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

TITULO: El fortalecimiento de las capacidades coordinativas a través del pre deporte en el grupo de 6° "c"

AUTOR: Roberto Adonay Ruiz Romero

FECHA: 15/07/2020

PALABRAS CLAVE: Juegos Pre Deportivos, Habilidad motriz, Destreza motriz, Educación Física y competencia.

SECRETARÍA DE EDUCACIÓN DE GOBIERNO DEL ESTADO

SISTEMA EDUCATIVO ESTATAL REGULAR

DIRECCIÓN DE EDUCACIÓN

INSPECCIÓN DE EDUCACIÓN NORMAL

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

**GENERACIÓN**

**2016** **2020**

**ENSAYO PEDAGÓGICO**

## "EL FORTALECIMIENTO DE LAS CAPACIDADES COORDINATIVAS A TRAVÉS DEL PRE DEPORTE EN EL GRUPO DE 6° C"

**QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE LICENCIADO EN EDUCACIÓN FÍSICA**

**PRESENTA:**

**ROBERTO ADONAY RUIZ ROMERO**

**ASESOR (A):**

**MTRA. MARÍA CLAUDIA LUQUEÑO CASTRO**

**SAN LUIS POTOSÍ, S.L.P.** **JULIO DEL 2020**

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

Benemérita y Centenaria Escuela Normal del Estado de San Luis Potosí

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 Roberto Adonay Ruiz Romero autorizo a la Benemérita y Centenaria Escuela Normal del Estado de San Luis Potosí, (BECENE) la utilización de la obra Titulada:

EL FORTALECIMIENTO DE LAS CAPACIDADES COORDINATIVAS A TRAVES DEL PRE DEPORTE EN EL GRUPO DE 6° "C"

en la modalidad de: Ensayo pedagógico para obtener el

Título en Licenciatura en Educación Física

en la generación 2016-2020 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 15 días del mes de JULIO de 2020.

ATENTAMENTE.

ROBERTO ADONAY RUIZ ROMERO
Nombre y Firma
AUTOR DUEÑO DE LOS DERECHOS PATRIMONIALES

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

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

OFICIO NÚM: BECENE-DSA-DT-PO-07
REVISIÓN 8
DIRECCIÓN: Administrativa
ASUNTO: Dictamen Aprobatorio

San Luis Potosí, S.L.P., a 06 de julio del 2020.

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

# DICTAMINAR

que el(la) alumno(a): ROBERTO ADONAY RUIZ ROMERO

De la Generación: 2016-2020

concluyó en forma satisfactoria y conforme a las indicaciones señaladas en el Documento Recepcional en la modalidad de: ( )Ensayo Pedagógico ( )Tesis de Investigación ( )Informe de prácticas profesionales ( ) Portafolio Temático ( ) Tesina. Titulado:

EL FORTALECIMIENTO DE LAS CAPACIDADES COORDINATIVAS A TRAVÉS DEL PRE DEPORTE EN EL GRUPO DE 6° C.

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

**ATENTAMENTE**

**COMISIÓN DE TITULACIÓN**

DIRECTORA ACADÉMICA

MTRA. NAYLA JIMENA TURRUBIARTES CERINO.

JEFA DEL DEPARTAMENTO DE TITULACIÓN

DIRECTOR DE SERVICIOS ADMINISTRATIVOS

DR. JESÚS ALBERTO LEYVA ORTIZ.

ASESOR(A) DEL DOCUMENTO RECEPCIONAL

MTRA. MARTHA IBÁÑEZ CRUZ.

MTRA. MARÍA CLAUDIA LUQUEÑO CASTRO

AL CONTESTAR ESTE OFICIO SIRVASE USTED CITAR EL NÚMERO DEL MISMO Y FECHA EN QUE SE GIRA, A FIN DE FACILITAR SU TRAMITACIÓN ASÍ COMO TRATAR POR SEPARADO LOS ASUNTOS CUANDO SEAN DIFERENTES.

Certificación ISO 9001 : 2015
Certificación CIEES Nivel 1
Nicolás Zapata No. 200,
Zona Centro, C.P. 78230
Tel y Fax: 01444 812-5144,
01444 812-3401
e-mail: becene@becenesip.edu.mx
www.becenesip.edu.mx
San Luis Potosí, S.L.P.

Gracias a Dios.

A mis padres, Roberto Ruiz Puebla y Silvia Romero Martínez, que siempre me han dado su apoyo incondicional y a quienes debo este triunfo profesional, por todo su trabajo y dedicación para darme una formación académica. De ellos es este triunfo y para ellos es todo mi agradecimiento.

Para mi mejor amigo, Alan, que me acompaño a lo largo del camino, brindándome la fuerza necesaria para continuar ayudándome en lo que fuera posible, dándome consejos y orientación.

A Camila, por su fiel compañía, estuvo conmigo brindándome momentos de ánimo y diversión.

A la BECENE en especial a la Licenciatura en Educación Física que con el apoyo académico me permitieron desarrollar competencias para mi futuro trabajo docente.

A todos mis amigos Roberto Vaca, Edson Álvarez, Jonathan Aranda, Adrián Roa, Luis Duarte, Alfonso Esparza, Aarón Terán, Roberto Guillu, Fernanda Torres, Mariola López, Hugo Saucedo, Perla Hinojos, Brenda Guadalupe, Alfredo Orozco, Carlos Herrera, Cristian Gómez, Marisol y a todas aquellas personas que han sido importantes para mí durante todo este tiempo. A todos mis maestros que aportaron a mi formación, a quienes me enseñaron a ser lo que no se aprende en salón de clase y a compartir el conocimiento con los demás.

A todos. . .

G R A C I A S

Julio del 2020

## ÍNDICE

**CAPÍTULO I**

**INTRODUCCIÓN… ..... 01**

**CAPÍTULO II**

**2. TEMA DE ESTUDIO**

2.1. Núcleo y línea temática (núcleo, campo formativo y procedimiento en L.E.F.)….....10

2.2. Descripción del hecho o caso estudiado.....16

2.3. Escuela y ubicación geográfica.....18

2.4. Características sociales relevantes….....21

2.5. Preguntas centrales que guiaron al desarrollo del tema.....25

2.6. Conocimientos obtenidos de la experiencia y de la revisión bibliográfica… ..... 26

**CAPÍTULO III**

**3. DESARROLLO DEL TEMA**

3.1. Las capacidades coordinativas y el pre deporte.....31

3.2. Estrategias evaluativas para las capacidades coordinativas de los alumnos y la evaluación inicial… .....37

3.3. Actividades pre deportivas para el fortalecimiento de las capacidades coordinativas de los alumnos de 6° “C”… .....43

3.4. Experiencias y logros del fortalecimiento de las capacidades coordinativas de los alumnos través del pre deporte.....63

**CAPÍTULO IV**

**CONCLUSIONES..... 66**

**CAPÍTULO V**

**BIBLIOGRAFIA**

**CAPÍTULO VI**

**ANEXOS**

# I. INTRODUCCIÓN

En la escuela Benemérita y Centenaria Escuela Normal del Estado de San Luis Potosí, existen diferentes licenciaturas, tales como: Preescolar, Primaria, Ingles, Inclusión, Matemáticas, Español y Educación Física, se lleva a cabo cuatro años de estudio sobre la carrera para poder obtener la licenciatura, en esos cuatro años se tiene una materia que se llama Observación y Práctica Docente (OPD), con el objetivo de, que el futuro docente en formación tenga la posibilidad de practicar en diferentes escuelas con diferentes contextos, en específico los alumnos de la licenciatura en educación física tiene la posibilidad de practicar en los tres niveles básicos, los cuales son: Preescolar, Primaria y Secundaria.

En los semestres 7° y 8° se debe de realizar un ensayo pedagógico, para con esto darle fin a la carrera y poder titularte como docente, en este ensayo tenemos que seleccionar un grupo foco y trabajar sobre sus debilidades con apoyo de las 61 estrategias didácticas, para esto la escuela te asigna una escuela la cual es para todo el ciclo escolar.

La normal del estado me asigno como plantel, la primaria “Plan de San Luis” con el objetivo de realizar mi ensayo pedagógico, en la cual asistí algunas semanas de observación, el cual mi tarea principal era poner a prueba mis habilidades de observación, para detectar en la escuela mi futuro grupo foco con el cual iba a trabajar más de lleno en cuanto al desarrollo o fortalecimiento de las habilidades y capacidades físicas, en dicho plantel se tuvo la oportunidad de observar a los alumnos de los diferentes grados y grupos mientras transcurrían distintos momentos en los que se les podía apreciar como en la hora de entrada, el recreo y la hora de la salida, además de instantes en los que se lograba observar cuando salían de su aula de clases para dirigirse a otros lugares de la escuela.

En los días de observación, pude identificar a un grupo en particular, el 6° “C”, ya que en diversas actividades que puso el maestro de educación física en varias

clases, me permitió identificar características muy peculiares de este grupo, como la falta de interés de participar en los juegos deportivos por parte de las alumnas, la falta de participación, pero existían algunas capacidades, tales como: el ritmo, el equilibrio y la reacción, que se notaba que la mayoría del grupo batallaba al poner a prueba sus capacidades que a cierto punto, les daba desconfianza participar en las clases ya que tenía un fuerte déficit en estas capacidades.

Con lo que se detectó en la semana de observación con mí posible grupo foco, me di a la tarea de platicar con el maestro de Educación Física José Ovalle Alonso, para saber su opinión acerca del grupo, ya que él tenía tiempo de trabajar con ellos, y me comento que era un grupo bueno, pero que específicamente ese grupo carecía de algunas “capacidades coordinativas” porque desde entro esa generación, venían con muchos problemas motores, él me comentaba que no sabía porque, tal vez sería por el preescolar del que venían, pero no ha podido enfocarse con ellos porque él es muy solicitado en diversos eventos deportivos de la región.

Después platique un poco con el profesor Juan Armando, es el maestro del grupo de 6°”C” , esto con la intención principal de saber su opinión de como trabajaba el grupo en la educación física, el me comento que los alumnos le comentaba que no les gustaba los deportes, y que se les hacía aburridas las clases de educación física, pero aun así les gustaba porque es donde salían a correr o jugar, al escuchar las opiniones de los dos maestros, llegue a la conclusión de que trabajaría con ese grupo, porque tenía dificultades que quería resolver y eran problemas que yo como alumno sufrí, pero los maestros que tuve en mi infancia me apoyaron, por lo que lo tome como un reto personal.

Mediante mi propia experiencia, que es poca pero que gracias a la materia de Observación y Práctica Docente (OPD) obtuve dando clases en los tres niveles básicos, supe desde un principio que, los alumnos carecían de algunas capacidades coordinativas, pero para estar más seguro, me di a la tarea de investigar y me di cuenta que les faltaba el fortalecimiento de las capacidades coordinativas y teniendo en cuenta los comentarios de los maestros, decidí trabajar con las actividades pre

deportivas con la intención de lograr un impacto en los alumnos en cuestión al deporte, de esta manera fue que se dispuso a elegir el siguiente Tema de Estudio el cual lleva por título: “El fortalecimiento de las Capacidades coordinativas a través del Pre deporte en el grupo de 6° C”.

Las razones personales para seleccionar este tema fueron porque en mi infancia tenia problemas parecidos, y que con la ayuda de mi maestro de educación física pude fortalecer mis capacidades coordinativas, ahora que yo soy el docente y veo este déficit en los alumnos, para mi representa como un reto personal, el poder ayudar a los alumnos a fortalecer sus capacidades con la ayuda de actividades pre deportivas.

También representa un reto para mí al crear estrategias para desarrollar el gusto por el deporte a las alumnas, y mediante mis habilidades y estrategias didácticas planear actividades de gran impacto en las capacidades motoras de los alumnos así como la diversión de los mismos. Aparte de que creo que este tipo de capacidades, los niños de primaria deberían tenerlas muy presentes porque son esenciales para la vida deportiva y la vida cotidiana y es que todas las personas nacemos con las capacidades condicionales, pero y las coordinativas, ellas se necesitan desarrollar para una mejor calidad de vida, por lo que me parece algo muy importante en la vida de los alumnos.

Decidí trabajar las capacidades coordinativas en los alumnos mediante una estrategia didáctica que por experiencia propia, tiende a ser de gran impacto enorme en las vidas jóvenes, y este es el pre deporte, ya que platicando con el maestro de educación física, llegamos al acuerdo que, el deporte debería ser esencial en la vida de un joven, ya que mediante el deporte se crea un desarrollo, fortalecimiento y consolidación de las capacidades, habilidades, actitudes, aptitudes y hábitos, esto ayudando en la calidad de vida cotidiana del alumno.

Por este motivo creí necesario trabajar con el pre deporte, ya que están en una edad ideal para crearles el gusto por un deporte, ya que en mi grupo foco, no les gustaba mucho el deporte, si razonamos un poco nos daremos cuenta de que todo lo que

hacemos normalmente necesitamos de las capacidades condicionales y coordinativas, estos alumnos presentaban una escases muy notoria de las capacidades coordinativas por lo que al reflexionar sobre esto, no se pudo dejar que el grupo siguiera teniendo estas características que solamente los perjudicaría en un futuro.

Los propósitos que se plantearon alcanzar con el desarrollo de este Ensayo Pedagógico que se trabajó durante todo un ciclo escolar en las sesiones de Educación Física con los alumnos son los siguientes:

- Identifique sus capacidades coordinativas para su desarrollo deportivo mediante las actividades pre deportivas.
- Fortalezca sus capacidades coordinativas mediante las actividades pre deportivas de los alumnos.
- Logre mejorar sus capacidades coordinativas a través de actividades pre deportivas para una mejor vida deportiva.

Las actividades de indagación que se realizaron para saber por qué los alumnos tenían esta problemática, la primera como ya se mencionó anteriormente fue la observación que se realizó directamente con el grupo cuando estaban en la actividad de Educación Física que trabajaron con el Maestro José Ovalle Alonso, el segundo fue las entrevistas y los diálogos que se tuvieron personalmente con el profesor de Educación Física y con el maestro de grupo.

Se realizaron distintas evaluaciones, iniciales, por cada sesión y finales (se encuentran dispersas a lo largo del documento y en las gráficas de las evaluaciones que se pueden encontrar en los anexos) para conocer más a fondo lo que los alumnos pensaban y conocían sobre las capacidades coordinativas y las actividades pre deportivas, se fue observando los períodos por los que los alumnos iban pasando en el proceso de fortalecimiento de sus capacidades coordinativas al igual que el gusto del deporte mediante las actividades pre deportivas, en un principio fue un verdadero desafío el que trabajaran en las sesiones de educación física, ¿por qué?, la respuesta es muy variada, algunos ejemplos son los siguientes:

- Los niños solo conocían el futbol y solo querían jugar ese deporte.
- Las niñas no querían participar porque pensaban que jugaríamos las “retas”.
- Algunos alumnos tenían la idea que educación física solo era una clase libre.
- Simple y sencillamente no podían trabajar por carencia en sus capacidades.
- Otra dificultad fue que por ser sexto tenían diversas actividades, esto por su graduación.

Con las actividades pre deportivas que fueron planeadas y enfocadas para fortalecer las capacidades coordinativas de los alumnos, se pudo intervenir para disminuir la problemática que el grupo presentaba; dejando a un lado las dificultades que se mostraron con el grupo se puede mencionar también que un impedimento que afectaba mucho a la realización de este trabajo fue el tiempo, las clases de Educación Física que se les impartía al grupo solo eran de cuarenta minutos los días lunes y de cincuenta minutos los días viernes, por lo que el horario de invierno reducía las sesiones por algunos minutos por lo que las actividades se tenían que hacer con una mayor rapidez y al atender a 27 alumnos a la vez el tiempo jugaba un factor muy importante en la realización del trabajo.

La utilidad que dejo el realizar este tipo de proyecto en mi formación profesional fue dejarme muchos conocimientos nuevos y útiles , otra perspectiva muy distinta de lo que significa ser un educador físico y la importancia que tiene la educación física y el deporte en la vida cotidiana del alumno y sobre todo experiencias totalmente nuevas que en el pasado se conocían poco o se desconocían en su totalidad, expandiendo las áreas de conocimiento que en la escuela normal se adquirieron principalmente de forma teórica y que actualmente gracias a la práctica ya se pueden considerar como vivencias.

En este trabajo también se logró, identificar las áreas de oportunidad en las que la Educación Física se puede involucrar para intentar dar solución a una o más problemáticas que se presentan en las escuelas, como por ejemplo:

- El respeto los demás.
- La sana convivencia.

- El desarrollo de habilidades.
- Oportunidades de becas deportivas.
- Disciplina.
- Maduración motora.

También gracias a la práctica docente se pudo conocer distintas áreas de trabajo en las que se necesita la presencia de la Educación Física (a parte de las clases que se dan a los alumnos normalmente), como por ejemplo tener la oportunidad de observar y practicar el cómo se ensaya y conforma una escolta a la bandera, realizar activaciones físicas que se imparten a la hora de la entrada al plantel y el de poder asistir a diversos eventos tanto deportivos como culturales en los que la presencia del educador físico es indispensable.

Las experiencias que se tuvieron en esta escuela de práctica sirvieron en su totalidad para mejorar y hacer de un servidor una persona con mayor capacidad para dirigir a un grupo, hablar con los padres de familia, hacerse cargo de algún tipo de evento cívico y el de tener una ética profesional capaz de dar respuesta a las condiciones sociales y necesidades de los alumnos y del entorno en el que se encuentra la escuela.

# CAPÍTULO II. TEMA DE ESTUDIO

La educación física para mi es, una material escolar que se centra en desarrollar, fortalecer y consolidar las diferentes capacidades físicas y mentales con el propósito de mantener una buena salud mental y física para con ello tener una mejor calidad de vida cotidiana, sabiendo esto reforcé mi concepto de la educación física con lo que nos menciona Thomas (1990):

> Ser profesor de educación física en una escuela de educación básica implica realizar con los alumnos una serie de actividades muy específicas relacionadas con el movimiento corporal, que en muchos planteles se consideran como marginales en comparación con los aspectos académicos del resto del curriculum. (p.248)

Las clases de Educación Física es el espacio idóneo donde se puede notar muy fácilmente que los alumnos necesitan la ayuda del maestro para el desarrollo de su motricidad para con ello lograr el objetivo de las actividades y juegos que normalmente se trabajan en cada sesión.

## 2.1 NÚCLEO Y LÍNEA TEMÁTICA (NÚCLEO, CAMPO FORMATIVO Y PROCEDIMIENTO EN L.E.F.).

### 2.1.1 NÚCLEO TEMATICO: Los niños y los adolescentes.

Los núcleos temáticos se vinculan con la situación seleccionada, de manera que sea posible sistematizar la información y revisar, a la luz de los planteamientos de los textos sugeridos, y tengan herramientas tanto en la elaboración del documento

recepcional, como para el mejoramiento profesional. Al mismo tiempo, el orden y la profundidad con que se aborden los núcleos temáticos dependerán de las propuestas que el asesor sistematice con base en sus visitas de seguimiento al trabajo docente en las escuelas de educación básica, y según los requerimientos y necesidades particulares de los alumnos.

Cada núcleo temático se compone de ejes de análisis que tienen la función de orientar y guiar el trabajo docente, para el cual se eligió el eje que mejor se acomodaba a mi tema de estudio fue el de “competencia motriz”, cada eje de análisis se componen de temas específicos que son aquellos que redirigen la forma de desarrollo de los contenidos, pueden retomarse para ampliar, reflexivamente, la comprensión .de la práctica docente efectuada, permitiendo así que el documento adquiera una estructura formal y lógica.

Por medio de la observación y análisis desarrollado en las jornadas de práctica vivenciadas en la primaria “Plan de San Luis” se observaron debilidades de los alumnos, se ha determinado un núcleo temático debido a que se adapta mejor a las características y forma de desarrollo del tema, considerando que se trabajará en el nivel primaria con el grupo de 6° a través de actividades pre deportivas que fortalezcan las capacidades coordinativas. Por lo cual se ha definido el siguiente núcleo temático:

- Los niños y los adolescentes

Se eligió este núcleo ya que como nos menciona el documento Análisis del Trabajo docente y Diseño de propuestas Didácticas I y II (SEP 2002): “Los niños y los adolescentes: Grados escolares. Número de alumnos por grupo. Edades y género, Antecedentes académicos, Tipo de escuela en que estudian, Dificultades, expectativas e intereses en el aprendizaje de determinadas asignaturas o temas, Desarrollo de sus competencias en ciertos campos de formación y habilidades motrices que poseen” (p.78). Esto me ayuda y se adapta a mi trabajo docente, a través de este planteamiento, se reúne las experiencias de trabajo docente y

considera aspectos fundamentales que abarca desde las características de los alumnos.

### 2.1.2 CAMPO TEMÁTICO: EL DESARROLLO DE LA COMPETENCIA MOTRIZ DE LOS NIÑOS Y LOS ADOLESCENTES.

Tema. “El fortalecimiento de las capacidades coordinativas a través del pre deporte en el grupo de 6° “C””

El campo temático sin criterios básicos para la elección del tema y decidir en qué campo temático se relaciona el tema, en el cual existen tres grandes campos y son los siguientes:

- EL DESARROLLO DE LA COMPETENCIA MOTRIZ DE LOS NIÑOS Y LOS ADOLESCENTES.
- EDUCACIÓN FÍSICA Y GESTIÓN ESCOLAR.
- EL EDUCADOR FÍSICO Y SU PRÁCTICA PEDAGÓGICA DIVERSA, AMPLIA E INCLUYENTE.

Tomando en cuenta el tema de estudio se debe de tener un conocimiento general y específico de lo que significa esto, saber qué características lo conforman, como se puede trabajar, etc. Ser un docente en formación que tenga un tacto especial para poder platicar con los alumnos, esto con el objetivo de ganarse su confianza.

El campo que seleccione es: “El desarrollo de la competencia motriz de los niños y los adolescentes”.

El campo temático elegido, demanda al estudiante normalista poner en juego los conocimientos, la iniciativa y la creatividad pedagógica, esto da a entender que el educador físico debe de tener conocimientos, aptitudes y actitudes para poder relacionarse con los estudiantes, en este caso de nivel primaria.

> Un trabajo en este campo demanda al estudiante poner en juego los conocimientos, la iniciativa y la creatividad pedagógica que ha logrado desarrollar durante la formación inicial para diseñar, aplicar y analizar actividades motrices congruentes con los propósitos de la educación física en la educación básica. (SEP, 2002, p. 21)

Como lo menciona el libro de orientaciones académicas para la elaboración del documento recepcional.

> “Un documento recepcional que desarrolle este campo demanda que el estudiante ponga en juego sus habilidades para la observación; para relacionarse y dialogar con los niños y los adolescentes durante las sesiones de educación física y en las actividades extraescolares; para explorar sus características y el nivel de desarrollo de la competencia motriz que han alcanzado. Así, la experiencia y las actividades realizadas por los alumnos de educación básica se registran de manera sistemática para ser incorporadas en su documento”. (SEP. 2002, p. 21)

Por lo mencionado anteriormente fue un reto para mí poner a prueba mis habilidades de observación para con ello relacionarme con los alumnos y así poder realizar un análisis y cuando este en las clases de educación física poder explotar las habilidades de los alumnos como también desarrollar, fortalecer y consolidar las necesidades de los alumnos de acuerdo a su edad.

Esto incluye el análisis del conocimiento obtenido y las explicaciones relativas a los factores o condiciones que pueden favorecer el desarrollo de la competencia motriz, lo que sirve de base para que pueda seleccionar una situación relevante y de mi interés dentro de este campo temático, por ejemplo:

- Las motivaciones de los niños y los adolescentes para la realización de actividades motrices.
- Exploración de las formas en que los niños y los adolescentes resuelven sus problemas.

- La variabilidad de la práctica en la acción motriz de los niños y los adolescentes.
- El sentimiento de competencia o de incompetencia motriz, resultado de la aplicación de las sesiones de educación física.
- El pensamiento y la actuación estratégica a través de los desempeños motores de los alumnos.

Dentro de éste análisis se pretende seleccionar experiencias concretas y que estén relacionadas con el tema de estudio y que serán propicios para mi reflexión. Esto me permitió valorar si el alumno adquiere las competencias y aprendizajes esperados a través de diversas estrategias que contribuyan a su formación generando un aprendizaje significativo y permanente.

Por último el seguimiento del grupo foco a través de la observación, el registro, el análisis y la reflexión sobre el desempeño motor de los niños ayudará a mi como estudiante a encontrar explicaciones acerca de las formas en que estos escolares desarrollan su competencia motriz, y cómo solucionan sus problemas motores.

