	Cs	Cs	S	Cs	S
41. Lluvia	S	S	S	S	S
42. Abel	S	S	S	Cs	S
43. Diana	S	Cs	S	Cs	Cs
44. Cesar	S	S	CS	Cs	S
45. Dania	S	S	CS	S	S
46. Ingrid	S	S	CS	Cs	S
47. Edgar	Cs	S	S	S	Cs
48. Joel	Cs	S	S	Cs	Cs
49. Carlos	Cs	Cs	CS	Cs	Av

Anexo 8.2. Grafica de barras



Anexo 8.3. Cachibol



La bandera