### 2.1.3 PROCEDIMIENTO PARA ABORDAR EL TEMA: ANÁLISIS DE EXPERIENCIAS DE ENSEÑANZA.

A continuación, se presentan tres procedimientos para abordar el tema, ya que el procedimiento para abordar el tema se relaciona con las formas de recopilar la información en el proceso del trabajo docente y en cómo aprovechar la información y qué priorizar al escribir el ensayo, dentro del escrito nos mencionan tres tipos de procedimientos estos son:

- Análisis de experiencias de enseñanza.

- Análisis de casos comunes en la práctica escolar y en el funcionamiento de la escuela.
- Experimentación de una propuesta didáctica.

El procedimiento elegido para abordar el tema es el primero en la lista de acuerdo a la (SEP, 2002, p. 25) el cual lleva por nombre Análisis de Experiencias de Enseñanza, este se eligió porque tiene una vinculación estrecha con el tema que se pretende trabajar con los alumnos que es el fortalecimiento de las capacidades coordinativas a través del pre deporte en el grupo de 6° “C”.

Las características y cualidades de este procedimiento “Análisis de experiencias de enseñanza”, como nos menciona:

> “Este procedimiento es propio para temas relacionados con alguna experiencia que el estudiante haya desarrollado en un grupo de educación básica y que desee analizar con mayor detalle, ya sea de forma general en el marco de la aplicación de la educación física, o bien refiriéndose a algún contenido en particular” (SEP, 2002, p.25).

El desarrollo de un tema, desde la perspectiva de este procedimiento, requiere que se precisen los aspectos que permiten ubicar el contexto en que se llevó a cabo la experiencia por analizar:

1. El nivel educativo y el grado escolar en el que se efectuó.

2. Los elementos en que se centró el análisis:
    - Si se refiere a la experiencia de enseñanza de la Educación Física en general, a las posibilidades de su reorientación o específicamente a una serie de estrategias de trabajo.
    - Si se enfoca al análisis de uno o varios contenidos de la Educación Física.
    - Si se orienta a la secuencia de las sesiones en las unidades didácticas (SEP, 2002, p. 26).

Es importante destacar que el procedimiento elegido analiza las experiencias vividas en la jornada de práctica docente, detallando situaciones sucedidas con los alumnos que permitieran detectar, valorar y llevar a la práctica por medio de diversas estrategias didácticas de la Educación Física buscando encontrar una posible solución a dichas situaciones.

## 2.2 DESCRIPCIÓN DEL HECHO O CASO ESTUDIADO.

Desde un poco antes de que comenzará el presente ciclo escolar 2019 – 2020, en el tiempo en el que aún me encontraba estudiando el sexto semestre, me fue asignado como plantel de Práctica Docente para el séptimo y octavo semestre la Escuela Primaria “Plan de San Luis”.

En la segunda semana de la jornada de Observación mi compañero Roberto Guillu y yo teníamos una conversación con el maestro de Educación Física, el maestro José Ovalle, para tratar temas con el fin de nuestra participación en la escuela, pero nos comentó que tal vez se iban agregar horas de la materia de música por lo que se asignó un horario temporal. **(Véase en anexo 1)**

El maestro fue muy accesible desde que llegamos con él, en la conversación nos comentó que sería buena idea sacar a todos los grupos mi compañero y yo con el fin de trabajar con los alumnos un poco más de cerca y poder observar sus características y observar sus déficit, necesidades y fortalezas para con ello elegir alguno grupo para que sea nuestro grupo “foco” para desarrollar el tema de acuerdo a las necesidades.

Después de trabajar con todos los grupos de la escuela, mediante la observación observe que existía un grupo en el cual tenía muchas deficiencias motrices por lo que me motivo a escoger el tercer ciclo debido a que detecté que existía una

costumbre en ellos y que era en jugar puro futbol y las típicas “retas” por lo que pensé que sería una problemática pero no era la principal ya que mediante un circuito de acción motriz fue donde encontré el problema principal de este grado que era él 6° grupo “C” que fue sobre las habilidades motrices, observe que no tenían mucha habilidad para algunas capacidades físicas como él equilibrio, la reacción entre otras.

Por medio de unas encuestas afirme el tercer problema, los alumnos tienen cierta tendencia a pensar que la Educación Física es deporte y por ende no comprenden en que les pueden beneficiar otro tipo de juegos. **(Véase en anexo 1.1)**

El otro problema era que de 15 alumnas solo a 2 les gustaba jugar algún juego relacionado con el deporte, así que el 86% por ciento de las niñas no les gusta jugar futbol ni cualquier otro deporte, pero si al 100% por ciento existe interés por la clase de educación física y fue por eso que me decidí a trabajar los Juegos Pre deportivos, ya que me servirán para que las niñas puedan intervenir en las clases y al mismo tiempo que todos comprendan que el Deporte no es lo mismo que la Educación Física, que esta te ayuda a favorecer la habilidad y la destreza motriz y que mediante este procedimiento pueden practicar de manera acertada un deporte.

Después de tener en cuenta todas estas problemáticas y platicando con él maestro de física llegamos a la conclusión que el grupo tiene un déficit en las habilidades coordinativas, después de la plática no estaba del todo seguro por lo que opte por conversar con el maestro de grupo y el por lo que lleva trabando con el grupo y por lo que él ha observado me comentaba que los notaba algo “torpes” a la hora de realizar alguna actividad física, y platicando nuevamente con el maestro de educación física me comentaba que ese grupo de 6° tenía un cierto retraso en cuanto a sus habilidades y capacidades por lo que me recomendó que sería una buena idea trabajar con ese grupo.

Así que el propósito de trabajar con este grupo es dar a conocer los Juegos Pre deportivos, fortaleciendo las capacidades coordinativas. Cada Unidad Didáctica se trabajara con un mínimo de dos deportes por unidad con el fin de que se al final se

vean los 5 deportes básicos que son: el futbol, basquetbol, voleibol, atletismo y handball de manera que cada una de ellas presentará una explicación de lo que se trabajará.

Después de las problemáticas encontradas fue así que seleccione mi tema de estudio “El fortalecimiento de las capacidades coordinativa a través del pre deporte” en el grupo de 6° “C” en la escuela primaria Plan de San Luis, mediante este tema y con este grupo fomentaré a través de la educación física:

- Identificar las actividades pre deportivas.
- Identificar las capacidades coordinativas.
- El hábito de la práctica deportiva.
- El gusto por el deporte.
- Fortalecer las habilidades.

## 2.3 ESCUELA Y UBICACIÓN GEOGRÁFICA.

### 2.3.1. DATOS DE IDENTIFICACIÓN DE LA ESCUELA.

La escuela donde me toco practicar se llama: “Escuela Primaria Plan de San Luis” perteneciente al Sistema Educativo del Gobierno del Estado (SEGE) por parte del Sistema Estatal Transferido y de la Secretaria de Educación Pública. **(Véase en anexo 2)**

Es de turno matutino con un horario de 8:00 am a 13:00 pm horas y cuenta con el número telefónico 8-16-54-77, la directora general de la institución es Sarai de los Ángeles Gaitán.

La ubicación es una zona urbana que cuenta con todos los servicios básicos (luz, agua, drenaje, pavimento, cisterna y aljibe). Rafael Cepeda #500 Col. El paseo C.P. 78320 San Luis Potosí, S.L.P. México. **(Véase en anexo 2.1)**

### 2.3.2. CARACTERÍSTICAS DEL ENTORNO INTERNO Y EXTERNO

Se encuentra ubicada en la calle Rafael Cepeda #500 C.P. 78320 en la colonia El Paseo 5ta Sección, entre las calles Azteca Sur y Julio Peña que conforma al municipio de San Luis Potosí, S.L.P., (C.C.T.) 24DPR1269R sector 01, zona escolar 044.

Las características generales del entorno externo e interno son buenas ya que el ambiente es tranquilo y las personas que residen tienen un sustento económico medio. Su construcción externa está hecha a base de ladrillos con una barda de tres metros y en la parte superior con malla alambrada de dos metros aproximadamente, la barda se halla pintada de color crema a cada extremo de la escuela y en la entrada principal cuenta con un portón gris y alrededor la pared está cubierta de nitro piso color rojizo con letras color oro que conforman el nombre de la institución, Como nos menciona el autor Ittelson (1973): “el ambiente es un terreno emocional” (p.69).

Para este autor, es un proceso que tiene implicaciones en la acción global del individuo. Expresa, que gran parte de la experiencia vital del ser humano se fija y se conforma a lugares, espacios, entornos emblemáticos o paisajes, en los cuales se da un proceso de construcción del significado ambiental. La valoración de la experiencia del ambiente se convierte en un recurso a través del cual el ser humano se implica a sí mismo en el lugar.

El entorno de la escuela se encuentra colindando con casas de la localidad. Algunas características sociales relevantes de su contexto escolar es que a su alrededor se encuentra; una iglesia católica y una iglesia cristiana, algunos negocios como papelerías, tiendas de abarrotes, ferreterías, carnicerías, papelerías, lavanderías,

ciber, panaderías, locales de comida, entre otros; a dos cuadras se encuentra el Jardín “La Estrella” con algunos locales antes mencionados así como un OXXO, también hay juegos y aparatos de ejercicio tipo mecánicos patrocinado por la empresa Coca-Cola, donde los habitantes de la comunidad aprovechan para tener un espacio libre y de recreación.

A unos metros de la Institución se encuentra el Blv. Rio Españita, también se encuentran dos plazas comerciales llamadas “Macro plaza San Luis” y en contra esquina cruzando la carretera Salvador Nava esta la Plaza “Soriana el Paseo” en donde pude ir la gente, ya que cuentan con cine, tiendas, bancos, entre otros.

El contexto de la escuela resulta de vital importancia en los alumnos para el desarrollo de las competencias y aprendizajes esperados que pretende la educación primaria. Es por eso que se requiere un estudio general de las condiciones ambientales, geográficas y económicas en donde se está llevando a cabo la práctica docente y la investigación de campo ya que el contexto es inseparable de las contribuciones activas de los individuos.

La institución cuenta con dieciocho salones distribuidos en tres edificios principales de esos pisos en cada uno y tres más en un espacio que antes eran salas de computación. **(Véase en anexo 3)**

La escuela cuenta con dos canchas techadas, la principal con medidas para jugar basquetbol con tableros oficiales y otros ocho tableros pequeños ubicados a los costados de la cancha, también puede ser utilizada para jugar voleibol, futbol que tiene porterías de fierro fijas que también se podrían utilizar para el handball. **(Véase en anexo 3.1)**

Esta cancha se encuentra en muy buenas condiciones, pues además cuenta con círculos pintados en todo el espacio de la cancha. **(Véase en anexo 3.2).** La otra cancha esta igualmente en muy buenas condiciones aunque un poco más reducido

en su espacio; realizaron su techado recientemente y está pintada de color amarillo algunas estructuras del techado. **(Véase en anexo 3.3).**

El profesor de Educación Física cuenta con una bodega para uso y almacén de los materiales didácticos para las clases de educación física. **(Véase en anexo 4).** Cuenta con un escritorio, una computadora y abundante material, como por ejemplo, balones de basquetbol, pelotas, bastones, botes, colchonetas, cuerdas, aros, conos, entre otros. **(Véase en anexo 4.1)** Lista de materiales didácticos de la bodega de educación física. **(Véase en anexo 5)** Las clases son de cuarenta minutos dos días a la semana por grupo.

## 2.4 CARACTERÍSTICAS SOCIALES RELEVANTES.

### 2.4.1. CARACTERÍSTICAS DE LOS PADRES DE FAMILIA

Las características de los padres son muy buenas ya que tienen la ideología de apoyar a la escuela, porque una característica que tienen es que son muy unidos en cualquier sentido, si hay una propuesta por ejemplo, entre todos lo platican para llegar a un acuerdo y con ello decidir y si la mayoría decide una decisión todos los demás lo apoyan, así como otra característica importante que yo alcanzo a ver es que son muy organizados porque existe una asociación la cual se encarga de los eventos grandes, por lo que ellos administran el dinero y lo gastan de una manera muy inteligente, ya que cada año pintan la escuela, compran material al docente de educación física.

Otra característica importante en los padres de familia es que son muy solidarios, porque ellos se organizan para designarse días para ir a limpiar la escuela y si en caso el maestro de grupo o el maestro de educación física necesitan el apoyo de

los padres ya sea para un bailable para una fecha importante como el 20 de noviembre o si el maestro los necesita para una actividad deportiva escolar como los torneos deportivos de la zona o para una actividad como las macro, los padres apoyan mucho las actividades.

Por lo que opino que son características muy buenas y que en experiencias anteriores en otras escuelas había, creo que esto se da por el maestro de educación física y los directivos ya que ellos en cada juta invitan a los padres a participar en las actividades de sus hijos.

### 2.4.2. CARACTERÍSTICAS DE LOS ALUMNOS DE LA ESCUELA

Es una escuela que tiene mucho apoyo en cuanto a los padres por lo que ayuda al alumno en sentirse en confianza y sacar su máximo potencial, los alumnos son respetuosos y tienen mucha energía por lo mismo tienen muchas ganas de trabajar, como nos dice en el libro estudio y génesis de la psicomotricidad donde da Fonseca (2000) nos menciona lo siguiente. *"*Las experiencias vividas, por otro lado, solo demuestran es imposible encarar el movimiento de un modo parcial*" (p.24).*

Da Fonseca nos quiere explicar que de acuerdo a las experiencias del niño puede ir identificando la importancia de las partes de su cuerpo, en conclusión el niño tendrá más aprendizaje si el mismo experimenta a que le cuenten que se siente.

Algunas características físicas que se observan son por ejemplo a la edad de 6 a 8 años es que forman su imagen corporal, consiguen cierta independencia segmentaria, organizan y estructuran el espacio y el tiempo lo integran a sus experiencias personales.

Entre los alumnos de 8 a 10 años mejoran los aspectos cualitativos del movimiento, ya no se generan tantos movimientos gruesos y empiezan a dominar su motricidad

y realizan mayormente movimientos finos durante las sesiones. Entre los 10 a 12 años dominan globalmente el gesto y el movimiento, a través de los cuales son capaces de expresar sentimientos e ideas. Adaptan sus movimientos a diferentes medios y materiales.

Por último el horario de la clase de educación física se estructuro por el director, los maestros de aula y el maestro de educación física durante el CTE. **(Véase en anexo 6)**

### 2.4.3. CARACTERÍSTICAS DEL GRUPO DE 6° "C"

El grupo de 6° "C" son en total 27 alumnos, y se dividen en 15 mujeres y 12 hombres, en la cual observe que son un grupo sumamente participativo en las clases de educación física y que siempre existe un apoyo de parte de los alumnos para que la clase tenga una mayor duración y sea lo mas agradable posible, por lo que una de las características principales es que son muy activos y participativos, así como la exigencia de realizar actividades distintas y variadas, pero como todo tienen algo bueno y un déficit en otras, por lo que tienen sus habilidades un poco bajas al igual que el conocimiento conceptual, como el trabajo en equipo. **(Véase en anexo 7)**

Según Watson (1990) las características de las y los niños de entre 11 y 13 años nos dice que:

Maduración física: En esta etapa, los varones están al máximo de su velocidad de crecimiento. La mayoría de los niños experimentan un crecimiento violento que dura de dos a tres meses. Por lo general, a partir de los once años las niñas suelen mantenerse más elásticas o extensibles que los varones.

Maduración perceptiva: La habilidad para percibir un objeto que se mueve y moverse de acuerdo con él mejora con la edad: está relativamente fija a los once años y se perfecciona una serie de destrezas. El cerebro es capaz de procesar información con precisión y rapidez.

Maduración cognitiva: En esta etapa, aumentan los periodos de atención y desarrollan la habilidad de hacer deducciones complejas. Analizan diferentes formas de razonamiento y resuelven problemas.

Maduración psicosocial: La habilidad deportiva es un tributo muy valorado entre los niños y las niñas. Pueden razonar varios puntos de vista de un modo objetivo. (p.221)

Basándose en la observación, algunas de las características de los alumnos de sexto grado grupo “c” son las siguientes:

- Sus habilidades deportivas aún no están desarrolladas al máximo.
- Presentar temor cuando se necesita golpear un balón de vóley bol o al recibir un pase con la pelota de basquetbol.
- Algunos presentan cierta dificultad al momento de correr, sobre todo los niños que presentan obesidad.
- Las niñas demuestran más dificultad en el mecanismo para golpear un balón con cierta técnica.

Sin duda alguna el grupo de 6° “C” es unido, es muy difícil que entre ellos existan conflictos graves, tiene muchos alumnos que son muy aplicados e inteligentes. A los niños les gusta jugar fútbol, basquetbol, tazos y a las correteadas y las niñas prefieren andar en grupos de amigas hablando de niños, haciendo cartitas y en algunas ocasiones hablando de cómo maquillarse, es raro ver un grupo de niñas de sexto año que ande jugando correteadas o jugando a la pelota.

En mis clases son respetuosos pero algunas veces son inquietos y más cuando se trata de pedir futbol, en cualquier actividad que se les ponga presentan cierta competitividad. Podemos decir que estas características son parte esencial para la planeación de mis unidades didácticas, pues bien ayudan el desarrollo de propósitos que se pretenden alcanzar.

## 2.5 PREGUNTAS CENTRALES QUE GUIARON AL DESARROLLO DEL TEMA.

A continuación se presentan las preguntas que permitirán orientar mi trabajo hacia los propósitos principales que quiero alcanzar y al mismo tiempo saber qué información necesito recopilar para poder dar respuesta a estas mismas mediante la experiencia obtenida en las jornadas de práctica. Y se podrá comprobar los conocimientos y experiencias docentes para su vinculación con el documento.

1. ¿Qué son las capacidades coordinativas?
2. ¿Qué son las actividades Pre deportivas?
3. ¿Qué instrumentos de evaluación permitirán ver el proceso de aprendizajes significativos en la clase de Educación Física?
4. ¿Qué estrategia didáctica se utilizó para evaluar las capacidades coordinativas de los alumnos?
5. ¿Cómo identificaron los alumnos las capacidades coordinativas y el pre deporte a través de la educación física?
6. ¿Cuáles actividades pre deportivas fueron usadas para el fortalecimiento de las capacidades coordinativas de los alumnos?
7. ¿Qué actitudes manifiestan los alumnos al practicar los Juegos Pre deportivos?
8. ¿Cuáles fueron los logros alcanzados en cuanto al fortalecimiento de las capacidades coordinativas a través de las actividades pre deportivas en los alumnos?
9. ¿Cuáles fueron las capacidades coordinativas en las cuales los alumnos presentaron mayor dificultad al realizar las actividades pre deportivas?
10. ¿Qué beneficios se obtuvieron al trabajar con el pre deporte fortaleciendo las capacidades coordinativas de los alumnos en las clases de Educación Física?

## 2.6 CONOCIMIENTOS OBTENIDOS DE LA EXPERIENCIA Y DE LA REVISIÓN BIBLIOGRÁFICA.

Con el paso del tiempo me he dado cuenta que la Educación Física ha cambiado su perspectiva, paso de tener el enfoque militar, deportivo, psicomotor, orgánico funcional, motriz de integración dinámica a una concepción más integral de la persona en la que entran aspectos no solo corporales como la salud y el desarrollo sino cognitivos y sociales, tales como la calidad de vida, bienestar, higiene, etcétera; por lo tanto el papel de la Educación Física en las escuelas de Educación Básica se hace aún más necesario por cuanto contribuye a la adquisición de elementos básicos que permiten a la persona una mayor autonomía y adaptación al medio.

Durante mi experiencia en los cuatro años de estudio, he obtenido conocimientos que me permiten identificar las características de los niños, así como también a observar el contexto con un enfoque pedagógico, permitiéndome realizar planeaciones acorde a las características y necesidades de los alumnos para propiciar aprendizajes significativos.

Entre más se iba avanzando en el proceso de formación docente se iban adquiriendo más y mejores conocimientos respecto a la educación, la salud, la actividad física, el ejercicio físico y el deporte ya que esta linda y noble profesión permite obtener muchos aprendizajes especialmente en estos ámbitos, conocimientos que más tarde cuando se comenzará a asistir a las escuelas de observación y práctica docente se iban a requerir en su totalidad.

Cuando se iniciaron las prácticas profesionales del séptimo y octavo semestre, en donde se tuvo que hacer una recapitulación de muchos conocimientos que se adquirieron en el pasado durante los primeros seis semestres de la licenciatura, por las cuales se decidió trabajar con ellos, para atender dichas problemáticas se tuvo que hacer uso del aprendizaje adquirido en materias como “Introducción a la

Educación Física”, “Escuela y Contexto Social”, “Juego y Educación Física”, “Observación y Práctica Docente”, “Actividad Física y Salud”, solo por mencionar algunas.

En la materia de Iniciación Deportiva se obtuvo como orientar y aplicar en forma dinámica la iniciación deportiva y el deporte escolar en cuanto a la vinculación que existe con la acción motriz de alumno en el sentido de competencia y vigorización física.

Durante el cuarto año de práctica docente, al estar en una situación real de trabajo como futuro educador físico, me permitió enfrentarme a diversas situaciones que me apoyarían a crecer como docente, una de las situaciones que enfrente es el de dialogar y trabajar con alumnos con diferentes tipos de aprendizajes.

Otra situación es el enfrentar una problemática, en la cual a través de diversas actividades lúdicas como medio para favorecer los aprendizajes de los alumnos, sea apoyado del trabajo colaborativo para dar solución a la problemática presentada.

Sin duda alguna el trabajo en conjunto con el maestro de grupo y directivos del plantel es importante, debido que pone en práctica las habilidades de comunicación y socialización del docente en formación, esto para llegar a un fin determinado en conjunto.

Al poder realizar planeaciones acorde a las necesidades y habilidades de los alumnos me permitió el uso de diversas estrategias didácticas, así como también el uso de consignas, y la aplicación de actividades acorde a la edad de los niños, para propiciar un aprendizaje significativo, favoreciendo su desarrollo integral y a su vez darle solución a la problemática presentada en mi grupo de estudio.

¨Por otro lado durante mi formación inicial, en la Licenciatura de Educación Física, en el segundo semestre se impartió la asignatura de Juego y Educación Física y en la organización de los contenidos del primer bloque “El juego, su significado y

sus aportaciones al desarrollo integral de los niños y de los adolescentes en el contexto educativo", se inicia con la revisión del concepto, su clasificación y los diversos tipos que existen, ya que como nos menciona la SEP (2002). "…mediante el análisis de los planteamientos que diversos autores sostienen desde distintos campos del conocimiento" (p.10).

En otros términos, se entiende que es una de las actividades humanas que está presente en toda sociedad y cultura. Permite y facilita un armonioso crecimiento de la inteligencia, de la afectividad, de la creatividad y de la sociabilidad. También constituyen una fuente de preparación para la vida adulta y posibilitan ensayar situaciones divertidas, conflictivas que quizá se vayan a experimentar en la vida. Gracias a la flexibilidad que presentan, estos pueden ser utilizados con diferentes objetivos y de diversas formas, pero sin duda, todos ellos transmiten algún conocimiento.

Continuando en la revisión bibliográfica en el Plan de estudios 2002 de la licenciatura en la Línea de Reorientación número cinco indica lo siguiente:

> La Iniciación Deportiva debe orientarse según distintas posibilidades didácticas y aplicar diferentes modalidades para encausar acciones motrices… a través de tres posibilidades y modalidades didácticas: los juegos modificados, los juegos cooperativos y la propia Iniciación Deportiva (SEP, PLAN DE ESTUDIOS 2002, 2006).

Por medio de la revisión de la cita anterior se puede identificar que los Juegos Pre deportivos no son mencionados y la realidad es que son igual de acertados que las tres modalidades que menciona el plan de estudios puesto que también favorecen el desarrollo de habilidades y destrezas motrices, y al mismo tiempo permiten hacer más vivenciada y entendible la explicación para la diferenciación de la Educación Física y el Deporte.

Como no menciona Thomas (1990): Ser profesor de educación física en una escuela de educación básica implica realizar con los alumnos una serie de actividades muy específicas relacionadas con el movimiento corporal, que en muchos planteles se consideran como marginales en comparación con los aspectos académicos del resto del curriculum. (p.248)

Las capacidades coordinativas según Schnabel (1994):

Es la organización de acciones motoras ordenadas hacia un objetivo determinado, así como la habilidad que tiene el cuerpo, o una de sus partes, para desarrollar en secuencia ordenada, armónica y eficaz un gesto o acción determinados con el fin de realizar con economía una tarea motriz. (p.210)

En general mi experiencia obtenida durante este proyecto fue de gran riqueza a nivel personal, porque mediante conversaciones con otras personas sabia el enorme impacto que tiene la educación física en la calidad de vida de un alumno, y por experiencia propia fue algo que viví como alumno, pero ahora que pude ver el proceso de inicio y hasta a donde llegaron los alumnos fue increíble, fue una enseñanza que con palabras es difícil explicar pero que sin duda, este ensayo pedagógico me ha dejado el logro de un reto personal.

Es sumamente imprescindible hacer que el alumno se involucre en todo momento en la actividad en la que se le está pidiendo que participe, para que esto suceda, el docente en formación debe de darle al estudiante la confianza para que se sienta seguro de incluirse en cada parte de la clase de Educación Física, las actividades pre deportivas contienen ese “ingrediente” necesario para hacer que todos sientan las ganas de participar; es por esta razón que fue la estrategia didáctica más importante que se pudo usar para ayudar al grupo a fortalecer la manera en que trabajaban, en estos juegos los alumnos siempre querían estar presentes ya que eran divertidos, dejaban un aprendizaje significativo en ellos, permitían que se dieran cuenta de sus debilidades y fortalezas motrices, cognitivas y sociales y sobretodo fortalecían los lazos de amistad que se daban en cada actividad.

Toda la información que se plasmó en este Ensayo Pedagógico sirvió como la base principal para poder trabajar el tema de estudio, los autores anteriormente mencionados expandieron el conocimiento que se tenía en un principio sobre diversos temas y lo modificaron notoriamente, los conocimientos, actitudes y habilidades que se adquirieron en la Escuela Normal sirvieron en su totalidad para trabajar en dos aspectos fundamentales de la Práctica Docente: la parte de la teoría y la experiencia en trabajar directamente con un grupo de alumnos la clase de Educación Física.

# CAPÍTULO III. DESARROLLO DEL TEMA

Durante el proceso de mi formación como docente en los seis semestres anteriores tuve la oportunidad de relacionarme en los diferentes contextos sociales que abarca la educación básica, como los son rural, semi urbano y urbano en los diferentes niveles educativos como lo son Preescolar, Primaria y Secundaria.

En mis últimos dos semestres de la carrera, tuve la oportunidad de trabajar en el nivel de primaria, donde en este nivel se trabaja con niños donde oscilan entre los 6 y 12 años, en esa edad los alumnos se vuelven un poco rebeldes en su mayoría esto se debe a el cambio en el que están pasando por su crecimiento y su desarrollo tanto físico como mental.

Por tal motivo, me permití llevar a cabo con los alumnos del nivel de primaria el tema de “El fortalecimiento de las capacidades coordinativas a través del pre deporte”, en donde no solo vean la materia de educación física como una más, que analicen y sepan la importancia que les deja la misma a la hora de ejecutarla, tanto educativa como socialmente.

En el libro de aprendizaje clave, dentro del componente pedagógico “Desarrollo de la motricidad” nos menciona en los aprendizajes clave que el alumno adapte sus capacidades, habilidades y destrezas motrices al organizar y participar en diversas actividades recreativas, para consolidar su disponibilidad corporal, esto me lleva a postular que el desarrollo de las capacidades coordinativas en el grado de sexto cumple un rol crucial porque en la etapa que viven, comienzan a integrarse a deportes de forma educativa y competitiva, con la ayuda de un buen fortalecimiento de las capacidades coordinativas, comenzaran a realizar una buena maduración motriz, la cual les ayudara a ejecutar con eficacia, economía y rapidez las tareas motrices que se les presenten y para con ello tener una mejor calidad de vida.

## 3.1. LAS CAPACIDADES COORDINATIVAS Y EL PRE DEPORTE.

Las capacidades coordinativas tienen un papel fundamental en el crecimiento y maduración motriz de los alumnos ya que con estas capacidades es posible realizar las tareas motrices con mayor eficacia y con mejor economía en los movimientos que requerimos nosotros como seres humanos en nuestras vidas cotidianas.

Las capacidades coordinativas según Schnabel (1994):

> Es la organización de acciones motoras ordenadas hacia un objetivo determinado, así como la habilidad que tiene el cuerpo, o una de sus partes, para desarrollar en secuencia ordenada, armónica y eficaz un gesto o acción determinados con el fin de realizar con economía una tarea motriz. (p.210)

Después de saber que son las capacidades coordinativas, se hablara un poco sobre la clasificación de las capacidades coordinativas las cuales son tres: La básicas generales, las especiales y las complejas, estas clasificaciones las divide Soto (1987) las cuales son las siguientes:

*CLASIFICACION.*

a) Generales o básicas: Adaptación y cambio motriz, Regulación de Los movimientos

b) Especiales: Orientación, Equilibrio, Reacción, Ritmo, Sincronización, Diferenciación y Adaptación

c) Complejas: Aprendizaje motor y Agilidad

Contando con esto, sabemos que son tres las clasificaciones, pero la que trabaje fue las especiales. Son sietes capacidades coordinativas las cuales se tiene cierta definición por cada una, en la capacidad de equilibrio, “el equilibrio es la capacidad que tiene el cuerpo de, mantenerse en equilibrio estático y dinámico” (programa de educación física, 1994, p.195). El equilibrio es una de las capacidades que mejor

tienen desarrollada los alumnos de 6° “C” por lo que no le di un enfoque más directo a diferencias de otras capacidades que necesitaban de un trabajo más específico y claro.

El ritmo es otra de las capacidades que los alumnos no tenían tan débil, pero por lo mismo es importante en la vida de ellos, ya que en general necesitamos el ritmo, “Es la capacidad que caracteriza los cambios dinámicos de los movimientos” (programa de educación física, 1994, p.209).

La reacción es, una capacidad esencial en la vida, ya que en situaciones sencillas de la vida, por ejemplo cuando se cae un niño y su reacción es poner las manos, esta reacción influye mucho en las demás materias, ya que es una capacidad óptica y auditiva, “Es la capacidad de llevar a cabo con rapidez y economía, acciones motoras, a una señal determinada. Las señales pueden ser ópticas y auditivas; simples o complejas” (programa de educación física, 1994, p.206). Esta es su definición por lo que considero es una capacidad muy importante en la vida de cualquier persona.

La diferenciación, “Es la capacidad de lograr con exactitud y economía, los diferentes movimientos” (programa de educación física, 1994, p.211), esta capacidad es una de las cuales, los alumnos les intereso mucho este concepto, ya que mediante esta, ellos pudieron realizar los movimientos con una buena coordinación, por ejemplo, botar dos pelotas con las dos manos al mismo tiempo, acción que no podían y que estaba a tal grado que se les dificultaba hacerlo con una sola mano.

La sincronización es una capacidad muy importante en la vida de un alumno, y más si quiere realizar un deporte, ya que esta, “Es la capacidad de coordinar las diferentes partes del cuerpo en movimiento, en forma encadenada, una con otras. Se expresa en conjuntos a través de la dinámica de los diferentes parámetros en el tiempo y en el espacio” (programa de educación física, 1994, p.206). La

sincronización te ayuda en cosas tan sencillas, como por ejemplo: recibir un pase con un balón de basquetbol con las manos, ya que esta capacidad ayuda a recibir con cierta fuerza progresiva el pase, por lo que en un deportista es muy necesaria tener esta habilidad muy desarrollada.

La orientación es la habilidad que los alumnos batallaron más en fortalecer, como nos menciona: “Es la capacidad en la que la percepción posibilita la orientación y la realización de movimientos en el tiempo y en el espacio” (programa de educación física, 1994, p.207). Como ya se verá más adelante del documento, uno de los ejercicios en los que obtuvo un grado más alto de dificultad fue, que al estar sentados, tenían el conflicto de dirigirse hacia el lugar que se les indicaba, ya que no tenían esta capacidad tan desarrollada, por lo que me di a la tarea de fortalecerla más y algunas de mis actividades fueron un poco más enfocados a esta capacidad y otras, como el juego pre deportivo de “Roba queso de basquetbol”, en la cual los alumnos resultaron muy beneficiados de los juegos.

La capacidad de la adaptación es muy importante en nuestra motricidad, porque esta tiene el poder de hacer que el cuerpo durante una situación nueva, ajuste las necesidades para realizarla con mejor economía las tareas motrices. De otra manera se define como “Es la capacidad de adaptación que tiene el organismo durante una acción dada, contra una situación existente, que puede ser esperada o inesperada” (programa de educación física, 1994, p.207, p. 215).

A lo largo de la carrera tuve la oportunidad de trabajar en diferentes niveles y con diferentes grupos así como también con diferentes estrategias didácticas entre las cuales considero de las más importantes el pre deporte, por lo que puedo definir como pre deporte: “Son actividades cuyo objetivo principal es el de desarrollar las habilidades y destrezas del niño de acuerdo a su edad por medio del actividades deportivas, dando así un cierto interés por un deporte y a la vez enseñando el deporte”.

Pero hay múltiples definiciones del pre deporte así como no lo menciona Thomas (1994):

> El pre deporte es una actividad que antecede al deporte escolar y que contiene características del juego mismo y del mismo deporte con la finalidad de sentar las bases para una formación deportiva y con ellos fortalecer las capacidades. (p.212)

En los juegos pre deportivos, el deporte es el verdadero centro de interés pedagógico, y todos los elementos que se utilicen incluyendo al propio juego preparan al alumno para esa actividad mayor denominada deporte.

Fui capaz de saber presentar los juegos pre deportivos más atractivos y enriquecedores para las características y necesidades de los alumnos. Ello no significa que tengan que tener memorizado muchos juegos sino que debería de conocer a los alumnos, determinar el nivel ludo motriz de los mismos, y escoger los juegos que más se acoplen al contexto socio cultura del individuo.

A partir de los 12-13 años los jóvenes empiezan a aceptar el pacto grupal con todas sus consecuencias. Progresivamente se introducen en actividades lúdicas más regladas, aceptando de muy buen agrado los deportes y juegos muy reglamentados. En este período los grupos que muestren un especial interés por los deportes, también aceptaran muy positivamente los juegos que se asemejen a estas prácticas juegos con balón, con objetivos físicos, porterías, zonas de marca alcanzar, competiciones de equipos entre algunas más.

Para reforzar mi idea sobre los juegos pre deportivos me apoyo un poco en Ruiz (2001) que como el menciona:

> Los juegos Pre deportivos son una forma lúdica motora, de tipo intermedio entre el juego y el deporte, que contienen elementos afines a alguna modalidad deportiva y que son el resultado de la adaptación de los juegos pre deportivos con una complejidad estructural y funcional mucho menor; su contenido, estructura y propósito permiten el desarrollo de destrezas

> motoras que sirven de base para el desarrollo de habilidades deportivas ya que contienen elementos afines a alguna disciplina deportiva. (p.67)

El autor Ruiz hace una acertada y gran descripción de los Juegos Pre deportivos ya que habla del desarrollo de habilidades y destrezas. Me siento identificado con este concepto ya que fue el que utilicé para explicarlo ante mis alumnos y me sirvió para que comprendieran cual era la importancia de los Juegos Pre deportivos.

Para el desarrollo de las Actividades pre deportivas fue necesario aplicarlas por medio de la habilidad motriz y la destreza motriz para llegar a una tarea motriz. Dentro de este marco ha de considerarse que durante las sesiones de Educación Física impartidas al grupo de 6 “C” conviene distinguir que la observación, la evaluación y la evidencia son aspectos indispensables que acceden al conocimiento del favorecimiento que los Juegos Pre deportivos los cuales se desarrollaron por medio de la habilidad, destreza motriz para llegar al fin: una tarea motriz, los Juegos Pre deportivos.

Son muy pocos los momentos en que fuera de la escuela el estudiante tendrá la oportunidad de jugar con un grupo amplio y variado de niños y niñas, de poder usar una extensa gama de materiales de diversos tamaños, colores, texturas, etc., y tener la chance de hacerlo bajo la supervisión de alguien que lo esté cuidando y que sabe lo que está haciendo, por ejemplo el profesor encargado de impartir la materia de Educación Física, esto sería una oportunidad a él, para mejorar sus habilidades.

## 3.2. ESTRATEGIAS EVALUATIVAS PARA LAS CAPACIDADES COORDINATIVAS DE LOS ALUMNOS Y LA EVALUACIÓN INICIAL.

En la clase de educación física existen diferentes herramientas para evaluar a los alumnos, esto nos ayuda arrojando información de suma importancia en los docentes para ver en los alumnos el progreso y desarrollo de diferentes aspectos tales como el desarrollo motriz, el conocimiento conceptual, etc. que van teniendo en el transcurso de las clases de educación física.

Existen diversos tipos de estrategias didácticas para evaluar el desempeño de los alumnos, con los que se trabajó fue mediante la observación, rubrica y organizador grafico o gráficas.

La primera estrategia de evaluación fue mediante la observación, mi asesor me proporciono una guía de observación, la cual me beneficio enormemente, ya que en la guía vienen factores determinantes para la hora de observar a los alumnos trabajando en las sesiones de educación física. Al recibir la guía esperaba tener todo tipo de información y que me ayudara con la forma de evaluación, me aporto mucho conocimiento de los alumnos, como el saber sobre el contexto, gustos o preferencias y formas de relacionarse entre sí.

Una de las formas que utilice para evaluar las habilidades de los alumnos, fue mediante una rúbrica, la cual diseñe dirigida hacia las necesidades de los alumnos pero me base en las rubricas que elabora el autor Víctor M. Pastor, ya que en su libro “Educación Física, Evaluación y Reforma. Diagonal” explica un poco sobre las rubricas y hacen un análisis crítico de los modelos tradicionales de evaluación-calificación en Educación Física, de un modo muy sintético, esto ayudándome a mí como docente a realizar una valoración de la mejor manera posible, ante las necesidades de los alumnos y mías, arrojando los resultados de una manera más amplia y precisa.

Otra estrategia evaluativa, fue la ejecución de los organizadores gráficos, ya que son técnicas de estudio que ayudan a comprender mejor un texto, establecen relaciones visuales entre los conceptos claves de dicho texto y, por ello, permiten "ver" de manera más eficiente las distintas implicancias de un contenido ayudándome así a vaciar los resultados arrojados por las rubricas, esto para un mejor entendimiento visual y una manera de explicación más gratificante y dar a conocer los resultados de una manera eficaz.

Como sabemos se hace una sesión inicial y/o evaluativa con los alumnos para saber cómo están los alumnos en cuanto a sus habilidades, de acuerdo a lo que se va a trabajar, en mi caso es el fortalecimiento de las capacidades coordinativas a través del pre deporte, en base a mi experiencias decidí utilizar el circuito motriz como medio para trabajar y así poder evaluar mediante rubricas y la observación sus capacidades coordinativas de los alumnos de 6° "C", para poder vaciar los resultados en gráficas, con el fin de saber de dónde partiremos y que conocimientos previos tienen acerca de mi tema, tanto conceptuales, procedimentales y actitudinales.

**Actividad evaluativa o inicial:**

**Nombre de la unidad didáctica:** "Juego y fortalezco el trabajo colaborativo" **(Véase Anexo 8).**

**Objetivo de la unidad didáctica:** Que el alumno pueda establecer y demostrar el desarrollo de sus habilidades motrices, pudiendo actuar para superarse así mismo, ante distintos retos motores y situaciones que se le presenten en el juego tanto individual como colectivo.

**Sesión:** Número 1.

**Propósito de la sesión:** Que el alumno muestre y pueda actuar ante distintas situaciones mostrando sus distintas habilidades y capacidades coordinativas.

**Fecha de aplicación:** 24 de septiembre del 2019.

**Actividades medulares:** Circuito de acción motriz. **(Véase en anexo 8.1)**

Para esta sesión que es la primera de mis practicas ya teniendo un grupo foco y un tema para desarrollar, estuve 10 minutos antes de que empezara la clase, para esto hable con el maestro encargado del 6° “C”, con el fin de presentarme y platicar con los alumnos acerca de mi documento y con ello que sea una presentación más formal, después de dar dicha platica con ellos les pase lista de asistencia y les repartir a cada uno una hoja de máquina y les dicte algunas preguntas que servirían como evaluación diagnostica enfocada a saber el conocimiento conceptual que tienen y gusto que tienen referente a los deportes, esta evaluación permitiría saber de dónde comenzar para implementar las siguientes sesiones motivos del porque los escogí para trabajar y realizar mi documento recepcional. **(Véase en anexo 8.2)**

Estando en la cancha se comenzó la clase calentando caminando alrededor de la cancha para después pasar a realizar un círculo en medio del patio, realizando un calentamiento céfalo-caudal para asegurar que los alumnos tengan su cuerpo en óptimas condiciones para la ejecución de distintas tareas motrices. Pasando a la actividad medular, que es la parte de la clase que más me interesa desarrollar con los estudiantes, porque en esos momentos es donde se fortalecerá las capacidades coordinativas especiales por lo que me di a la tarea de explicar la actividad y resolver dudas o recibir comentarios sobre dicha función.

A los alumnos les gustó mucho las actividades, el circuito se dividió en 6 estaciones organizadas a lo largo de la cancha principal de la escuela, al empezar con la dinámica se hizo un circulo en el centro de la cancha, para dar indicaciones de como seria la actividad, esto con el fin de ahorrar tiempo y no desgastarme al levantar la voz para explicar, por lo que opte por reunirlos. Después de explicarles cómo se realizaría el circuito, existió cierta plática en la cual me pareció interesante para el desarrollo de la actividad:

P: Después de explicarles cómo vamos a trabajar voy hacer los equipos, para que estén en cada estación.

Camila: ¡Oiga profesor!

P: Si, mande
Camila: Y si hacemos solo dos equipos para que sea equipo 1 vs equipo 2.

P: Si, sería una buena idea.
Camila: Así será más competitivo y nos animaría hacer las cosas más rápido y con mayor energía.
P: ¿Los demás están de acuerdo?

Camila y sus demás compañeros: Siiii

Después de aquel momento, se hizo una adecuación, ya que se tenía pensado poner el circuito a lo largo de la cancha y formar seis equipos y que cada equipo trabajara en cada estación cierto tiempo, al escuchar las opiniones de los alumnos y al ver con la intensidad y emoción con la que estaban, opte por modificar un poco la actividad inicial, por lo que forme dos grandes equipos, las estaciones se pusieron en orden y dobles para que pudieran trabajar los dos equipos al mismo tiempo, se trabajó en seis estaciones la actividad, debido a este pequeño cambio, se optó por ponerle un nombre a la actividad por lo que se sugirió varios nombres, pero el que termino por ganar fue el “Exatlón de Plan de San Luis”.

La primera estación era pasar por el “Laberinto”, pero al comenzar puse a prueba su reacción, porque su salida para iniciar la prueba, era cuando yo les daba la señal, ya sea auditiva o visual, el laberinto consistía en atravesar una pared de elásticos pero sin tocarlos, la única parte del cuerpo que podía tocar los elásticos era la cabeza, de ahí en fuera nada podía tocarlos, con esta primera actividad buscaba ver sus habilidades de sincronización y diferenciación, y observar como adaptaban su cuerpo para no tocar los elásticos, porque si los tocaban tenían que repetir el ejercicio, pasando a la segunda estación, tenían que dar una vuelta por la

colchoneta, en esta actividad me di cuenta que su orientación no era muy buena, ya que al dar una vuelta se desorientaban y no sabían para dónde dirigirse.

La tercera estación estaba una cuerda y tenían que dar 10 saltos hacia atrás en una posición estática, para poder pasar a la cuarta estación, en este ejercicio del circuito de acción motriz, los alumnos pusieron a prueba diferentes habilidades, tales como: el equilibrio y ritmo.

Llegando a la cuarta estación ya llevaban la mitad de la actividad y estaban un poco cansados pero con la misma actitud y emoción por ver quién iba a ganar, la cuarta estación estaba compuesta por tres aros que estaban recargados en la pared, la cual había una pelota de vinil y tenían que meterla en medio de cualquier aro, poniendo a prueba sus habilidades coordinativas, llegando a la quinta estación estaba un palo el cual agarraron y dieron diez vueltas y tenían que botar un balón de básquet hasta llegar a la canasta, aquí los alumnos ejercieron algunas capacidades como el equilibrio, orientación, ritmo, para así pasar a la última estación que era anotar una canasta para llevarse el punto a su equipo, de esa forma se trabajó con los alumnos, y de esa manera era que existiría un equipo ganador, el que tuviera más puntos, ganaba el juego.

Después de ver como participaron en las estaciones, me di cuenta que las estaciones en las que más se les dificultaba era en la quinta y sexta estación, porque al dar las vueltas en el palo, su orientación era mala ya que salían al otro lado y al botar el balón de básquet no podían botarlo y se les salía de control, al igual vi que su equilibrio corporal no era del todo bueno, y por lo mismo su sincronización no era buena y fallaban mucho los tiros hacia el aro de basquetbol.

Los alumnos tuvieron un buen comportamiento en clase, realmente siguieron todas las indicaciones que se les dieron y las realizaron de una forma correcta, con esto me refiero que no intentaron hacer trampa, se pudo notar una muy buena actitud por parte de las alumnas que eran las que más me preocupaban que participaran, pero al contrario estuvieron activas en las opiniones y en la actividad, se observó que la mayoría de los alumnos tuvieron problemas con los ejercicios ya que se notó

que sus capacidades coordinativas no tenían un buen desarrollo. **(Véase en anexo 8.3)**

Se realizó una valoración con la ayuda del maestro, el instrumento de evaluación por la que opte fue el de la rúbrica, para hacer de esto un poco más efectivo, las cuales según Bujan, Rekalde y Aramendi (2011) son definidas como escalas de evaluación en donde se establecen niveles progresivos de dominio o pericia relativos al desempeño que una persona (pág. 14) y que se caracterizan por demandar que los aprendices resuelvan activamente tareas complejas y auténticas mientras usan sus conocimientos previos (Herman, Aschebacher y Winters, 1992, pág. 2).

La rúbrica se utilizó para evaluar las sietes capacidades coordinativas: equilibrio, reacción, ritmo, orientación, sincronización, adaptación y la diferenciación, con tres aspectos evaluativos, excelente que va de diez a nueve como calificación, bien que va de ocho a siete y regular que va de síes a cero. La calificación no es tan necesaria, y no tiene valor en los rubros, simplemente se puso por experimentación propia de la observación **(Véase en anexo 8.4)** Para saber si el alumno esta excelente, bien o regular en las capacidades coordinativas en la evaluación, describí los niveles de cada aspecto para así apoyarme y saber que saco y no guiarme solo por la observación. **(Véase en anexo 8.5)**

Después de evaluar a los alumnos pase a graficar los datos obtenidos, los cuales me arrojo unos datos no muy buenos por lo que se tenía que trabajar con los alumnos con mucha energía y paciencia, en la cual las capacidades que los alumnos presentaron una mayor dificultad fue en la capacidad de diferenciación y en la capacidad de adaptación. **(Véase en anexo 8.6)**

Después de graficar los datos obtenidos en la cancha se revisaron las preguntas que se les hicieron a los alumnos, y se obtuvieron no tan buenos resultados sobre el conocimiento conceptual, ya que me di cuenta que no solo tenía que trabajar afuera sino que también dentro del aula, porque en lo conceptual no tenían ni idea de decirme que era cada habilidad, como la capacidad de diferenciación, capacidad

de sincronización, capacidad de adaptación, capacidad de orientación en estos son en los que tuvieron más dificultad pero en algunos tenían idea, pero hubo un concepto en el cual nadie tenía ni la idea del concepto más que un alumno, del concepto que hablo es el del pre deporte. **(Véase Anexo 8.7).**

## 3.3. ACTIVIDADES PRE DEPORTIVAS PARA EL FORTALECIMIENTO DE LAS CAPACIDADES COORDINATIVAS DE LOS ALUMNOS DE 6° "C".

Existen muchas y diferentes opiniones acerca de la educación física, ya que piensan los maestros que la materia es una distracción o un mini receso por lo que no la consideran importante para los niños, ya que solo salen a "jugar retas" por lo que están equivocados, porque nuestro trabajo es más allá de la liberación de estrés, de solo jugar, es el desarrollo, fortalecimiento y consolidación de las capacidades, habilidades, destrezas, aptitudes y hasta hábitos. Con esto quiero decir que nuestro trabajo docente es tan importante como las demás materias para la vida cotidiana del niño y para una mejor calidad de vida.

La manera en que los alumnos identificaron las capacidades coordinativas y las actividades pre deportivas a través del aprendizaje que tenían dentro del aula como fuera, esto ¿cómo sucedió? Se logró antes de iniciar directamente con actividades físicas en la cancha, di una sesión dentro del aula dando así una explicación de que son las capacidades coordinativas según el programa de estudios de 1994 y que es el pre deporte según Ruiz.

**Sesión:** Número 2. **(Véase en anexo 9)**

**Propósito de la sesión:** Que el alumno conozca a futuro sus capacidades coordinativas para una mejor calidad de vida, así como las actividades pre deportivas.

**Fecha de aplicación:** 26 de septiembre del 2019.

**Actividades medulares:** “Exposición de las capacidades coordinativas” **(Véase en anexo 9.1)**.

Di la sesión 2 de la primera semana de prácticas con la intención que los alumnos conozcan primero el conocimiento conceptual de los temas que se trabajaron para después pasarnos a la práctica, primero un poco de teoría, como se esperaba existían algunas dudas por lo que se hizo una conversación con los estudiantes de 6° “C”, se preguntó si tenían dudas o que pensaban acerca de los temas después de dar la clase dentro del aula:

A=Alumno  P=Profesor

P= ¿Tienen alguna duda acerca de los conceptos que se acaban de dar?

A1= No

A2= ¿Existen clasificaciones de las capacidades?

P= Si, existen tres clasificaciones, la primera es la básica, la segunda es la específica o especial y la tercera es la compleja, en la primera hay dos, en la segunda hay siete y en la tercer hay dos.

A2= “Yo pensé que el pre deporte era un entrenamiento”

A1= “Yo pensé que las capacidades coordinativas eran solo coordinación.

Me interesaba mucho dar esta información a mis alumnos de 6° “C” con la intención de que al cierre de las actividades pueda hacer el “feedback”, y que ellos mismo aprendieran a identificar y tengan la oportunidad de decirme que  capacidades

coordinativas se trabajó en la clase y que sin problemas me digan que juego pre deportivo se utilizó para fortalecer dichas habilidades. Después de la sesión dentro del aula, se explicó a los estudiantes que se trabajaría con diferentes actividades pre deportivas, para con ello conocieran algunos deportes y en un futuro tengan el gusto por uno de ellos y lo puedan practicar, así fortaleciendo la capacidades coordinativas.

Una herramienta con la que trabaje más, para que los alumnos identifiquen sus capacidades coordinativas dentro de la materia es el “Feedback”, la cual según Drucker (2009) es definida como el regresar a alimentar el conocimiento (pág. 10) esto me permite que al finalizar la clase ellos mismo piensen y me digan que capacidades han puesto en práctica y cuales son en las que les hace falta más el fortalecimiento de la misma, con la ayuda del Feedback me ayuda a que entre ellos mismo se apoyen intercambiando conocimiento y opiniones acerca de los temas que se están trabajando, en si me gusta esta estrategia porque todos van al par en la información porque tienen la oportunidad de opinar y escuchar, esto conlleva a motivar a los que no participan en la siguiente clase.

Tiempo después de las primeras dos sesiones se dejó pasar algunas sesiones ya trabajando las capacidades coordinativas, esto con el objetivo de al momento de plasmar una sesión ya exista cierto avance, y por ende se habían trabajado siete sesiones de Educación Física en total hasta la fecha, se dio paso a la sesión número ocho con la que se cerró esta primera jornada de práctica docente, en dicha sesión se trabajó actividades totalmente distintas a las de la primera sesión pero las cuales tenían el mismo objetivo por cumplir el cual a grandes rasgos es que los alumnos reconocieran la parte teórica del pre deporte y las capacidades coordinativas y así supieran llevar a cabo en la práctica.

**Sesión:** Número 8 **(Véase en anexo 10)**

**Propósito de la sesión:** Que el alumno demuestre su desarrollo de habilidades, competencias y destrezas motrices a través de su desempeño en tareas motoras por medio del juego. Pudiendo observar el mejoramiento que ha tenido el mismo.

**Fecha de aplicación:** 18 de octubre del 2019.

**Actividades medulares:** El juego de roba queso de basquetbol **(Véase Anexo 10.1).**

Para este día se tenía planificada la dinámica a realizar en lugar de la cancha el juego de “Roba queso de basquetbol” pero en la sesión número cuatro esta actividad la llevaron a acabo los alumnos pero con la diferencia que era con el futbol y se podía notar que les agradó mucho al punto que pidieron que se repitiera en una próxima ocasión por lo que se tomó la decisión de que se volviera a jugar y aplicarlo como actividad de cierre de la jornada.

Este día el clima era un poco fresco por lo que los alumnos iban muy abrigados a la clase, así que antes de comenzar con las actividades medulares realizamos un calentamiento un poco más intenso que el de sesiones trabajadas anteriormente, este duró alrededor de diez minutos, una vez terminado dimos paso a la actividad “pares y nones” donde los estudiantes se desplazaban por toda la cancha realizando ciertas acciones motrices, a la señal del profesor se tenían que detener y formar equipos de acuerdo a la cantidad que se les solicitó.

Para prácticamente finalizar esta sesión dimos paso a la actividad de cierre “roba queso”, el grupo se dividió en dos grandes equipos, a lo cual se les pidió que se formaran en orden y se sentaran en un costado de la cancha quedando de frente del equipo contrario, a cada integrante se les asigno un número con el propósito que cuando el docente diga un número al azar, el alumnos fortalezca su capacidad de reacción esto porque el numero asignado a los estudiantes se pararan por el balón y así trabajando la orientación al momento de dirigirse hacia el tablero que tienen que anotar, el punto se lo llevaba quien metiera la canasta.

En el desarrollo de la actividad se pudo observar que los alumnos entendieron mucho mejor las reglas del juego en comparación con la primera vez que la llevaron a cabo, ningún alumno en esta ocasión hizo algún tipo de “trampa”. Esta actividad me ayudó mucho con la capacidad sincronización, porque a la hora de dar un número, el alumno se tenía que parar y organizar su cuerpo para agarrar el balón, y trasportarlo mediante el bote y llegar a la canasta y tirar.

Cuando terminó la actividad puse en juego el feedback, me senté junto con ellos y les pedí que me platicaran como se habían sentido al jugar en esta sesión en comparación con la última vez que lo jugaron, sus respuestas fueron parecidas y la mayoría coincidieron en que les gustó mucho el juego y que se dieron cuenta de la importancia que tienen las capacidades coordinativas en su vida, después tocamos el tema de las habilidades, a lo cual les pregunte que capacidades se habían trabajado ese día de la clase, a lo que la mayoría estuvo de acuerdo en las capacidades de orientación, sincronización, ritmo y reacción.

Se pudo notar un cambio considerable en los alumnos, la manera en que trabajaban y realizaban las tareas motrices que se les presentaba fue muy distinta a la primera ocasión en que se les observó y trabajó con ellos, en esta octava sesión fue mucho mejor, los alumnos tenían un concepto propio de lo que significa el pre deporte y lo que son las capacidades coordinativas y aunque lo hayan entendido les faltaba seguir puliéndolo para poder continuar aplicándolo directamente en la práctica que en este caso es la clase de Educación Física, afortunadamente el grupo se comportaba interesado en trabajar más aun en las actividades pre deportivas, así que el porvenir tenía una pinta mucho más fácil que el principio ya que los alumnos habían comprendido las bases para alcanzar el objetivo principal.

El propósito de esta octava sesión es el mismo que el objetivo de la unidad didáctica en general ya que al ser la clase final de la primera jornada de prácticas, en esta se podría ver reflejado el resultado propuesto a alcanzar por medio de 8 sesiones de Educación Física, como era de esperarse, hubo un cambio considerable por parte del grupo respecto al como trabajaron en esta última sesión de la jornada inicial en

comparación con la primera clase que se les impartió ya que clase con clase que se les iba corrigiendo la manera en que trabajaban y por supuesto que el laborar de esta forma alcanzó sus frutos **(Véase anexo 10.2)**.

Para realizar la evaluación se apoyó con una rúbrica la cual en ella se evalúa lo conceptual, procedimental y actitudinal, en ella hay tres fases de modo de calificación, las cuales son: realizado, en proceso y no realizado, esta evaluación se realizaba de manera grupal, ya que al hacer el feedback se les preguntaba ciertas cosas y mediante la observación se respondía la rúbrica con la ayuda del maestro de educación física, **(Véase en anexo 10.3).** Fue así que finalizo el primer periodo de trabajo docente, por lo que la sesión 2 de la segunda jornada de trabajo docente fue el 12 de noviembre del 2019.

**Sesión:** Número 2. **(Véase en anexo 11)**

**Propósito de la sesión:** Que el alumno identifique las distintas formas de resolver un problema a partir de su experiencia motriz.

**Fecha de aplicación**: 12 de noviembre del 2019.

**Actividades medulares:** “Quemados invertidos” **(Véase en anexo 11.1)**.

Después del primer periodo de trabajo docente, ya se tenía cierto avance con el grupo foco que era 6° “C”, por lo que me resulto más fácil trabajar con ellos, esto debido a que ya me conocían perfectamente tanto ellos como yo a ellos, por lo que la manera de trabajar era más fluida y dinámica y sin tantas pausas por motivos de indisciplina, por lo mismo que ya nos conocíamos, la forma de dar la clase y el procedimiento lo tenían muy familiarizado por lo que me ayudo a trabajar más enfocado las capacidades coordinativas sin problema alguno.

La manera de comenzar a trabajar este segundo período de trabajo docente fue muy similar al período anterior, comenzamos la clase asistiendo con puntualidad por ellos a su respectiva aula, después se comenzó por el calentamiento céfalo-caudal, después de lubricar las articulaciones comenzamos dividiendo el grupo en dos grandes equipos mediante la selección de capitanes y se tenía pensado que ellos mismos hicieran sus equipos, para mi sorpresa los alumnos pidieron que se les permitiera hacer los equipos ellos mismos, así que se les concedió su petición.

Después en la parte medular de la clase, se inició con el juego en el centro de la cancha, el equipo “a” vs equipo “b”. El juego consistía en jugar al tradicional quemados pero con una variante, el cual al alumno que lo fueran quemando se tenía que salir de la cancha y tenía que posicionarse del otro lado de la cancha con la posibilidad de que si salía el balón, él jugador podía quemar de afuera hacia adentro, en si es un juego en el que todos juegan así lo quemen.

Esto con la intención de que los alumnos reforzaran la capacidad de la orientación, reacción y sincronización de su cuerpo, porque al saber que sus compañeros contrarios podrían lanzar balones de la parte del frente como de atrás, poniendo así su capacidad de adaptación en juego, ya que a cada momento la dificultad subía porque se iban agregando más balones cada cierto tiempo.

Los alumnos les gustó mucho la actividad, ya que se recibió comentarios buenos por parte de ellos, pidiendo que en clases futuras se pusiera de nuevo esa modalidad de juego, ya que esa forma de jugar quemados, no la habían jugado y les pareció más interesante. Una ayuda para realizar este tipo de actividades es sin duda su motivación y forma de trabajar en las clases, siempre con una actitud muy positiva.

Para realizar la evaluación se apoyó con la misma rúbrica con la que se evaluo la clase pasada, en ella se evalúa lo conceptual, procedimental y actitudinal, Cuando se hizo la evaluación, los alumnos obtuvieron resultados no tan favorables pero con un poco de avance, se puede observar que en general los alumnos se sienten un

poco más confiados y más seguros de sus propios movimientos motrices, **(Véase en anexo 11.2)**

Al finalizar la clase se hizo el feedback con la intención de preguntar sobre las capacidades que utilizaron pero más enfocado a que me digan la parte teórica, por lo que pude escuchar que necesitaban entender mejor el concepto, aunque ya tenían mucha noción sobre los conceptos, pero, en la práctica se desenvolvieron apropiadamente a tal punto que lo supieron aplicar correctamente en la cancha, la manera en que trabajaban indicaba que actualmente los alumnos se podían encontrar en la tercera etapa de la Taxonomía de los niveles cognoscitivos de Bloom la “aplicación”, pero tenían algunas fallas porque no habían comprendido bien el concepto principal.

En un abrir y cerrar de ojos llegó el día de aplicar la última sesión de este segundo período de trabajo docente, se tenía la convicción de que se podría ver un avance notorio en lo que los alumnos estuvieron trabajando durante la jornada y fue así, en términos generales hubo cambios significativos en su manera de trabajar y lo más importante es que mostraban interés en las clases de Educación Física para alcanzar el objetivo propuesto.

**Sesión:** Número 8 **(Véase Anexo 12).**

**Propósito de la sesión:** Que el alumno vaya reconociendo distintos deportes a través del juego mediante sus habilidades y capacidades motrices.

**Fecha de aplicación:** 06 de diciembre del 2019.

**Actividades medulares:** “futbol en parejas”.

Así como en la primera ocasión en la que se aplicó la actividad de cierre con el grupo de estudio se siguió la costumbre de hacer prácticamente lo mismo de las

clases anteriores de Educación Física, llegar temprano por el grupo, dar indicaciones generales, etc., para posteriormente pasar a la cancha y poder aplicar la sesión del día, después de todo, lo que se buscaba con esta rutina era hacer que el grupo automatizara la manera de trabajo para ahorrar la mayor cantidad de tiempo posible y que la clase rindiera para alcanzar el objetivo propuesto.

Se tenía que priorizar el uso del tiempo al máximo ya que la clase de Educación Física que se les daba a los alumnos el día martes era de tan solo cuarenta minutos y el día viernes de cincuenta minutos, por lo que las sesiones en algunas ocasiones se hacían un poco apresuradas, ya que desde mi perspectiva para poder terminar todo lo planificado en tiempo y en forma en el mejor de los casos una clase debía durar cincuenta minutos, de los cuales cinco minutos serían para el tiempo de traslado a la cancha, cinco para el calentamiento, treinta minutos de tiempo de práctica, cinco minutos para el tiempo de organización de la clase y cinco minutos destinados al tiempo de atención que los alumnos prestan a las explicaciones.

Al culminar la parte inicial de la clase o sea el calentamiento pasamos a la actividad medular de la sesión el “futbol de parejas”, los alumnos hicieron un circulo en el centro de la cancha previamente, se enumeraron uno y dos hasta que todos tuvieran un número, al final solo se les dijo que los numero uno van a jugar contra los numero dos y se pusieron en cada extremo de la cancha, para esto se les dio indicaciones en el cual debían de escoger a una persona, y agarrase de la mano, porque se iba a jugar futbol pero “en parejas” por lo que estaba prohibido soltarse de la mano, para hacer esto más interesante se realizó la actividad con una pelota gigante, **(Véase en anexo 12.1)**.

Afortunadamente los veinte y siete estuvieron presentes este día por lo que los equipos fueron muy equilibrados y por ende se ejecutó mucho mejor el juego, noté que a algunos les faltó creatividad en el diseño de la estrategia para el juego, pero a final de cuentas lo que importaba es que todos aportaran sus ideas y las complementaran con las de sus compañeros de equipo.

La actividad futbol en parejas me resulto muy buena, ya que como se sabe, el objetivo del juego era anotar un gol, pero en este juego reforzaron mucho la capacidad de adaptación, debido a que, existieron algunas dificultades, porque estaban acostumbrados a trabajar solos y al trabajar en parejas cada quien corría a un ritmo, una velocidad y dirección, por lo que tuvieron que adaptarse para poder jugar, así lo menciono un alumno: “Estamos acostumbrados a trabajar que no nos damos cuenta de lo que podemos llegar hacer”.

Otra capacidad que trabajaron fue la del equilibrio, en un momento de la clase se les dio un paliacate para que se amarran de los tobillos, dando así una dificultad más grande, dando así la oportunidad que los alumnos crearan estrategias para realizar la actividad con éxito. Al momento de realizar esta etapa de dificultad, hubo muchas dificultades, debido a que tenían un tobillo amarrado al del otro compañero, querían avanzar rápido y así perdiendo el equilibrio y por consecuencia de aumentar las caídas, con la fortuna de que no hubo accidentes ni caídas graves.

Existieron algunos casos (dos parejas de niños) de alumnos que solo iban jugando y no hacían correctamente la actividad por lo que era necesario involucrarse para llamar su atención y que dejaran de juguetear, se pusieran a trabajar y lo hicieran correctamente.

Para finalizar con la clase se aplicó a los alumnos la misma evaluación con la que se ha estado trabajando para todas las sesiones, con la intención de ver el proceso y avance. Las respuestas fueron favorables en su mayoría, habían comprendido lo que significaba el pre deporte **(Véase Anexo 12.2).**

En las clases de Educación Física se experimentan momentos donde el alumno pasará por periodos únicos en su vida tal como la experimentación con su propio cuerpo conociendo es si lo que su cuerpo puede realizar, si lo pensamos un poco en esta asignatura el estudiante tendrá la oportunidad de involucrarse en actividades que difícilmente podrá hacer fuera de ella, en la escuela se cuenta con el espacio idóneo, los materiales necesarios y suficientes y sobretodo los compañeros con los que se puede disfrutar de estos placeres.

En la educación física  regularmente se trabaja con grupos muy amplios de alumnos de los dos sexos tanto masculino como femenino y con diferentes necesidades educativas, por lo que las actividades que se desarrollan durante una sesión deben de ser en la mayoría de las ocasiones diseñadas para trabajar en equipo, de esta manera existe la posibilidad que todos los alumnos se integren a la clase en todo momento, aprovechen al máximo el tiempo con el que se cuenta para trabajar y sobretodo que estén activos en cada lapso de la sesión.

El no aprovechar el tiempo de las clases de Educación Física para fortalecer las capacidades coordinativas de los alumnos es en verdad un desperdicio de recursos y en especial de tiempo ya que en ella se puede vincular esta forma de trabajo en su totalidad, solamente es necesario que el docente encargado de impartir la materia realice a sus propuestas didácticas una variante, después de todo debemos ser conscientes de que el desarrollo motor de los niños ayudara a una mejor madurez motriz que con el futuro ayudara al niño a tener una mejora de calidad de vida y deportiva, y así cada vez las personas se interrelacionan más y más por lo que este tipo de trabajo se convierte en una necesidad más que un lujo ya que ayuda a potenciar las habilidades, destrezas, hábitos y actitudes.

Cuando comenzó el tercer periodo de trabajo docente el cual inició el trece de enero y concluyó el veinticuatro, la última actividad de este tercer periodo de trabajo docente seria en la que los alumnos demostrarían el gran avance que han tenido al fortalecer las capacidades coordinativas mediante las actividades pre deportivas ya que constantemente lo habían estado haciendo pero aún existían ciertas características en su forma de trabajar que no eran las correctas, en esta sesión número cuatro demostrarían todos los avances que obtuvieron.

**Nombre de la unidad didáctica**: “juego y fortalezco el trabajo colaborativo ll”
**(Véase Anexo 13).**

**Objetivo de la unidad didáctica - Propósito de la sesión:** Que el alumno tome decisiones mediante las acciones motrices que se desarrollan en el juego encaminadas a situaciones de cooperación y competición.

**Sesión:** Número 2.

**Fecha de aplicación:** 17 de enero del 2019.

**Actividades medulares:** “Freezbe” **(Véase Anexo 13.1).**

Se debe de dejar en claro que el propósito de esta sesión es exactamente el mismo objetivo de la unidad didáctica en general ya que al haber transcurrido tres clases de Educación Física antes de esta última cátedra debería poder verse reflejado el avance de los alumnos en esta clase, al igual que en todas las sesiones que se les han impartido al grupo con anterioridad hoy no fue la excepción, se siguió la misma rutina que los estudiantes ya tenían programada para antes de salir de su aula con rumbo a una de las áreas de trabajo de la materia.

Estando presentes en la cancha techada de Educación Física y después de terminar con el calentamiento dimos paso a la siguiente actividad titulada “Freezbe”, me di a la tarea de formar a los equipos porque esta actividad utilizaría mucho tiempo así que se debía de ser muy rápido, lo que si les fue solicitado hacer a ellos mismos era el de elegir a su líder, después de que lo seleccionaron (afortunadamente no se demoraron en hacerlo y esta vez no hubo discusiones por la decisión tomada) se les dio la explicación detallada de lo que se iba a hacer para dar inicio con la actividad.

El juego fue modificado un poco ya que fue preferible hacer solamente dos equipos de los cuatro que se tenían previstos realizar, se modificó con la intención de hacer que los alumnos estuvieran constantemente trabajando para llegar al objetivo del juego, para que supieran organizarse y tomar decisiones correctas aún en un grupo grande donde las aportaciones de todos iban a estar fluyendo entre los miembros

del equipo provocando que seguramente existieran contradicciones y diferencias de opiniones sobre el cómo trabajar, así que por eso se tomó esta decisión para ver cuánto habían cambiado sus actitudes, aptitudes y conocimientos.

Los alumnos entendieron rápidamente el objetivo de la actividad , se notaba a simple vista que cada equipo tenía su forma de trabajar y que cada líder tenía su propia manera de dirigir a sus integrantes de equipo, se podría decir que les asignaba un rol, en este caso estaban haciendo uso de la cooperación para avanzar más rápido, después para darle un toque de adaptación en su propio cuerpo y fortalecer la sincronización se les pidió hacer la actividad en parejas amarrados de la muñeca, **(Véase en anexo 13.2)**.

Antes de culminar con la sesión era necesario aplicar a los alumnos una evaluación para identificar como habían cambiado sus pensamientos acerca del pre deporte y las capacidades coordinativas ya que se habían transcurrido tres periodos de trabajo docente por lo que era algo lógico que los estudiantes tuvieran cambios visibles.

En esta prueba se utilizaron preguntas similares a las evaluaciones que ya se les habían aplicado anteriormente pero en esta ocasión también tenían que ejemplificarlo utilizando dibujos, para dar calificación a las respuestas que escribieran fue necesario hacer parámetros de evaluación basados en todo lo que se realizó durante este tercer periodo de trabajo docente, después de que la hicieron me di a la tarea de analizar sus respuestas para dar una ponderación y graficarlas, observé que en los resultados la mayoría tuvo en las preguntas conceptuales un resultado “Bueno” mientras que en las preguntas donde tenían que colocar por lo menos un ejemplo sus respuestas fueron valoradas como “Bueno” **(Véase Anexo 13.3).**

El objetivo de todo lo que se hizo con los alumnos siempre fue el de fortalecer las capacidades coordinativas a través del pre deporte, así que cuando ellos escribían en las evaluaciones lo que sabían o entendían pre deporte y capacidades coordinativas solamente se buscaba hacer que plasmaran con sus propias palabras

lo que comprendían por estos conceptos, nunca fue hacer que lo memorizaran, siempre fue hacer que reflexionaran con respecto al tema y que lo aplicaran directamente en situaciones reales como lo es la clase de Educación Física.

Después de dos periodos de trabajo docente y estando en el tercer periodo se ha trabajado haciendo mucho énfasis en las actividades pre deportivas por lo que en el periodo dos de trabajo docente l se les pregunto a los alumnos que actividad pre deportiva les gustaría practicarla por lo que se recibió diferentes opciones y se tuvo cierta conversación con los alumnos dentro del aula:

D= docente  A=Alumno

D= De acuerdo a lo que saben sobre las actividades pre deportivas, ¿Qué deporte les gustaría realizar?
A1= Tenis profe para jugar como Nadal
A2= si, es buena idea pero todos vs todos

A3= Tenis pero con pelotas de colores

Al escuchar sus opiniones se modificó una sesión en la cual se trabajaría el deporte como base el tenis pero agregando ciertas variantes para realizar esta actividad pre deportiva, en la cual se aplicó en la sesión cuatro del tercer periodo de trabajo docente.

**Objetivo de la unidad didáctica - Propósito de la sesión:** Que el alumno logre actuar ante distintos retos motores participando junto a sus compañeros para superarlos en conjunto.

**Sesión:** Número 4.

**Fecha de aplicación:** 24 de enero del 2019.

**Actividades medulares**: “tenis en miniatura**” (Véase Anexo 14).**

Con la implementación de esta sesión se pretendía que los alumnos trabajaran con más motivación ya que se les había concedido poner una actividad que ellos propusieron en las jornadas pasadas, se dio inicio a la sesión como siempre, con un pequeño calentamiento céfalo-caudal para maximizar el desempeño de los alumnos en las actividades.

Después del calentamiento se le dio paso a las actividades medulares pero a la de más énfasis e importancia “tenis en miniatura”, en este juego como era un poco desconocido por los alumnos se hizo una rueda en el centro de la cancha explicando en que consistía el juego y al mismo tiempo se les iba presentando el material y como se debía de utilizar y cuál era la forma correcta de manejar y manipular los objetos el cual esto les trajo mucha emoción por el tipo de introducción a las actividades, tanto que era tanta el ansia de empezar que se optaron por ellos mismos hacer las parejas para trabajar de una forma más dinámica por lo que favoreció la clase ya que se pude seguir de una manera más fluida y con gran economía en los tiempos, **(Véase en anexo 14.1).**

Existía un problema en el juego y es que todos hacían trampa para ganar por lo que se decidió parar la actividad y explicar por qué no es bueno hacer trampa y esto en verdad impactó en la mentalidad de los alumnos ya que constantemente se les hacía mención sobre trabajar siguiendo las reglas y sobre la importancia de no hacer trampas, por lo que al estar participando en el juego preferían hacer las cosas bien, **(Véase en anexo 14.2)**.

Al darse por finalizadas las actividades, se les pidió a los alumnos que hicieran una auto retroalimentación junto al compañero que eligieron en un inicio para realizar la actividad, resulta que sus respuestas fueron muy similares, la gran mayoría coincidió en que sus compañeros si seguían las reglas del juego, que en la mayoría de las ocasiones cooperaron o colaboraron para llegar al objetivo de las actividades, que si participaban activamente en los juegos de la clase y que si consideraban que

su compañero trabajó en equipo durante la clase, y que además sentían que trabajaron las capacidades coordinativas.

Los avances que se obtuvieron con la aplicación de esta unidad didáctica fueron muy notorios, los alumnos pusieron un gran empeño por seguir las indicaciones de la mejor manera posible, respetaron las reglas de los juegos, apoyaron a sus compañeros en todo momento y lo hicieron de una excelente manera, podría decir sin temor a equivocarme que ya saben lo que es el pre deporte y las capacidades coordinativas; aún existen conceptos que deben de seguir puliéndose en ellos, principalmente se han notado dos, el primero es sincronización y el segundo es el de diferenciación, de ahí en fuera ya tienen una muy buena idea de lo que es orientación, ritmo, equilibrio, reacción y orientación.

Después de concluir con el tercer momento de trabajo docente y que yo concluyera el séptimo semestre de la licenciatura en educación física se dio inicio con el octavo y último semestre de mi licenciatura en el cual se abría paso a entrar en el primer periodo de trabajo docente ll. Todo lo que se trabajó durante el tiempo que se estuvo al frente del grupo de estudio 6° “C”, se tenía la convicción que de todo lo que se realizó con los alumnos durante todas las jornadas pasadas se fortaleció en gran mayoría las capacidades coordinativas tanto dentro del aula como afuera de ella de la misma manera el concepto del pre deporte.

El día 18 de febrero del 2020 se llevó a cabo la primera sesión de Educación Física del primer periodo de trabajo docente ll iniciando así la primera jornada de la misma.

**Nombre de la unidad didáctica:** “juego y fortalezco el trabajo colaborativo ll” **(Véase Anexo 15.).**

**Objetivo de la unidad didáctica - Propósito de la sesión:** : Que el alumno pueda establecer y demostrar el desarrollo de sus habilidades motrices, pudiendo actuar

para superarse así mismo, ante distintos retos motores y situaciones que se le presenten en el juego tanto individual como colectivo.

**Sesión:** Número 1.

**Fecha de aplicación:** 18 de febrero del 2020.

**Actividades medulares:** “Beisbolito” **(Véase Anexo 15.1).**

Al inicio de esta clase los alumnos se mostraron un poco impacientes en cuanto a lo que iba a trabajar ese día con ellos, ya que todavía no llegaba al salón y me preguntaban que íbamos a realizar en esa clase. En cuanto tomaron asiento, me dispuse a conversar con los alumnos que necesitaba de una buena disciplina para llevar a cabo la clase de una manera más dinámica y divertida, al término de la misma expliqué brevemente la actividad que tenía planteada para el día. Después i los alumnos se dispusieron a bajar al patio escolar, estando ya en el patio el asombro de la mayoría de ellos fue porque ya estaba acomodado el material con el que se trabajaría que serían: conos en diferentes lugares de las canchas y de igual forma estaban algunos tapetes y un bate de béisbol.

Me dirigí hacia los alumnos diciéndoles que se reunieran en la mitad de la cancha para darles la explicación sobre el calentamiento que deberían de realizar antes de las actividades correspondientes. El calentamiento consistió en un trote ligero por cualquier lugar que los alumnos desearan recordándoles que solo el área de trabajo eran la cancha, al término de la misma, un alumno diría una parte de su cuerpo para poder hacer elongación, donde para mi asombro y alegría se podría decir que gran parte de los alumnos levantaron su mano para poner ellos la elongación completa. En ese momento les dije que varias personas harían la elongación y que el resto de sus compañeros la tendría que realizar. Pasaron varios alumnos a realizar las diferentes elongaciones, para mi sorpresa fue que se sabían casi la elongación de la mayoría de las partes de su cuerpo,

Terminado el calentamiento me dirigí a juntar de nueva cuenta a todo el grupo para la explicación de la actividad. Al momento en que realizaron los dos equipos, expliqué que la actividad llevaba por nombre “El Beisbolito” consistía en jugar beisbol pero con una pelota más pequeña y las bases eran más chicas al igual que el diamante. Dadas las indicaciones, el primer equipo se dispuso a batear en orden de niñas y niños y empezaron a jugar de una manera muy dinámica y desde mi punto de vista muy divertida, en esta actividad trabajaron la diferenciación, porque tenía el alumno que trabajar una parte del cuerpo al momento de mover la cintura para batear y al momento de impactar su reacción salía a flote para correr a una bas, **(Véase en anexo 15.2.).**

Al momento de estar realizando la actividad fue mi sorpresa donde todos los integrantes de los dos equipos trataban de no perder el ritmo de su equipo los dos equipos casi terminaron parejos; realizando siete vueltas el primer equipo y ocho vueltas el segundo, donde lo importante, les comenté, no fue quién ganó, sino que yo observé la dedicación de los dos equipos y que individualmente se esforzaron para la coordinación tanto grupal como individualmente ya que el objetivo principal era el fortalecimiento de las capacidades coordinativas.

Durante la actividad se hizo el feedback para que ellos mismos sepan que capacidades coordinativas utilizaron y fortalecieron mientras jugaban por lo que ellos mismo se respondieron el cual fue mi sorpresa que también esperaban el feedback para opinar acerca del tema, mientras hacían esto yo los evaluaba a lo que me arrojo buenos resultados, ellos me dijeron que las capacidades que se habían trabajado fueron: Reacción, Diferenciación y sincronización. **(Véase en anexo 15.3.).**

En la siguiente sesión 7 después de varias semanas de trabajo con los alumnos se podría decir que casi se ha terminado el trabajo con los alumnos por lo que me motivaba a seguir trabajando con ellos por el gran avance , en esta sesión se trabajó un poco con el deporte de voleibol por lo que la clase inicio como siempre llegando puntual al salón de clase y se les dio indicaciones que formaran filas antes de salir,

después salieron a la cancha y se realizó un pequeño trote alrededor de la cancha y después se realizó un circulo para terminar de calentar realizando un calentamiento céfalo-caudal, después del calentamiento se pasó a lo que más les interesaba a los alumnos, la actividad medular.

**Objetivo de la unidad didáctica - Propósito de la sesión:** Que el alumno logre desempeñar sus capacidades y habilidades motrices ante distintos retos motores escuchando las distintas opiniones de sus compañeros.

**Sesión:** Número 7.

**Fecha de aplicación**: 03 de marzo del 2020.

**Actividades medulares:** Voleibol masivo **(Véase en anexo 16.).**

Se explicó la actividad y se formaron para darle a cada uno un balón de voleibol, para familiarizarse primero con el material se realizaron algunos ejercicios como el bote y pase a otro compañero, después se les explico un poco el fundamento de volear para después poder jugar y realizar la actividad a mi fortuna entendieron rápidamente el concepto de volear por lo que no se perdió el tiempo que tenía destinado, a lo que pasábamos con el juego, ellos tenían que tratar de volear las veces que sean hasta que escucharan un silbido ellos corrían a otro lugar por un balón sin que el balón tocara el suelo, por lo que de primero nadie cachaba el balón, se fueron poniendo de acuerdo y fue así en el intento 5 que ya no se cayeron muchos balones al piso, fue una actividad divertida. **(Véase en anexo 16.1.).**

A pesar de todas las dificultades que sucedieron se observó en los alumnos una buena capacidad para trabajar en equipo, y una mejoría en cuento a su trabajo individual motor, pero existió una dificultad que al tener todos ideas para trabajar no saben cuál elegir, existen muchas diferencias de opiniones y eso los afecta ya que provoca conflictos que solamente atrasan el avance de su trabajo.

Como la mayoría de las veces evalué a los alumnos y los resultados que me arrojaron fueron sin duda muy buenos, es la clase que sin duda sé que los alumnos trabajaron durante mis jornadas de trabajo con un gran aprendizaje, **(Véase en anexo 16.2.).**

Las actitudes que manifiestan los alumnos son muy favorables en la clase de educación física, esto lo apoyo con unos resultados que se obtuvieron de un examen que realice en la sesión 7 al finalizar la clase dentro del aula, **(Véase en anexo 17.)** por lo que se obtuvieron resultados que ya sabía, aunque no les había hecho un examen en cuanto a actitud más enfocado a ello, podría ver mediante las actividades la alegría con la que ejercían las actividades, por lo que hacer este mini examen solo me hacía confirmar algo que ya me imaginaba por lo que no fue sorpresa el saber los resultados, **(Véase en anexo 17.1.).**

Se concientizo a los alumnos y se hizo que reflexionaran conforme al valor que esta tiene la materia que imparte su servidor por medio de los juegos pre deportivos. Principalmente concientizarlos de las actividades que se trabajan dentro de la clase de Educación Física.

Hablar de motivación y práctica deportiva en los juegos pre deportivos, supone hacer referencia a dos aspectos concretos. El primero es el que concierna a la elección de la práctica, es decir el gusto e intereses que se despierta en el joven hacia tal o cual juego pre deportivo, orientándose de forma preferente hacia una determinada opción. Ciertamente, la posibilidad de elección viene condicionada por la oferta que el niño reciba a partir de su entorno social, pero también juega un papel decisivo los procesos psíquicos de la motivación en la educación.

## 3.4. EXPERIENCIAS Y LOGROS DEL FORTALECIMIENTO DE LAS CAPACIDADES COORDINATIVAS DE LOS ALUMNOS TRAVÉS DEL PRE DEPORTE.

Los logros alcanzados en este proyecto y en mi tema que es el fortalecimiento de las capacidades coordinativas a través del pre deporte en el grupo de 6° “C”, fueron muy buenos hasta diría yo que excelentes.

Una semana después de concluir con la cuarta jornada de práctica docente se dio inicio con la quinta jornada, en la cual se tendría que ver reflejado en su totalidad todo lo que se trabajó durante el tiempo que se estuvo al frente del grupo de estudio 6° “C”, se tenía la convicción que de todo lo que se realizó con los alumnos durante cuatro jornadas con el objetivo de fortalecer sus capacidades coordinativas a través del pre deporte tendría que verse manifestado durante la aplicación de esta unidad didáctica; el día miércoles 13 de marzo del 2020 se llevó a cabo una de las últimas sesiones de Educación Física de la cuarta jornada y antes de terminarse se les explicó a los alumnos que con el equipo que trabajaron en la primera clase se trabajaría esa sesión ya que se observó que con el actual demostraron trabajar de una excelente manera, la única diferencia que habría es que ellos votarían por el compañero o compañera que sería el líder del equipo.

En la actividad final o de cierre se adelantó ya que se observaba que existía la posibilidad de que no existieran clases debido a un virus que hubo llamado coronavirus, en esta actividad se realizaría el circuito motriz empleado en la primera sesión esto para contrastar el inicio con el fin con los mismo parámetros y ejercicios.

Llegada la fecha de la aplicación de la actividad de cierre, se presentó la oportunidad idónea para que los alumnos demostraran el gran avance que tuvieron a través de todas las sesiones didácticas, para con ello pueda evaluarlos y demostrar el avance que se obtuvo comparando la evaluación inicial con la final.

**Objetivo de la unidad didáctica - Propósito de la sesión:** Que el alumno logre actuar ante distintos retos motores participando junto a sus compañeros para superarlos en conjunto.

**Sesión:** Número 6.

**Fecha de aplicación**: 10 de marzo del 2020.

**Actividades medulares:** Circuito motriz “Exatlón” **(Véase Anexo 18).**

La clase comenzó de forma muy puntual ya que el tiempo jugaría un papel muy importante en la realización de esta sesión de Educación Física, cuando todo el grupo ya estaba afuera de su salón, exactamente en el patio cívico, dimos inició con la explicación de las actividades, una vez que todo estaba listo di el silbatazo inicial para que los equipos fueran a la estación inicial, cada que anotaban un punto volvía a dar un silbatazo para que saliera a competir los otros dos alumnos **(Véase Anexo 18.1.)**

Los alumnos estaban muy ansiosos por saber cuál equipo había sumado más puntos así que ya no los hice esperar y comencé a dar sus puntuaciones; de acuerdo a la calificación que obtuvieron, me dio muchísimo gusto que la clase la disfrutaron bastante, que dejaron a un lado las individualidades, que entendieron la importancia de realizar equipos mixtos (niños y niñas) y lo más importante que realmente sintieron y fortalecieron las capacidades coordinativas y aprendieron los conceptos como tal. **(Véase anexo 18.2.).**

Antes de que pasaran a su aula les pedí que me apoyaran contestando unas cuantas preguntas que servirían como evaluación de lo trabajado; hicimos una pequeña reflexión sobre todo lo que trabajamos para alcanzar el objetivo, los alumnos dieron su opinión sobre cómo se sintieron al trabajar con las actividades

pre deportivas, no solo en esta clase sino en todas en las que estuvieron presentes, dimos por concluida la sesión y pasaron a su salón de clases.

Estaba seguro que las respuestas que los alumnos seleccionarían en la evaluación iban a ser muy parecidas entre todos y favorables a lo que involucra un buen fortalecimiento de su conocimiento ya que de verdad se esforzaron en cada clase de la asignatura por hacer lo que les correspondía de la mejor manera posible; así fue, al estarlas leyendo me di cuenta que lo que suponía era cierto, la gran mayoría coincidió en sus respuestas.

Las capacidades coordinativas en las cuales los alumnos presentaron mayor dificultad al realizar las actividades pre deportivas fueron dos, ya que al comparar el antes y después hubo una mejoría sumamente notable tanto en las capacidades coordinativas y el pre deporte, ya que al ver los resultados finales de la última evaluación cuantitativa, si existía un contraste. **(Véase en anexo 19.).**

En general al ver los resultados me siento feliz de que tenga una mejoría notable en lo conceptual y en lo procedimental. **(Véase en anexo 19.1.).**

Uno de los intereses que logre sin tener la intención fue;

- Interés por un deporte.
- Interés en las clases de educación física.
- Valoraran el trabajo del docente de educación física.
- El trabajo en equipo.
- El correcto uso del material de educación física.

# CAPÍTULO IV. CONCLUSIONES

Como conclusión quiero resumir que la Práctica Docente fue la que hizo posible los resultados de esta investigación. Conviene resaltar que es la que me permitió obtener diversos conocimientos con respecto a la educación, conocer como es la forma de trabajo en situaciones reales, a los problemas que como maestros de Educación Física nos podemos enfrentar y sobre todo a cumplir con el logro de los propósitos planteados creando mí propio estilo de trabajo el cual se reforzó en cada una de las clases impartidas.

Como futuro educador físico se tuvieron altas y bajas en cuestión al desarrollo y ejecución de algunas clases para la mejora de las competencias motrices, esto me permitió detectar algunas de las deficiencias que tengo al estar frente a un grupo y en un futuro mejorar como docente, y aplicar una serie de estrategias y actividades que me permitan superar cualquier reto que se me presente a lo largo de mi carrera como profesional. Alguna de las problemáticas que se me presentaron durante el trabajo docente, es quizá, que los alumnos no comprendían muy bien los conceptos clave de lo que se pretendía trabajar. Puesto que, en ocasiones confundían mucho lo que era juegos pre deportivos y lo comparaban con el deporte.

Lo que quería y se pretendía lograr en los alumnos era principalmente reforzar las capacidades coordinativas y el gusto por el deporte, además de que conocieran la importancia de la educación física y el gran impacto que puede tener el deporte en sus vidas y cómo afecta en sus días cotidianos el no tener bien fortalecidas sus capacidades en general. Y lo que se obtuvo al final de este trabajo, fue que los alumnos en realidad tuvieron un gran avance en cuanto a sus capacidades coordinativas y no solo eso, sino que también en lo conceptual, tuvieron un buen aprendizaje, así como también se logró el gusto por el deporte y un gran interés en participar en las clases de educación física y en cualquier evento deportivo.

Así también, a lo largo de los ocho semestres de la licenciatura, y el resultado que se obtuvo del documento recepcional fue que me pude dar cuenta de que la Educación Física es de suma importancia para la formación de los alumnos no solo motriz sino también intelectualmente. Durante todo el ciclo escolar pasado pude percatar que trabajar con alumnos de Educación primaria implica tener una amplia gama de estrategias y actividades que les sean de su agrado para que así ellos puedan desarrollar los ejercicios y mantenerlos activos durante las sesiones. Tengo que resaltar que como docente en formación tuve un gran impacto con los alumnos, puesto que logré que comprendieran, analizaran y tuvieran una idea diferente en cuanto a sus actitudes ante una sesión de Educación Física.

Los juegos pre deportivos fueron parte fundamental para lograr la valorización de la clase, donde en base a las actividades que se realizaban se pudo constatar de que se puede adquirir un gran aprendizaje educativo y no solo es la diversión de la clase. Los estudiantes no veían, que en estos tipos de juegos no solo se pueden practicar y divertirse, sino que también de los juegos pre deportivo se puede obtener un gran aprendizaje. Es por eso de que me di a la tarea de mostrarles los diferentes tipos de juegos que existen y las ventajas que se tiene desde el ámbito pre deportivo.

En fin, el grupo obtuvo muchos aprendizajes nuevos y con los que ya contaban seguramente se agrandaron, conocimientos que lograron hacerlos propios y que aprendieron a aplicarlos en los retos que se les presentaban constantemente en la realidad, no solo puedo hablar del grupo ya que también debo de hablar de lo que obtuve al estar trabajando con ellos y con referencia a esto puedo mencionar que la práctica es la mejor manera de adquirir nuevos aprendizajes y habilidades, durante la aplicación de todo lo que se aprende teóricamente se puede pulir el conocimiento con el que se cuenta, engrandecerlo y hacer a un lado lo que en muchas ocasiones probablemente no se ocupará.

Día a día nos involucraremos con más y más personas en muchos escenarios en los que seguramente no estamos acostumbrados a trabajar en equipo y trabajar en competencia, se convierte en el método clave para hacer de esto una oportunidad

de alcanzar metas y no como una manera de poner muros que nos impidan el paso a nuestros objetivos, el apoyar a las personas y dejar que ellos también nos ayuden son las piezas principales que fusionadas hacen que el desarrollo de las habilidades coordinativas funcione correctamente.

Les benefició en la construcción de una base para su desarrollo de Habilidades Deportivas, a jugar en equipo, respetar reglas y a identificar en una actividad que es lo que están efectuando si una habilidad motriz o una destreza motriz, con respecto al segundo término en relación con los conocimiento, los educandos comprendieron que la Educación Física te brinda todas las herramientas que necesitas para practicar un deporte. Estos aportes que se brindaron, son nuevos para los estudiantes de esta escuela, pues estaban acostumbrados a tener clases de Educación Física que se enfocaba mucho al deporte.

La aplicación de las diferentes unidades didácticas fue un papel muy relevante en este proceso ya que mediante las sesiones es posible comprobar los aprendizajes de los alumnos y registrar los resultados mediante la evaluación.

Al hablar de la evaluación, la mayoría de los profesores expresan que es un aspecto complejo por ser un grupo numeroso de alumnos y por el poco tiempo que tiene cada sesión, puesto que la evaluación debe realizarse en todo momento. Puedo ultimar que la evaluación se puede efectuar acertadamente, si se planean varias sesiones para desarrollarlas, según mi experiencia lo más adecuado son las rubricas, con el propósito de medir la motricidad, aunado a la coordinación de los alumnos. Con respecto a los conocimientos teóricos se evalúa con exámenes y cuestionarios con respecto a lo que se trabaja en la sesión.

Las actividades fueron planeadas acorde al desarrollo, necesidades y habilidades de los alumnos, favoreciendo siempre su desarrollo integral, en específico sus relaciones socio-afectivas, que en un principio no estaban tan desarrolladas lo que afectaba la sana convivencia.

En algún futuro seguramente alguien más se encargara de tener la comisión de impartir la asignatura de Educación Física a estos estudiantes por lo que notara que el grupo tiene muy bien desarrolladas sus capacidades coordinativas, aparte de que también sabe y le agrada trabajar en equipo, no habrá necesidad que se los pregunte ya que seguramente los observará en la clase y se dará cuenta enseguida que los alumnos saben lo que están haciendo.

# BIBLIOGRAFÍA


20. Alvelais, Bárcenas Adriana, Desarrollo de las capacidades físicas de 6 a 16 años, Tesis de Licenciatura ESEF. México, SEP, 1989.
Thomas, (1990). La educación física como medio educativo, 1° edición.

Arndt Löscher, (2001). Juegos pre deportivos, 4ª edición.

Domingo Blázquez y Enric Ma Sebastiani, (2009). Enseñar por competencias en educación física.

https://www.fedecoltenis.com/userfiles/Capacitacion/2013/Capacidades%20Coordinativas%20Apts.pdf

Lanier Soto, Arístides. Las capacidades coordinativas especiales. Periódico El Habanero, Prov. Habana, 29 de abril, 1987, p. 3.

Ruiz, A. L. (s.f.). Aula y docentes. Recuperado el 31 de octubre de 2011, de Aula y docentes:

http://www.techtraining.es/revista/numeros/PDF/2010/revista_13/53.pdf

SEGE. (1994). Programa de educación física, 1ª edición.

SEP, Criterios básicos para la elección del tema y la selección del procedimiento para abordarlo. En Orientaciones Académicas para la Elaboración del Documento Recepcional. PP13, 15.

SEP. (2000) Desarrollo de las capacidades condicionales y coordinativas.p.5

SEP. (2002). Orientaciones académicas para la elaboración del documento recepcional 7º y 8º. México.

SEP. (2002). Taller de análisis del trabajo docente y diseño de propuestas didácticas I y II.

SEP. (2006). PLAN DE ESTUDIOS 2002. PLAN DE ESTUDIOS 2002. México: Edamsa. PP42, 44

SEP. Organización de los contenidos. Juego y Educación Física. PP 10.

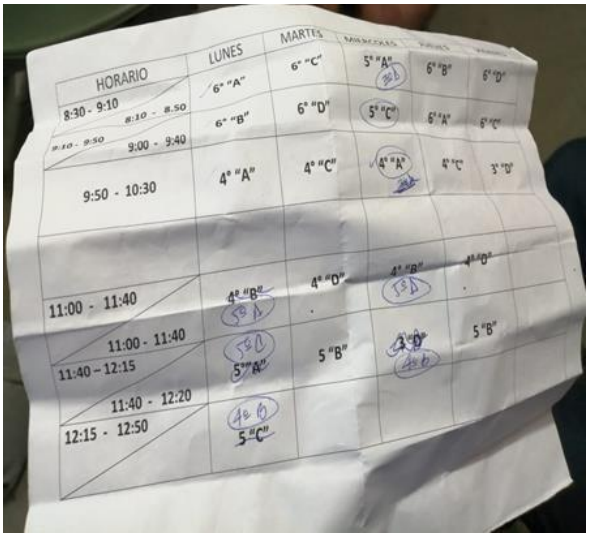
Vítor da Fonseca, (2000). Estudio y génesis de la Psicomotricidad, 2ª edición.

LÓPEZ PASTOR VM. (Coord.) (1999) Educación Física, Evaluación y Reforma. Diagonal. Segovia.

LÓPEZ PASTOR, VM.; GONZÁLEZ PASCUAL, M.; BARBA MARTÍN, JJ. (2005) “La participación del alumnado en la evaluación: la autoevaluación, la coevaluación y la evaluación compartida”. En Rev. Tándem. Didáctica de la Educación Física, nº 17 (21-37). Ed. Graó. Barcelona.

# ANEXOS

## ANEXO 1.




El horario de clases el maestro, mi compañero de prácticas y para mí.

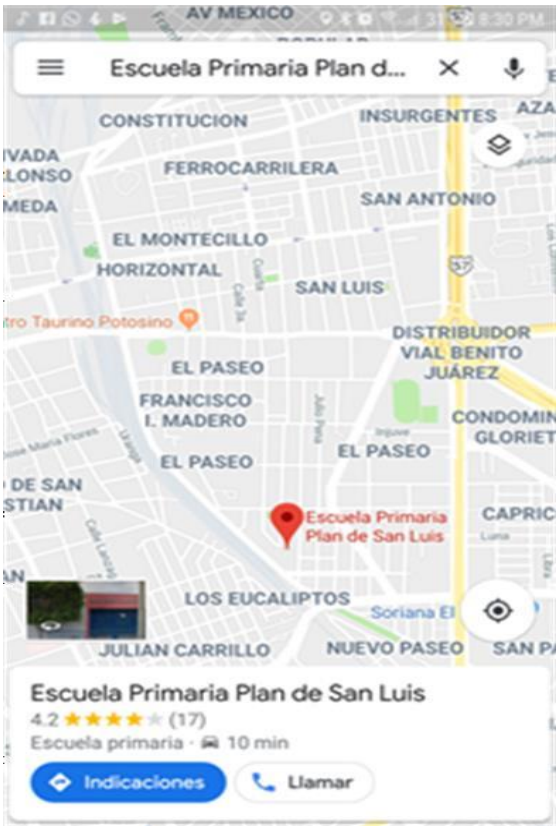
## ANEXO 1.1.

Se hizo unas encuestas para saber el conocimiento que tenían en conceptos en la educación física.

**Anexo 2.**

Escuela donde me toco hacer mis prácticas finales, así luce la entrada de la primaria.

**Anexo 2.1.**




Ubicación de la escuela y sus alrededores.

**Anexo 3.**

La escuela cuenta con 18 salones de clase.

**Anexo 3.1.**

La cancha principal está en muy buenas condiciones.

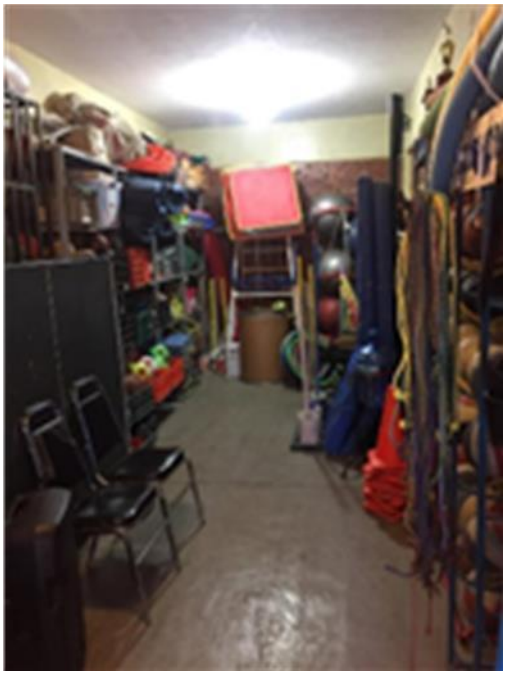
**Anexo 3.2.**

Las líneas marcadas en la cancha las pintan cada año.

**Anexo 3.3.**

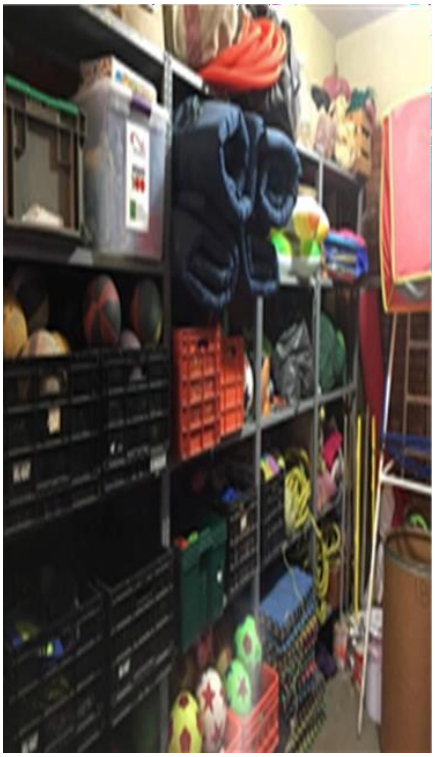
La segunda cancha, está en buenas condiciones pero el espacio es un poco más reducido.

**Anexo 4.**



Son diversos las materiales con los que cuenta la bodega.

**Anexo 4.1.**



Los materiales los compra el maestro de educación física y la asociación de padres de familia.

**Anexo 5.** Lista de materiales de educación física.

| **Materiales de Educación Física** | |
|---|---|
| **Cantidad** | **Nombre** |
| 14 | Conos gigantes |
| 86 | Conos |
| 37 | Bollas y/o platos |
| 42 | Churros |
| 28 | Churros cortados |
| 8 | Balones handball |
| 5 | Pelotas de plástico |
| 52 | Pelotas de plástico chicas |
| 23 | Balones de futbol de hule |
| 19 | Pelotas gigantes |
| 13 | Pelotas de tenis |
| 10 | Pelotas de cacha bolas |
| 2 | Pelotas brinca – brinca |
| 19 | Pelotas gigantes |
| 39 | Balones de basquetbol mini |
| 23 | Balones de basquetbol no. 5 MOLTEN |
| 25 | Balones de basquetbol no. 5 FIRE |
| 9 | Balones de basquetbol grandes de colores |
| 8 | Balones de basquetbol no.5 colores |
| 8 | Balones de voleibol |
| 5 | Balones de americano |
| 1 | Balón de americano de tela |
| 37 | Paliacates |
| 21 | Cuerdas amarillas |
| 32 | Cuerdas de colores |
| 3 | Cuerdas grandes |

| | |
|---|---|
| 2 | Colchonetas azules |
| 2 | Colchonetas negras |
| 16 | Bates |
| 23 | Tiras de construcción |
| 40 | Tapetes |
| 35 | Raquetas |
| 3 | Costalitos |
| 32 | Cacha bolas |
| 32 | Aros |
| 12 | Aros pequeños |
| 4 | Colchonetas |
| 1 | Gusano |
| 2 | Flotadores de estrella |
| 2 | Albercas pequeñas |
| 15 | Postes |
| 89 | Bolos |
| 6 | Bolos inflables |
| 6 | Dados |
| 21 | Frisbee |
| 26 | Llantas |
| 1 | Paracaídas |
| 3 | Elásticos |
| 1 | Mesa de ping pong |
| 5 | Redes |
| 40 | Casacas de colores |

**Anexo 6.** Horario de clases oficial.

| Horario de Educación Física | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| **Horas** | **Lunes** | **Martes** | **Miércoles** | **Jueves** | **Viernes** |
| **8:10 - 8:50** | **6. A** | **6. C** | **4. D** | **4. B** | **6. D** |
| **9:00 - 9:40** | **6. B** | **6.D** | **6. A** | **5. A** | **5. C** |
| **9:50 - 10:30** | **4.A** | **5. C** | **6. B** | **5. B** | **3. D** |
| **10:30 - 11:00** | **RECESO** | | | | |
| **11:00 - 11:40** | **4. B** | **3. D** | **4. A** | **6. C** | **4. C** |
| **11:00 - 12:00** | **5. A** | **4. C** | **4. B** | **CLUB** | **4. D** |
| **11:50 - 12:30** | **5. B** | | | | |

**Anexo 7.**

Foto con el grupo foco 6° “C” y su practicante.

**Anexo 8.**

Primera Unidad Didáctica en el Primer Periodo de Trabajo Docente.

| | |
|---|---|
| **Docente: Roberto Adonay Ruiz Romero Plantel escolar: "Plan de San Luis"**<br>**Grado y Grupo: 6° "C" C.C.T.: 24DPR1269R Turno: Matutino** | |
| **Título de la Unidad Didáctica:** "Juego y fortalezco el trabajo colaborativo" | |
| **Intención pedagógica:** Que el alumno pueda establecer y demostrar el desarrollo de sus habilidades motrices, pudiendo actuar para superarse así mismo, ante distintos retos motores y situaciones que se le presenten en el juego tanto individual como colectivo. | |
| **Eje Curricular :** Competencia Motriz | **Componente Pedagógico Didáctico:** Desarrollo de la motricidad |
| **Aprendizaje Esperado:** Adapta sus capacidades, habilidades y destrezas motrices al organizar y participar en diversas actividades recreativas, para consolidar su disponibilidad corporal.<br>Evalúa su desempeño a partir de retos y situaciones de juego a superar por él, sus compañeros o en conjunto, con el propósito de sentirse y saberse competente. | |
| **Temporalidad:** Del 23 de septiembre al 18 de octubre del 2019 | **Estrategias Didácticas:** juegos cooperativos, juegos reglados, rally, circuito motriz |
| **Técnicas de Enseñanza:** Mando directo y Descubrimiento guiado. | **Material Didáctico:** cuerdas, rompe cabeza, palos, pelotas, conos, costales, cartulina, esquís, circulo de rafia, cubos, vasos, hilos, latas, ligas con hilo, donas, colchonetas, tubos de plástico. |
| **Evaluación:** Feedback, Rubrica, lista de cotejo, encuesta | **Evidencias:** |
| **Adecuaciones curriculares:** | |

**Anexo 8.1.** Sesión circuito de acción motriz.

Sesión 1 de del primer periodo de trabajo docente.

<table>
<tr><td>Sesión: 1</td><td>Secuencia:</td></tr>
<tr><td colspan="2">Intención Pedagógica: Que el alumno pueda actuar ante distintas situaciones mostrando sus distintas habilidades y capacidades motrices.</td></tr>
<tr><td>Material: Cuerdas, colchonetas, rompecabezas, aros, palos, balón, pelotas y garrafón</td><td>Técnicas de enseñanza: Mando directo y Descubrimiento guiado.</td></tr>
<tr><td colspan="2">Actividades:<br><br>Examen sin valor: Al llegar al salón, se les dará una hoja de máquina y se les dictara algunas preguntas el cual responderán a lo que sepan, con la intención de saber que conocimientos tienen, para saber de dónde partiré para reforzar los conocimientos conceptuales.<br><br>Calentamiento céfalo-caudal: Calentamiento de cabeza a pies en círculo o caminando alrededor de la cancha.<br><br>Circuito de acción motriz: Se realizara un pequeño Exatlón en el cual los alumnos intentaran superar distintos retos, dividiendo el grupo en tres equipos en el cual los integrantes tendrán que pasar un recorrido para poder obtener un punto.<br>1. Laberinto: Iniciaran corriendo por una pared llena de estambres esquivando de tocarlos.<br>2. Rastrera: Pasaran por una rastrera que estarán hechas de dos colchonetas.<br>3. La cuerda: Saltaran la cuerda 10 veces<br>4. Los aros: se colocaran tres aros uno para cada equipo en el cual tendrán que meter una pelota de vinil por en medio.<br>5. Mareados: los alumnos darán 10 vueltas y botaran a cierta distancia un balón de básquet.<br>6. Anota: para obtener punto los alumnos tendrán que encestar con el balón de basquet y así para obtener un punto.<br><br>Se hará una retroalimentación con los alumnos acerca de lo visto en las clases de las habilidades que utilizamos.<br><br>Feedback: analizar los movimientos realizados en la clase ante las tareas motrices.</td></tr>
<tr><td colspan="2">Evidencias:</td></tr>
</table>

**Anexo 8.2.**

Se les dicto algunas preguntas para saber el conocimiento que tenían acerca de los temas a trabajar con los alumnos.

**Anexo 8.3.**

Actividad inicial, circuito de acción motriz

**Anexo 8.4.**

Capacidades que se evaluaron y sus resultados.

| SESION 1 | | | CIRCUITO DE ACCION MOTRIZ | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| EJERCICIO | EQUILIBRIO | | | RITMO | | | ORIENTACION | | |
| | 10 a 9 | 8 A 7 | 6 a 0 | 10 a 9 | 8 A 7 | 6 a 0 | 10 a 9 | 8 A 7 | 6 a 0 |
| VALORES | E | B | R | E | B | R | E | B | R |
| NOMBRE DEL ALUMNO | | | | | | | | | |
| 1.- Alemán Hernández Miguel | | 7 | | | 8 | | | 7 | |
| 2.- Báez Ipiña Valeria | | 7 | | | | 6 | | | 6 |
| 3.- Cancino Herrera Pablo Alfonso | | 7 | | | 8 | | | 7 | |
| 4.- Castellanos Pozos Ángel Nicolás | | 7 | | | 7 | | | | 6 |
| 5.- Corpus Martínez Andrea Madal | 9 | | | | 7 | | | | 6 |
| 6.- Correa Armendáriz Melissa Gabrielle | | 7 | | | 7 | | | | 6 |
| 7.- García López Lander Ezequiel | 9 | | | | 7 | | | | 6 |
| 8.- Guerrero Monsiváis María Fernanda | | 7 | | | 7 | | | | 6 |
| 9.- Gutiérrez Rodríguez Evelyn Nohemí | | 7 | | | 7 | | | 7 | |
| 10.- Gutiérrez Santana Uriel Alessandro | 9 | | | | 8 | | | | 6 |
| 11.- Hernández Huerta Elian Yharleñ | | 8 | | | 8 | | | | 6 |
| 12.- Jiménez Torres Andrea Sofía | | 7 | | | 7 | | | | 6 |
| 13.- Manzano Gurrola Ana Karina | | 7 | | | 7 | | | | 6 |
| 14.- Maravilla de la Garza Edith Analeigh | | 7 | | | 7 | | | | 6 |
| 15.- Pérez Cuevas Gael Alexander | | 7 | | | 8 | | | | 6 |
| 16.- Ramírez Bautista Juan Mauricio | | 8 | | | 7 | | | 7 | |
| 17.- Ramírez Hernández Tania Rubí | | 7 | | | 8 | | | | 6 |
| 18.- Ramos Zavala María José | | 8 | | | 7 | | | | 6 |
| 19.- Rangel Cortes Karol Ailed | | 7 | | | 8 | | | 7 | |
| 20.- Rangel Hernández Romina | | 8 | | | 7 | | | 7 | |
| 21.- Rebolloso Martínez Juan Pablo | | 7 | | | 8 | | | | 6 |
| 22.- Rodríguez Zapata Camila Elizabeth | | 7 | | | 8 | | | 7 | |
| 23.- Rosas Contreras Regina | | 7 | | | 7 | | | | 6 |
| 24.- Sánchez Martínez María José | | | 6 | | 7 | | | 7 | |
| 25.- Solórzano Vizcalno Lluvia Carmina | | | 6 | | 8 | | | 7 | |
| 26.- Zarate Balderas Ethan André | | 7 | | | 8 | | | | 6 |
| 27.- Zavala Hernández Jonathan de Jesús | | 7 | | | 7 | | | 7 | |

| SESION 1 | | | CIRCUITO DE ACCION MOTRIZ | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| EJERCICIO | SINCRONIZACION | | | DIFERENCIACION | | | ADAPTACION | | | REACCION | | |
| | 10 a 9 | 8 A 7 | 6 a 0 | 10 a 9 | 8 A 7 | 6 a 0 | 10 a 9 | 8 A 7 | 6 a 0 | 10 a 9 | 8 A 7 | 6 a 0 |
| VALORES | E | B | R | E | B | R | E | B | R | E | B | R |
| NOMBRE DEL ALUMNO | | | | | | | | | | | | |
| 1.- Alemán Hernández Miguel | | 7 | | | | 6 | | | 6 | | 8 | |
| 2.- Báez Ipiña Valeria | | | 6 | | 7 | | | 7 | | | 8 | |
| 3.- Cancino Herrera Pablo Alfonso | | | 6 | | | 6 | | | 6 | | 8 | |
| 4.- Castellanos Pozos Ángel Nicolás | | 7 | | | 7 | | | | 6 | | 8 | |
| 5.- Corpus Martínez Andrea Madal | | 7 | | | 7 | | | | 6 | | 8 | |
| 6.- Correa Armendáriz Melissa Gabrielle | | 7 | | | 7 | | | | 6 | 9 | | |
| 7.- García López Lander Ezequiel | | 7 | | | | 6 | | | 6 | | 8 | |
| 8.- Guerrero Monsiváis María Fernanda | | 7 | | | | 6 | | | 6 | | 8 | |
| 9.- Gutiérrez Rodríguez Evelyn Nohemí | | 7 | | | | 6 | | | 6 | | 8 | |
| 10.- Gutiérrez Santana Uriel Alessandro | | 7 | | | | 6 | | | 6 | | 8 | |
| 11.- Hernández Huerta Elian Yharleñ | | | 6 | | | 6 | | | 6 | | 8 | |
| 12.- Jiménez Torres Andrea Sofía | | | 6 | | | 6 | | | 6 | | 8 | |
| 13.- Manzano Gurrola Ana Karina | | | 6 | | | 6 | | | 6 | | 8 | |
| 14.- Maravilla de la Garza Edith Analeigh | | | 6 | | | 6 | | | 6 | | 8 | |
| 15.- Pérez Cuevas Gael Alexander | | 7 | | | 7 | | | 7 | | 9 | | |
| 16.- Ramírez Bautista Juan Mauricio | | 7 | | | | 6 | | | 6 | | 7 | |
| 17.- Ramírez Hernández Tania Rubí | | 7 | | | 7 | | | | 6 | | 8 | |
| 18.- Ramos Zavala María José | | 7 | | | | 6 | | 7 | | 9 | | |
| 19.- Rangel Cortes Karol Ailed | | 7 | | | 7 | | | 7 | | | 7 | |
| 20.- Rangel Hernández Romina | | | 6 | | | 6 | | 7 | | | 7 | |
| 21.- Rebolloso Martínez Juan Pablo | | 7 | | | | 6 | | | 6 | | 8 | |
| 22.-Rodríguez Zapata Camila Elizabeth | | | 6 | | | 6 | | 7 | | | 8 | |
| 23.- Rosas Contreras Regina | | | 6 | | | 6 | | | 6 | | 7 | |
| 24.- Sánchez Martínez María José | | | 6 | | | 6 | | 7 | | 9 | | |
| 25.-Solórzano Vizcalno Lluvia Carmina | | | 6 | | | 6 | | 7 | | | 8 | |
| 26.- Zarate Balderas Ethan André | | 7 | | | | 6 | | 7 | | | 8 | |
| 27.- Zavala Hernández Jonathan de Jesús | | 7 | | | 7 | | | 7 | | 9 | | |

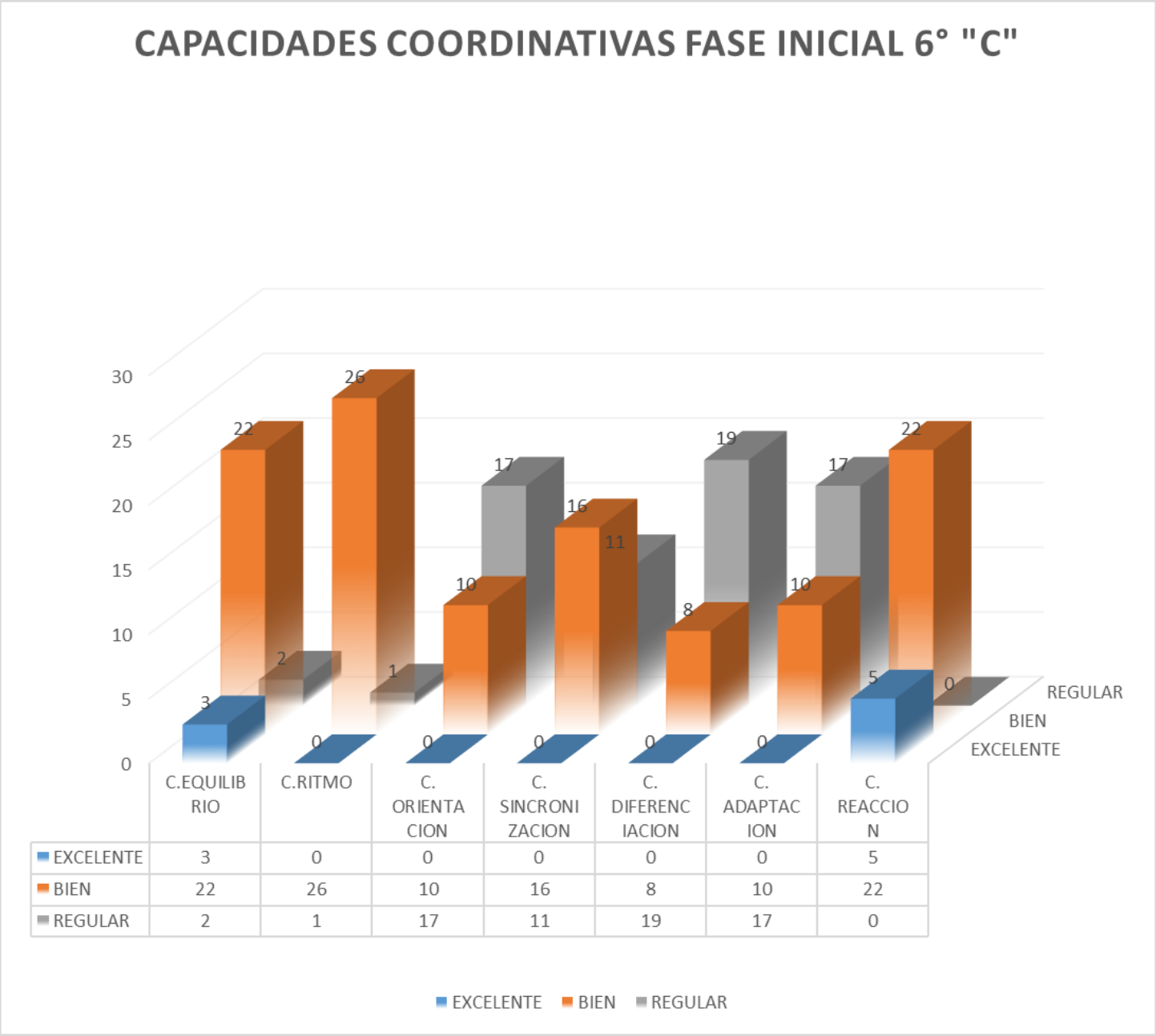
**Anexo 8.5.**

Descripción de los rubros

| ASPECTOS | EXCELENTE | BIEN | REGULAR |
|---|---|---|---|
| **DESCRIPCION** | ➢ **Identifica el concepto.**<br>➢ **Resuelve por sí mismo los problemas motores en entornos habituales.**<br>➢ **Participa con interés y espontaneidad en los juegos motores adecuando siempre sus conductas motrices a las situaciones de juego. Respetando las normas y reglas, adoptando conductas que favorecen la relación con las demás personas.** | ➢ **Con un poco de ayuda identifica el concepto. complejidad.**<br>➢ **Resuelve con alguna ayuda problemas motores en entornos habituales.**<br>➢ **Participa a veces con interés en los juegos motores adecuando frecuentemente sus conductas motrices a las situaciones de juego.** | ➢ **Identifica solo con ayuda el concepto.**<br>➢ **Resuelve sólo con ayuda problemas motores en entornos habituales.**<br>➢ **Participa con escaso interés en los juegos motores adecuando con alguna dificultad sus conductas motrices a las situaciones de juego.** |

**Anexo 8.6.**

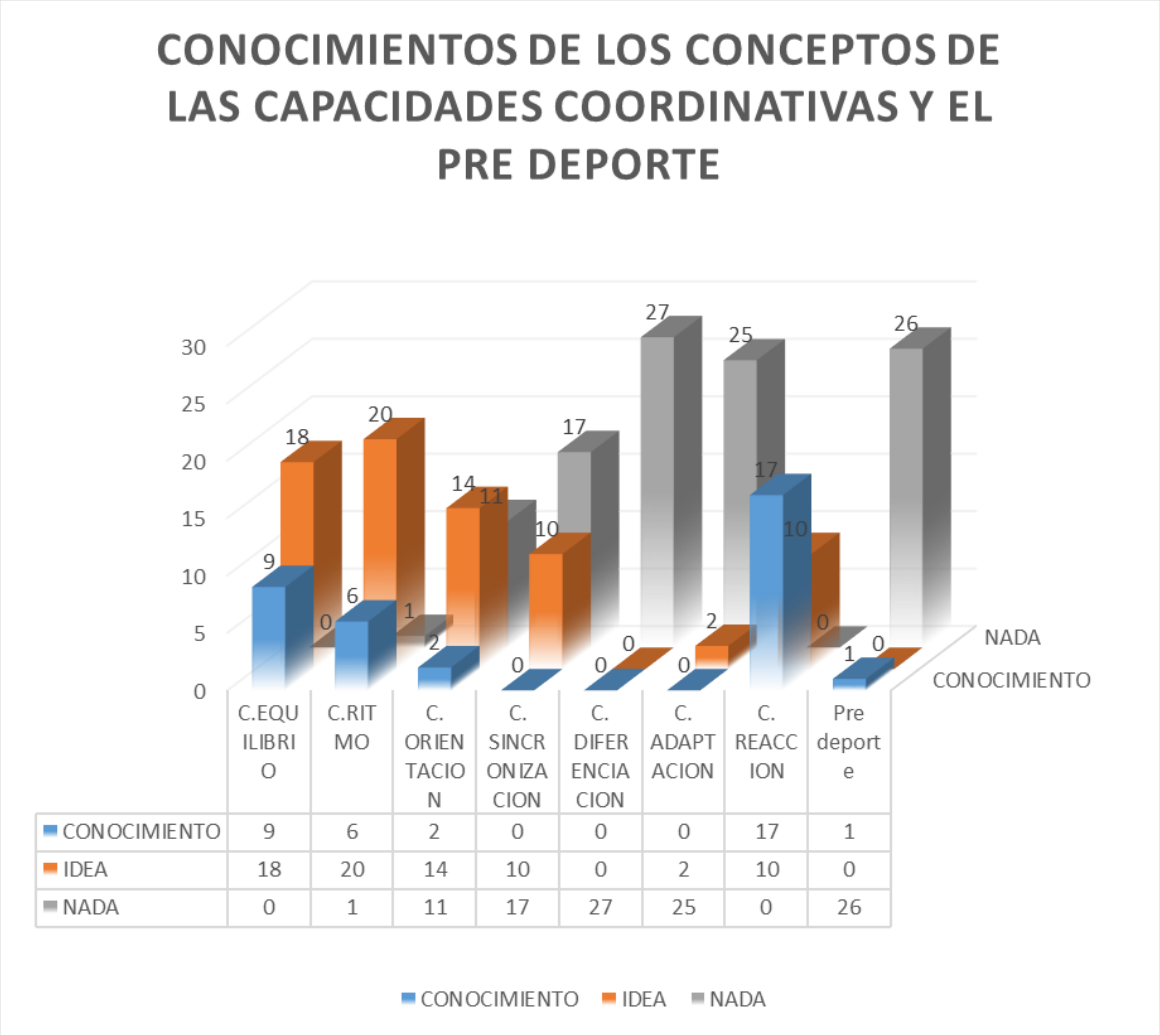
Los resultados obtenidos de los alumnos después del circuito de acción motriz en el grupo de 6° “C”.




| | C.EQUILIBRIO | C.RITMO | C. ORIENTACION | C. SINCRONIZACION | C. DIFERENCIACION | C. ADAPTACION | C. REACCION |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| EXCELENTE | 3 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 5 |
| BIEN | 22 | 26 | 10 | 16 | 8 | 10 | 22 |
| REGULAR | 2 | 1 | 17 | 11 | 19 | 17 | 0 |

**Anexo 8.7.**

Resultados iniciales, obtenidos después de revisar las preguntas respondidas por los alumnos de 6° “C”.




| | C.EQUILIBRIO | C.RITMO | C. ORIENTACION | C. SINCRONIZACION | C. DIFERENCIACION | C. ADAPTACION | C. REACCION | Pre deporte |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| CONOCIMIENTO | 9 | 6 | 2 | 0 | 0 | 0 | 17 | 1 |
| IDEA | 18 | 20 | 14 | 10 | 0 | 2 | 10 | 0 |
| NADA | 0 | 1 | 11 | 17 | 27 | 25 | 0 | 26 |

**Anexo 9.** Sesión número 2 del primer periodo de trabajo docente

<table>
<tr><td>Sesión: 2</td><td>Secuencia:</td></tr>
<tr><td colspan="2">Intención Pedagógica: Que el alumno conozca a futuro sus capacidades coordinativas para una mejor calidad de vida, así como las actividades pre deportivas.</td></tr>
<tr><td>Material: Cañón y/o pizarrón, hojas de maquina</td><td>Técnicas de enseñanza: Mando directo y Descubrimiento guiado.</td></tr>
<tr><td colspan="2">Actividades:<br><br>Exposición de los temas de mi documento recepcional: Explicación de las capacidades coordinativas:<br><br>• Equilibrio<br>• Ritmo<br>• Reacción<br>• Adaptación<br>• Sincronización<br>• Orientación<br>• Diferenciación<br><br>Explicación de las actividades pre deportivas<br><br>A respirar:<br><br>Se realizara un canto dentro del aula empezando con los alumnos, después con las alumnos y al final todos: A respirar, a todo pulmón, la brisa marina que sale debajo del agua del fondo del mar…<br><br>Se hará una retroalimentación con los alumnos acerca de lo visto en las clases de las habilidades que utilizamos.<br><br>Feedback: si quedaron algunas dudas respecto a lo visto en la sesión</td></tr>
<tr><td colspan="2">Evidencias:</td></tr>
</table>

**Anexo 9.1.**

Se les explica los conceptos de las capacidades coordinativas y el pre deporte.

**Anexo 10.**

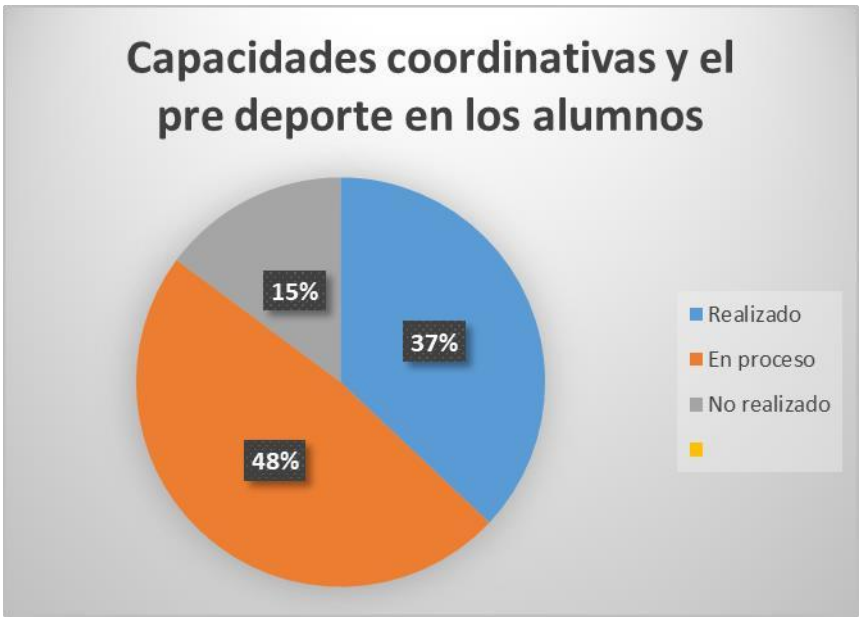
Sesión 8 en la cual la actividad medular era “Roba queso”

<table>
<tr><td>Sesión: 8</td><td>Secuencia:</td></tr>
<tr><td colspan="2">Intención Pedagógica: Que el alumno demuestre su desarrollo de habilidades, competencias y destrezas motrices a través de su desempeño en tareas motoras por medio del juego. Pudiendo observar el mejoramiento que ha tenido el mismo.</td></tr>
<tr><td>Material: Balón de basquetbol.</td><td>Técnicas de enseñanza: Mando directo y Descubrimiento guiado.</td></tr>
<tr><td colspan="2">Actividades:<br><br>Calentamiento céfalo-caudal: Calentamiento de cabeza a pies en círculo o caminando alrededor de la cancha.<br><br>Pasa el aro: Los alumnos se colocaran en filas uno atrás del otro en el cual se tomaran con una mano al de adelante y con la otra mano por en medio de las piernas al de atrás y trataran de pasar un aro lo más rápido posible<br><br>Roba queso: Se dividirá al grupo en dos equipos y a cada integrante se les dará un número con el fin de al mencionar un número salga los do números de cada equipo por el balón para realizar una anotación.<br><br>Cómele: se colgaran dos donas para cada equipo en el cual cada quien escogerá a los integrantes que participaran tendrán que acabarse la donas sin meter las manos para obtener el punto.<br><br>Feedback: Se hará una retroalimentación con los alumnos acerca de lo visto en las clases de las habilidades que utilizamos así como las capacidades coordinativas,</td></tr>
<tr><td colspan="2">Evidencias:</td></tr>
</table>

**Anexo 10.1.**

Actividad de roba queso en la cancha secundaria de la escuela

**Anexo 10.2.**




Resultados de los alumnos después de la sesión 8

**Anexo 10.3.** Rubrica con la cual se evaluó el avance de los alumnos

| ASPECTOS A EVALUAR | REALIZADO | EN PROCESO | NO REALIZADO |
|---|---|---|---|
| CONCEPTUAL | | | |
| Reconoce el concepto del pre deporte | | | |
| Reconoce los conceptos de las capacidades coordinativas | | | |
| PROCEDIMENTAL | | | |
| Realiza con economía las tareas motrices | | | |
| Manipula efectivamente los materiales que se le proporcionan | | | |
| Utiliza de manera correcta las partes de su cuerpo para las acciones | | | |
| Realiza los diferentes movimientos con diferentes velocidades, direcciones y posiciones | | | |
| ACTITUDINAL | | | |
| Muestran interés durante la clase y actitudes | | | |
| La actitud fue positiva en la clase de educación física | | | |
| Participa dando su opinión y formas de realizar el juego | | | |

## Anexo 11.

Sesión 2 del segundo periodo de trabajo docente

| | |
|---|---|
| **Propósito o Intención Didáctica; Que el alumno identifiqué las distintas formas de resolver un problema a partir de su experiencia motriz.**<br>**FECHA : 14 de n0viembre del 2019** | |
| **Actividades o tareas de la sesión Nº 2** | **Se indicara a los alumnos que camines sobre la línea de básquet bol sin salirse en el cual iremos realizando distintos ejercicios igual los alumnos tendrán que proponer las formas de ejecución.**<br><br>**Quemados invertidos: Se dividirá al grupo en dos grandes equipos, jugaran a quemados con pelotas del número 6 pero estos quemados son un poco diferentes ya que cuando quemen a un integrantes este se saldrá del campo y el podrá quemar de afuera del campo.**<br><br>**El dragón: Se formaran tres equipos, cada uno realizara una fila y el último tendrá un pañuelo en la cintura, el objetivo es quitarle el pañuelo al compañero de atrás, pero solo podrá quitárselo el primero de cada fila, podrán desplazarse de la manera que consideren mejor.**<br><br>**El nudo humano:**<br>**tomados de las manos formar un circulo, se inicia con un jugador que se enreda entre sus compañeros, entrando y saliendo por abajo y arriba de los brazos de estos, a una indicación sin moverse soltarse y tomar la mano de otra persona, sin soltarse deshacer el nudo que se formó.**<br><br>**Feedback: Análisis con los alumnos de lo aprendido en clase.** |
| **Observaciones** | **Se realizarán adecuaciones curriculares en caso de ser necesarias.**<br>**Se utilizara la música durante ciertas actividades para motivar la participación de los alumnos.** |

**Anexo 11.1.**

Los alumnos jugando quemados invertidos en la segunda cancha.

**Anexo 11.2.**

Resultados de la sesión 2 del segundo periodo de trabajo.

## Anexo 12.

Sesión 8 de del segundo momento de práctica.

| | |
|---|---|
| **Propósito o Intención Didáctica; Que el alumno valla reconociendo distintos deportes a través del juego mediante sus habilidades y capacidades motrices.**<br>**FECHA : 06 de diciembre** | |
| **Actividades o tareas de la sesión** | **Se indicara a los alumnos que camines sobre la línea de básquet bol sin salirse en el cual iremos realizando distintos ejercicios igual los alumnos tendrán que proponer las formas de ejecución.**<br><br>**Futbol en parejas:**<br>**Se dividirá en dos equipos se jugara con distintos tipos de pelotas en el cual los equipos tienen que anotar gol en la portería del equipo contrario no se pueden soltar de las manos sino no cuenta el punto.**<br><br>**Pase a si mismo:**<br>**Se juntaran en equipos de 7, el primero de cada fila va a hacer rebotar el balón en la pared y todos lo harán de la misma manera, hasta que todos pasen.**<br><br>**Estafeta:**<br>**En equipos de cuatro alumnos, desarrollaran una carrera de relevos con estafeta un equipo contra otro, el que gane califica y espera ganadores, gana el equipo que gane todas sus carreras.**<br><br>**Feedback: Análisis con los alumnos de lo aprendido en clase.** |
| **Observaciones** | **Se realizarán adecuaciones curriculares en caso de ser necesarias.**<br>**Se utilizara la música durante ciertas actividades para motivar la participación de los alumnos.** |

**Anexo 12.1.**

Alumnos jugado futbol en parejas.

**Anexo 12.2.**

Resultados de los alumnos en cuanto a sus capacidades hasta lesión 8 de del segundo momento de práctica.

**Anexo 13.** Unidad didáctica del tercer periodo de trabajo docente.

<table>
<tr><td colspan="2">Docente: Roberto Adonay Ruiz Romero Plantel escolar: “Plan de San Luis”<br>Grado y Grupo: 6° “C” C.C.T.: 24DPR1269R Turno: Matutino</td></tr>
<tr><td colspan="2">Título de la Unidad Didáctica: “Juego y fortalezco el trabajo colaborativo II”</td></tr>
<tr><td colspan="2">Intención pedagógica: Que el alumno pueda establecer y demostrar el desarrollo de sus habilidades motrices, pudiendo actuar para superarse así mismo, ante distintos retos motores y situaciones que se le presenten en el juego tanto individual como colectivo.</td></tr>
<tr><td>Eje Curricular : Competencia Motriz</td><td>Componente Pedagógico Didáctico: Desarrollo de la motricidad</td></tr>
<tr><td colspan="2">Aprendizaje Esperado: Adapta sus capacidades, habilidades y destrezas motrices al organizar y participar en diversas actividades recreativas, para consolidar su disponibilidad corporal.<br>Evalúa su desempeño a partir de retos y situaciones de juego a superar por él, sus compañeros o en conjunto, con el propósito de sentirse y saberse competente.</td></tr>
<tr><td>Temporalidad:<br>Del 13 de enero al 24 de enero</td><td>Estrategias Didácticas: juegos cooperativos, juegos reglados, rally, circuito motriz</td></tr>
<tr><td>Técnicas de Enseñanza: Mando directo y Descubrimiento guiado.</td><td>Material Didáctico: cuerdas, rompe cabeza, palos, pelotas, conos, costales, cartulina, esquís, circulo de rafia, cubos, vasos, hilos, latas, ligas con hilo, donas, colchonetas, tubos de plástico.</td></tr>
<tr><td>Evaluación: Feedback, Rubrica, lista de cotejo, encuesta</td><td>Evidencias:</td></tr>
</table>

**Anexo 13.1.** Sesión 2 del tercer periodo de trabajo docente.

<table>
<tr><td>Sesión: 2</td><td>Secuencia:</td></tr>
<tr><td colspan="2">Intención Pedagógica: Que el alumno tome decisiones mediante las acciones motrices que se desarrollan en el juego encaminadas a situaciones de cooperación y competición.</td></tr>
<tr><td>Material: Bloques de unicel, liga con listones, latas</td><td>Técnicas de enseñanza: Mando directo y Descubrimiento guiado.</td></tr>
<tr><td colspan="2">Actividades:<br>Calentamiento céfalo-caudal: Calentamiento de cabeza a pies en círculo o caminando alrededor de la cancha.<br><br>Freezbe: Se dividirá el grupo en 2 equipos, cada equipo se colocará en una mitad de cancha los cuales tendrán que pasar un Freezbe hasta llegar a la zona de anotación que será entrar a la portería con el Freezbe sujetado, no se puede correr con el Freezbe lo tienen que pasar, no hay contacto, solamente pueden obstruir o interceptar el pase.(Después se realizara en parejas)<br><br>Pelota Rápida: jugaran por parejas, se pondrá una pelota de tenis en medio de los dos y el docente dirá partes del cuerpo cunado el mencione “pelota” entonces los dos jugadores trataran de ganar la pelota.<br>Se hará una retroalimentación con los alumnos acerca de lo visto en las clases de las habilidades que utilizamos.</td></tr>
<tr><td colspan="2">Evidencias:</td></tr>
</table>

**Anexo 13.2.**

Alumnos jugando con el Freezbe en parejas.

**Anexo 13.3.**

Resultados de la sesión 2 del tercer periodo de trabajo docente.

**Anexo 14.** Sesión 4

<table>
<tr><td><u>Sesión:</u> 4</td><td><u>Secuencia:</u></td></tr>
<tr><td colspan="2"><u>Intención Pedagógica:</u> Que el alumno tome decisiones mediante las acciones motrices que se desarrollan en el juego encaminadas a situaciones de cooperación y competición.</td></tr>
<tr><td><u>Material:</u> Bloques de unicel, liga con listones, latas.</td><td><u>Técnicas de enseñanza:</u> Mando directo y Descubrimiento guiado.</td></tr>
<tr><td colspan="2"><u>Actividades:</u><br><br>Calentamiento céfalo-caudal: Calentamiento de cabeza a pies en círculo o caminando alrededor de la cancha.<br><br>Tenis en miniatura: Se formaran equipos en parejas y se trabajara y realizara los ejercicios que el docente indique mediante la manipulación de objetos tomando como base el deporte de el béisbol<br><br>Pelota Rápida: jugaran por parejas, se pondrá una pelota de tenis en medio de los dos y el docente dirá partes del cuerpo cunado el mencione “pelota” entonces los dos jugadores trataran de ganar la pelota.<br><br>Se hará una retroalimentación con los alumnos acerca de lo visto en las clases de las habilidades que utilizamos.</td></tr>
<tr><td colspan="2"><u>Evidencias:</u></td></tr>
</table>

**Anexo 14.1.**

Explicación de uso del material de una forma correcta.

**Anexo 14.2.**

Alumnos jugando de una manera sana sin realizar “trampa”.

**Anexo 15.**Unidad didáctica del primer periodo de trabajo docente ll

| | |
|---|---|
| **Docente: Roberto Adonay Ruiz Romero Plantel escolar: "Plan de San Luis"**<br>**Grado y Grupo: 6° "C"** **C.C.T.:** 24DPR1269R **Turno: Matutino** | |
| **Título de la Unidad Didáctica:** "Juego y fortalezco el trabajo colaborativo ll" | |
| **Intención pedagógica:** Que el alumno pueda establecer y demostrar el desarrollo de sus habilidades motrices, pudiendo actuar para superarse así mismo, ante distintos retos motores y situaciones que se le presenten en el juego tanto individual como colectivo. | |
| **Eje Curricular :** Competencia Motriz | **Componente Pedagógico Didáctico:** Desarrollo de la motricidad |
| **Aprendizaje Esperado:** Adapta sus capacidades, habilidades y destrezas motrices al organizar y participar en diversas actividades recreativas, para consolidar su disponibilidad corporal.<br>Evalúa su desempeño a partir de retos y situaciones de juego a superar por él, sus compañeros o en conjunto, con el propósito de sentirse y saberse competente. | |
| **Temporalidad:**<br>Del 17 de febrero al 20 de marzo | **Estrategias Didácticas:** juegos cooperativos, juegos reglados, rally, circuito motriz |
| **Técnicas de Enseñanza:** Mando directo y Descubrimiento guiado. | **Material Didáctico:** cuerdas, rompe cabeza, palos, pelotas, conos, costales, cartulina, esquís, circulo de rafia, cubos, vasos, hilos, latas, ligas con hilo, donas, colchonetas, tubos de plástico. |
| **Evaluación:** Feedback, Rubrica, lista de cotejo, encuesta | **Evidencias:** |

**Anexo 15.1.**

Sesión 1 del primer periodo de trabajo docente ll.

| | |
|---|---|
| Sesión: 1 | Secuencia: |
| Intención Pedagógica: Que el alumno logre actuar ante distintos retos motores participando junto a sus compañeros para superarlos en conjunto. | |
| Material: Tablas de madera, círculo de rafia, pelotas, cuerdas. | Técnicas de enseñanza: Mando directo y Descubrimiento guiado. |
| Actividades:<br><br>**Calentamiento céfalo-caudal:** Calentamiento de cabeza a pies en círculo o caminando alrededor de la cancha.<br><br>Beisbolito: Se dividirá al grupo en dos equipos, se jugara beisbol pero en mini, pelota más chica a la convencional, bases y triangulo más chico, gana quien haga más mini carreras.<br><br>Basquetbol sin reglas: se forman dos equipos, a cada uno se le asigna una cancha, el saque se ejecuta lanzando una pelota entre dos jugadores. El juego consiste en anotar el mayor número de encestes posibles. En un principio se juega sólo con una pelota y se van incluyendo más, conforme avanza<br><br>la actividad. La única regla del juego es que no hay reglas. Solamente se menciona que el contacto físico está prohibido, después de unos minutos de juego el profesor detiene la actividad y pide a los alumnos que propongan posibles modificaciones.<br><br>**Qué Risa:**<br><br>Por parejas, sentados uno enfrente de otro, intentan hacerse reír. Pierde el primero que se ríe.<br><br>Se acuesta a los niños haciendo ejercicios de respiración para volver a la calma, se hace una retroalimentación de algún tema. | |
| Evidencias: | |

**Anexo 15.2.**

Alumnos jugando Beisbolito

**Anexo 15.3.**

Resultados de las capacidades coordinativas de la sesión 1 del primer periodo de práctica docente II.

**Anexo 16.**

Sesión 7 del primer periodo de trabajo docente ll

| Sesión: 7 | Secuencia: |
|---|---|
| Intención Pedagógica: Que el alumno logre desempeñar sus capacidades y habilidades motrices ante distintos retos motores escuchando las distintas opiniones de sus compañeros. | |
| Material: pelotas de voleibol | Técnicas de enseñanza: Mando directo y Descubrimiento guiado. |
| Actividades:<br><br>**Calentamiento céfalo-caudal:** Calentamiento de cabeza a pies en círculo o caminando alrededor de la cancha.<br><br>Voleibol masivo: En esta actividad el grupo primero trabajara en equipo, a cada alumno se le explicara el movimiento de volear y lo harán este ejercicio solos, después iniciara el juego, todos deben de volear tan alto que tendrán que cambiar de pelota en lo que su pelota anterior va en el aire, depende de las pelotas que caigan van saliendo jugadores al azar, después se cambiara las pelotas que caigan saldrán las pelotas, el objetivo del juego es que no caigan las pelotas al piso.<br><br>Pelota Callada: En una cancha libre de obstáculos se divide el área en dos se separa por una línea el objetivo lanzar la pelota de una área a otra sin que caiga una regla es que los compañeros siempre tengan contacto con sus demás compañeros. Se les propone diferentes maneras de atrapar como tren circulo etc. Que ellos proponga como cambiar las reglas. | |
| Evidencias: | |

**Anexo 16.1.**

Los alumnos tratando de realizar el movimiento de volear.

**Anexo 16.2.**

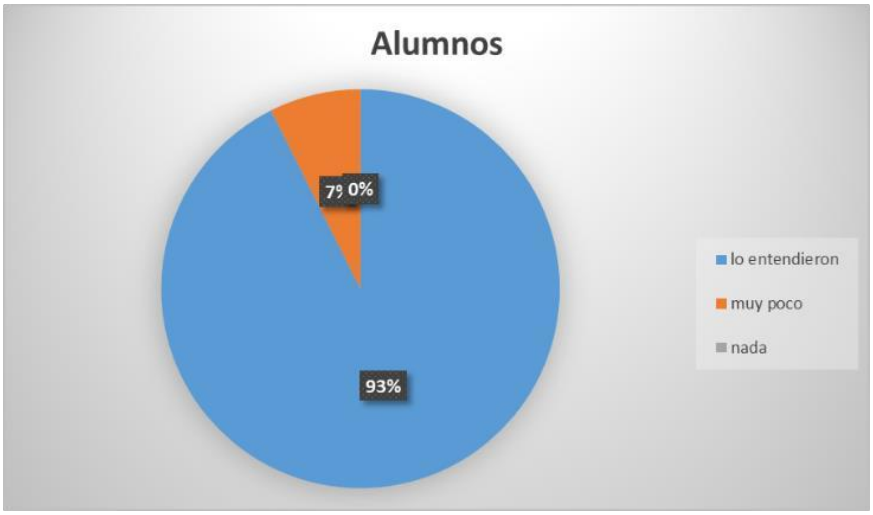
Resultados de la capacidades coordinativas después de la sesión 7 del primer periodo de trabajo docente II

**Anexo 17.**

Preguntas que se realizaron a los alumnos

| Nombre del alumno | Si lo entendí | Lo entendí poco | No entendí nada |
|---|---|---|---|
| Entendiste el tema de la clase | | | |
| Aportaste ideas durante la clase | | | |
| Aportaste puntos de vista en la clase | | | |
| Realizaste las actividades | | | |
| Te pareció importante y divertida la clase | | | |
| Te importo la clase de educación física | | | |
| La actitud fue positiva en la clase de educación física | | | |

**Anexo 17.1.**



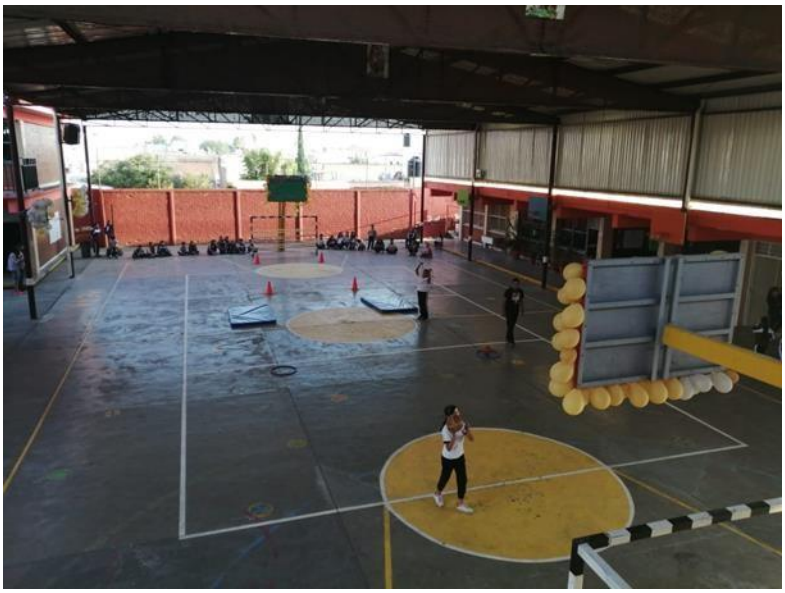

Resultados sobre la encuesta

**Anexo 18.**

Sesión de la actividad de cierre.

<table>
<tr><td>Sesión: 6</td><td>Secuencia:</td></tr>
<tr><td colspan="2">Intención Pedagógica: Que el alumno logre actuar ante distintos retos motores participando junto a sus compañeros para superarlos en conjunto.</td></tr>
<tr><td>Material: colchonetas, elasticos, pelotas, cuerdas.</td><td>Técnicas de enseñanza: Mando directo y Descubrimiento guiado.</td></tr>
<tr><td colspan="2">Actividades:<br><br>Calentamiento céfalo-caudal: Calentamiento de cabeza a pies en círculo o caminando alrededor de la cancha.<br><br>Circuito de acción motriz: Se realizara un pequeño Exatlón en el cual los alumnos intentaran superar distintos retos, dividiendo el grupo en tres equipos en el cual los integrantes tendrán que pasar un recorrido para poder obtener un punto.<br><br>1. Laberinto: Iniciaran corriendo por una pared llena de estambres esquivando de tocarlos.<br><br>2. Rastrera: Pasaran por una rastrera que estarán hechas de dos colchonetas.<br><br>3. La cuerda: Saltaran la cuerda 10 veces<br><br>4. Los aros: se colocaran tres aros uno para cada equipo en el cual tendrán que meter una pelota de vinil por en medio.<br><br>5. Mareados: los alumnos darán 10 vueltas y botaran a cierta distancia un balón de básquet.<br><br>6. Anota: para obtener punto los alumnos tendrán que encestar con el balón de basquet y así para obtener un punto.<br><br>Qué Risa:<br><br>Por parejas, sentados uno enfrente de otro, intentan hacerse reír. Pierde el primero que se ríe.<br><br>Se acuesta a los niños haciendo ejercicios de respiración para volver a la calma, se hace una retroalimentación de algún tema.</td></tr>
<tr><td colspan="2">Evidencias:</td></tr>
</table>

**Anexo 18.1.**



Realizando la actividad de cierre en la cancha principal.

**Anexo 18.2.**

Existía cierta competividad en los alumnos por realizar las tareas motrices de la mejor manera y de la forma más rápida.

**Anexo 19.**

Evaluación final.

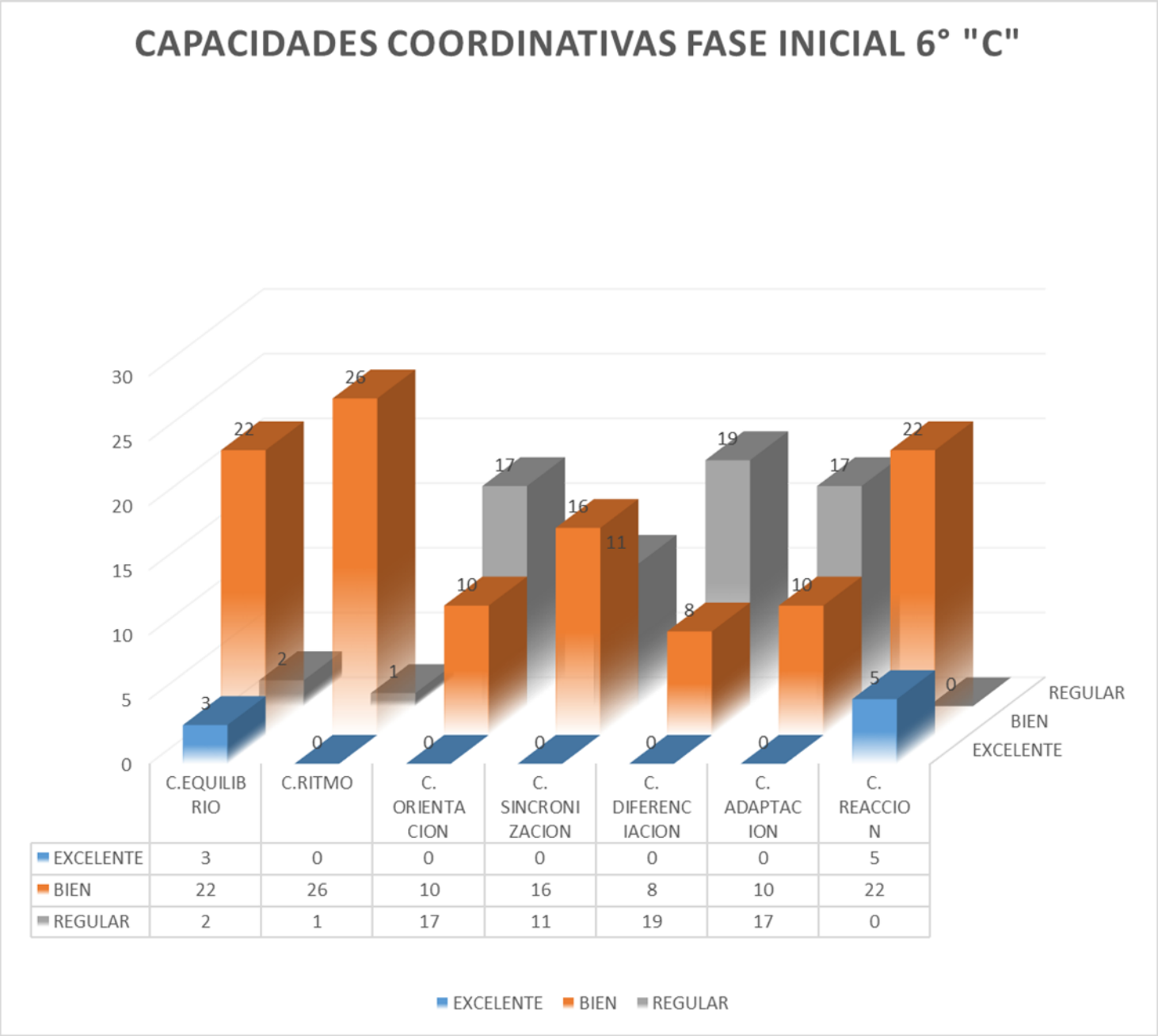
| SESION final | | | CIRCUITO DE ACCION MOTRIZ | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| EJERCICIO | EQUILIBRIO | | | RITMO | | | ORIENTACION | | |
| | 10 a 9 | 8 A 7 | 6 a 0 | 10 a 9 | 8 A 7 | 6 a 0 | 10 a 9 | 8 A 7 | 6 a 0 |
| VALORES | E | B | R | E | B | R | E | B | R |
| NOMBRE DEL ALUMNO | | | | | | | | | |
| 1.- Alemán Hernández Miguel | 9 | | | 9 | | | | 7 | |
| 2.- Báez Ipiña Valeria | 9 | | | 9 | | | 9 | | |
| 3.- Cancino Herrera Pablo Alfonso | 9 | | | 9 | | | 9 | | |
| 4.- Castellanos Pozos Ángel Nicolás | | 7 | | 9 | | | 9 | | |
| 5.- Corpus Martínez Andrea Madal | 9 | | | | | | 9 | | |
| 6.- Correa Armendáriz Melissa Gabrielle | | 7 | | 9 | | | 9 | | |
| 7.- García López Lander Ezequiel | 9 | | | 9 | | | 9 | | |
| 8.- Guerrero Monsiváis María Fernanda | 9 | | | 9 | | | 9 | | |
| 9.- Gutiérrez Rodríguez Evelyn Nohemí | | 8 | | 9 | | | 9 | | |
| 10.- Gutiérrez Santana Uriel Alessandro | 9 | | | 9 | | | 9 | | |
| 11.- Hernández Huerta Elian Yharleñ | 9 | | | | 8 | | 9 | | |
| 12.- Jiménez Torres Andrea Sofía | 10 | | | 9 | | | 10 | | |
| 13.- Manzano Gurrola Ana Karina | 9 | | | 9 | | | 9 | | |
| 14.- Maravilla de la Garza Edith Analeigh | 9 | | | 9 | | | 9 | | |
| 15.- Pérez Cuevas Gael Alexander | 9 | | | 9 | | | 9 | | |
| 16.- Ramírez Bautista Juan Mauricio | 9 | | | 9 | | | | 7 | |
| 17.- Ramírez Hernández Tania Rubí | | 8 | | 9 | | | 9 | | |
| 18.- Ramos Zavala María José | | 8 | | 9 | | | 9 | | |
| 19.- Rangel Cortes Karol Ailed | 9 | | | 9 | | | | 8 | |
| 20.- Rangel Hernández Romina | | 8 | | | 8 | | 9 | | |
| 21.- Rebolloso Martínez Juan Pablo | 9 | | | 9 | | | 9 | | |
| 22.- Rodríguez Zapata Camila Elizabeth | 10 | | | 9 | | | 10 | | |
| 23.- Rosas Contreras Regina | | 7 | | 9 | | | 9 | | |
| 24.- Sánchez Martínez María José | 9 | | | 9 | | | 9 | | |
| 25.- Solórzano Vizcalno Lluvia Carmina | 10 | | | 9 | | | 9 | | |
| 26.- Zarate Balderas Ethan André | 9 | | | 9 | | | 9 | | |
| 27.- Zavala Hernández Jonathan de Jesús | 9 | | | | 7 | | 10 | | |

| SESION Final | | | CIRCUITO DE ACCION MOTRIZ | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| EJERCICIO | SINCRONIZACION | | | DIFERENCIACION | | | ADAPTACION | | | REACCION | | |
| | 10 a 9 | 8 A 7 | 6 a 0 | 10 a 9 | 8 A 7 | 6 a 0 | 10 a 9 | 8 A 7 | 6 a 0 | 10 a 9 | 8 A 7 | 6 a 0 |
| VALORES | E | B | R | E | B | R | E | B | R | E | B | R |
| NOMBRE DEL ALUMNO | | | | | | | | | | | | |
| 1.- Alemán Hernández Miguel | | 8 | | 9 | | | 9 | | | 9 | | |
| 2.- Báez Ipiña Valeria | 9 | | | | 8 | | | 8 | | 9 | | |
| 3.- Cancino Herrera Pablo Alfonso | 9 | | | 9 | | | 9 | | | 9 | | |
| 4.- Castellanos Pozos Ángel Nicolás | | 7 | | | 7 | | 9 | | | 9 | | |
| 5.- Corpus Martínez Andrea Madal | | 8 | | | 7 | | 9 | | | 9 | | |
| 6.- Correa Armendáriz Melissa Gabrielle | | 7 | | | 8 | | 9 | | | 9 | | |
| 7.- García López Lander Ezequiel | | 8 | | | 8 | | 9 | | | 9 | | |
| 8.- Guerrero Monsiváis María Fernanda | | 8 | | 9 | | | 9 | | | 9 | | |
| 9.- Gutiérrez Rodríguez Evelyn Nohemí | | 8 | | 9 | | | 9 | | | 9 | | |
| 10.- Gutiérrez Santana Uriel Alessandro | 9 | | | 9 | | | 9 | | | 9 | | |
| 11.- Hernández Huerta Elian Yharleñ | 9 | | | 9 | | | 9 | | | 9 | | |
| 12.- Jiménez Torres Andrea Sofía | 9 | | | 9 | | | 9 | | | 9 | | |
| 13.- Manzano Gurrola Ana Karina | 9 | | | 9 | | | 9 | | | 9 | | |
| 14.- Maravilla de la Garza Edith Analeigh | 9 | | | 9 | | | 9 | | | 9 | | |
| 15.- Pérez Cuevas Gael Alexander | 9 | | | | 7 | | 9 | | | 9 | | |
| 16.- Ramírez Bautista Juan Mauricio | 9 | | | 9 | | | 9 | | | 9 | | |
| 17.- Ramírez Hernández Tania Rubí | 9 | | | | 8 | | 9 | | | 9 | | |
| 18.- Ramos Zavala María José | 9 | | | 9 | | | | 8 | | 9 | | |
| 19.- Rangel Cortes Karol Ailed | 9 | | | | 7 | | | 8 | | 9 | | |
| 20.- Rangel Hernández Romina | 9 | | | 9 | | | | 8 | | 9 | | |
| 21.- Rebolloso Martínez Juan Pablo | 9 | | | 9 | | | 9 | | | 9 | | |
| 22.- Rodríguez Zapata Camila Elizabeth | 9 | | | 9 | | | | 8 | | 10 | | |
| 23.- Rosas Contreras Regina | 9 | | | | 8 | | 9 | | | 9 | | |
| 24.- Sánchez Martínez María José | 9 | | | 9 | | | | 8 | | 9 | | |
| 25.- Solórzano Vizcalno Lluvia Carmina | 9 | | | 9 | | | | 8 | | 10 | | |
| 26.- Zarate Balderas Ethan André | 9 | | | 9 | | | | 8 | | 9 | | |
| 27.- Zavala Hernández Jonathan de Jesús | | 8 | | | 8 | | 9 | | | 9 | | |

**Anexo 19.1.**

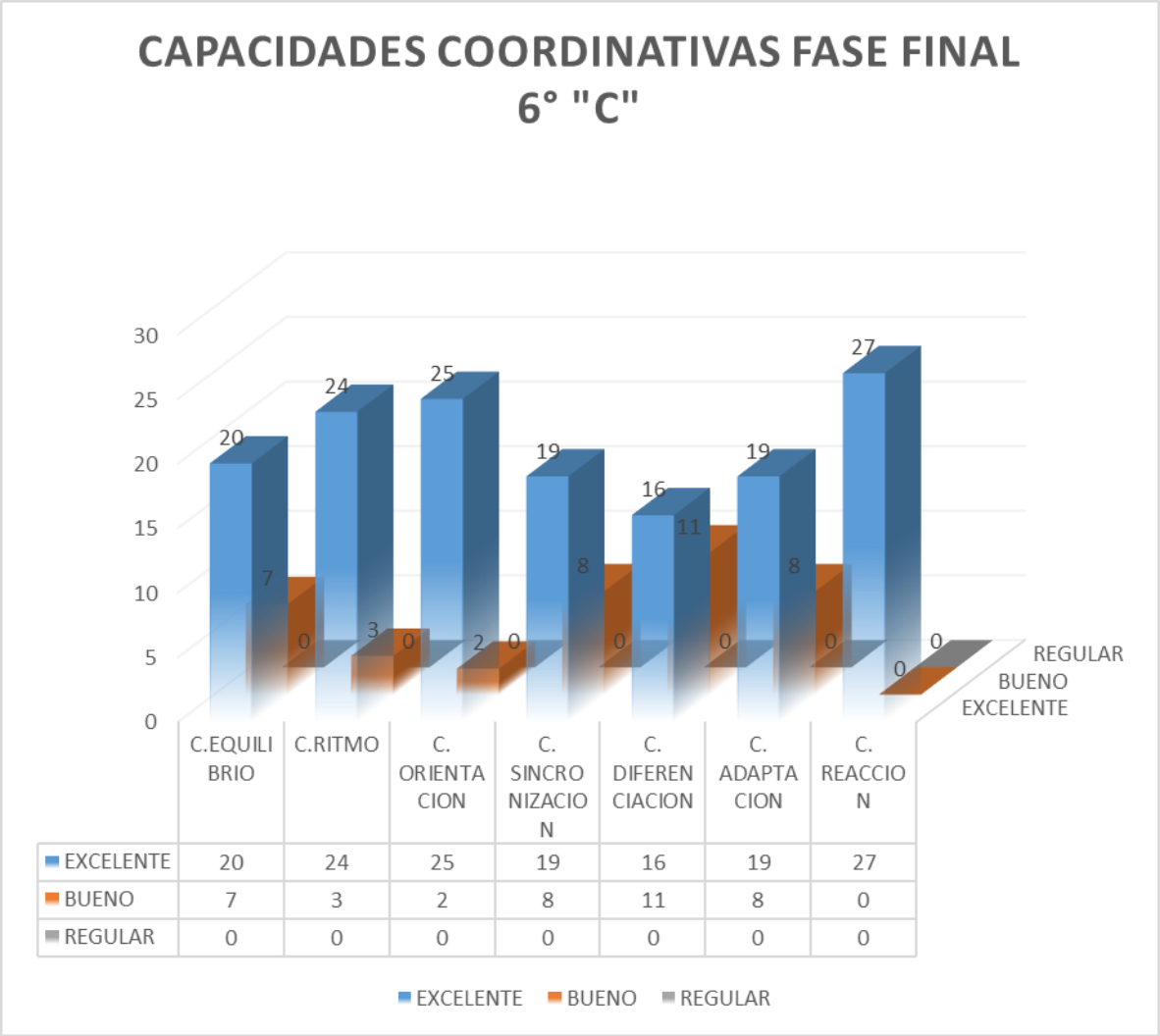
Comparación de los resultados iniciales y finales

**INICIAL**

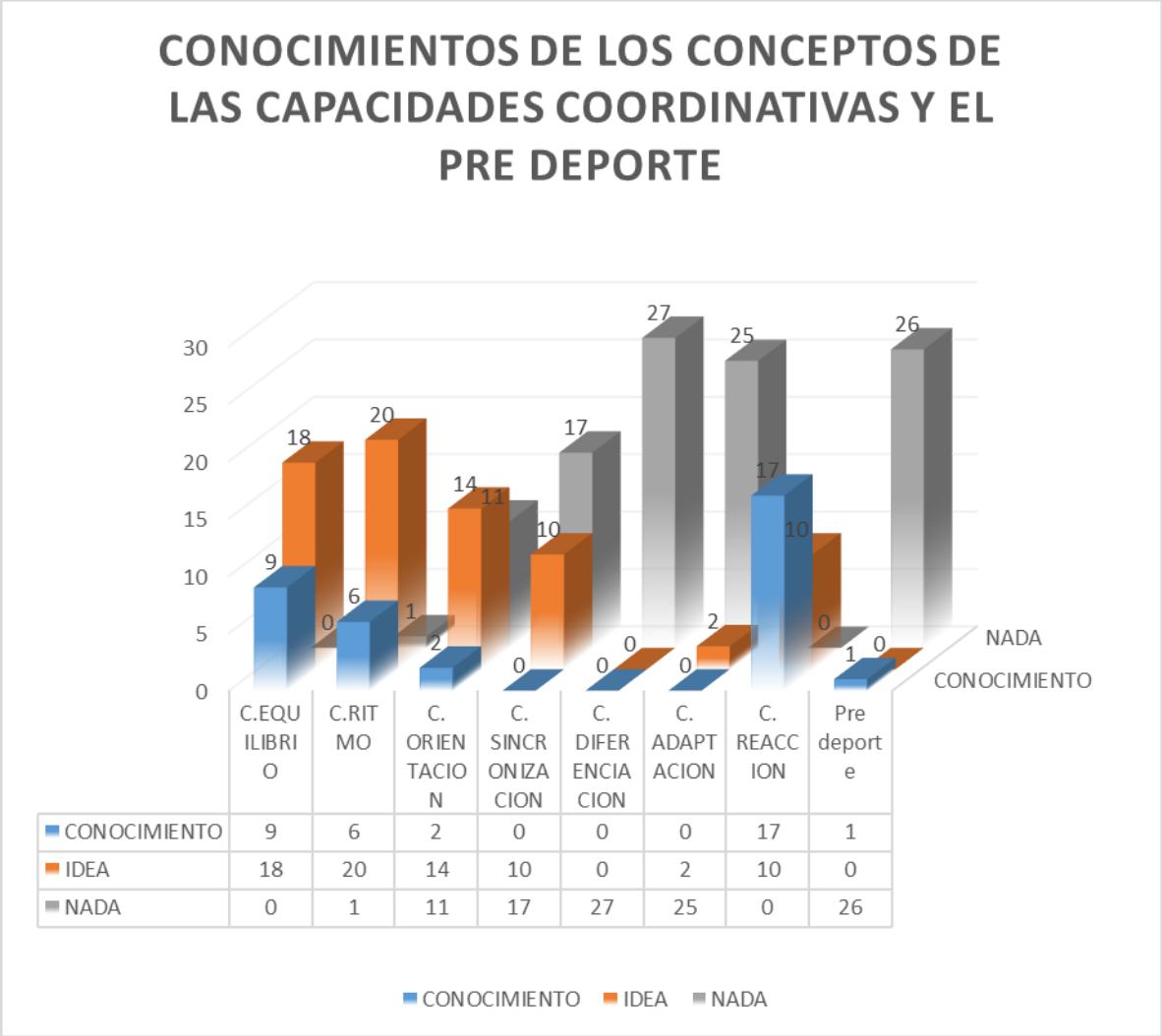



| | C.EQUILIBRIO | C.RITMO | C. ORIENTACION | C. SINCRONIZACION | C. DIFERENCIACION | C. ADAPTACION | C. REACCION |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| EXCELENTE | 3 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 5 |
| BIEN | 22 | 26 | 10 | 16 | 8 | 10 | 22 |
| REGULAR | 2 | 1 | 17 | 11 | 19 | 17 | 0 |

**FINAL**


CAPACIDADES COORDINATIVAS FASE FINAL
6° "C"
30
25
20
15
10
5
0
20
24
25
19
16
19
27
7
3
2
8
11
8
0
0
0
0
0
0
0
REGULAR
BUENO
EXCELENTE
C.EQUILIBRIO
C.RITMO
C. ORIENTACION
C. SINCRONIZACION
C. DIFERENCIACION
C. ADAPTACION
C. REACCION
EXCELENTE 20 24 25 19 16 19 27
BUENO 7 3 2 8 11 8 0
REGULAR 0 0 0 0 0 0 0
EXCELENTE
BUENO
REGULAR

**CONCEPTUAL INICIAL**




| | C.EQUILIBRIO | C.RITMO | C. ORIENTACION | C. SINCRONIZACION | C. DIFERENCIACION | C. ADAPTACION | C. REACCION | Pre deporte |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| CONOCIMIENTO | 9 | 6 | 2 | 0 | 0 | 0 | 17 | 1 |
| IDEA | 18 | 20 | 14 | 10 | 0 | 2 | 10 | 0 |
| NADA | 0 | 1 | 11 | 17 | 27 | 25 | 0 | 26 |

**CONCEPTUAL FINAL**

| | C.EQUILIBRIO | C.RITMO | C. ORIENTACION | C. SINCRONIZACION | C. DIFERENCIACION | C. ADAPTACION | C. REACCION | Pre deporte |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| CONOCIMIENTO | 26 | 25 | 27 | 17 | 15 | 20 | 27 | 27 |
| IDEA | 1 | 2 | 0 | 15 | 12 | 7 | 0 | 0 |
| NADA | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |