



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

TITULO: “La sesión de Educación Física como medio para favorecer la velocidad de reacción y la ejecución del movimiento a través del juego”

AUTOR: Dante Rodríguez Cuevas

FECHA: 7/2/2018

PALABRAS CLAVE: Velocidad de reacción, percepción de estímulos, ejecución del movimiento y juego.



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

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

**A quien corresponda.
PRESENTE. –**

Por medio del presente escrito Dante Rodríguez Cuevas
autorizo a la Benemérita y Centenaria Escuela Normal del Estado de San Luis Potosí, (BECENE) la
utilización de la obra Titulada:

"La sesión de Educación Física como medio para favorecer la velocidad de reacción y la ejecución del
movimiento a través del juego"

en la modalidad de: Ensayo pedagógico para obtener el
Título de: Licenciatura en Educación Física

en la generación 2014-2018 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 2 días del mes de Julio de 2018.

ATENTAMENTE.



Dante Rodríguez Cuevas

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

**SECRETARÍA DE EDUCACIÓN DEL GOBIERNO DEL ESTADO
SISTEMA EDUCATIVO ESTATAL REGULAR**

**DIRECCIÓN DE EDUCACIÓN
INSPECCIÓN DE EDUCACIÓN NORMAL
BENEMÉRITA Y CENTENARIA
ESCUELA NORMAL DEL ESTADO
LICENCIATURA EN EDUCACIÓN FÍSICA**

GENERACIÓN



2014

2018

**“LA SESIÓN DE EDUCACIÓN FÍSICA COMO MEDIO PARA FAVORECER
LA VELOCIDAD DE REACCIÓN Y LA EJECUCIÓN DEL MOVIMIENTO A
TRAVÉS DEL JUEGO”**

ENSAYO PEDAGÓGICO

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

PRESENTA:

DANTE RODRÍGUEZ CUEVAS

SAN LUIS POTOSÍ, S.L.P.

Julio 2018



Esta es una copia que se localiza en el repositorio institucional de la Benemérita y Centenaria Escuela Normal del Estado de San Luis Potosí (BECENE) en la colección de documentos de titulación: Documentos Receptoriales

BECENE Dirección URL de esta obra:

<http://beceneslp.edu.mx/docs2018/14240193>

Versión: Publicada

Documento: Ensayo Pedagógico

Datos bibliográficos

Rodríguez Cuevas, Dante. 2018. "La sesión de Educación Física como medio para favorecer la velocidad de reacción y la ejecución del movimiento a través del juego". San Luis Potosí, S.L.P: México.

Reusó

Esta obra está licenciada bajo los términos de la Licencia Creative Commons Atribución -No Comercial-Sin Derivadas 4.0 Internacional (CC BY-NC-ND 4.0). Esta licencia solo permite descargar este trabajo y compartirlo con otros siempre que se acredite a los autores, no se puede cambiar el documento de ninguna manera ni usarlo comercialmente.

Para ver una copia de esta licencia, visite

<http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>



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

BECENE-DSA-DT-PO-01-07

OFICIO NÚM: **REVISIÓN 7**
DIRECCIÓN: **Administrativa**
ASUNTO: **Dictamen**

San Luis Potosí, S.L.P., a 21 de junio del 2018.

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

DICTAMINAR

que el(la) alumno(a): **DANTE RODRIGUEZ CUEVAS**

De la Generación: **2014-2018**

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:

"LA SESIÓN DE EDUCACIÓN FÍSICA COMO MEDIO PARA FAVORECER LA VELOCIDAD DE REACCIÓN Y LA EJECUCIÓN DEL MOVIMIENTO A TRAVÉS DEL JUEGO".

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

DIRECTOR DE SERVICIOS ADMINISTRATIVOS


MTRA. NAYLA JIMENA TURRUBIARTES CERINO.


DR. JESÚS ALBERTO LEYVA ORTIZ.

JEFA DEL DEPARTAMENTO DE TITULACIÓN

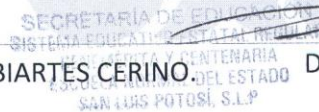
ASESOR(A) DEL DOCUMENTO RECEPCIONAL


MTRA. MARTHA IBAÑEZ CRUZ.

MTRO(A).


DIOBEL VALDES DEL CASTILLO

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



DEDICATORIAS

Me complace dedicar este documento a todas aquellas personas que hicieron posible su elaboración, brindándome su apoyo, comprensión y cariño, siendo la base para no rendirme tan fácilmente.

En especial a mis padres; María de Jesús Cuevas Calderón y Raúl Rodríguez Velázquez, por estar conmigo en cada uno de los instantes que conformaron mi carrera, apoyándome en todo momento sin importar la situación, me siento bendecido de tenerlos ya que sin ellos esto no podría ser posible.

A mi hermana Brenda Fabiola Rodríguez Cuevas, con mucho cariño, por ser una persona tan especial en mi formación como docente, sirviéndome de ejemplo y de apoyo en todos los aspectos, sin ella, no podría haber culminado la carrera, pues siempre estuvo ahí, para proporcionarme palabras de aliento y consejos para ser mejor día con día. Así como también por darme la alegría de ser tío de una hermosa, dulce y querida niña que lleva por nombre; Fátima Alexa Rodríguez Cuevas, quien se ha convertido en alguien muy especial para mí, pues con ella he compartido grandes momentos y ha sido alguien que me motiva para seguir adelante a pesar de cualquier adversidad, pues siempre tiene una sonrisa para cambiarme por completo un día difícil.

A mi novia Julia Guadalupe Ontiveros Almanza, por ser una persona muy importante en mi vida, pues con ella eh pasado momentos inolvidables, de felicidad y algunos un poco difíciles, sin embargo, ha sabido comprenderme, escucharme, darme su apoyo y nunca dejarme solo. Te amo.

Por otro lado, me siento afortunado de pertenecer a la familia del Club de Futbol "Independiente del potosi", donde encontré personas muy especiales para mí con las cuales eh vividos momentos increíbles y me enorgullece contar con el apoyo del señor Francisco Flores Rico, quien me ah dado la oportunidad de crecer en el ámbito del futbol amateur, dentro la dirección técnica, brindándome los recursos y las herramientas necesarias para crecer en mi vida profesional.

AGRADECIMIENTOS

Con total gratitud hacia mi máxima casa de estudios, mi alma mater; la Benemérita y Centenaria Escuela Normal del Estado, por permitirme ser parte de esta gran familia docente, junto con la intervención de todos los catedráticos que tuve a lo largo de mi formación educativa, donde contribuyeron a brindarme conocimientos, experiencias y logros importantes para mi vida profesional y social.

Momentos difíciles siempre se han de presentar en nuestras vidas diarias, sin embargo, cuando te rodeas de personas sinceras, amables y comprensibles, siempre contarás con alguien que te brinde su apoyo sea cual sea la circunstancia, es por ello que agradezco a todas esas amistades con las que compartí momentos increíbles, tanto en el ámbito académico, como en el deportivo y social, en especial a; Ángel Villa Maldonado, Antonio Silos, Leobardo García y Gerardo Zúñiga, quienes siempre estuvieron presentes con su amistad sin importar la situación por la que estuviera pasando.

A los alumnos de la Escuela Secundaria General "Potosinos Ilustres", por brindarme la oportunidad de llevar a cabo mi práctica docente, así como también el planteamiento y desarrollo del proyecto de fútbol, donde gracias a su participación, pase experiencias inolvidables tanto con la rama femenil como la varonil, obteniendo un magnífico logro en mi carrera profesional.

ÍNDICE

I - INTRODUCCIÓN.....	9
II - TEMA DE ESTUDIO.....	16
2.1.1. Campo temático.....	17
2.1.2. Núcleo temático.....	19
2.1.3. Ejes de análisis.....	20
2.1.4. Temas en específico.....	20
2.1.5. Procedimiento.....	21
2.1.6. Línea temática.....	23
2.1.7. Líneas de reorientación.....	24
2.2 Descripción del hecho o caso estudiado.....	27
2.3 Escuela y ubicación geográfica.....	31
2.4 Características sociales relevantes.....	36
2.4.1. Características físicas y sociales de los adolescentes.....	37
2.4.2. Características físicas y sociales de los adolescentes del grupo de estudio.	40
2.5 Preguntas centrales que guiaron el desarrollo del trabajo.....	41
2.6 Conocimientos obtenidos de la experiencia y de la revisión bibliográfica.....	41
III - DESARROLLO DEL TEMA.....	45
3.1 El acercamiento a un nuevo aprendizaje.....	47
3.2 Conociendo a la velocidad de reacción a través del juego y la educación física	54
3.3 La velocidad de reacción y su vinculación con la rapidez.....	60

3.4 La velocidad de reacción en su máxima expresión	69
3.5 Respuestas motrices: El movimiento con objetividad	78
3.6 La velocidad de reacción ante el objetivo motor.	83
3.7 Los estímulos; un factor importante para la velocidad de reacción.	89
3.8 La velocidad de reacción respecto a la selección.....	94
3.9 Plaza de los desafíos.....	102
IV - CONCLUSIONES	107
V - BIBLIOGRAFÍA	110
VI-ANEXOS.....	116

I - INTRODUCCIÓN.

En muchos escenarios de nuestras vidas, hemos sido testigos de cosas o situaciones con gran relevancia, sin embargo, no les damos tanto interés como se debería, pues se les toma en cuenta solo por un momento temporal, sin crear conciencia de las mismas.

Algo similar pasa con la velocidad de reacción dentro de la sesión de Educación Física, pues sabemos que existe y que está ahí, pero no hacemos nada por saber más acerca de ella, conocer que tan importante puede llegar a ser en nuestras vidas o de qué manera puede influir en nuestra persona.

A través de la observación y la evaluación podemos localizar características específicas del alumno, sobre su desempeño motriz dentro de las actividades planteadas, la forma de relacionarse y su participación en las mismas, a partir de ello, identificar sus necesidades y virtudes con las cuales se trabajará en beneficio del estudiante.

Tal como fue el caso del grupo de 1° “C”, que, a través de la observación de su participación en la sesión de Educación Física, pude darme cuenta que presentaban una necesidad de reacción ante estímulos y realización de movimientos como respuesta a las percepciones adquiridas.



“La sesión de Educación Física como medio para favorecer la velocidad de reacción y la ejecución del movimiento a través del juego” by Dante Rodríguez Cuevas is licensed under a Creative Commons Reconocimiento-NoComercial-SinObraDerivada 4.0 Internacional License.

Las niñas y los niños, al momento de querer llevar a cabo una acción en respuesta a lo que la actividad le demandaba, eran tardados y poco objetivos, por lo tanto, decidí abordar el tema de estudio;

La sesión de Educación Física como medio para favorecer la velocidad de reacción y la ejecución del movimiento a través del juego, con el grupo 1º "C", de la Escuela Secundaria General "Potosinos Ilustres".

Posteriormente se optó por aplicar una prueba diagnóstica que permitiera mostrar y reafirmar la problemática encontrada, para después platicarlo con los alumnos e informarles acerca de lo que trabajarían a lo largo del ciclo escolar dentro de la sesión de Educación Física.

Por lo que, a través de diversos autores, fue de suma importancia, delimitar bien el concepto a trabajar y de esta manera existiera un mayor entendimiento.

(Grosser, 1981) Menciona "La velocidad de reacción debe ser entendida como; Capacidad de convertir en menos tiempo posible estímulos (señales) en movimiento" (p.90).

Por mi parte expreso que los estímulos se identifican como todo tipo de señales, avisos, contactos, indicaciones u órdenes, que son percibidas por alguno de nuestros cinco sentidos; vista, oído, tacto, gusto y olfato.

Sin embargo, Sage (1977) "Ordenó los órganos de los sentidos en función de la rapidez de la respuesta motora ante su activación, indicando el siguiente orden: audición, tacto, visión, dolor, gusto y olfato" (p.157).

Por lo tanto, este documento decidí trabajarlo bajo tres tipos de estímulos;

- Sonoro, que se refiere a los sonidos.
- Visual, que se refiere a todas las imágenes.
- Táctil, que se refiere a los contactos.

(Guerrero, 2006) menciona que “En función del estímulo que se reciba, los tiempos de reacción serán diferentes: auditivo 0.143 s., táctiles 0.157 s. y visual 0.194 s” (p.157).

De mi parte expongo, que a partir de la captación del estímulo proporcionado por el docente en formación o del propio del ambiente donde se realizaron las actividades por parte de alguno de los tres sentidos ya mencionados, el alumno deberá poseer la capacidad para poder producir una respuesta motriz objetiva.

Así mismo expreso la identificación del movimiento como el traslado del cuerpo o algunas extremidades del mismo, de un punto inicial a uno final.

El alumno experimentará nuevos aprendizajes, a través de cada una de las actividades desarrolladas para contribuir al desarrollo motriz de cada uno de los educandos.

La estrategia didáctica a utilizar será el juego, pues a través ello, el alumno se siente más en confianza, disfruta de la actividad y a la par aprende jugando.

Para ello hago mención acerca de lo que expone el Plan de Estudios de la Licenciatura en Educación Física, en el apartado de la reorientación de la Educación Física en la Educación Básica, donde muestra seis grandes líneas de reorientación de la Educación Física.

De acuerdo con el documento, las líneas de reorientación ayudan al docente a cumplir con los Propósitos establecidos en los Planes y Programas de Estudio, así

como también con el desarrollo físico y mental de los educandos que cursan la Educación Básica, además de la adquisición del conocimiento del cual los alumnos podrán hacer uso tanto dentro como fuera de la escuela, valorando y respetando siempre la diversidad que exista entre los niños y los adolescentes en el caso del nivel secundaria.

Haciendo uso de la línea de reorientación número dos;

- **El juego como medio didáctico de la Educación Física.**

Donde menciona que;

Como herramienta didáctica, el juego es una actividad placentera y catártica, que no responde a metas extrínsecas y proporciona a los niños y a los adolescentes medios para la expresión y la comunicación. Además, aporta beneficios de tipo cognitivo, afectivo y social, que contribuyen a la formación e integración de la corporeidad y a la edificación de la competencia motriz. (SEP, El juego motriz como medio didáctico de la Educación Física, 2002, p.41).

Por mi parte expreso que por medio del juego se busca que el alumno, se sienta en confianza pues a la par goza al participar en situaciones lúdicas adquiere el conocimiento de manera significativa. Es decir, que no lo vea como algo tedioso para él, sino que sepa que puede aprender de otras formas y quizá con mayor efectividad.

Durante mi presencia dentro del CTE, los maestros que componen la plantilla docente de la Escuela Secundaria "Potosinos Ilustres", compartían algunos puntos de vista acerca del comportamiento de los alumnos, el aprovechamiento y las

necesidades de aprendizaje, específicamente desde el campo de las asignaturas de Español y Matemáticas, donde los alumnos mostraban mayores deficiencias.

Al iniciar el ciclo escolar 2017 - 2018, durante la observación de las clases y las conversaciones que se mantenían con el maestro tutor; L.E.F. Gustavo Enrique García Melo. Acerca del desenvolvimiento del alumno en cada una de las sesiones, me percaté que los alumnos de 1° "C", carecían de respuestas motrices ante situaciones que le demandaban reaccionar con rapidez y realizar movimientos objetivos.

El maestro titular me comentó que él con anterioridad, había identificado alguna situación similar, solo que por falta de tiempo no pudo indagar más para saber de qué se trataba conceptualmente.

Así que me di a la tarea de investigar y logrando identificar ciertas características de lo observado con lo que se trabajó en las materias durante la estadía en la BECENE, una de ellas es "Formación Perceptivo Motriz a través del Ritmo I y II", así como también, "Desarrollo Corporal y Motricidad I y II", a través de ello se identifica al término velocidad de reacción.

Los Propósitos que a continuación se presentan, son objetivos que se plantean al inicio de la estructuración del documento, con la intención de poder cumplirlos a través del desarrollo de las actividades. Conjuntamente con el estudio y análisis de cada uno de los aportes que hacen los autores citados por el docente en formación al perfeccionamiento del tema de estudio, donde se pretende que él adolescente;

- Reconozca el significado de la velocidad de reacción, como se manifiesta y como se trabaja mediante los juegos en la sesión de Educación Física.

- Ejecute movimientos con rapidez como respuesta a un estímulo que se le presente dentro de los diferentes juegos y a su vez tenga la capacidad de pensar y crear estrategias para la solución de problemas motrices.
- Y valore la importancia que tiene la velocidad de reacción para ejecutar movimientos rápidos y eficaces ante una situación de riesgo o en la resolución de problemas motrices que se puedan presentar dentro de la vida cotidiana.

Consecuentemente como primer recurso en la búsqueda de información, recurrí a las antologías que brinda la licenciatura en Educación Física en la BECENE, donde encontré algunas bibliografías, que me brindaban información relacionada con lo que se quería trabajar, solamente que venía conceptualizada bajo otro termino completamente diferente al que se estaba trabajando. Así como también debido a que los textos son arcaicos, no se pueden percibir, están digitalizados de forma extraña que se empalma la información o se ven borrosos, lo que dificulta poder darle lectura.

Posteriormente acudí al CICYT para buscar algún documento recepcional que hablara sobre el tema seleccionado, para poder analizarlo y acercarme más a la idea deseada para la elaboración del escrito, a lo cual desafortunadamente los resultados también fueron negativos.

Por lo que decidí acudir a la biblioteca anexa al CICYT, donde la búsqueda me dio como resultado dos bibliografías que hablaban acerca de ello, que en términos personales concebía que no era algo suficiente a lo deseado, así que concluí buscar apoyo con el maestro L.E.F. Juan Antonio Gómez Aranda, quien amablemente me orientó y me facilitó algunos libros que tratan el tema de la velocidad de reacción, dichos libros son difíciles de conseguir, unos no se encuentran en el país por lo que venían de otras partes del mundo, pues me comentaba que fue complicado el poder adquirirlos.

A través de este trabajo se pretende contribuir a la ampliación de conocimientos para la práctica de la Educación Física. Crear una herramienta con la cual alguien más se pueda apoyar para trabajar algún aspecto que tenga que ver con la velocidad de reacción y lo tome como punto de partida.

Esto es elaborado en base a las experiencias que se obtuvieron con un grupo de adolescentes de la Escuela Secundaria "Potosinos Ilustres", a lo largo del ciclo escolar 2017-2018, con la elaboración de unidades didácticas a partir de las características mostradas por los alumnos en la práctica escolar, se encaminan cada una de las actividades a contribuir con la adquisición y el desarrollo de la velocidad de reacción en los adolescentes. Así como también la ejecución de sus movimientos como respuestas ante problemas motrices que se le presenten tanto dentro del contexto escolar, como en situaciones de la vida cotidiana.

II - TEMA DE ESTUDIO.

En el momento en que el estudiante tiene claro el tema que desea desarrollar, es necesario precisarlo, acotarlo de tal manera que su análisis sea factible en el tiempo y las condiciones reales del trabajo que realiza en la escuela secundaria (...) Para ayudar a decidir el tema es importante que los estudiantes revisen de nueva cuenta el expediente que han conformado en los semestres anteriores, con la intención de que reflexionen sobre las cuestiones que más les llamaron la atención (...) Los problemas planteados deben relacionarse con situaciones que se presenten durante el trabajo docente, con los núcleos temáticos o, en general, con el desarrollo de las competencias profesionales de los estudiantes. (SEP, Criterios básicos para la elección del tema y el planteamiento del problema, 2002, p.17).

De acuerdo a lo anterior al iniciar el séptimo semestre de la Licenciatura en Educación Física, en la asignatura “Taller de análisis del trabajo docente y diseño de propuestas didácticas I y II”, los maestros asesores en primera instancia y en forma globalizada, comentaron de que se trataban los últimos dos semestres de la licenciatura, expusieron puntos de vista a base de sus experiencias con grupos anteriores y fueron resolviendo algunas dudas que se generaban de entre los mismos compañeros docentes en formación.

Conforme fue pasando el tiempo explicaban con mayor detalle cómo era el procedimiento de la elaboración de un documento recepcional, expresaron la importancia que este tiene para nuestra formación inicial y sobre todo dieron a conocer la calendarización para poder trabajar en él.

Así como también el tiempo que se dedicaría a la elaboración de unidades didácticas para poder aplicarlas en cada una de las escuelas asignadas y así poder identificar alguna problemática, algún aspecto a favorecer o bien un tema de interés para desarrollar, analizar y con ayuda de fundamentos teóricos darle una

solución o desde luego dotar al alumno de herramientas para un aprendizaje significativo de algún contenido que se exponga dentro de los Planes y Programas de Educación Física según fuera el caso del tema observado.

Posteriormente vino la elaboración de un esquema de trabajo, donde ya se le daba vinculación, con el campo temático, núcleo temático, procedimiento, entre otros, con el tema que probablemente sería sometido a un estudio más profundo.

A partir de haber comprendido, analizado y realizado lo anterior, se expone a continuación, la relación que se llevó a cabo para tratar de ubicar el tema seleccionado con cada uno de los siguientes apartados y con ello darle un mayor sentido y objetividad.

2.1.1. Campo temático.

El texto de Orientaciones académicas para la elaboración del documento recepcional, muestra tres campos temáticos;

- 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.

(SEP, Campos temáticos, 2002, p.15).

De acuerdo con lo que dice el texto cada uno de estos campos, muestra características específicas a partir de las cuales, el docente puede empezar a trabajar sobre ellas.

Debido a esto para poder abordar el tema de estudio, ya mencionado con anterioridad, se buscar dar a conocer, la forma en que los estudiantes van a favorecer la velocidad de reacción, esto por medio de la realización de unidades didácticas creadas por el docente en formación, a partir de las características que posee el grupo de trabajo seleccionado, haciendo uso de la observación, pues por

medio de ella, se puede identificar las habilidades, limitaciones, actitudes y aptitudes de los alumnos frente un problema motriz, ¿qué capacidad tiene para resolverlo? y ¿cómo es que utiliza sus aprendizajes previos para hacerlo?.

Es por ello que se selecciona el primer campo temático;

- **El desarrollo de la competencia motriz de los niños y los adolescentes.**

La SEP en su documento Orientaciones académicas para la elaboración del documento recepcional 2002, establece que 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. (p.16.)

La competencia motriz se define cómo:

(Ruiz Perez, 1995) Menciona que la competencia motriz es la capacidad del niño para dar sentido a su propia acción, orientarla y regular sus movimientos, comprender los aspectos perceptivos y cognitivos de la producción y control de las respuestas motrices, relacionándolas con los sentimientos que se tienen y la toma de conciencia de lo que se sabe que se puede hacer y cómo es posible lograrlo.

De acuerdo a lo que dice el autor, es trascendental que el aprendizaje sea significativo, que el alumno pueda utilizarlo en acciones y actividades de su vida cotidiana, así como también en los deportes, tal es el caso de D. Z., alumno del 1er año grupo "C" (grupo de estudio), quien pertenece a la selección de fútbol de

la escuela, donde tengo la oportunidad de observar y analizar el avance que este alumno ha tenido desde el inicio hasta la actualidad.

Pues la velocidad de reacción no solo está presente en la Educación Física, sino que dentro del fútbol se manifiesta en múltiples acciones en las cuales el jugador debe reaccionar ante un pase, un grito o algún contacto que llegue a tener dentro del terreno de juego.

Por lo tanto, expongo que este campo demanda dar seguimiento al desempeño de los alumnos, analizar cada una de las sesiones y conjuntar todas las experiencias y productos que el alumno elabore como parte de la evidencia a incorporar al documento recepcional.

Debido a esto para poder saber el nivel de competencia motriz que han alcanzado los alumnos podemos hacer uso de alguna herramienta de evaluación, con ello podremos mostrar si el alumno está obteniendo un avance o un retroceso en el favorecimiento de la cuestión elegida.

2.1.2. Núcleo temático.

Posteriormente cada uno de los tres campos temáticos, tiene una estrecha relación con alguno de los tres núcleos temáticos que contiene el documento de “Taller de análisis del trabajo docente y diseño de propuestas didácticas I y II”

1. Los niños y los adolescentes
2. Las competencias didácticas del futuro educador físico
3. La escuela y el contexto del que proceden los alumnos (SEP, Núcleos temáticos, 2002, p.20).

Se tomó la decisión de utilizar el núcleo temático de;

- **Los niños y los adolescentes.**

Por mi parte expongo que los adolescentes a través de la realización de las distintas unidades didácticas que están enfocadas a la comprensión, enseñanza y

evaluación de su velocidad de reacción, ponen en juego movimientos rápidos, percepción de estímulos a través de sus sentidos, la toma de decisiones según lo demande la actividad y procesos psicomotrices, llevando a cabo desplazamientos, saltos, giros, entre otros.

De acuerdo con lo anterior cada núcleo presenta ejes de análisis y temas en específico, los cuales pueden ser tomados como guía para la elaboración y aplicación de propuestas didácticas con un enfoque hacia el tema a desarrollar con los alumnos, pues logran corresponder a las necesidades y características que se pueden presentar del espacio y de los actores del plantel educativo.

2.1.3. Ejes de análisis.

De mi parte expreso que el eje de análisis es seleccionado en base al deseo de que el alumno tenga la capacidad de darle sentido a las diferentes acciones que realiza, a partir de sus percepciones y toma de decisiones frente a problemas motrices, para lo cual se elige el de;

- **Competencia motriz.**

2.1.4. Temas en específico.

Posteriormente se encuentran ligados los temas en específico, pues estos serán los que den la esencia a las unidades didácticas que el docente en formación elabore y sean en relación al desarrollo de la problemática establecida, dándole un sentido a la práctica en la Escuela Secundaria.

- **Desempeño al efectuar acciones motrices, con relación a los objetos, el medio y los otros alumnos.**

Por lo tanto, las actividades que los alumnos realicen, tendrán un objetivo, un propósito y un aprendizaje, todo ello relacionado y enfocado a la comprensión del

tema elegido, de ahí los alumnos tendrán la oportunidad de experimentar diferentes situaciones dentro del contexto escolar, así como también en sus actividades diarias no escolarizadas acompañadas de manipulación de múltiples objetos y de la relación con sus demás compañeros.

- **Tipo de decisiones y respuestas que adoptan con su cuerpo ante un problema motor.**

(SEP, Ejes de análisis y temas en específico, 2002, p.24).

Así mismo menciono que estarán expuestos a situaciones en las cuales serán sometidos a crear estrategias y soluciones ante problemas motrices, otras veces tendrán que tomar una disposición rápida después de percibir un estímulo, con ello realizar movimientos con objetividad.

2.1.5. Procedimiento.

Dentro del apartado número cuatro; “Procedimiento para abordar el tema”, se identifican tres:

1. Análisis de experiencia de enseñanza.
2. Análisis de casos comunes en la práctica escolar y en el funcionamiento de la escuela.
3. Experimentación de una propuesta didáctica.

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. Además, el estudiante habrá de considerar el tratamiento que va a dar al tema en el documento recepcional; de

esa manera el procedimiento para abordar el tema constituye un elemento clave para precisar, acotar, centrar, avanzar y nombrar el tema o darle título al documento en su versión final. (SEP, Procedimiento para abordar el tema, 2002, p.24).

De acuerdo con lo que dice el documento y al finalizar con la lectura, así como también el análisis de la información que proporciona cada uno de los tres procedimientos anteriormente citados, hay una mayor identificación de lo que se quiere lograr, con lo que dicta el punto de;

- **Análisis de una experiencia de enseñanza.**

Pues menciona que es apto para temas en donde el docente en formación haya tenido alguna experiencia u observado alguna cuestión de interés con alguno de los grupos de la institución educativa, en la que se está llevando a cabo el trabajo docente.

En los documentos recepcionales que retomen este procedimiento se incluirán el análisis de los Propósitos de Educación Física en la Educación Básica, el enfoque propuesto en las líneas de reorientación de la Educación Física en la Educación Básica, las estrategias didácticas utilizadas y su relación con el enfoque, las formas de evaluar, el uso que se hizo de los recursos didácticos, los espacios o áreas de trabajo, así como el papel que desempeña el estudiante normalista al enseñar a los niños y a los adolescentes durante las actividades sugeridas. (SEP, Procedimiento para abordar el tema, 2002 p.25).

Por lo tanto, esto hace que los trabajos que se realicen a partir de este procedimiento se orienten al análisis de las secuencias didácticas aplicadas, al comportamiento de los alumnos, resultados obtenidos de las diferentes evaluaciones que se puedan aplicar, desempeño del docente y las características del contexto donde se desarrolla el trabajo.

2.1.6. Línea temática.

Así mismo la elección de alguna línea temática, está íntimamente relacionada con la forma de trabajo o seguimiento que se le quiere dar al tema seleccionado.

Después de dar lectura al documento de “Orientaciones académicas para la elaboración del documento recepcional” y tras analizar las tres líneas temáticas que expone el texto,

1. Línea temática los adolescentes y sus procesos de aprendizaje.
2. Análisis de experiencias de enseñanza.
3. Línea temática gestión escolar y procesos educativos.

(SEP, Línea temática, 2002, p.20).

Se llego a la conclusión de seleccionar la línea de;

- **Análisis de experiencias de enseñanza.**

De mi parte expreso que esta línea permite trabajar con uno de los grupos que integran la institución, desarrollando algún contenido o tema en particular de gran interés, poniendo a prueba al docente en formación con la creación y empleo de unidades didácticas diseñadas a base de los conocimientos adquiridos a lo largo de su formación en la normal, posteriormente se tendrá que aplicar una evaluación al aprovechamiento que los estudiantes puedan desempeñar al realizar dichas

actividades, así como también, presentar evidencias (trabajos, fotos, participaciones, exposiciones, videos, entre otros) del trabajo que se está llevando a cabo.

“Un trabajo en esta línea demanda al estudiante poner en juego los conocimientos, la iniciativa y la imaginación pedagógica que ha logrado desarrollar durante la formación inicial, para diseñar, aplicar y analizar actividades de enseñanza congruentes con los Propósitos de la Educación Secundaria y de las asignaturas de la especialidad”. (SEP, Línea temática, 2002, p.p.20 - 21).

2.1.7. Líneas de reorientación.

Por mi parte expreso que la reorientación de la Educación Física en la Educación Básica, es principalmente hacer reflexionar al docente sobre su práctica, que a través del trabajo continuo adquiera experiencias y contribuya al desarrollo y cumplimiento de los propósitos de la Educación Básica, estipulados en los planes y programas de estudio de cada nivel educativo.

Así mismo que se dé cuenta de todos los factores que influyen para que él pueda llevar a cabo una buena labor docente y sobre todo tenga presente que tan importante es conocer al alumno desde como aprende, cuáles son sus características de comportamiento, de qué forma establece relaciones interpersonales, como motivarlo frente al conocimiento y dotarlo de hábitos saludables que eleven su calidad de vida.

Por lo tanto, deberá de ser flexible, tolerante, respetuoso y responsable de toda acción que lleve a cabo, pues se enfrentara a alumnos que no aprenden de la

misma forma que los demás, algunos otros tendrán otras creencias religiosas, así como también existirán diversas culturas, por lo que tendrá que crear estrategias, adecuar las sesiones y ser de mente abierta.

El Plan de Estudios 2002, Licenciatura en Educación Física, hace mención de seis grandes líneas de reorientación que contienen el enfoque pedagógico pertinente para lograr el cumplimiento de los propósitos de la Educación Física en la Educación Básica;

1. La corporeidad como base del aprendizaje en Educación Física.
2. La edificación de la competencia motriz.
3. El juego motriz como medio didáctico de la Educación Física.
4. La diferenciación entre educación física y deporte.
5. La orientación dinámica de la iniciación deportiva.
6. Promoción y cuidado de la salud. (SEP, La Reorientación de la Educación Física en la Educación Básica, 2002, p.38)

Posteriormente, hay dos que se retomaran para darle mayor amplitud y sentido al tema de estudio que compone este documento.

- La edificación de la competencia motriz.
- El juego motriz como medio didáctico de la Educación Física.

La edificación de la competencia motriz;

Con la integración de la competencia motriz los niños y adolescentes desarrollan sus capacidades al percibir, interpretar, analizar y evaluar los actos motrices personales; amplían diversos tipos de saberes en relación con sus acciones individuales; mejoran sus capacidades para solucionar problemas

motrices de manera autónoma; y exploran sus propios recursos para actuar de manera eficaz, confiada y segura. (SEP, La edificación de la competencia motriz, 2002, p.40).

Así mismo expongo que los adolescentes a través de la competencia motriz desarrollaran habilidades en relación al ¿qué hacer?, ¿cómo hacerlo?, ¿Cuándo? y ¿con quién? Todo ello mediante la adquisición de habilidades, destrezas, toma de decisiones, características del entorno que lo rodea y de las relaciones que establece con los otros. Además de identificarse con su cuerpo y desarrollar una motricidad más compleja.

Por lo tanto, deberán de ser competentes en cualquier situación que se les pudiera llegar a presentar ya sea dentro del contexto escolar o bien en las actividades de su vida cotidiana, dando lo mejor de sí mismos, poniendo a prueba sus experiencias adquiridas a lo largo de su formación académica con la ejecución de las diversas actividades que le ofrece la Educación Física.

El juego motriz como medio didáctico de la Educación Física;

(Meneses & Monge, 2001) Afirman que, “Jugando, el niño aprende a establecer relaciones sociales con otras personas, se plantea y resuelve problemas propios de la edad”. (p.114).

De acuerdo a lo que dicen las autoras, expreso por mi parte, que el juego es una herramienta muy importante dentro de la educación, pues es de gran ayuda para el desarrollo del alumno, tanto en sus interrelaciones interpersonales, así como también en la adquisición del aprendizaje, pues mientras juegan, no sienten fatiga, ni mucho menos obligación por lo que hacen, al contrario, es por gusto.

En el caso de este documento se usará como estrategia didáctica, para que los alumnos, adquieran el conocimiento de lo que es la velocidad de reacción, para que sirva, cómo y cuándo se lleva a cabo.

Por otra parte, (Hetzler , 1992) Menciona “El juego es tal vez la mejor base para una etapa adulta sana, exitosa y plena”.

Por lo que pienso que es fácil pensar que mientras el niño o el adolescente, viva esa parte de su vida plenamente, gozando del juego y lo que conlleva practicarlo, estará expuesto a tener una mejor calidad de vida adulta, pues no tendrá problema alguno en poner en acción las capacidades, habilidades, conocimientos y destrezas que adquirió durante su infancia o adolescencia.

2.2 Descripción del hecho o caso estudiado.

SEP, en su documento Orientaciones para establecer la ruta de mejora escolar, 2014, menciona que el Consejo Técnico Escolar cuenta con el sustento que le permite tomar decisiones conjuntas para promover la mejora de la escuela; fortalecer los aprendizajes de los alumnos; construir ambientes de convivencia escolar sana, pacífica y libre de violencia; y abatir el rezago educativo y la deserción escolar. (Orientaciones para establecer la ruta de mejora escolar. (P.9).

Al culminar el sexto semestre de la licenciatura se da la oportunidad de poder elegir el nivel educativo en el que se desea practicar, por lo que se decidió optar por el nivel de secundaria, dicha decisión fue en base a la gratitud de trabajar con alumnos adolescentes, pues en semestres anteriores ya se habían presentado jornadas de observación y práctica docente, donde se tuvo la experiencia de laborar con ellos.

Cuando se dio a conocer la información de la institución educativa donde se iba a realizar el año de práctica intensiva en condiciones reales de trabajo, se tuvo

que hacer una visita previa, esto con el objetivo de ubicar geográficamente la escuela, conocer a las autoridades educativas y sobre todo al maestro titular de Educación Física, LEF. Gustavo Enrique García Melo. Con el que se sostuvo una plática en términos generales de las formas de trabajo, horarios y actividades que se realizan en el centro escolar en relación a la asignatura de Educación Física.

Durante el desarrollo de la fase intensiva del Consejo Técnico Escolar, en donde se conoció a toda la plantilla de docentes que labora en la institución educativa, se daban puntos de vista acerca del aprovechamiento y comportamiento de los alumnos, ahí se fueron identificando algunas situaciones o problemas con los cuales sería bueno trabajar, para así desarrollar el documento recepcional.

En las sesiones los maestros discutían sobre temas acerca del trabajo en equipo, la falta de valores, la indisciplina, falta de interés de los padres de familia, entre otros. Poco se hablaba acerca de cómo los alumnos aprendían en las clases de Educación Física, pues todo giraba en torno a lo lógico matemático, lectura y escritura.

Al finalizar la fase intensiva se comenzó con el ciclo escolar 2017-2018, los alumnos regresaron a sus aulas para dar inicio a un nuevo año escolar, cuando las sesiones de Educación Física estaban en marcha, la tarea ahora era observar, a cada uno de los grupos, el comportamiento de los alumnos, la forma de relacionarse con sus demás compañeros y como se manifestaban motrizmente.

Al término de la jornada del día, se empleaba un tiempo para poder conversar y retroalimentar las sesiones observadas, mencionando puntos como que problemas se habían encontrado o que situaciones existían entre los alumnos, con las que se pudiera trabajar.

Específicamente llamo la atención el desempeño que tenía el grupo de primer año "C", pues en la parte del calentamiento donde se trataba de situarse en algún punto de cruz de la cancha, los alumnos tardaban en desplazarse hacia uno, cuando el maestro les mencionaba que hicieran cambio, ellos el estímulo no lo percibían de la mejor manera, pues se observaba que demoraban en asumir la tarea y ejecutarla.

Durante la plática de retroalimentación del día, el maestro Gustavo García comento que tenía una situación que había canalizado con anterioridad, pero por cuestiones extraescolares no tuvo la oportunidad de abordarla, dicha situación se trataba de la forma en que los alumnos respondían ante cualquier estímulo que se les proporcionara, ya fuera sonoro, táctil o visual, pues muchas de las veces tardaban en reaccionar y dar una respuesta ya fuera de tipo cognitiva o motriz.

Realizando un análisis de la vertiente expuesta por el docente y en base a lo observado, se hizo uso de los conocimientos previos adquiridos durante la formación en semestres anteriores, específicamente en las asignaturas de "Formación Perceptivo Motriz" y "Desarrollo Corporal y Motricidad".

Donde gracias a la experiencia y ubicación de un término o concepto que reuniera las características observadas, dentro de las antologías de las asignaturas mencionadas, un libro de metodología del entrenamiento y páginas web se llega a la conclusión de que los alumnos carecían de la velocidad de reacción, pues a partir de lo que mencionan los siguientes autores, es posible relacionar este término con la cuestión identificada.

(Castañer & Oleguer , 2001) Identifican a la Velocidad: "Como la capacidad de moverse de un punto espacial a otro en un mínimo de tiempo".

Se puede presentar bajo dos formas:

Cíclica: Cuando se manifiestan una serie de acciones muy similares.

Acíclica: Cuando cada acción motriz es de diversa forma y requiere un ajuste corporal y dosificación de energía, distinta a las demás acciones.

La velocidad incluye un conjunto heterogéneo de componentes:

- El tiempo de reacción motriz, que se establece como un tipo de función perceptiva del movimiento que no requiere un gasto energético.
- La rapidez propia de cada movimiento en relación con la fuerza muscular.
- La frecuencia y encadenamiento de los movimientos constituye un aspecto de tipo regulador de propia actividad directamente ligada a la capacidad de coordinación y ajuste corporal. (p.97).

De acuerdo a lo que mencionan los autores, el tema de estudio, trabaja una de las propiedades de la velocidad, pues tiene estrecha relación con aspectos que componen el grupo heterogéneo que exponen, pues al momento que se habla de tiempo de reacción, es de igual manera el que está presente al momento que el alumno percibe el estímulo y crea una respuesta motriz ante ello.

Por otra parte, dentro de la ejecución del movimiento, encontramos similitud con la rapidez con la que ejecute la serie de acciones motrices en busca del objetivo de la actividad.

Por otro lado encontramos al sitio web; efdeportes, donde se localiza un artículo, que habla específicamente de la velocidad de reacción y cómo es que la podemos localizar dentro de las acciones que llevamos a cabo dentro de las actividades o bien en una situación de la vida diaria que lo demande, por ejemplo al caminar por la calle, puede que alguien nos salude y nosotros al momento de percibir el estímulo sonoro, inmediatamente levantamos o movemos la mirada para

identificar de donde proviene el sonido, así como esta asimilación, podemos encontrar muchas otras.

(Cadierno, 2003) En su artículo, menciona Velocidad de reacción: Es la capacidad que tiene un individuo de reaccionar en el menor tiempo posible ante un estímulo, ya sea conocido ese estímulo de antemano por el sujeto o no y es por ello que existen dos tipos de reacciones, las cuales son:

- La Velocidad de Reacción simple: la cual es cuando el individuo que realiza la acción conoce de antemano el estímulo, por ejemplo: cuando el sujeto realiza un trote y siente el sonido del silbato durante la actividad, este le indica que debe realizar un salto vertical, lo cual ha sido predeterminado por el profesor antes de comenzar la actividad.
- La Velocidad de Reacción Compleja: se produce cuando el individuo no conoce el estímulo que producirá durante la actividad física, esto se produce fundamentalmente en situaciones donde las actividades son muy cambiantes, como en los juegos y actividades donde se opone un contrario.

Además de que se muestran dos tipos de reacciones; la velocidad de reacción simple y compleja, cada una de ellas depende totalmente de algunos factores que hacen diferenciar una de la otra.

La simple la podemos relacionar con situaciones meramente personales, en las que todo depende de uno mismo y el bagaje motriz adquirido, mientras que la compleja puede depender de lo que haga una segunda persona, principalmente lo encontramos en los deportes, donde existe un rival.

2.3 Escuela y ubicación geográfica.

La Escuela Secundaria General "Potosinos Ilustres", inicia labores provisionalmente en el mes de septiembre de 1981, en el ejido de tierra blanca,

donde actualmente se encuentra laborando la Escuela Primaria Federal “Niños Héroes”.

En aquella ocasión la directora a cargo era María Oros, quien fue la que permitió que la Secundaria Federal No. 9, laborara bajo la responsabilidad del profesor Guillermo Sifuentes Martínez, tiempo más adelante sustituido por el profesor Herculano Maldonado Barragán.

Siete meses después, en abril de 1982, se autorizó la donación de un predio, para que fuera utilizado en la construcción de la escuela secundaria, que es donde actualmente está ubicado el plantel educativo.

Al pasar los años, el director Héctor Manuel Legazpi Salinas, reunió a todo el personal que componía la institución, con el objetivo de encontrar un nombre que le diera mayor identidad a la escuela. Llegando a la conclusión de asignarle el de “Potosinos Ilustres”, nombre propuesto por el profesor Ramón Martínez Hernández, el cual se basa en los múltiples personajes históricos, que gracias a sus obras han marcado la historia de nuestro país.

Fue hasta el 17 de enero de 1985, que se tomó el acuerdo por parte de las autoridades correspondientes para hacer oficial que la Escuela Secundaria No. 9, a partir de ese momento portaría el nombre de “Potosinos Ilustres”.

La misión y visión que la escuela maneja son:

Misión: “Promover y fortalecer competencias para la vida, ofrecer Educación de calidad y equidad, formando alumnos analíticos, reflexivos, con pensamientos críticos y científicos, sustentado en valores universales, orientados hacia el trabajo, para ser mejores mexicanos libres, justos y proactivos en beneficio de su persona, su familia y su país”.

Visión: “Ser una escuela competitiva en contextos de Educación, formadora de jóvenes que desarrollen competencias para la vida, con justicia, responsabilidad, libertad e identidad nacional, que les permita aportar en la construcción de la sociedad del conocimiento, para enriquecer con su saber y hacer, nuestra nación promovida y apoyada en una formación profesional del alto sentido ético”.

La institución se ubica dentro de la capital del estado de San Luis Potosí, sobre la calle Fuente de Olimpo #100, Colonia Balcones del Valle. Entre las calles Fuente de Minerva y de las Fuentes. Es una escuela de tipo urbana y está incorporada a Sistema Educativo Estatal, bajo la C. C. T. 24DES0074R (Véase Anexo 1. Fachada y ubicación geográfica de la Escuela Secundaria).

Los alumnos son adolescentes con edad promedio de los 12 a 16 años de edad, los cuales vienen de diferentes partes del estado, principalmente su lugar de residencia es en las zonas de Simón Díaz y B. Anaya que es por donde pasan las rutas de los transportes escolares para llevar a los alumnos de casa a la escuela y viceversa.

En la entrada principal de la escuela podemos encontrar un muro de contención de lámina que ayuda a que los alumnos no salgan precipitadamente a la calle y con ello evitar un accidente automovilístico.

El plantel educativo, cuenta con tres salidas de evacuación, una está ubicada hacia la esquina con la Calle de las Fuentes; es utilizado para que el camión recolector de basura pueda ingresar y llevarse los desechos, la segunda se ubica en la lateral de la escuela sobre la misma calle ya mencionada; es utilizada para entrar al estacionamiento de los vehículos de la directora y subdirector de la escuela, que de igual manera sirve como entrada de los alumnos que llegan en el transporte proporcionado por la escuela y por último el tercero, ubicado a 5 metros a la izquierda de la entrada principal, ahí es el acceso para vehículos del personal de cooperativa.

La entrada a los salones de clase es como van llegando los alumnos, toman asiento y esperan a que inicie la clase.

Las actividades que se realizan dentro de la escuela son meramente relacionadas con lo que nos dictan los Planes y Programas del Nivel Secundaria. Además de la ceremonia cívica cada lunes y su receso diario de 9:50 AM a 10:10 AM, para poder ingerir sus alimentos.

A la salida salen por años; a las 13:20 horas suena el timbre para primero grados, posteriormente vuelve a sonar a las 13:25 horas que indica la salida de segundos años y por último a las 13:30 horas para darle salida a terceros años.

La forma en cómo se retiran los alumnos es indefinida pues algunos se van con sus papas o bien caminan hacia la parada del camión urbano, otros alumnos van hacia la lateral de la escuela a tomar el transporte escolar, el cual los acerca a sus hogares, son pocos los alumnos que tienen su propio transporte como motocicleta o usan el servicio de taxis.

Por otro lado, se ofrecen talleres deportivos en los cuales los alumnos pueden participar voluntariamente, en un horario de 1:30 a 3:00 pm, los talleres que se ofrecen son; hándbol, básquetbol, voleibol y futbol.

La escuela se delimita por medio de bardas de concreto de aproximadamente 2.30 mts, complementada con malla en lo más alto de las mismas, cuenta con tres edificios en donde hay un total de 18 aulas en las que se imparten las clases de las diferentes asignaturas, distribuidas en seis por cada grado escolar (1°, 2° y 3°) e identificadas con las letras desde la "A" a la "F". Cada una cuenta con: Proyector, ventilador, cámara, un mesa-banco para cada alumno, pizarrón blanco para marcador, escritorio para el docente y casilleros para guardar el material del uso de cada grupo (marcadores, borradores, hojas, listas, entre otros).

Los salones están ubicados de acuerdo al asesor que se les asigne, es decir, si el asesor del grupo tiene asignada el aula ocho, los alumnos que estén bajo su asesoramiento tendrán que estar en dicha aula.

También se cuenta con cuatro baños para uso de alumnos y dos exclusivos para maestros, un área de recepción, una sala de maestros, un aula de trabajo social, una oficina de la delegación escolar, un aula de medios, un salón de contraloría, oficina administrativa (dirección), dos laboratorios, un consultorio dental, una cocina con comedor para cooperativa, un auditorio que incluye en su interior laboratorio de idiomas y la biblioteca, aula de orientación vocacional, aula de alumnos de apoyo (NEE), tres prefecturas (una por grado escolar), siete aulas para los talleres, los cuales son; estructuras metálicas, informática, dibujo técnico, música, electrónica, corte y confección, aula de sonido para eventos cívicos y sociales así como la bodega destinada para el material didáctico de Educación Física.

Los espacios que podemos identificar dentro de la escuela son inmediatamente cinco jardineras, un anfiteatro, dos canchas de basquetbol techadas, área de estacionamiento de autos y bicicletas, asta para izar Bandera Nacional y área de periódico mural.

El personal docente que labora en la secundaria se distribuye en la siguiente jerarquía, como directora: La Maestra Santa Rosio Flores Rivera, quien mayormente esta toda la jornada escolar a excepción de algunos momentos en los que sale a gestionar asuntos relacionados con el buen funcionamiento de la escuela.

Seguida por el subdirector, quien queda a cargo del plantel cuando la directora tiene que salir y se hace responsable de que los docentes estén en las aulas, que los horarios sean respetados, orden y disciplina de los alumnos, entre otros.

La mayoría de los maestros tienen estadia de toda la jornada escolar dentro de la escuela, ya que sus horas están repartidas entre los distintos grupos, algunos otros solo asisten a impartir su clase en una hora en específico y se retiran, Algunas de las comisiones que tienen son; Vigilancia de su área asignada en la hora del receso, aplicación de prueba SISAT, revelación de estilos de aprendizaje de algún grupo y toma de asistencia.

El personal de intendencia, se encuentra durante toda la jornada escolar al pendiente de que todos los espacios se encuentren en óptimas condiciones para que puedan ser utilizados.

La responsabilidad de los padres de familia o tutores es llevar y recoger a sus hijos en la institución, asistir a las reuniones escolares para estar al pendiente del aprovechamiento académico y la conducta de los estudiantes, dichas reuniones son organizadas por parte de la dirección escolar la cual está a cargo de la entrega de los citatorios, las juntas pueden tratar de actividades escolares, de entrega de calificación bimestral o asuntos generales.

El maestro de Educación Física es; L.E.F. Gustavo Enrique García Melo, cuenta con 20 años de servicio, tiene 4 años de haber llegado a la Secundaria "Potosinos Ilustres", es pasante de la Maestría en Educación y tiene a su cargo 21 grupos, 15 en el turno matutino con un horario de 7:20 am a 13:30 pm y siete grupos en el vespertino con un horario de 14:00 pm a 20:30 pm.

2.4 Características sociales relevantes.

La escuela está rodeada principalmente de casas habitacionales con un estatus de nivel socioeconómico medio - alto, esto debido a que cuentan con todos los servicios públicos (agua, luz, drenaje, sistema de tv por cable, teléfono e internet), automóvil particular, vigilancia privada, las calles están pavimentadas, no hay baches y no hay bardas rayadas.

Cuentan con una tienda de abarrotes, una cocina económica, dos papelerías, tienda de químicos de limpieza y los días miércoles se establece un tianguis sobre la calle de las fuentes, a un costado de la escuela.

Si se avanza un poco más adelante de la redonda de la escuela, podemos llegar a la avenida Salvador Nava Martínez, en donde ahí podemos visualizar un sinfín de comercios dedicados a la comida, papelerías, tiendas de autoservicio Oxxo, transporte público, etc.

La principal característica que rodea a la escuela es que está situada a escasos metros del parque Tangamanga I, así como también de una unidad administrativa del ayuntamiento del estado de san Luis potosí.

Los padres principalmente se dedican a la obra y unos cuantos son profesionistas. El nivel de estudios promedio de los padres de familia es de secundaria.

Las familias de los alumnos normalmente se componen de cuatro a cinco integrantes.

2.4.1. Características físicas y sociales de los adolescentes.

Las principales características que manifiesta un adolescente en edad escolar son diversas, dentro de la estadía en la “secundaria Potosinos Ilustres”, pude observar que existen unas muy comunes entre los estudiantes de este plantel, entre las cuales se encuentran:

- Manifestación motriz
- Solución de problemas
- Cambios físicos
- Relaciones interpersonales
- Búsqueda de la identidad

- Cambios hormonales
- Desarrollo de la sexualidad
- Comportamiento rebelde
- Toma de decisiones

Los adolescentes que cursan la Educación Secundaria tienen una edad aproximada de 12 a 16 años.

(Meece, 2000) Menciona los adolescentes de 11 a 12 años pasan por la etapa de las operaciones formales, una de las cuatro etapas que componen la teoría del desarrollo cognoscitivo propuesta por Piaget (s/f), el cual menciona:

Una vez lograda la capacidad de resolver problemas como los de seriación, clasificación y conservación, el niño de 11 a 12 años comienza a formarse un sistema coherente de lógica formal. Al finalizar el periodo de las operaciones concretas, ya cuenta con las herramientas cognitivas que le permiten solucionar muchos tipos de problemas de lógica, comprender las relaciones conceptuales entre operaciones matemáticas, ordenar y clasificar los conjuntos de conocimiento. (p. 115).

Esto se manifiesta completamente al momento en el que los alumnos se enfrentan a la prueba del SISAT, en donde deben de contestar una serie de problemas lógico matemático y de igual manera lo podemos identificar dentro de las sesiones de Educación Física cuando deben de crear estrategias para conseguir el objetivo de un juego determinado o bien cuando se requiere que el alumno sea capaz de poder resolver un problema motriz en el que implique relacionar, ordenar y diferenciar.

Por otro lado, Freud (1923) Afirma que, dentro de las principales características del adolescente, al desarrollo físico y sexual ellos están ubicados en la quinta etapa de las fases pulsionales del desarrollo psicosexual, para ser exacto llamada

“Etapa genital”, en ella podemos encontrar que nos describe un comportamiento con un intenso deseo sexual, en el que el adolescente busca la interacción con otras personas, principalmente con las del sexo opuesto. También se produce el crecimiento de los genitales externos e internos los cuales se ponen a la orden de la reproducción.

Por naturaleza el adolescente busca relacionarse con sus semejantes o bien aislarse y no compartir con los demás.

Para ello (Bordignon, 2005 cita a Eric Erickson, 1971) y su teoría sobre las fases psicosociales, donde nos muestra como es el comportamiento de las personas que pasan por esta edad;

Para la edad de 12 a 20 años, Erickson (1971), lo marca como el Estadio de identidad versus confusión de roles – fidelidad y fe, en el cual nos menciona;

“La integración psicosexual y psicosocial de esta etapa tiene la función de la formación de la identidad personal en los siguientes aspectos:

A) Identidad psicosexual por el ejercicio del sentimiento de confianza y lealtad con quien pueda compartir amor, como compañeros de vida.

B) La identificación ideológica por la asunción de un conjunto de valores, que son expresados en un sistema ideológico o en un sistema político.

C) La identidad psicosocial por la inserción en movimientos o asociaciones de tipo social.

D) La identidad profesional por la selección de una profesión en la cual poder dedicar sus energías y capacidades de trabajo y crecer profesionalmente, (p.56).

Por lo tanto, expreso que es común ver, como los adolescentes se relacionan entre sí, pues van en busca de sus intereses y tratar de congeniar con alguien

más, que tenga los mismos gustos, ya sea musicales, de ropa, programas televisivos, entre otros, además de ser parte de un grupo social el cual caracterice sus ideas y preferencias.

Por otro lado, y a la par del desarrollo físico, comienzan por sentir atracción por el sexo opuesto y esa necesidad de explorar su cuerpo.

2.4.2. Características físicas y sociales de los adolescentes del grupo de estudio.

El grupo cuenta con cuarenta y tres alumnos, veinticuatro corresponden al sexo femenino y diecinueve al sexo masculino, todos rondan la edad de los doce y trece años. (Véase Anexo 2, grupo de estudio, 1° "C").

El estilo de aprendizaje que en el grupo predomina según los estudios realizados por la dirección de la escuela (Test VAK, por sus siglas Visual, Auditivo y Kinestésico), los cuales fueron proporcionados al inicio del ciclo escolar, menciona que el grupo cuenta con 22 alumnos auditivos, 11 kinestésicos y por último 10 visuales. (Véase Anexo 3, Estilos de aprendizaje del grupo de trabajo).

Este grupo se caracteriza por la actitud que muestran hacia al trabajo, siempre están dispuestos, realizan las actividades con respeto y son muy comunicativos.

Los deportes que predominan por el gusto de ellos, es en primer lugar el hándbol, seguido por el fútbol.

Dentro de las dificultades que el grupo presenta, es la adquisición de conocimiento matemático, pues en base a la prueba SISAT, pude darme cuenta que los resultados eran por debajo de la media, es decir, la mayoría se ubicó en el rubro de "requiere apoyo" (RA).

Se logran identificar dos líderes de grupo del sexo femenino, quienes tienen facilidad de palabra, motivan a sus demás compañeros al trabajo y son comunicativas.

2.5 Preguntas centrales que guiaron el desarrollo del trabajo.

¿Qué es la Educación Física?

¿Qué es la velocidad de reacción?

¿Qué es el juego?

¿El alumno presenta dificultades para llevar a cabo la reacción motora?

¿En qué momento los alumnos pusieron a prueba la velocidad de reacción?

¿El alumno responde motrizmente bien a los estímulos que se le presentan durante las actividades?

¿Cómo los alumnos pueden desarrollar la velocidad de reacción fuera de las sesiones de Educación Física?

¿Puede el alumno generar respuestas motrices a estímulos que están presentes en el ambiente?

¿En qué situación de la vida cotidiana se haría uso de la velocidad de reacción?

2.6 Conocimientos obtenidos de la experiencia y de la revisión

bibliográfica.

Son diversas las experiencias que se adquieren a lo largo del trabajo en todo un ciclo escolar en la escuela secundaria, pues van desde la adquisición de estrategias didácticas, formas de relacionarse con los adolescentes, conocimiento

sobre la planeación, organización del grupo, elaboración de recados para padres de familia, citatorios para juntas, entre otros.

Dentro del trabajo que se realiza en la escuela secundaria “Potosinos Ilustres”, son variados los aprendizajes que uno como docente en formación se lleva para el resto de su vida, ya que no solo se convive con el maestro titular de Educación Física, sino que es con toda la plantilla docente que compone el grupo de trabajo del plantel, así como también de la zona escolar, al momento de interactuar en los consejos técnicos por zonas.

Por mi parte expreso una experiencia muy gratificante para mi es el haber podido plantear el proyecto de futbol varonil y femenino a la dirección de la escuela, que después de autorizármelo, el experimentar dirigir y vivir la experiencia de participar en unos juegos inter secundarios de futbol, lograr un segundo lugar en la liga escolar con el mismo equipo.

Así mismo expongo que en cuanto a la formación teórica que compone a la velocidad de reacción, pude ampliar mis conocimientos previos que tenía al llegar a la institución y relacionar por primera vez el actuar del alumno con este concepto. Así como también la creación de unidades didácticas en donde se pusiera en práctica la percepción de los estímulos, la velocidad de reacción y la ejecución del movimiento.

De igual manera expreso, lo importante que es tomar en cuenta las opiniones de los alumnos, los intereses que tienen sobre la sesión de Educación Física, como se expresan y como se relacionan entre sí.

Para la parte de la evaluación se hizo uso de lista de cotejo, escala estimativa y rubrica, con el objetivo de saber el nivel de avance del alumno en la obtención del conocimiento.

Lista de cotejo.

(Loera , s.f., cita a la Universidad Tecnológica de Chile 2007) Menciona que las listas de cotejo Constituyen un medio para observar y registrar aspectos específicos, ya sea de la conducta de un sujeto o sucesos en una situación dada, registran los resultados en forma dicotómica; si existe o no una característica, si una acción se realizó o no.

De acuerdo a (De Alva, 2015) Las listas de cotejo deben tenerse en cuenta los siguientes aspectos:

- Determinar el criterio o competencia a evaluar.
- Redactar todos los indicadores de logro (cada indicador debe hacer referencia a un solo aspecto a evaluar).
- Elaborar una tabla con al menos tres columnas: una para incluir el listado de los indicadores, otra para marcar cuando el indicador aparezca (puede denominarse logrado, presente, si, alcanzado, etc.,) y una última columna para marcar cuándo el indicador no se manifieste (no logrado, no presente, no, no alcanzado, etc.,).

Rubricas o escalas.

(Diaz Barriga , 2005) Afirma las escalas de evaluación donde se establecen niveles progresivos de dominio o pericia relativos al desempeño que una persona muestra respecto de un proceso o producción determinada. Las escalas integran un amplio rango de criterios que cualifican de modo progresivo el tránsito de un desempeño incipiente o novato al grado de Portafolio experto. Son escalas ordinales que destacan una evaluación del desempeño centrada en aspectos cualitativos, aunque es posible el establecimiento de puntuaciones numéricas.

(Goodrich , 1997) Las rúbricas son herramientas poderosas para la enseñanza y la evaluación ya que permiten mejorar y supervisar el desempeño del alumno, al establecer expectativas claras y criterios concisos para lograr dichas expectativas, ayudan a definir en qué consiste la calidad de los aprendizajes por lo que los alumnos y profesores realizan juicios reflexivos sobre su trabajo y el de los demás, ayudan a los profesores a incrementar la propia calidad de su enseñanza, incrementan el sentido de responsabilidad y la autodirección de los alumnos, consolidar estrategias para la autoevaluación y coevaluación, retroalimentan a los alumnos acerca de sus fortalezas y de las áreas que requieren mejorar.

Por mi parte expreso, la importancia que tiene el evaluar nuestras sesiones, pues a través de ello, podemos darnos cuenta, si el alumno, realmente está obteniendo un aprendizaje, si las estrategias que estamos utilizando están haciendo efecto o bien cómo podemos adecuar cada uno de los contenidos para que el alumno pueda sacar el mayor provecho posible y con ello adquiera un aprendizaje significativo, con el cual pueda seguir con su desarrollo tanto físico y mental, pues no solo lo pondrá en práctica dentro de la escuela, sino que también en cada una de las actividades de su vida diaria.

III - DESARROLLO DEL TEMA

El desarrollo del tema, es el aspecto central del documento recepcional, pues contiene información trascendental en la elaboración del escrito, ya que es el resultado de todas las experiencias obtenidas con el trabajo que se llevó a cabo con el grupo de 1er año grupo "C", de la escuela secundaria general "Potosinos Ilustres" a lo largo de un ciclo escolar.

En este apartado se darán a conocer las actividades que se llevaron a cabo para contribuir al desarrollo de la problemática o situación localizada en las primeras jornadas de práctica docente del ciclo escolar 2017 – 2018, además de que también servirá para mostrar todas las evidencias de trabajo, dificultades que se enfrentaron durante la práctica, oportunidades de desarrollo para el docente en formación y debilidades que se deberán de tomar en cuenta, con el único objetivo de ser un mejor docente.

En base a la observación de las sesiones de Educación Física y con el apoyo del maestro titular; L.E.F. Gustavo Enrique García Melo se adquiere el compromiso de poder llevar a cabo una indagación y análisis sobre la velocidad de reacción y de alguna forma contribuir al desarrollo físico, cognitivo y motriz del alumno, pues a través de la realización de las distintas actividades creadas por el docente en formación, es posible que alumno amplié sus capacidades así como también obtenga un aprendizaje significativo para su vida diaria y no solo dentro del contexto escolar.

(Díaz Lucea,1999) Define las sensaciones y percepciones en la construcción del movimiento (Sensopercepción).

Las sensaciones son todos aquellos estímulos que somos capaces de captar a través de los órganos sensoriales, es decir, de los sentidos (vista, oído, gusto, olfato y tacto)

Las percepciones son, pues, aquellas vivencias que cada individuo experimenta a partir de las sensaciones provocadas por los estímulos. Esto quiere decir que cada persona construye de una manera exclusiva y única las percepciones reconocidas por los sentidos. En respuesta a un posible estímulo es posible que distintas personas construyan percepciones diferentes y genuinas.

En la formación de estas percepciones coinciden diferentes aspectos tales como experiencias anteriores del individuo, intereses, motivaciones, etc. las percepciones se van acumulando en la memoria en forma de experiencias o vivencias y van construyendo todo un bagaje cultural, en definitiva, la personalidad de cada individuo

En el ámbito de la actividad física estas percepciones van construyendo un bagaje motor en el individuo que tiene incidencia en la globalidad de la persona.

Las sensaciones exteroceptivas son todas aquellas que provienen del exterior del individuo. Los estímulos son captados por los órganos de los sentidos; vista, oído, tacto, gusto y olfato.

Las sensaciones propioceptivas son aquellas que provienen del interior del individuo captados por toda una serie de órganos sensitivos internos (p.p.22-26).

Por lo tanto, la mayoría de los alumnos que componen el 1º - "C", en primera instancia se mostraron sorprendidos al saber que era lo que se iba a trabajar con ellos, pues pareciera que no tuvieran ningún conocimiento previo acerca de ello, a excepción de uno o dos alumnos que si identificaban el termino gracias a que practican deporte, por lo que ya tenían un acercamiento dentro de sus experiencias personales.

La velocidad de reacción esta inmiscuida dentro de cada una de las actividades que realizamos en nuestra vida cotidiana, por ejemplo; al momento de cruzar la calle, es probable que vayamos distraídos con el teléfono celular, cuando de repente se puede escuchar el claxon de algún automóvil indicando que va a pasar, esto podría dañarnos, la captación del sonido sería una percepción sonora y un estímulo externo, la ejecución del movimiento seria la toma de decisión con la que

cuenta la persona y a su vez pondrá en juego la resolución de problemas motrices, aun cuando las tareas sean muy simples, siempre estará presente la velocidad de reacción, por lo cual es de suma importancia saber de qué se trata, como es que la podemos trabajar y para que nos sirve.

Por mi parte expreso que al momento de adentrarse en el campo de lo que ofrece este término, podemos darnos cuenta de lo importante que es, pues nos permite estar latentes a cualquier estímulo, ya sea de forma sonora, táctil o visual, a partir de ello tomar decisiones rápidas y ejecutar movimientos objetivos, frente a una situación de riesgo o de igual manera, para tener un mejor desempeño dentro de los juegos y los deportes o bien para cualquier situación de la vida diaria de la persona que lo necesite.

Para tener un punto de partida, en esta nueva experiencia tanto para mí y los alumnos, se tenía que conocer algunas características específicas de ellos, por lo que se procedió a aplicar una prueba diagnóstica, que permitiera conocer el nivel motriz de los alumnos ante actividades que demanden el poner en práctica su velocidad de reacción, su percepción y la objetividad de sus movimientos.

3.1 El acercamiento a un nuevo aprendizaje

(Hahn , 1993) Afirma que, la velocidad: Es la capacidad del ser humano de realizar acciones motrices con máxima intensidad y dentro de las circunstancias en un tiempo mínimo; presuponiendo que la tarea sea de corta duración y de que no se presente cansancio. (p.90).

De acuerdo con lo que dice el autor, podemos darnos cuenta que para el desarrollo de este documento no se ocuparía a la velocidad como termino general, si no se extraería el termino de velocidad de reacción, estipulado por (Grosser, 1981) donde menciona que es una capacidad para convertir señales (estímulos) en movimientos.

Por mi parte expreso que es la esencia de este ensayo pedagógico, pues a partir de las necesidades expresadas por los alumnos en su actuar motriz nos dimos cuenta que faltaba quizá ejercitar esa capacidad para que de esta forma puedan sacar el mejor provecho los alumnos y puedan realizar actividades donde les demande reaccionar con velocidad y ejecutar movimientos rápidos.

A continuación, se expondrán las unidades didácticas elaboradas con el objetivo de darle un mejor desarrollo a la capacidad ya mencionada con anterioridad, para de esta forma buscar lograr un avance en el alumno.

Dicho avance lo podremos observar por medio de las evaluaciones aplicadas a cada una de las actividades propuestas.

Nombre de la Unidad Didáctica: “Reacciono para ganar”

Objetivo de la Unidad Didáctica: Que el alumno sea capaz de reaccionar con velocidad ante diferentes estímulos, ejecute movimientos con objetividad, establezca relaciones interpersonales y pueda crear estrategias para solucionar problemas motrices.

Número de sesión: 1 (Véase Anexo 4. Prueba diagnóstica, aplicada al grupo de estudio).

Fecha de aplicación: 28 de septiembre de 2017

Propósito: Actividad diagnóstica para conocer el nivel de la capacidad del alumno para reaccionar ante estímulos, de qué forma ejecuta sus movimientos y como se desenvuelve dentro del juego

Actividad: Diagnóstico “Consignas con colores”. (Véase Anexo 5. Desarrollo de la actividad “Carrera de colores”).

Debido a que era la primera clase con este grupo, nos trasladamos hasta el segundo piso del tercer edificio de la secundaria, que es donde se ubica al 1er año "C", en compañía del maestro titular, pues de cierta forma nos orientaba sobre la ubicación de los grupos dentro del plantel.

Ya estando en el aula, los alumnos se pusieron de pie y entusiasmados dieron los buenos días, se les contestó de la misma manera y se les pidió que se sentaran en su lugar, para proceder a pasar lista de asistencia, al concluir, el maestro se presentó, dio su nombre, les dio la bienvenida y les comentó aspectos generales sobre el horario, la forma de trabajo, etc.

Posteriormente hablé de nosotros y nuestra función como docentes en formación, que tipo de actividades desarrollaríamos a lo largo del ciclo escolar y por último individualmente nos dio tiempo para poder presentarnos ante el grupo.

En el momento que me presente, les planteé una cuestión;

Docente en Formación: ¿Saben que es la velocidad de reacción?

A lo que la mayoría de los alumnos contestaba que no, a excepción de la alumna E. B., quien decía tener alguna idea de que era. De inmediato le replanteé la cuestión y le pedí que expresara su opinión.

Algo tímida y nerviosa respondió;

Alumna: Es cuando me quedo dormida y de repente entra mi mamá al cuarto a despertarme y decirme que ya es tarde, entonces salto de mi cama toda desesperada a ponerme el uniforme.

Debido al ejemplo que dio, los compañeros lo vieron como algo gracioso, pero que de igual manera comenzaron a relacionar esa respuesta con sus propias experiencias, haciendo comentarios como:

Alumnos: si es cierto, también pasa cuando paso por una casa donde hay un perro que me ladra y me asusta y yo corro del miedo, cuando me quemó con la sopa, cuando me quieren mojar, etc.

Fue ahí cuando me emocione y pensé que sería un tema de mucho interés para ellos, debido a como mencionaban y relacionaban sus experiencias.

Después de esto, se les informo acerca de las actividades que se llevarían a cabo en la cancha, también se les recomendó amarrarse bien sus agujetas y formarse para bajar en orden.

Ya estando en la cancha, cada uno de los alumnos tenía que ubicarse sobre un punto de cruz formado por el cruce del pavimento de la cancha de básquetbol, posteriormente se procedió a realizar el calentamiento; “Consignas con colores”, donde a partir de la previa explicación, los alumnos tenían que realizar la tarea que contenía cada color. Algunos alumnos tardaban en reaccionar ante el estímulo sonoro y otros en ejecutar la acción correspondiente.

Para la parte del desarrollo la primera actividad a desarrollar fue la de; “Carreras de colores”, se organizaron dos equipos, a cada grupo se le dio un color (rojo o azul), se situaron al centro de la cancha, un equipo viendo hacia un extremo y el otro al lado contrario, de manera que quedaran de espaldas unos con otros.

En el instante que el docente en formación menciono alguno de los dos colores, el equipo elegido tuvo que correr hacia delante y llegar al extremo de la cancha, mientras que el contrario corrió detrás de los compañeros con el objetivo de alcanzarlos y atraparlos.

En esta actividad es donde los alumnos más se expresaron, pues al momento de percibir el estímulo, más de la mitad se equivocaba, es decir, algunos corrían

hacia el lado contrario, otros sabían qué hacer, pero no lo ejecutaban, y unos pocos se quedaban inmóviles.

La segunda actividad fue; “Reacción con los deportes”.

Siguiendo con los mismos equipos, se seleccionó un capitán por conjunto, el cual debía de enumerar a los integrantes de su equipo del uno al veintiuno y después sentarse sobre alguna de las dos líneas de la lateral de la cancha de basquetbol, para que de esa forma quedara un equipo enfrente del otro.

En el centro de la cancha se colocó

Un balón de básquet y uno de futbol, el docente en formación menciono:

- Docente en Formación; Fútbol, número tres e hizo sonar el silbato para dar la señal de salida.

Los alumnos que les correspondía el número tres, salieron a toda velocidad en busca del móvil y tratar de concretar un tanto (gol o canasta), según fuera el deporte citado.

Aquí los alumnos gritaban, saltaban, reían, etc., cuando el compañero participaba, lo alentaban para conseguir el tanto.

También me percate que al momento de realizar la actividad algunos alumnos, tardaban en salir hacia el móvil, otros se equivocaban de número, tomaban el balón que no correspondía al deporte, etc.

Para la vuelta a la calma del alumno, se hicieron ejercicios de respiración y a su vez se les hizo algunos cuestionamientos como;

¿Cómo se sintieron?

¿Qué les resulto difícil y/o fácil?

¿En qué partes o en que actividades creen que estuvo presente la velocidad de reacción?

¿Creen que es importante la velocidad de reacción en la sesión de Educación Física?

A esta actividad se le aplicó una evaluación a través de una lista de cotejo, donde se muestran los resultados obtenidos de la sesión. (Véase Anexo 6. Evaluación de la sesión de diagnóstico)

Dicha lista de cotejo se compone de la siguiente manera;

Aspecto (A). Al momento de percibir el estímulo (sonoro, táctil o visual) ¿El alumno es capaz de producir una respuesta?, en este aspecto, se busca que el alumno perciba un estímulo y a partir de ello observar si es capaz de producir alguna respuesta motriz.

En la evaluación solamente se puede poner si el alumno lo logro o no lo logro.

Ya que hay casos en los cuales algunos jóvenes, pueden percibir un estímulo, sin embargo, se quedan inmóviles y posterior a la acción mencionan que sabían que hacer, pero no pudieron efectuarlo.

Encontramos que 19 personas, de 43, no lograron producir una respuesta motriz.

Para el aspecto (B); Después de percibir y reaccionar ante el estímulo ¿El alumno ejecuta movimientos con objetividad?

En este rubro, lo que se busca evaluar en el alumno, es la forma en como ejecuta sus movimientos, si lo hace con un objetivo, con alguna idea de hacia dónde va y que es lo que quiere lograr con su ejecución. Ya que podemos identificar casos en los que se ejecuta una acción motriz, pero esta es por simple

inercia y no va enfocada a un propósito, es decir, no se sabe que fue lo que se hizo, ni para que se hizo.

Al aplicar la evaluación se pudo identificar que fueron 22 alumnos quienes no lograron establecer un objetivo claro en sus movimientos, cometiendo errores en su orientación y subjetividad, mientras que la mitad con 21 personas, sabían hacia donde ir y porque tenían que llegar a ese punto.

Mientras que el aspecto (C); El alumno es capaz de percibir estímulos, sin la necesidad de imitar a sus compañeros.

Por medio de la observación, nos podemos dar cuenta si el alumno realmente está atento a las distintas señales que se ofrecen dentro de alguna actividad, es decir, cuando un alumno es capaz de percibir el estímulo que se proporciona, reacciona a partir de sus capacidades, pero nos encontramos con quienes en lugar de hacerlo de esa manera, están más atentos por lo que hace el compañero, pues si realiza un movimiento con error, él lo hace de la misma manera, esto para evitar evidenciar que no podrá hacerlo de la mejor manera, que no tiene la suficiente capacidad para llevarlo a cabo o en su defecto muestra una inseguridad en sí mismo.

En este aspecto de la evaluación muestra el número más elevado de personas en la casilla no logrado, es decir, 23 alumnos, al momento de ejecutar sus movimientos, se dejaban llevar por lo que hacían los demás, pues esperaban hasta que todos corrieran para ellos imitarlos, solamente 20 alumnos lograron tomar una decisión a partir de su percepción de hacia dónde ir.

Por último, en el inciso (D); El alumno es capaz de crear estrategias y/o soluciones ante un problema motriz.

Se trata de identificar si el alumno puede llegar a elaborar estrategias y/o soluciones ante problemas motrices que se le presentan tanto en el contexto

escolar como fuera del mismo, pues ahí pondría en juego la velocidad de reacción acompañada de la ejecución de sus movimientos, en distintas situaciones, en las cuales dispone de un tiempo mínimo y que al lograrlo o intentarlo estaríamos hablando de un aprendizaje efectivo en el individuo.

La evaluación dio como resultado; a 23 alumnos en logrado, lo cual quiere decir que ellos tuvieron la capacidad de emplear alguna estrategia para poder alcanzar el objetivo, ya fuera el esperar hasta el último instante para estar seguro y producir una respuesta motriz, para así evitar confusiones, guardar silencio para escuchar mejor, abrir la zancada de sus pasos para llegar más rápido etc. Mientras que, en el lado contrario de los no logrados, se sitúan a 20 alumnos, quienes caían en el mismo error más de dos veces y no hacían nada para mejorar.

3.2 Conociendo a la velocidad de reacción a través del juego y la Educación Física.

Nombre de la Unidad Didáctica: “Pienso y ejecuto”

Objetivo de la Unidad Didáctica: Que el alumno sea capaz de poder resolver situaciones motrices en las que implique el uso de reacciones rápidas y movimientos con objetividad, así como también la creación de estrategias y soluciones en conjunto.

Número de sesión: 4 (Véase Anexo 7. Tarea: Investigación sobre ¿Qué es la velocidad de reacción?)

Fecha de aplicación: La actividad estaba planeada para aplicarse el 24 de noviembre de 2017, pero por disposición de la dirección de la escuela, ese día se presentó el evento de “Las adelitas”, por lo que se cambió para el día 7 de diciembre de 2017.

La tarea se encargó el día 7 de diciembre de 2017 y se recibió el 8 de diciembre de 2017

Propósito: Crear un ambiente de competencia y aprendizaje para que el alumno se sienta en confianza y pueda realizar las actividades plenamente, poniendo en juego su velocidad de reacción.

Actividad: “Retroalimentación de tarea” Situados en el último día correspondiente a la segunda jornada de práctica docente en la Escuela Secundaria General “Potosinos Ilustres”, todavía existía trabajo por hacer, pues con el grupo de estudio; primero “C”, estaba pendiente la recepción y análisis de una tarea, encargada una clase previa a la de este día.

Se llegó al salón como de costumbre, los alumnos se levantaron de su lugar y dieron los buenos días, en respuesta a ese gesto, se les contestó de la misma manera. Continuando con el pase de lista y dar la indicación de que sacaran su tarea porque se iba a comentar sobre ella.

Cabe mencionar que las especificaciones de la tarea era que se tenía que elaborar con encuadre, es decir, elaborar una investigación con tres fuentes de información, mapa conceptual, cuestionario de cinco preguntas y conclusión personal.

La primera interrogante realizada por el docente en formación fue;

A partir de lo que investigaron, ¿Qué es la velocidad de reacción?, a lo cual varios alumnos levantan la mano para responder, la palabra es cedida a S. C., ella comenta que es; la forma en cómo se responde velozmente a los movimientos y que también es cuando las sustancias cambian de un estado a otro.

Le reconocí su aportación, sin embargo, le comenté que lo que nos interesaba en ese momento conocer, era algo que tuviera que ver con la asignatura de

Educación Física y no con la de ciencias, le dije que su investigación no estaba mal solamente se tenía que enfocar hacia una sola dirección.

Después les planteé sobre que más implicaba la velocidad de reacción, como se manifestaba o de qué forma se trabajaba, el alumno D. B., comentó;

Alumno: Que él creía que en el fútbol la encontraba al momento que le gritaban que diera un pase o tirara a la portería, a lo que la alumna E. B. mencionó;

Alumna: Que era por medio de un estímulo

Sinceramente me sorprendió su respuesta a lo que la cuestioné sobre que era un estímulo.

Alumna: No sé, solo vi que así decía en internet.

Ahí me di cuenta que los alumnos estaban realmente interesados en el tema, pero debido a la sobreinformación que existe en internet y la poca experiencia de los educandos en relación al tema de la velocidad de reacción, podría existir una confusión de términos por lo que decidí dar por concluida la retroalimentación para poder recibir todas las tareas para analizarlas con calma y hacerles un mayor énfasis y con ello darle paso a la realización de la actividad planeada para ese día.

Al ver los productos realizados por los alumnos me pude percatar que más de la mitad investigó el término de velocidad de reacción, pero en relación a la asignatura de química. (Véase Anexo 8. Evidencias de tareas de investigación realizadas por los alumnos).

Por lo que decidí realizar una presentación con los términos correctos y posteriormente exponérselos en otra sesión de la tercera jornada de práctica docente, considerando que esta fue la última clase de la segunda jornada.

Nombre de la Unidad Didáctica: “Rápido y preciso”

Objetivo de la Unidad Didáctica: Que el alumno identifique a que se refiere la velocidad de reacción, el juego y la Educación Física, la importancia que tienen y cómo influyen para nuestro actuar dentro de la vida diaria

Número de sesión: 1. (Véase Anexo 9. Sesión condicionada por la falla de conexión entre proyector y computadora).

Fecha de aplicación: 19 de enero de 2018

Propósito: La adquisición de nuevos conocimientos por medio de exposiciones visuales.

Actividad: “Exposición” Iniciando la tercera jornada de práctica docente se estipulaba, poder llevar a cabo una exposición de los conceptos a trabajar con el grupo de estudio y así darle un mayor entendimiento al tema identificado en este grupo.

En esta jornada se presentaron diversas dificultades, una de ellas fue; la inclemencia del clima, debido a las bajas temperaturas, la dirección de la escuela dio aviso de no poder bajar a los grupos, recalcando que se modificaran las sesiones y se adaptaran al salón de clases.

Las condiciones eran las necesarias para poder aplicar la exposición planeada, así como también llevar a cabo una aclaración sobre la tarea que habían entregado los alumnos en la jornada anterior, pues se identificó una problemática en la cual la mayoría de los alumnos se encontraban en una confusión de términos y sobreinformación, pues el concepto de velocidad de reacción no lo vinculaban con la sesión de Educación Física, sino que la asimilaban a algunos procesos propios de la química.

Ese día al llegar al salón de clases, les pedí a los alumnos que sacaran su cuaderno de Educación Física, para que en el pudieran realizar apuntes alusivos a lo que se presentara y ellos consideraran más importante.

Procedí a conectar el cañón y encender la computadora portátil, para después insertar el disco de almacenamiento externo (USB), sin embargo, al momento de conectar el proyector a la computadora, sucedió lo menos esperado; pues el dispositivo no reconocía el sistema, por lo que era imposible proyectar imagen alguna, al paso de varios intentos se decidió, posponer la actividad.

En esa tercera jornada, ya no hubo tiempo ni espacio para poder agendar cita en el aula de tecnologías, por lo que eso iba a suceder hasta el próximo periodo de práctica.

Asimismo, se les encargo a cada uno de los alumnos que elaboraran una regla, bajo las siguientes características; del centímetro 0 al 10 pintarla o marcar con color azul, del 10 al 20 de color naranja y del 20 al 30 color rojo. Esto para realizar la actividad “atrapa la regla”.

Nombre de la Unidad Didáctica: “Reacción para cada acción”

Objetivo de la Unidad Didáctica: Aplicación de la velocidad de reacción en diversas tareas motrices acompañada de movimientos y desplazamientos dentro y fuera del contexto escolar

Número de sesión: 1. (Véase Anexo 10. Planeación de la presentación visual, sobre conceptos a trabajar).

Fecha de aplicación: 22 de febrero de 2018

Propósito: Que el alumno a través de la presentación visual fortalezca sus aprendizajes previos y sepa ubicarlos dentro de su vida diaria.

Por medio de la actividad "Atrapa la regla", el alumno conozca su nivel de respuesta ante la situación que se le presenta.

Actividad: "Exposición y su aplicación"

Después de intentos fallidos, por fin se logró llevar a cabo la presentación visual para los alumnos del grupo de estudio.

Cuando sonó la campana indicando el término de una clase y el inicio de otra nueva, me dirigí rápidamente hasta el aula correspondiente al primero "C" y tome lista como de costumbre, también mencione indicaciones generales sobre el uso del aula de tecnologías, que materiales llevar para la toma de notas y junto con el grupo se realizó el traslado.

Al llegar al aula los alumnos se acomodaron y se procedió a realizar la proyección. (Véase Anexo 11. Evidencia de proyección en el aula de tecnologías).

Conforme iba avanzando las diapositivas, los alumnos iban anotando lo que les resultaba interesante y realizaban cuestiones sobre lo que no les quedaba claro.

Al término de la exposición, se les indico a todos los alumnos que anotaran el cuestionario que en base a lo observado contestarían y entregarían la próxima clase. (Véase Anexo 12. Evidencias de trabajo sobre presentación visual).

Para cerrar la sesión se aplicó la actividad "Atrapa la regla".

En donde los alumnos sacaron su material didáctico elaborado por ellos mismos, se les indico que por parejas la llevaran a cabo y a su vez registraran el color que obtuvieran en cada intento, hasta cumplir tres. (Véase Anexo 13. Actividad "atrapa la regla").

En el momento que los alumnos realizaban la actividad se pudo observar que la mayoría de los alumnos atrapaba la regla en color naranja y rojo, lo que indica que

están en el campo de la velocidad de reacción lenta y media, es por ello que los resultados se muestran en una gráfica donde se podrá analizar lo obtenido de la actividad. (Véase Anexo 14. Resultados obtenidos de la actividad “Atrapa la regla”).

En cada uno de los intentos podemos identificar que, por medio de la repetición, el alumno va mejorando sus resultados, pues en el intento número uno, apreciamos que solo doce alumnos se sitúan en el color azul y nos trasladamos hasta el intento tres, donde claramente ya se suman dieciocho alumnos en ese mismo color, mostrando una mejora en sus resultados.

3.3 La velocidad de reacción y su vinculación con la rapidez

(Forteza de la Rosa, 1994 cita a Matveiev, 1976), quien define la rapidez como: “El conjunto de propiedades del hombre que determinan, directa y preferentemente, las características de la velocidad de los movimientos, así como también el tiempo de reacción motora”. (p.68.)

Dentro de las manifestaciones de la rapidez, se encuentra el tiempo de reacción motora (TRM); el cual refleja la rapidez simple y compleja:

- Reacciones simples: son las respuestas ante señales conocidas con anterioridad (disparo para la arrancada).
- Reacciones complejas: son las respuestas ante señales desconocidas (defensa ante el ataque en el boxeo).

(Forteza de la Rosa , Manifestaciones de la rapidez, 1994, p.69)

Por lo tanto se identifica una gran similitud entre el concepto de rapidez y velocidad de reacción, pues ambas lo manejan como una capacidad del individuo para dar respuesta a un estímulo en el menor tiempo posible, ya sea de forma cognitiva o motriz, así como también, afirman que se puede ver reflejada en dos

diferentes tipos de reacción, una compleja; donde él actor principal que este caso es el alumno, no tiene un conocimiento previo sobre el estímulo y la acción a realizar, un claro ejemplo puede ser, cuando se encuentran dentro de un juego de persecución donde le demande depender de las decisiones de un rival, pues no se sabrá ¿qué hará?, ¿en qué dirección ira? o a ¿qué velocidad? y otra simple; donde el alumno ya cuenta con un bagaje motriz, es decir, ya tiene experiencias guardadas en su memoria sobre lo que está trabajando, tal es el caso de un calentamiento dinámico, donde el alumno sabe que al sonar el silbato, tendrá que cambiar de lugar en la cancha, al sonar dos, realizara saltos, tres, deberá tocar las líneas que conforman la cancha, entre otros.

Nombre de la Unidad Didáctica: “Reacciono para ganar”

Objetivo de la Unidad Didáctica: Que el alumno sea capaz de reaccionar con velocidad ante diferentes estímulos, ejecute movimientos con objetividad, establezca relaciones interpersonales y pueda crear estrategias para solucionar problemas motrices.

Número de sesión: 2 (Véase Anexo 15. Sesión “Encontrando a mi pareja”)

Fecha de aplicación: 5 de octubre de 2017

Propósito: Lograr que el alumno identifique y reaccione ante los diferentes estímulos implicados en la actividad y a partir de ello realice desplazamientos a larga y corta distancia.

Actividad: “Encontrando a mi pareja”

Al inicio de cada sesión de Educación Física, en primera instancia, el docente se debe de trasladar hasta el aula del grupo donde toca impartir la clase, hacer pase de lista y seguir con las recomendaciones mínimas de seguridad para que el alumno pueda bajar a la cancha.

Después de realizar ese proceso, los alumnos formados en dos filas; una de hombres y otra de mujeres, se trasladan a la cancha en compañía del docente en formación para dar inicio a la práctica.

Se hace sonar el silbato en señal de que cada alumno debe ubicarse dentro de la cancha de basquetbol, para dar comienzo al calentamiento, el cual se llevó a cabo por medio de una dinámica llamada “El espejo”, donde todo el grupo se organizó en siete equipos.

Todos los conjuntos se ubicaron en diversas filas, cuando se dio la señal, manteniendo la hilera todos empezaron a trotar en diferentes direcciones, al momento que el de hasta adelante comenzó a realizar movimientos, los que componen la columna imitaron cada uno de ellos, cuando sonaba el silbato, era señal de cambio, es decir, el que iba hasta atrás, tenía que reaccionar y salir a velocidad hasta el frente y posteriormente realizar algunos movimientos para que sus compañeros los imitaran.

La actividad empleada en esta sesión fue; “Encontrando a mi pareja”, donde el alumno experimento de nueva cuenta la velocidad de reacción junto con la percepción de estímulos, emitidos por sus mismos compañeros.

Se organizó al grupo por parejas, asignándole el número uno y dos a cada integrante de la dupla, posteriormente se les menciono que no olvidaran con la persona que iban, pidiéndoles que ahora formaran dos equipos, es decir, todos los unos en uno y los números dos en otro, de ahí pasaron a ubicarse cada uno en un extremo de la cancha de modo que quedaran viéndose de frente uno con otros. (Véase Anexo 16. Desarrollo de la actividad “Encontrando a mi pareja”).

Cuando sonó el silbato, cada uno de los alumnos corrió al centro de la cancha para encontrarse con su pareja, se tomaron de la mano y juntos se desplazaron hasta donde se encontraba el docente en formación, la pareja que llegara al último

debía de realizar un reto físico, ya fueran abdominales, sentadillas, lagartijas o burpees.

Como variantes a la actividad, se acordó, que ahora para buscar a la pareja, se haría de manera silenciosa, solo haciendo uso de señas y gestos.

También ya no se ubicarían en los extremos de la cancha, sino que hicieron dos círculos, los numero uno dentro del que formaron los números dos, girando un círculo a la derecha y el otro a la izquierda, al sonido del silbato, inmediatamente tenían que buscar a su pareja.

En esta actividad se pudo observar a algunos alumnos que al momento de llegar al centro de la cancha no eran capaces de ubicar a su pareja, otros se tomaban de la mano de personas con las que no iban, unos pocos tardaban en llegar al centro de la cancha, etc.

Lo que a todos se les dificultó fue la emisión y percepción de señas pues al haber tanta gente no era fácil ubicar a una persona, mucho menos enfocar la vista en distintos puntos a la vez.

Para cerrar la sesión se realizaron ejercicios de respiración.

También se aplicó una evaluación a través de una lista de cotejo. (Véase Anexo 17. Evaluación de la sesión, “Encontrando a mi pareja”).

Los rubros que integraron la lista de cotejo con la que se evaluó esta actividad fueron;

El rubro (A);

(A) ¿Participa en las actividades de manera colaborativa?

Es con motivo a saber si el alumno muestra ese interés por querer participar en el desarrollo de las actividades para obtener un aprendizaje, el cual le sirva para su desarrollo físico, interpersonal y cognitivo.

Afortunadamente encontramos la participación al 100% de todos los integrantes del grupo, pues la evaluación arroja que los 43 alumnos estuvieron participando en la actividad y no hubo ningún alumno, indispuerto a hacerlo.

El rubro (B);

(B) ¿Realiza desplazamientos, saltos y carreras a corta y larga distancia?

Al momento de entrar en acción para la realización de las actividades, el alumno puede ejecutar múltiples movimientos a partir de los cuales ir en busca del objetivo planteado.

En este caso al alumnos que iba y buscaba a su pareja, hacia uso de los recursos que tenía e intentaba trasladarse de un lugar a otro, se le considero dentro del grupo "logrado", pues manifestó el deseo por querer lograrlo, en esta situación se encuentran a 32 educandos de 43 que participaron en la actividad, los 11 alumnos restantes son personas a las que se les observo rindiéndose en la actividad, perdiendo de vista el objetivo, pues al ver que no encontraban rápidamente a su pareja, se llevaban a otra que no era la correcta, etc.

Rubro (C)

(C) ¿Utiliza su cuerpo para expresar ideas y mensajes?

Fue una pieza clave para poder llevar a cabo la actividad mencionada, pues dentro de las variantes, el alumno tenía que hacer uso solamente de señas y gestos, para poder localizar a su compañero.

Sin la existencia de sonidos, ahora los alumnos debían identificar a su pareja solo a base de señas, aquí la evaluación se aplicó de manera sencilla, pues a los alumnos que no empleaban este recurso se les situaba en la casilla de no logrado lo cual corresponde a un total de 9 alumnos mientras que los 34 restantes, si empleaban gestos y señas para poder cumplir con el objetivo.

Rubro (D);

(D) ¿Asume con compromiso los roles y responsabilidades en la realización de las actividades?

Es de suma importancia que el alumno atienda a todas las indicaciones que se le dan, esto para tener una mayor efectividad dentro de la sesión, ya que si todos respetan las reglas y acatan lo que les corresponde hacer, tendremos un mejor resultado.

Esto es sencillamente si el alumno tuvo el debido respeto y responsabilidad por las actividades, al momento de encontrar a la pareja fue totalmente sincero en tomar de la mano al compañero correcto o simplemente con el afán de ganar, tomo al primero que vio y se fue, ocasionando que una pareja se quedara sin algún integrante.

En la evaluación se muestra a 37, personas que llevaron a cabo el trabajo de la mejor manera, mientras que solo 6, se dejaron llevar por otros intereses que no eran propios de la actividad, para de alguna forma sacar provecho y quitar la esencia de la actividad.

Nombre de la Unidad Didáctica: “Reacción para cada acción”

Objetivo de la Unidad Didáctica: Aplicación de la velocidad de reacción en diversas tareas motrices acompañada de movimientos y desplazamientos dentro y fuera del contexto escolar

Número de sesión: 1 (Véase Anexo 18. Sesión “Verde o naranja”)

Fecha de aplicación: 23 de febrero de 2018

Propósito: Por medio de la actividad "verde o naranja", se favorecerá en el alumno la reacción ante un estímulo sonoro, así como también se pondrá en juego la reacción de selección pues tendrá que elegir entre las opciones que se le presentan.

Actividad: “Verde o naranja”

Para la parte inicial de la actividad se hizo un calentamiento de activación articular.

Iniciando por la parte de arriba (cabeza) y terminando en la parte de abajo (pies).

Posteriormente se organizó al grupo por parejas, se colocaron de frente uno del otro, en medio de ellos, se situaron dos conos y dos boyas de diferente color, es decir un cono y una boya naranja y un cono y una boya verde.

Ambos dieron un paso hacia atrás y tenían que atender a las indicaciones que el docente estuviera mencionando, por ejemplo;

Docente en Formación; Levantar rodillas, saltara, mover los brazos o bien tocar alguna parte de su cuerpo.

Sin perder de vista el objetivo, todos y cada uno de los alumnos tuvo que estar moviéndose o tocando alguna parte de su cuerpo.

Ya que en el instante que el docente mencionara o dijera algo relativo a el color o forma del material didáctico, los alumnos tenían que identificar rápida y correctamente la indicación y a su vez tratar de ganarle la posesión del mismo al compañero contrario, por ejemplo;

Docente en Formación; ¡Cono naranja y boya verde! (cono verde, boya naranja o boya verde) los alumnos tenían intentar ganar dicho móvil al compañero de frente. (Véase Anexo 19. Desarrollo de la actividad “Verde o naranja”).

La persona que lo logro correctamente suma un punto.

Como variante a la actividad se le agrego la realización de posturas, es decir, sentados con los pies cruzados, acostados, de espaldas al material, etc., para que de esta forma se elevara el grado de dificultad de la actividad.

Durante el desarrollo de la actividad fue muy notorio como los alumnos disfrutaban la actividad, establecían una competencia por el del frente, para ver quien reaccionaba más rápido y a su vez quien tomaba el objeto correcto.

Se evaluó la actividad para saber el nivel de desarrollo y aprovechamiento de los alumnos, haciendo uso de una rúbrica (Véase Anexo 20. Evaluación de la sesión “Verde o naranja”), que contiene tres aspectos a evaluar y donde (1) corresponde a necesita apoyo, (2) regular, (3) muy bien y (4) excelente.

Aspecto uno;

1- Reacción

El alumno tiene que estar realizando algún movimiento o ubicando y tocando una parte de su cuerpo, según sea la indicación del profesor, al momento que se dice el color o la forma del objeto que se tiene que tomar antes que el compañero, entra en juego esa velocidad con la que cada individuo busca dar respuesta e ir por el objetivo.

Se pudo observar la forma en que los alumnos en algunas ocasiones se quedaban inmóviles o bien daban respuesta antes de la señal.

Cuando se presentaba la situación de ambos alumnos tomando el cono se les asignaba un (4, excelente), en el caso de tomar el cono equivocado, se les asignaba un (3 Muy bien), ya que si poseían la reacción pero presentaban un error en la selección del objeto, cuando reaccionaban, observaban el material y no tomaban ningún objeto, se les asignaba un (2 regular) y por último cuando se quedaban inmóviles y no hacían esfuerzo alguno por tomar algún cono se les marcaba un (1 necesita apoyo).

La evaluación arrojó que 21 alumnos se ubicaron excelente, 18 en muy bien, 3 en regular y 1 en necesita apoyo.

2- Ubicación y selección

Posterior a la reacción, se presenta la ubicación y selección de lo que indica el profesor, es decir, cuando al alumno se le da la señal de que objeto tomar, inmediatamente reacciona, para después ubicar un cuerpo dentro de varios que están en juego y por último seleccionar el que crea que es el correcto.

En este aspecto los educandos, tenían varias complicaciones, pues algunos reaccionaban antes que el compañero, pero erraban en su ubicación y su selección del objeto indicado.

Aquí se le calificaba con un (4) cuando el alumno ubicaba y seleccionaba el objeto indicado, un (3) cuando ubicaba el objeto, pero se lo ganaban al momento de seleccionarlo, un (2) si ubicaba y seleccionaba mal el objeto según la indicación y (1) al que no hiciera proceso de ubicación y selección.

Teniendo como resultado; 17 alumnos en excelente (3), 14 en muy bien (3), 9 en regular y por último 3 en necesita apoyo (1).

3- Consignas

La característica principal de la actividad es el uso de consignas, pues se dictan varias para que el alumno ubique, relacione y las ejecute conforme se le vaya indicando, estas van desde la ubicación de alguna parte de su propio cuerpo, movimientos de sus segmentos corporales y en relación a los objetivos en este caso un cono o un plato (boya).

En todo momento de la clase en el que se le solicitaba al alumno atender a las consignas, siempre estuvieron dispuestos, realizaban las acciones con toda la disposición, así como también respetaron las reglas y al compañero.

La forma en cómo se evaluó fue; (4) cuando el alumno atendía de manera correcta a todas las consignas, (3) si regularmente seguía las consignas, (2) si atendía a muy pocas consignas y (1) si estaba indispuesto a cumplir con al menos una consigna.

Según lo evaluado; se ubican 19 alumnos en excelente (4), 15 en muy bien (3), 9 en regular (2) y 0 en necesita apoyo (1).

3.4 La velocidad de reacción en su máxima expresión

(Forteza de la Rosa, 1994) Afirma el tiempo de la reacción motora del hombre ante cualquier estímulo se forma en dos lapsos de tiempo;

- A. El tiempo latente; es el tiempo que dista desde el momento de dar la señal hasta el momento inicial de la contracción de los músculos.
- B. El tiempo de la reacción motora; es el tiempo desde el inicio de la reacción hasta su final. (p.71)

Por lo tanto, de mi parte expreso que el tiempo latente se refiere a cuando el alumno percibe la señal y toma la decisión de llevar a cabo una reacción o movimiento, pero sin ejecutarlo aún. Mientras que en el caso del tiempo de la

reacción motora se identifica cuando la reacción o movimiento se ejecuta por completo.

Nombre de la Unidad Didáctica: “Pienso y ejecuto”

Objetivo de la Unidad Didáctica: Que el alumno sea capaz de poder resolver situaciones motrices en las que implique el uso de reacciones rápidas y movimientos con objetividad, así como también la creación de estrategias y soluciones en conjunto.

Número de sesión: 8. (Véase Anexo 21. Sesión “Que no atrapen el cono”).

Fecha de aplicación: 8 de diciembre de 2017

Propósito: Reaccionar ante el estímulo, así como también que el alumno piense y analice sus posibilidades motrices antes de ejecutar los movimientos.

Actividad: “Que no atrapen el cono”

Se distribuye a todo el grupo por la cancha de basquetbol, se selecciona a ocho alumnos, de los cuales cuatro serán los que atrapen al que tenga en su poder el cono y los otros cuatro serán los encargados de pasar el cono en forma de relevo hacia sus demás compañeros, evitando que lo atrapen.

Mientras que el resto del grupo podrá participar como receptor de un cono y correr para pasarlo a alguien más, en caso de ser tocados o atrapados se deberán de quedar inmóviles y esperar a que se termine el juego.

Es importante que los alumnos identifiquen quienes son los alumnos que tienen tareas y los diferencien de los que pueden darle relevo de los que pueden dejarlo fuera de la jugada.

Es una actividad donde se requiere que el alumno exprese toda su velocidad tanto para desplazarse como para reaccionar pues está latente a recibir el relevo

del cono, por lo que inmediatamente deberá de correr en cambio sí se ocupa el papel de atrapar, se deberá de estar cambiando constantemente de velocidad y dirección de desplazamiento.

Al momento de dar la señal de inicio los alumnos presentaron dificultades para desarrollar la actividad, pues eran alcanzados inmediatamente o no entregaban bien el cono al siguiente compañero, por lo que se caía. (Véase Anexo 22. Desarrollo de la actividad “Que no atrapen el cono”).

Posteriormente y a través de la repetición de la actividad fueron creando estrategias para darle una mayor objetividad a la sesión, de la misma manera que lograban desplazarse con mayor velocidad.

La sesión fue evaluada por medio de una escala estimativa, con el motivo de observar el nivel de avance que obtuvo el alumno al desarrollar la actividad. (Véase Anexo 23. Evaluación de la sesión “Que no atrapen el cono”).

El instrumento de evaluación está compuesto por cuatro aspectos a valorar a través del desarrollo de la actividad, los cuales son;

Aspecto 1: ¿Realiza desplazamientos con rapidez?

Se mide la capacidad del alumno para hacer desplazamientos por todo el terreno de juego, tomando en cuenta que deberá identificar los espacios a los cuales puede llegar, ya que si no lo hace de esta manera podrían atraparlo y quedar fuera del juego momentáneamente.

Dentro de la actividad se pudo observar a algunos jugadores, que al momento de recibir el móvil corría hacia donde estaba el jugador con rol opuesto y lo eliminaba, o bien tardaba en llegar de un punto a otro lo que ocasionaba que fuera atrapado.

La forma de evaluar fue en base al desempeño del alumno;

Se ubicaba en regular cuando el alumno muy pocas veces se desplazaba por el terreno de juego, bien en el caso del educando que se integraba a la actividad y se desplazaba dos o tres veces, muy bien si se desplazaba por todo el terreno de juego y se mantenía constante y por último excelente cuando estaba en constante movimiento, además de ayudar a sus compañeros posibilitándose como receptor.

Lo que dio de resultado: 20 alumnos en excelente, 11 en muy bien, 9 en bien y 3 en regular.

Aspecto 2: ¿Es capaz de crear estrategias ante un problema motor?

Para poder alcanzar un objetivo se debe de planear bien como debe de hacerlo, es por ello que es muy importante que el alumno piense e imagine todas las posibilidades que tiene para lograrlo.

Se pudo identificar a alumnos, que buscaban los espacios donde menos gente había, otros buscaban a las personas mas rápidas para salir de un espacio de la cancha donde podrían ser atrapados fácilmente y cada uno de ellos, observaba y analizaba que era mejor para poder conseguir la victoria.

La evaluación se efecto bajo las siguientes condiciones;

Regular si mostraba el mínimo interés por ayudar a que el cono pasara de un compañero a otro, bien si al menos participo en una ocasión en pasar el móvil, my bien si logro comunicarse con un compañero para hacerle saber que podía confiar en el para pasar el cono y buscar más opciones y excelente si ordenaba sus compañeros, les sugería que hacer, hacia donde ir y estaba en constante comunicación con todos.

Lo que dio como resultado; 21 educandos en excelente, 18 en muy bien, 4 en bien y 0 en regular,

Aspecto 3: ¿Establece comunicación con sus demás compañeros?

La actividad demanda que se trabaje en equipo y para que esto se logre se necesita que los alumnos establezcan una buena comunicación entre ellos, ya que, si se logra llevar a cabo, hay más probabilidad de poder lograr una victoria, pues así todos aportaran algo será un mejor resultado.

Al inicio de la sesión, los alumnos tuvieron algunas dificultades con el proceso de pase del cono de un individuo a otro, pues en ocasiones se les caía o bien no era recepcionado por nadie, pues no lograban entablar una buena comunicación entre ellos.

Conforme fue avanzando la actividad, se fueron familiarizando con la misma y fueron ampliando sus posibilidades motrices.

Se ubico a los alumnos cuyo desempeño era poca comunicación y aislamiento en el nivel regular, cuando hablaba para hacer saber a los demás que estaba ahí se ubico en bien, si hablaba, se hacía notar recomendaba que hacer y cómo hacerlo era un muy bien, por último, si hablaba, se comunicaba, recomendaba y ayudaba a sus demás compañeros era un excelente.

Lo que dio como resultado; 28 alumnos en el nivel excelente, 10 muy bien, 5 bien y 0 en regular.

Aspecto 4: Hace uso de la velocidad de reacción, para percibir el estímulo y posteriormente ejecutar la acción motriz.

Un punto esencial es que al recibir el móvil inmediatamente se debe reaccionar y dar una respuesta a lo que se le está presentando, en este caso, sería el desplazarse de un punto a otro y buscar a un receptor para darle el cono.

Durante la actividad, el alumno tenía que ser capaz de ejecutar múltiples tareas, tales como recepcionar, desplazarse, buscar a sus compañeros para compartirles

el cono, así como también estar siempre alerta a no ser atrapado por los alumnos que tenían un rol contrario al de él.

En el nivel de regular, se puede encontrar a alumnos que no daban ninguna respuesta motriz al recibir el móvil, ni mucho menos estaban atentos para hacerlo, en el aspecto de bien, se mostraban atentos y presentaban dificultades al dar una respuesta motora, muy bien, cuando se desplazaban de un punto a otro, estaban atentos y daban una o dos respuestas motrices durante la actividad y excelente, si estaba en constante desplazamiento, siempre estaban atentos a donde iba el móvil, siempre daba respuestas motrices cuando se le necesitaba.

Lo que arroja la evaluación es; 22 alumnos ubicados en el nivel de excelente, 14 muy bien, 7 bien y 0 en regular.

Nombre de la Unidad Didáctica: “Pienso y ejecuto”

Objetivo de la Unidad Didáctica: Que el alumno sea capaz de poder resolver situaciones motrices en las que implique el uso de reacciones rápidas y movimientos con objetividad, así como también la creación de estrategias y soluciones en conjunto.

Número de sesión: 3. (Véase Anexo 24. Actividad “Armar y desarmar”).

Fecha de aplicación: 23 de noviembre de 2017

Propósito: Favorecer en el alumno una respuesta motriz rápida ante el estímulo que se le presenta.

Actividad: “Armar y desarmar”

Para iniciar la sesión, en la parte del calentamiento, se hizo uso de la canción “El tren”, en donde los alumnos, respondía a la acción que, hacia el maestro, pero de forma opuesta, es decir, cuando el maestro decía;

Maestro: yo tengo un tren que va para la derecha.

Los alumnos respondían;

Alumnos: yo tengo un tren que va para la izquierda.

En todas y cada una de las acciones se hizo todo lo contrario, buscando que siempre fuera en base a movimientos corporales.

Para llevar a cabo la actividad de “armar y desarmar”, se organizo al grupo en cinco equipos.

Se les pidió que se situara cada grupo en forma de fila en el extremo de la cancha de frente al material didáctico disperso por toda el área de la misma.

El procedimiento a realizar se trataba de un pequeño circuito de armar y desarmar figuras hechas con conos y boyas. El alumno que estaba al principio de cada fila tenía que salir a velocidad al escuchar el sonido del silbato, llegar hasta donde se situaba un aro, el cual tenía que pasar por todo su cuerpo de pies a cabeza y viceversa, posteriormente ir hacia el frente con velocidad, hasta llegar a la zona de conos y boyas, donde tenía que quitarle todos las boyas a las puntas de los conos, conjuntarlas y dejarlas al inicio del circuito, regresar a máxima velocidad y darle el relevo al siguiente compañero., quien tuvo que volver a colocar las boyas en los conos, tal y como estaban al inicio de la actividad. (Véase Anexo 25. Desarrollo de la actividad “Armar y desarmar”).

El equipo que logro pasar a todos sus participantes en el menor tiempo posible o antes que los demás, era el que se llevaba la victoria.

Algunas de las situaciones observadas en la ejecución de la actividad, fue que algunos alumnos olvidaban como estaban contruidos los conos con las boyas, otros no podían poner en secuencia las boyas, ya que se saltaban conos,

dejándolos sin nada, por lo que perdían tiempo en regresar y dejar todo como era correcto.

La evaluación correspondiente a esta actividad fue en base a una escala estimativa. (Véase Anexo 26. Evaluación de la sesión “Armar y desarmar”).

Esta escala estimativa se conformo por cuatro aspectos a evaluar identificados como aspecto A, B, C y D.

El aspecto A - ¿Sabe diferencia colores, texturas y sonidos?, esto se refiere a que si el alumno posee la capacidad de atender correctamente al estímulo que se le presente, sin confundir uno con otro.

Dentro de la actividad se pudo identificar como algunos de los jóvenes, no lograba interpretar como era que estaban acomodados los conos con las boyas, o bien los colores no los identificaban como eran pues perdían la secuencia de acomodamiento.

La forma de evaluar se dio conforme a los criterios utilizados por el docente en formación en base a la escala estimativa, regular cuando el alumno, no poseía la capacidad de acomodar los objetos a como estaban desde un inicio, bien si el alumno lograba armar al menos la mitad de los objetos a como se inicio, muy bien si identificaba cada objeto utilizado y ordenaba correctamente, por ultimo excelente si era capaz de regresar todo a la normalidad, podía diferenciar los colores de cada objeto y sus texturas.

Quedando los resultados de la siguiente manera; 3 adolescentes en regular, 7 en bien, 15 en muy bien y 18 en excelente.

Para el aspecto B - ¿Sabe qué hacer ante una situación que le demanda pensar y ejecutar movimientos rápidamente?

Podemos encontrar múltiples situaciones en las que los alumnos, no pueden dar una respuesta ante alguna situación motriz que se le presenta, pues en lo que piensa que hacer el tiempo se le va y no ejecuta ninguna acción, o bien realiza múltiples movimientos, pero estos son sin objetividad, lo cual no le da sentido a la actividad.

En la sesión los alumnos eran puestos a prueba pues al momento de tener el relevo tenían que salir a máxima velocidad e inmediatamente pensar donde era el lugar correcto para colocar el material.

Respecto al desempeño de los alumnos, fue como se le asignó un nivel de aprovechamiento; regular si manifestaba querer hacer algún movimiento, pero si llegar a algo concreto, bien si realizaba un movimiento a velocidad moderada, muy bien si lograba ejecutar movimientos con objetividad y excelente si analizaba la situación buscando la mejor opción para llevar a cabo movimientos con rapidez.

Quedando los resultados de la siguiente manera; 5 alumnos en regular, 8 en bien, 14 en muy bien y 16 en excelente.

Por otro lado, aparece lo que contiene el rubro del inciso C – ¿Atiende correctamente a la indicación sonora?, esto lo encontramos en dos situaciones de la actividad, cuando es el silbatazo inicial y cuando los mismos compañeros orientan al participante que está en acción, sobre donde colocar las boyas y de qué manera, muchos alumnos son incapaces de escuchar las opiniones de sus compañeros, pues hay momentos que pueden llegar a la desesperación.

Forma de evaluación a los alumnos, según el instrumento utilizado; se ubica en regular al alumno que no atiende la indicación, en bien al alumno que reconoce la indicación, pero la malinterpreta, muy bien cuando atiende a cualquier indicación sonora y realiza lo percibido, excelente cuando está atento a cualquier situación sonora, atiende de inmediato y sobretodo latente a cualquier cambio.

A partir de ello los resultados fueron; 7 en regular, 10 en bien, 12 en muy bien y 14 en excelente.

El último aspecto es el D - ¿Es capaz de relacionar una imagen con la consigna que se le da?, se refiere a que si el alumno puede crear un sistema en su mente de cómo es que va a realizar la actividad, como es que tiene que acomodar las cosas o como es que puede crear una estrategia para lograr el objetivo planteado.

Se ubico al alumno en alguno de los cuatro desempeños según fue su actuar; se ubicará en regular si no relaciona del todo lo que se le indica con lo que tiene que hacer, bien si lleva a cabo al menos en dos ocasiones una relación de consigna con una imagen mental para saber cómo realizarlo, muy bien si no presenta ninguna dificultad al hacer una asimilación y excelente si lo lleva acabo de manera rápida y objetiva.

Lo que da como resultado; 5 alumnos en regular, 8 en bien, 12 en muy buen y 18 en excelente.

3.5 Respuestas motrices: El movimiento con objetividad

(Díaz Lucea, 1999) Afirma que la perspectiva del procesamiento de la información, se sustenta en la idea de que el individuo posee la capacidad de captar informaciones diversas para, a través de un procesamiento posterior, dar una respuesta adecuada a las demandas presentadas. En este proceso se diferencian tres etapas o momentos claves; la percepción, el procesamiento de la información y la ejecución final en forma de acción o actividad motriz.

La realización y el control del movimiento sigue pues un proceso en el que se pueden distinguir tres momentos, diferenciados entre sí por la participación del mecanismo que se pone en juego en cada uno de ellos: el mecanismo perceptivo (percepción de los estímulos); el mecanismo de decisión

(elaboración de una respuesta) y el mecanismo de ejecución (realización de la acción motriz). (p.p. 28-29).

En relación con lo que menciona el autor, expreso por mi parte, que el alumno deberá seguir una serie de procesos para llegar al resultado final, que en este caso es la ejecución del movimiento, para ello tendrá que contar con la percepción del estímulo, posteriormente, deberá de crear una respuesta motriz de acuerdo a lo que se le esta solicitando llevar a cabo y por último reproducir el movimiento de la manera más objetiva posible.

Nombre de la Unidad Didáctica: “Pienso y ejecuto”

Objetivo de la Unidad Didáctica: Que el alumno sea capaz de poder resolver situaciones motrices en las que implique el uso de reacciones rápidas y movimientos con objetividad, así como también la creación de estrategias y soluciones en conjunto.

Número de sesión: 2. (Véase Anexo 27. Actividad “Puntos de apoyo”).

Fecha de aplicación: 17 de noviembre de 2017

Propósito: A partir de una buena reacción, ejecute movimientos rápidos y objetivos que le permitan resolver problemas motrices en conjunto, creando estrategias y soluciones

Actividad: “Puntos de apoyo”

Después de pasar lista de asistencia en el salón de clases, se organiza al grupo para bajar en dos filas, una de hombres y otra de mujeres, al llegar a la cancha se forma un círculo con todos los integrantes del grupo, el docente en formación les indica que se empleara el canto de; Zayaloo Zayaloo, para hacer el calentamiento.

Zay zay zay zayaloo zayaloo

Pongo mano cabeza

La otra en la cintura

Hago juego de copas

Y doy paso a la otra

El objetivo del canto es trotar por dentro del círculo formado por todos los alumnos al momento de que se llevan a cabo las acciones que dicta, se deben de poner frente a un compañero y realizarlas, cuando se menciona que da paso a la otra, se debe de incluir al trote a la persona con la que se interactuó.

Posteriormente en la actividad central, se desarrolló la actividad; “Puntos de apoyo”, donde los alumnos deberán de trotar por toda la cancha de basquetbol, al momento que perciban el sonido del silbato, deberán de quedarse inmóviles, el maestro mencionara dos números, el primero indicara el total de integrantes y el segundo el total de puntos de apoyo permitidos para cada equipo. Sumaba punto quien lo lograra.

En esta actividad se ponía en juego la capacidad del alumno para incorporarse con un equipo de ahí el trabajo colaborativo tomaba un papel muy importante pues tenían que ponerse de acuerdo para ver cómo iban a cumplir la consigna, por último también se hizo uso de la creación de estrategias frente al problema motriz que enfrentaban, la velocidad de reacción y la ejecución de los movimientos se puede encontrar al momento de reaccionar al sonido del silbato para de inmediato controlar sus movimientos o bien para integrarse a un equipo. (Véase Anexo 28. Desarrollo de la actividad “puntos de apoyo”).

El resultado de la actividad fue fantástico, ya que había alumnos que no podían controlar su cuerpo en alguna postura de equilibrio o de soportar un peso extra,

otra de las situaciones que se observaron fue que se pasaban del límite de puntos de apoyo permitidos, el número de integrantes no coincidía con los estipulados, etc.

Como variante se les dio la consigna de que todo el grupo participara en cumplir una última tarea, es decir, cuarenta y tres integrantes y hacer uso de 16 puntos de apoyo, todo el grupo se puso de acuerdo, de inmediato sobresalieron algunos jóvenes que asumían liderazgo y guiaban a sus compañeros, finalmente se logró la consigna.

Para mostrar el desempeño de los alumnos en la ejecución de la actividad, se elaboró una evaluación. (Véase Anexo 29. Evaluación de la actividad “Puntos de apoyo”).

La evaluación fue empleada a través de una escala estimativa, donde se muestran tres aspectos que a través de ellos podemos darnos cuenta del nivel de desempeño de los estudiantes para realizar las actividades.

Dichos rubros hacen mención acerca de;

A- ¿Muestra destreza física para alcanzar los objetivos?

Cuando el maestro indica el número de puntos de apoyo y a su vez el del total de integrantes que debe componer el equipo, los alumnos deben de ser capaces de desplazarse, saltar, acostarse, juntarse con el compañero, etc., con el único objetivo de cumplir la tarea encomendada.

Se pudo identificar que los alumnos lograban cumplir con las consignas, haciendo uso de sus habilidades y capacidades físicas, pues algunos cargaban a otros con el único fin de no sobrepasar los puntos de apoyo permitidos.

Para poder evaluar y poder ubicar al alumno en algunos de los niveles de desempeño, se consideraron las siguientes características;

Se ubicaba al alumno en regular cuando se desplazaba e iba en busca de integrarse a un equipo, pero no lograba resolver la situación de los puntos de apoyo, bien, si el alumno, se desplazaba, se integraba a un equipo e intentaba cumplir con la consigna, muy bien, en el caso de los alumnos que se desplazaban, se integraban a un equipo, lograban cumplir con la consigna, pero se apreciaban aun uno o dos errores, excelente en el caso de los educandos que se desplazaban en busca de un equipo, rápidamente se comunicaban y creaban una estrategia para lograr el objetivo, sin cometer errores.

Por lo que el resultado fue; 6 alumnos ubicados en regular, 7 en bien, 11 en muy bien y 19 en excelente.

B- ¿Tiene la capacidad de poder relacionarse con sus demás compañeros y ejecutar movimientos rápidos?

Para poder llevar a cabo el objetivo de la actividad era necesario, que cada uno de los alumnos, se relacionara con sus demás compañeros, para establecer estrategias y soluciones ante la situación motriz que se les presentaba.

Tomando en cuenta los siguientes criterios, se evaluaron a cada uno de los participantes; regular, cuando no se lograba establecer comunicación entre ellos, bien, cuando lograban establecer un dialogo, muy bien cuando se comunicaban entre ellos y proponían soluciones y algunas estrategias, excelente, cuando opinaban acerca de cómo podría ser mejor resolver la situación, opinaban, debatían y se aconsejaban entre ellos.

Lo que da como resultado; 6 personas en regular, 7 en bien, 8 en muy bien y 22 en excelente.

C- ¿Es capaz de poder resolver un problema motriz en conjunto?

Por último, cada uno de los alumnos asumía el rol que le correspondía en la solución del problema, si cada uno de los integrantes del grupo colaboraba con su parte, era más efectivo y rápido el resultado que presentaban durante la actividad.

Para evaluar este aspecto, se utilizaron algunos criterios con los cuales poder ubicar al alumno en alguno de ellos dependiendo de su forma de trabajo en la actividad.

Regular – El alumno se relaciona con sus demás compañeros, pero no lograr ponerse de acuerdo.

Bien - El alumno se comunica con sus demás compañeros, propone una estrategia.

Muy bien – El alumno se comunica con sus demás compañeros, propone diversas estrategias, observa y analiza el resultado.

Excelente – El alumno se comunica con sus demás compañeros, propone diversas estrategias, analiza la situación, ayuda a sus demás compañeros y toma un papel importante dentro del equipo.

El resultado que se proporciona es el siguiente: 3 En regular – 4 En bien – 16 en Muy bien – 20 Excelente.

3.6 La velocidad de reacción ante el objetivo motor.

(Forteza de la Rosa, 1993) Menciona La reacción motora compleja es la respuesta ante una señal y acción (desconocida) que aparece súbitamente y sus particularidades pueden ser analizadas en dos tipos de reacciones:

- La reacción ante el objetivo motor.
- La reacción de selección (en movimiento).

Reacción ante el objetivo motor.

Los casos más típicos de este tipo de reacción se hallan en los juegos con pelotas.

Por ejemplo: cuando un jugador dispara hacia la portería (futbol), el portero debe:

- A. Ver el balón, (el 90% del tiempo lo ocupa en ubicar el balón).
- B. Valorara la dirección y la velocidad de vuelo del balón.
- C. Elegir el plan de acción.
- D. Comenzar su realización, (del 5 al 10% del tiempo total). (p.74).

Por mi parte expreso, que la reacción ante el objetivo motor, se puede emplear a desplazamientos hacia un punto en común o bien hacia donde indica la meta de la actividad que se este realizando, la cual puede ser desde un punto de llegada o el alcance de un objeto en particular.

En base a el ejemplo que indica el autor, lo traslado a la actividad “línea matemática”, que a continuación aparece, pues en primer término el alumno deberá visualizar cuales son las opciones que tiene para relacionarlas con el resultado de la operación que menciona el profesor.

Segundo, valora la dirección y distancia hacia la cual está el cono.

Tercero, crea y elige la mejor opción que tenga y crea factible utilizar para lograr el objetivo.

Y por último comenzar la realización de su respuesta motriz (ejecución del movimiento).

Nombre de la Unidad Didáctica: “Pienso y ejecuto”

Objetivo de la Unidad Didáctica: Que el alumno sea capaz de reaccionar con velocidad ante diferentes estímulos, ejecute movimientos con objetividad, establezca relaciones interpersonales y pueda crear estrategias para solucionar problemas motrices.

Número de sesión: 1. (Véase Anexo 30. Actividad “línea matemática”).

Fecha de aplicación: 16 de noviembre de 2017

Propósito: Que el alumno después de percibir en estímulo, sea capaz de ejecutar movimientos y desplazamientos objetivos a una velocidad rápida y en conjunto con sus compañeros.

Actividad: “línea matemática”

En esta sesión, la parte del calentamiento se llevó a cabo con una canción llamada; “don Matías”.

Maestro: ¿Usted conoce a don Matías el que lo ha pisado un tren?

Alumnos: no señor, no lo conozco, por favor dígame usted.

Maestro: ¡Ay! No sabe pobre hombre, le quedo la mano (o alguna parte del cuerpo) así. Aquí se mueve de forma graciosa algún parte del cuerpo, para que los alumnos la representen.

Los alumnos al momento de realizar el calentamiento, se sorprendieron que fuera a base de una canción, primero les daba pena y se notaban nerviosos, al ver que el docente lo hacía y unos pocos compañeros comenzaban a involucrarse, todos terminaron por incluirse en el canto.

La actividad realizada en la parte central de la clase, fue la de línea matemática, donde los alumnos organizados en cinco equipos y pasando de uno por uno, se introducían en un costal, el docente en formación, les mencionaba una operación matemática, cada adolescente tenía que resolverla lo más rápido posible y elegir entre los conos que estaban distribuidos al frente de la línea de salida, para después trasladarse hasta el cono con el resultado que creyera el correcto, cabe

mencionar que cada uno tenía un valor numérico congruente con los resultados de las operaciones .

Se observó que los alumnos mostraban dificultades para desarrollar la actividad, ya que resolvían mal la operación, por lo tanto, llegaban al resultado incorrecto, algunos otros no resolvían la operación y se desplazaban hacia donde iba la mayoría de los participantes, así como también escuchaban que los compañeros que no participaban en esa ronda decían un resultado, así que ellos iban a donde se situaba ese valor numérico. (Véase Anexo 31. Desarrollo de la actividad “Línea matemática”).

Para relajar al alumno, se llevaron a cabo ejercicios de respiración y la aplicación de la actividad “cronómetro humano”, en donde todos los alumnos se acostaban sobre el pavimento de la cancha, a la señal del docente, cerraban ojos y se relajaban, a su vez tenían que calcular el tiempo y cuando ellos creyeran que había pasado un minuto debían de ponerse de pie.

También se empleó una escala estimativa, para darle una evaluación a la sesión. (Véase Anexo 32. Evaluación de la sesión “línea matemática”).

A continuación, describo los rubros que componen dicho instrumento de evaluación junto con un análisis sobre lo que paso en la sesión y como se relaciona con la escala estimativa.

Se compone por tres indicadores;

A- ¿Realiza movimientos concretos casi sin errores?

El alumno tiene que pensar y resolver la operación que se menciona lo más rápido posible, posterior a ello, tiene que ejecutar una respuesta motriz y dirigirse al resultado que el crea correcto, es necesario que el alumno tome decisiones propias y no siga a sus demás compañeros.

Era muy notable que existían algunos alumnos, que al escuchar la operación se quedaban pensando en cual era el resultado, pero al verse solos en la línea de salida, optaban por seguir o llegar a donde estaba la mayoría y así no quedar evidenciado, que al final de cuentas fue completamente lo mismo.

Los criterios que se utilizaron para evaluar este aspecto fueron;

Regular – Cuando el alumno presentaba dificultades para llegar al punto deseado y se dirigía hacia donde iban sus demás compañeros.

Bien – Cuando el alumno se desplazaba hacia el resultado que él creía correcto, pero presentaba dificultades para llegar.

Muy bien – Cuando el alumno se desplazaba hacia el resultado que él creía correcto y no se le presentaban dificultades para llegar.

Excelente – Cuando el alumno reaccionaba con velocidad resolvía la operación, se desplazaba con rapidez hacia el resultado que él creía correcto, mostraba buen control motor para llegar al punto deseado.

El resultado que arrojó la evaluación fue el siguiente;

3 - Regular, 8 – Bien, 13 – Muy bien y 19 – Excelente.

B- ¿Atiende correctamente la indicación sonora?

Es indispensable estar atento a todas y cada una de las indicaciones que se mencionan durante la actividad, pues existieron caso en los que, por estar distraído, no escuchaban bien la operación, por lo que se quedaban varados, sin tener un objetivo por seguir, algunos otros llegaban al resultado incorrecto, a causa de la malinterpretación de lo que se decía.

Dentro de los resultados de la evaluación podemos encontrar;

Regular – El alumno no está atento a las indicaciones, observa que los demás compañeros salen y el también lo reproduce, aquí se ubican 0 alumnos.

Bien – El alumno presta atención, pero malinterpreta la indicación, por lo que su respuesta es errónea. Aquí se ubican 4 alumnos.

Muy bien – El alumno está atento, pero presenta dificultades para percibir la indicación, pues tarda en salir. Aquí se ubican 20 alumnos.

Excelente – El alumno está atento e inmediatamente reproduce la acción. Aquí se ubican 19 alumnos.

C- ¿Hace desplazamientos cortos y largos, saltos y giros con velocidad?

Para llevar a cabo la actividad es bueno, que el alumno haga uso de sus capacidades y habilidades físicas, esto con motivo a alcanzar los objetivos planteados, dentro de la actividad era gratificante, observar a alumnos con aptitudes excelentes, para saltar y correr, pues no es algo fácil trasladarse dentro de un costal dando saltos a máxima velocidad y regresar al punto de partida corriendo para dar el relevo al compañero.

Los criterios de evaluación de este aspecto fueron:

Regular – Solamente se desplaza, presentando errores en su ejecución. Donde se ubican 9 alumnos.

Bien – Realiza desplazamientos, sin objetividad, es decir, no le aplica sentido al movimiento. Donde se sitúan 7 alumnos.

Muy bien – Realiza desplazamientos y saltos a velocidad moderada. 10 alumnos se encienden en este criterio.

Excelente – Realiza desplazamientos y saltos con objetividad y velocidad. Donde se ubican a 17 alumnos.

3.7 Los estímulos; un factor importante para la velocidad de reacción.

(El diccionario de las ciencias del deporte,1992) Menciona “El estímulo se refiere a un acontecimiento, interno o externo al organismo, que actúa sobre estados de este y que puede producir cambios en él” (p.140).

Rosa y Del Río (1999, citando a Vayer, 1985), lo definen como aquel “agente externo que provoca una acción determinada como respuesta” (p.140).

Por mi parte expreso, que los estímulos son todos aquellos contactos, señales y sonidos, que llegan a presentarse al inicio o dentro del desarrollo de una actividad física, juego o deporte, los cuales pueden llegar a condicionar el comportamiento motriz de los alumnos, pues a partir de ellos, se formula una respuesta motriz por parte del educando.

Nombre de la Unidad Didáctica: “Pienso y ejecuto”

Objetivo de la Unidad Didáctica: Que el alumno sea capaz de reaccionar con velocidad ante diferentes estímulos, ejecute movimientos con objetividad, establezca relaciones interpersonales y pueda crear estrategias para solucionar problemas motrices.

Número de sesión: 4. (Véase Anexo 33. Actividad “Guarda los objetos”).

Fecha de aplicación: 7 de diciembre de 2017

Propósito: Que el alumno realice desplazamientos a velocidad, cambios de dirección y movimientos rápidos

Actividad: “Guardar los objetos”

En la parte del calentamiento se hizo uso de la actividad “escalera humana”, la cual consiste en hacer dos equipos y enumerarlos del uno al veintidós.

Se colocan viéndose de frente un equipo con otro con una separación de dos tres metros, se sientan con las piernas estiradas hacia el frente.

Al momento que el docente mencione algún número, el alumno al que le corresponde, deberá de ponerse de pie y darle la vuelta a toda la fila, pasando con mucha precaución, por encima de las piernas de sus compañeros.

Gana la persona que llegue primero al punto de partida.

La actividad que se llevo a cabo es la de “guardar objetos”, en donde se forman dos equipos, que se deberán situar dentro de un cuadro, uno frente a otro, al momento de que se escucha el sonido del silbato, tienen que salir a velocidad hacia un costado, para posteriormente hacer un cambio de dirección al centro del cuadro para poder llegar hasta donde están los objetos y tratar de echarlos dentro de un recipiente antes que su otro compañero. Gana el que logre hacerlo primero.

Para el desarrollo de la actividad se hizo uso de dos balones y dos costales por cuadro de competencia, la temática fue insertar un balón hasta el fondo del costal y regresar por el mismo camino para darle el relevo al siguiente compañero, que ahora tendría que sacar el balón y dejarlo como al inicio. Gano el equipo que logro pasar a todos sus integrantes antes de que lo hiciera el equipo contrario. (Véase Anexo 34. Desarrollo de la actividad “Guarda los objetos”).

Para medir las capacidades de los alumnos, se hicieron varios enfrentamientos entre unos equipos con otros, así como también la aplicación de una evaluación. (Véase Anexo 35. Evaluación de la actividad “Guarda los objetos”).

Dicha evaluación se empleó a través de una rúbrica la cual está compuesta por tres aspectos;

1- Destreza física

La actividad demanda al alumno, poner en juego desplazamientos, velocidad, cambios de dirección, etc. Desde el momento que se da la señal de salida, el alumno tiene que estar atento para cuando le toque su turno, hacerlo lo más rápido posible, no presentar errores y con ello darle un punto a su equipo.

Durante la actividad se pudo observar que los alumnos, llevaban cabo los cambios de dirección y de velocidad de buena manera a tal grado de sacar ventaja pues no todos poseen esa capacidad.

Lo que se les dificulto fue el introducir y sacar el balón del costal, pues algunos alumnos se desesperaban, mientras que otros batallaban para poder meter el móvil, pues el costal se enredaba y era tedioso estar desdoblado o buscando la entrada.

Necesita apoyo – El alumno no es capaz de ejecutar cambios de dirección y presenta dificultades para regular su velocidad. Aquí se ubica 2 alumnos.

Regular – El alumno ejecuta desplazamientos y cambios de dirección, así como también de velocidad con dificultades. Se ubican 8 alumnos.

Bien – El alumno ejecuta desplazamientos y cambios de dirección, así como también de velocidad a buen ritmo. Aquí se encuentran 12 alumnos.

Muy bien – El alumno reacciona con velocidad ante la señal, ejecuta desplazamientos y cambios de dirección, así como también de velocidad a buen ritmo. Aquí se ubican 21 alumnos.

2- Ejecución de movimientos

Eran múltiples los movimientos que los alumnos tenían que realizar, debido a que la actividad así lo requería, dichos movimientos eran realizados a una gran velocidad, con el objetivo de querer ganar por parte de los alumnos, llevaron la actividad a otro nivel.

Es importante mencionar que este grupo, se interesa mucho por las actividades donde existe competición, les gustan los retos y poner en juego sus habilidades físicas y cognitivas.

Necesita apoyo – El alumno no reproduce movimientos, se muestra confundido y sin conocimiento de lo que hará. Se ubica 1 alumno.

Regular – El alumno realiza movimientos a velocidad moderada. Se ubican 3 alumnos

Muy bien – El alumno realiza movimientos rápidos aun sin objetividad. Se encuentran en este criterio 20 alumnos

Excelente – El alumno realiza movimientos rápidos con objetividad. Se ubican 19 alumnos

3- Respeto

Aquí juega un papel muy importante el que el alumno espere su turno, hasta que le den el relevo, conozca las reglas y sepa respetarlas, participe sana y pacíficamente y no saque ventaja de ninguna situación.

El comportamiento de los alumnos durante la actividad, fue de admirarse, pues todo lo hacían en orden, la mayoría de las veces esperaban hasta que les dieran el relevo para salir y eran respetuosos entre ellos mismos.

Los criterios bajo los que se evaluó el comportamiento de los alumnos fueron;

Necesita apoyo – El alumno no respeta ninguna regla y a ninguno de sus compañeros. Se ubicaron 0 alumnos.

Regular – El alumno pocas veces respeta las reglas y siempre lo mantuvo hacia sus compañeros. Se ubicaron 7 alumnos.

Muy bien – El alumno respeto las reglas a excepción de situaciones donde las violaba y lo mantuvo hacia sus compañeros se ubicaron 10 alumnos.

Excelente – El alumno siempre se mantuvo respetuoso hacia las reglas y sus compañeros. Se ubicaron 26 alumnos.

4- Solución de problemas

Cada uno de los jugadores, empleo sus soluciones y estrategias por las cuales podían hacer en menor tiempo la actividad.

Se podía observar que conforme iban pasando, se iban dando consejos sobre cómo dejar el costal, como cambiar de dirección, como sacar el balón más rápido, etc., esto con la intención de alcanzar el objetivo planteado.

Los criterios con los cuales se evaluó a cada uno de los alumnos en este aspecto fueron los siguientes;

Necesita apoyo - Nunca busca una alternativa para dar respuesta al problema que se le presenta. Donde se encuentran 0 alumnos.

Regular – Pocas veces busca una alternativa para dar respuesta al problema que se le presenta. Se logran ubicar 1 alumno.

Muy bien – Regularmente busca una alternativa para dar respuesta al problema que se le presenta. Se ubican 18 alumnos.

Excelente - Siempre busca una alternativa para dar respuesta al problema que se le presenta. Se encuentran 24 alumnos.

3.8 La velocidad de reacción respecto a la selección.

(Forteza de la Rosa, 1993) Menciona La reacción motora compleja es la respuesta ante una señal y acción (desconocida) que aparece súbitamente y sus particularidades pueden ser analizadas en dos tipos de reacciones:

- La reacción ante el objetivo motor.
- La reacción de selección (en movimiento).

La reacción de selección

La reacción de selección está relacionada con la selección (de entre las posibles), de la respuesta motora necesaria, de acuerdo con el cambio de conducta del adversario o de la situación. (p.75)

De acuerdo con lo que menciona el autor, por mi parte expreso la identificación de la actividad “Resuelve y corre”, que posteriormente aparece en este escrito, con la reacción de selección, pues, al momento de que el alumno percibe el estímulo sonoro (la operación matemática), debe resolver y asumir el resultado para posteriormente ejecutar su respuesta motriz (correr) y analizar durante la ejecución de la situación, ¿qué es lo que debe hacer? (crear una estrategia para llegar al objetivo del centro del terreno de juego antes que sus demás compañeros).

Nombre de la Unidad Didáctica: “Pienso y ejecuto”

Objetivo de la Unidad Didáctica: Que el alumno sea capaz de reaccionar con velocidad ante diferentes estímulos, ejecute movimientos con objetividad, establezca relaciones interpersonales y pueda crear estrategias para solucionar problemas motrices.

Número de sesión: 5 (Véase Anexo 36. Actividad “Resuelve y corre”).

Fecha de aplicación: 8 de marzo del 2018

Propósito: A través de la actividad, el alumno experimentará la velocidad de reacción, pues tendrá que dar respuesta a una operación básica matemática desconocida y desplazarse a gran velocidad.

Actividad: “Resuelve y corre”

Uno de los aspectos que quizá se aborde todos los días, en cualquier momento y a cualquier edad, es el uso de las matemáticas, actualmente estamos pasando por una época en la cual los niños y los adolescentes no les es grato su estudio y comprensión, no es algo que se invente, las mismas pruebas de SISAT, hablan por sí mismas, sin embargo por medio de estrategias didácticas es posible que el alumno establezca un gusto por la comprensión de las matemáticas y es por medio del juego que lo puede llevar a cabo y más aun cuando hace uso de su velocidad de reacción.

Lo anterior se menciona ya que la actividad que se empleó se puede relacionar con la asignatura de las matemáticas, es solamente una variante, o bien una forma de diferente de ver a la Educación Física, esto no quiere decir que se vaya abordar algún contenido de matemáticas o algo semejante.

Siendo más específico este se llevó a cabo con el objetivo de que el alumno piense, resuelva y ejecute acciones lo más rápido posible, llevando a cabo movimientos rápidos

Para ello se organizó al grupo en cuatro filas. A cada una de ellas se le enumero, del uno al diez y se les situó alrededor del círculo central de la cancha de basquetbol.

Posteriormente el maestro menciona una operación matemática y los alumnos debían resolverla, el resultado sería el numero del jugador que tendría que correr

hacia el lado derecho y pasar por detrás de todas las filas, hasta llegar de nueva cuenta a su punto de partida tendría que pasar por debajo de las piernas de sus compañeros para ganar el balón que está en el centro de todas las filas. (Véase Anexo 37. Desarrollo de la actividad “Resuelve y corre”).

Para poder medir el logro de los alumnos, se aplicó una evaluación. (Véase Anexo 38. Evaluación de la actividad “Resuelve y corre”).

Una lista de cotejo fue la herramienta de evaluación que se eligió para poder analizar la participación de los alumnos dentro de la actividad “Resuelve y corre”, en esta actividad se puso en juego la habilidad de los alumnos para resolver operaciones básicas de matemáticas, esto con el objetivo de que el alumno razonara sobre el resultado y en base a ello dar una respuesta motriz.

La lista de cotejo se caracterizó por evaluar bajo cuatro rubros;

1- ¿Reacciona lo más rápido posible ante el estímulo presentado?

El estímulo que se proporciona es sonoro, pues el profesor, a voz alta indica la operación que se tendrá que resolver, los alumnos deberán de estar atentos para en caso de que el resultado sea el número que él tiene asignado, deberá de reacción y desplazarse.

Se observó a los alumnos atentos ante las operaciones, como estrategia utilizaban sus dedos para poder contar y así saber más rápido el resultado, después gritaban el resultado, con el objetivo de ayudarse unos con otros.

Se ubicó en logrado a los alumnos que podían resolver la operación y de inmediato llevar a cabo el recorrido para después regresar a su punto de partida para pasar por debajo de las piernas de su fila. Donde encontramos que se sitúan 28 de los 43 alumnos, mientras que los otros 15, se observó que presentaban dificultades para poder resolver la operación o bien para ejecutar la acción de

desplazamiento e introducción por debajo de las piernas de sus compañeros de fila.

2- ¿Realiza desplazamientos, saltos, carreras a corta y larga distancia?

Inmediatamente al escuchar la operación, el alumno esta latente a reproducir una respuesta motriz ante tal situación, es importante que el alumno a partir de ello, sea capaz de poder trasladarse de un punto a otro, incluyendo saltos y cambios de velocidad y dirección.

La mayoría de los educandos, tenían la capacidad de poder correr y llegar de un punto a otro en un tiempo mínimo, las dificultades se les presentaban cuando era momento de pasar por debajo de las piernas de sus compañeros, pues algunos son de estatura baja, por lo que hace que se reduzca el espacio para poder pasar.

En general todos los participantes mostraron buen desempeño en la actividad realizada.

En este aspecto, pudo identificar a 33 alumnos que podían correr, cambiar de dirección, de velocidad, agacharse y reptar, los cuales se ubicaron el logrado, mientras que los 10 restantes, presentaban dificultades para efectuar la acción motriz o en alguna de las que se le requería.

3- ¿Crea estrategias y se comunica con sus demás compañeros para resolver cualquier situación motriz?

Ante la situación por la que estaban pasando, se pudo apreciar que, en cada uno de los equipos, existo alguien que tomo las riendas del mismo, pues motivaba a sus compañeros, así como también aconsejaba sobre cómo realizar más fácil o más rápido la actividad y entablaba comunicación entre todos sus integrantes.

Todo esto se identificaba en el momento que se gritaban el resultado, para que el jugador que poseía ese número, reaccionara y saliera a velocidad, otra situación es cuando el compañero llegaba al punto de partida, todos se replegaban, para así reducir el espacio por el que pasaría por debajo de las piernas y con ello tener mayores posibilidades de llegar primero al balón antes que los otros participantes.

En base a el comportamiento de los alumnos dentro de la actividad, se pudo observar que la mayor parte de los alumnos se apego al uso de soluciones y estrategias para hacer más fácil la ejecución de la tarea, por lo que se ubica a 31 alumnos dentro de este aspecto, mientras que los 12 restantes no lograron ubicar ninguna solución, ni mucho menos alguna estrategia.

4- ¿Es capaz de ejecutar movimientos con rapidez?

Una parte importante para el logro del objetivo de esta actividad, es el realizar movimientos con gran rapidez, pues eso puede hacer la diferencia de llegar en primer lugar y segundo.

El alumno que es capaz de reaccionar con velocidad, tiene una ligera ventaja sobre los demás, sin embargo, debe de desplazarse rápidamente, ya que puede perder la ventaja que ya tenía, por otro lado, el pasar de un movimiento a otro también es clave, pues si lo ejecuta de manera rápida y precisa, sin duda lograra lo que se propone en la actividad.

Es común ver que algunos adolescentes, sean muy rápidos en sus desplazamientos, pero les contrarresta que sean muy pasivos o desidiosos a la hora de tomar una decisión, lo cual hará que se pierda tiempo.

Al momento de llevar a cabo la evaluación, se logra ubicar a los alumnos en logrado, a aquellos que mostraron la capacidad de poder ejecutar movimientos con rapidez desde el inicio de la acción hasta su conclusión, en este criterio se

ubican 24 alumnos, mientras que, en aspecto de no logrado, se pueden ubicar a 19 alumnos que tuvieron dificultades para poder efectuar movimientos a velocidad.

Nombre de la Unidad Didáctica: “Pienso y ejecuto”

Objetivo de la Unidad Didáctica: Que el alumno sea capaz de reaccionar con velocidad ante diferentes estímulos, ejecute movimientos con objetividad, establezca relaciones interpersonales y pueda crear estrategias para solucionar problemas motrices.

Número de sesión: 5. (Véase Anexo 39. Actividad “Carrera continua”).

Fecha de aplicación: 9 de marzo del 2018

Propósito: Que el alumno conozca y desarrolle los desplazamientos a corta y larga distancia, así como también a baja y alta intensidad, a partir de la percepción del estímulo que le indique realizar las acciones.

Cuando el alumno adopta lo que ve y trabaja dentro de la sesión de Educación Física, hace de su vida algo más fructífero, pues los hábitos de hacer ejercicio, cuidar de su cuerpo y alimentarse sanamente, es ejemplo de un aprendizaje significativo.

Actividad: “Carrera continua”

Debido al desgaste que provocara la actividad, se realiza un calentamiento articular, seguido de un trote por toda la cancha y cada que suene el silbato deberán de realizar una acción motriz, primero propuestas por el docente, seguida de una elegida por el alumno.

Para desarrollar la actividad;

El grupo se organiza en parejas que se designan A y B respectivamente. Cada uno tendrá que correr 4 vueltas alrededor de una cancha de básquet bol, tomando en cuenta las siguientes instrucciones.

1º vuelta: carrera suave.

2º vuelta: carrera suave en la parte larga de la cancha y en la parte de lo ancho hacer una carrera fuerte.

3ª vuelta: carrera progresiva en la parte larga de la cancha, el resto se realiza suave

4º vuelta: a velocidad.

Hacen relevo y la primera pareja en terminar ganara. (Véase Anexo 40. Desarrollo de la actividad “Carrera continua”).

Para cerrar la actividad se llevan a cabo ejercicios de respiración para relajar y volver a la calma al estudiante.

Además de una evaluación, a través de una rúbrica, (Véase Anexo 41. Evaluación de la actividad “Carrera continua”), donde se analizaron tres aspectos; físico, ético y moral y la solución de problemas.

En la parte física, se observa si el alumno posee un buen desarrollo de sus habilidades motrices básicas y como es que las emplea. En lo que corresponde al tema trabajado, se observa si el alumno es capaz de percibir el estímulo para efectuar una acción motriz y a su vez intensificarla.

Los criterios utilizados aquí fueron;

Necesita apoyo - Presenta una deficiente aptitud física y desarrolla las actividades con cinco o más errores en su ejecución

Regular - Presenta una regular aptitud física y desarrolla las actividades con tres o cuatro errores en su ejecución

Muy bien - Presenta una muy buena aptitud física y desarrolla las actividades con uno o dos errores en su ejecución

Excelente - Presenta una excelente aptitud física y desarrolla las actividades sin presentar errores en su ejecución

En el ético y moral, se pone en juego los valores de los alumnos, pues debe de respetar a sus compañeros, ser tolerante y ayudar cuando pueda.

Los criterios utilizados fueron;

Necesita apoyo - Nunca respeta a sus compañeros y las reglas de las actividades

Regular – Pocas veces respeta a sus compañeros y las reglas de las actividades

Muy bien – Regularmente respeta a sus compañeros y las reglas de las actividades

Excelente - Siempre respeta a sus compañeros y las reglas de las actividades

Por último, la resolución de problemas, es donde se pone a prueba la capacidad del alumno para buscar alternativas y soluciones ante el problema motor al que se enfrenta, es decir, como puede hacer para desplazarse mas rápido o que aspectos le favorecen para cumplir su objetivo, en el aspecto individual y colectivo.

Los criterios de los cuales se hizo uso, para llevar a cabo una evaluación de este aspecto fueron;

Necesita apoyo – Nunca busca una alternativa para dar respuesta al problema que se le presenta

Regular – Pocas veces busca una alternativa para dar respuesta al problema que se le presenta.

Muy bien – Regularmente busca una alternativa para dar respuesta al problema que se le presenta.

Excelente - Siempre busca una alternativa para dar respuesta al problema que se le presenta.

3.9 Plaza de los desafíos

Brito Soto, 1998) La plaza de los desafíos “Es una amalgama de varios juegos. Nace de la experiencia personal y trata de responder, en cierta medida, a una forma distinta de entender el quehacer de la Educación Física dentro del espacio escolar” (p.84).

Para culminar el trabajo realizado a lo largo de cuatro jornadas de prácticas docentes, se buscó poner en juego las habilidades adquiridas por los alumnos y con ello observar su desempeño que obtuvieron en la adquisición de la velocidad de reacción.

(SEP, 2002) Menciona El juego motriz como medio didáctico de la Educación Física como herramienta didáctica, el juego es una actividad placentera y catártica, que no responde a metas extrínsecas y proporciona a los niños y a los adolescentes medios para la expresión y la comunicación. Además, aporta beneficios de tipo cognitivo, afectivo y social, que contribuyen a la formación e integración de la corporeidad y a la edificación de la competencia motriz”. (p.41).

Por lo tanto, expreso que es a partir del juego donde los alumnos se introducen a la práctica de las distintas actividades y sobre todo ayuda en la adquisición del conocimiento, pues ellos lo hacen por mero placer y no lo ven como algo obligado.

Nombre de la Unidad Didáctica: “Conociendo los deportes de invasión”

Objetivo de la Unidad Didáctica: “A través de la práctica de distintos deportes con la ayuda de juegos modificados, el alumno identifique los fundamentos básicos motrices de cada uno de ellos, así como también proponga modificaciones a los ya establecidos”.

Número de sesión: 1. (Véase Anexo 42. Actividad de cierre “Plaza de los desafíos”).

Fecha de aplicación: 3 de mayo de 2018

Propósito: Al llevar a cabo la plaza de los desafíos, los alumnos experimentarán diferentes situaciones, en las que pondrán en juego todo lo aprendido dentro de las actividades anteriormente realizadas, esto permitirá aplicar una evaluación con la cual se podrá saber que tanto han avanzado los alumnos en la adquisición de la velocidad de reacción, así como también saber ¿para qué nos sirve? y ¿porque es importante conocerla?

De igual manera será la actividad o proyecto que concluya mis prácticas docentes realizadas durante el ciclo escolar en el plantel educativo "potosinos Ilustres".

Actividad: “Plaza de los desafíos”

Como parte del cierre de actividades, se planeó emplear una plaza de los desafíos, en donde los alumnos tuvieran un espacio para poder revivir algunas de las actividades que se realizaron a lo largo del ciclo escolar.

Se optó por una plaza de los desafíos ya que se buscaba una estrategia didáctica que fuera innovadora y nueva para los alumnos, pues comúnmente se hace uso del rally, circuitos de acción motriz, juegos modificados, etc. Así como también era importante relacionar y poner en juego todo lo aprendido, era transcendental que los alumnos tuvieran la oportunidad de vivir una competencia con sus demás compañeros, en donde lo importante no fuera ganar, sino divertirse y convivir.

Para llevar a cabo la actividad se necesitaba hacer uso de otras horas clase correspondientes a otros catedráticos de la escuela, por lo que se procedió a hacer una atenta solicitud de las mismas, charlar con los maestros, mostrarles el trabajo que se iba a realizar y que tan importante era su ejecución, al obtener una respuesta positiva y favorable para poder desarrollar dicha actividad, se continuo con darles indicaciones correspondientes a los alumnos, esto fue a través de una proyección visual, con el motivo de que los alumnos conocieran que era una plaza de los desafíos, como se iba a llevar a cabo, la conformación de equipos, el tipo de actividades que se iban a trabajar, reglas, etc. (Véase Anexo 43. Presentación sobre las características que componen una plaza de los desafíos).

El día de la actividad, se llegó al salón de clases, se les informo que bajaríamos para comenzar con la sesión, posteriormente se realizó el traslado del grupo desde su salón de clases hasta la cancha de la escuela, ahí se les facilito un espacio a cada uno de los equipos que se conformaron, con la intención de que tuvieran oportunidad de poder realizar banderines, pancartas, porras e inventar un nombre con el cual se identificaran. (Véase Anexo 44. Elaboración de carteles y

banderines), mientras ellos hacían esa tarea, se aprovecho para poder acomodar todo el material a utilizar en cada uno de los desafíos.

Al transcurrir un tiempo determinado, se les indico a los equipos que se ubicaran en un punto específico dentro de la cancha, para que pudieran apreciar las presentaciones de sus demás compañeros y exponer la propia. (Véase Anexo 45. Presentación de equipos).

Posteriormente se dio paso al inicio de la “Plaza de los desafíos”, ubicando un integrante de cada equipo en cada una de los siete desafíos, con el objetivo de que compitieran unos con otros. (Véase Anexo 46. Desarrollo de la plaza de los desafíos).

La plaza de los desafíos como ya se comentó anteriormente estuvo conformada por siete desafíos, en cada uno de ellos se puso en juego las actividades que se realizaron a lo largo del ciclo escolar complementando con algunas nuevas.

Cuando se dio la señal de inicio, cada uno de los participantes en su respectiva estación, comenzó a ejecutarla, algunos alumnos presentaban dificultades, otros cumplían con éxito todo el proceso, pero al llegar al momento de que se le hiciera la pregunta, no eran capaces de poder responder correctamente, por lo que tenían que volver a realizar el desafío y obtener otra oportunidad para responder una pregunta y con ello conseguir puntos para su equipo.

Al pasar cuatro minutos, se daba la señal para que todos los participantes cambiaran de desafío, los que estaban en el uno pasaban al dos y así sucesivamente en relación con los demás.

Durante la realización de la plaza de los desafíos, se observó el comportamiento de los alumnos, quienes presentaban gran interés y entusiasmo por estar participando, las preguntas eran de cultura general, las cuales muchos

de los alumnos no pudieron responderlas con éxito por lo que repetían su desafío al menos tres veces.

Para el cierre de la sesión, se reunió a todos los alumnos, para hacer una retroalimentación, sobre ¿cómo se sintieron?, ¿que se les dificultó?, ¿qué les resultó fácil?, entre otras.

La mayoría de las respuestas estaban enfocadas a que les había agradado mucho la actividad, que las estaciones presentaban un reto para ellos y por ello querían volver a realizar cada uno de los desafíos.

Al momento que se les cuestiono sobre qué tema era el que se estaba trabajando, me sorprendió la forma en que todos inmediatamente levantaron su mano para participar, aunque siempre hay quien en lugar de pedir la palabra dice todo en voz alta, respondiendo que la velocidad de reacción, de ahí les pedí que me indicaran que más conllevaba la velocidad de reacción, en que desafíos la encontraban y porque era importante.

De todos los alumnos que querían participar le cedi la palabra a sarahi Rosales Rodríguez, quien comento;

Alumna: la velocidad de reacción, también tiene que ver con la forma en que respondemos a las indicaciones que usted nos da en las actividades, también cuando vamos por la calle y nos hablan volteamos rápidamente para ver quién es y las actividades donde creo que se notó más la velocidad de reacción fueron la de línea de tres, derriba el cono y batalla de globos.

Al escucharla me di cuenta que sabía de lo que se hablaba, conocía lo que investigo y sobretodo ubicaba todos esos conocimientos en actividades de su vida diaria.

IV - CONCLUSIONES

La velocidad de reacción es un tema poco común, para el estudio y desarrollo de un texto o en este caso ensayo pedagógico, pues tradicionalmente siempre se trabaja, el deporte educativo, los valores, la sana convivencia, entre otros.

Sin embargo, el crearse retos para la superación profesional y personal, es algo que se debe destacar, pues quizá tenga un mayor impacto en los resultados que se pretenden obtener.

En el transcurso de la elaboración del mismo, podemos encontrarnos con conflictos, algunos difíciles de superar y otros con poca importancia, en relación con este escrito, el principal factor que dificultó el desarrollo, fue la bibliografía tan limitada que existe en los recursos primarios para la indagación, como son bibliotecas, internet y documentos recepcionales de generaciones pasadas, pues cabe mencionar que los principales exponentes de la velocidad de reacción, se ubican en Europa y Cuba, lo que da como resultado libros complicados de adquirir, costosos o simplemente muy antiguos, lo que complica aún más su consulta.

Las áreas de oportunidades que identifiqué y que me dejó el abordar esta problemática identificada en el grupo de 1° "C", de la Escuela Secundaria "Potosinos Ilustres", son el poder tener el apoyo de algunos catedráticos que integran la plantilla docente de la BECENE, al brindarme información y bibliografía, reforzamiento de algunos aspectos del perfil de egreso, tales como Habilidades Intelectuales Específicas, competencias didácticas e identidad profesional y ética, así como también considerar la opción de poder aportarle un mayor estudio y análisis a este documento, para que pueda tener una proyección hacia un producto de investigación, comentario efectuado por el maestro L.E.F. Juan Antonio Gómez Aranda.

La idea no me parece mal, pues ahora lo tomare como una meta a desarrollar dentro del ámbito profesional, con el objetivo de mejorar los conocimientos de la Educación Física y el desarrollo cognitivo, físico y social de los alumnos.

El impacto que deseo lograr en los alumnos que participaron en cada una de las unidades didácticas elaboradas para el desarrollo del texto, es crear en ellos un aprendizaje significativo, del cual puedan hacer uso no solo dentro del contexto escolar, sino que lo trasladen a las actividades de su vida diaria y a su vez puedan compartir lo que saben con sus compañeros, amigos, y familiares.

Desearía encontrarme con personas que al igual que a mi les agrada la idea de estudiar la velocidad de reacción y con ello darle mayor amplitud a lo que ya está plasmado, haciéndole contribuciones, estudios, análisis, entre otras cosas, con el objetivo de ser mejores personas en todos los ámbitos y perfeccionar el tema.

En cuanto a las preguntas que se diseñaron en un inicio para darle sentido y orientación a la elaboración de este ensayo, se fueron respondiendo con la realización de cada una de las actividades diseñadas con el objetivo de lograr los aprendizajes esperados, tanto de los planes y programas que rigen la Educación Básica, así como también los planteados para el tema de estudio.

Debo mencionar que esta etapa de mi formación fue una de las mejores en mi vida pues pude experimentar múltiples situaciones, no solamente con actividades que tengan que ver con exactamente el currículo escolar, sino que pude llevar a cabo una de mis pasiones que es el enseñar el deporte del futbol, todo comenzó con la observación, de que no se les permitía a los alumnos jugar futbol y además tampoco había actividad extraescolar enfocada con la práctica de este deporte, por lo que decidí hacer una propuesta a la dirección de la escuela, para emplear un proyecto de futbol, a raíz de ello, sucedieron cosas como poder dirigir en unos juego inter-secundarios y uno de los logros más importantes tanto a nivel personal

como de la institución es la obtención del segundo lugar en la liga escolar de futbol, con la selección varonil de la secundaria.

Me quedo feliz con lo realizado en el plantel escolar tanto con el grupo de estudio, en lo académico, así como también con la actividad extraescolar de futbol varonil y femenil.

Es gratificante ver que los alumnos con los que se trabajo en el desarrollo del tema, logren identificar lo que es la velocidad de reacción, sepan cómo se emplea y donde encontrarla, lo que me deja claro que sin duda alguna habrá quien haga uso de esa capacidad fuera del contexto escolar, quizá en deporte de alto rendimiento o en el día a día de sus vidas.

Para la actividad de cierre de documento se empleó la estrategia didáctica; plaza de los desafíos, donde se pusieron en juego algunas de las actividades realizadas a lo largo del ciclo escolar.

Se eligió una plaza de los desafíos para darle un giro a lo tradicional, ya que siempre se hace uso de circuitos de acción motriz o el rally, en esta ocasión era algo totalmente nuevo para los alumnos pues no tenían conocimiento acerca de ello, por lo que se procedió a proyectarles algunas diapositivas para que comprendieran lo que se iba a trabajar, posteriormente se les dio indicaciones sobre que materiales llevar y la organización de equipos.

En el desarrollo de los distintos desafíos, se observó que los alumnos, trabajaban con gran emoción, mostraban gran interés en las actividades, las cuales las desarrollaban de la mejor manera con el objetivo de conseguir el puntaje de cada estación y así contribuir a que su equipo ganara, lo cual no era lo esencial pues lo primordial era divertirse, poner en juego los aprendizajes adquiridos y convivir con sus demás compañeros.

V - BIBLIOGRAFÍA

- Bordignon, N. (Julio de 2005). El desarrollo psicosocial de Eric Erikson. el diagrama epigenético del adulto . *Lasallista de investigación* , 2(2), 56. Recuperado el 19 de Diciembre de 2017, de <http://www.redalyc.org/pdf/695/69520210.pdf>
- Brito Soto, L. F. (1998). La plaza de los desafíos. En L. Brito Soto, *Juego y prácticas para alcanzar un desarrollo físico óptimo* (pág. 77). México: Edamex.
- Cadierno , O. (Junio de 2003). *efdeportes.com*. Recuperado el 4 de Diciembre de 2017, de <http://www.efdeportes.com/efd61/capac.htm>
- Castañer, M., & Oleguer , F. (2001). La velocidad. En M. Castañer, & F. Oleguer, *Capacidades físico-motrices, las habilidades motrices y desarrollo de las unidades didácticas* (pág. 97). Barcelona : INDE.
- De Alva. (2015). *Listas de cotejo*. Recuperado el 9 de Noviembre de 2017, de Monografias.com : <http://www.monografias.com/trabajos106/instrumentos-evaluacion-competencias-listas-cotejo/instrumentos-evaluacion-competencias-listas-cotejo.shtml>
- Diaz Barriga , F. (2005). Las rúbricas. En J. Martinez , *Las rúbricas en la evaluación escolar: su construcción y su uso* (pág. 129). Colombia, Colombia . Recuperado el 9 de Noviembre de 2017, de http://www.humanas.unal.edu.co/psicometria/files/9713/7036/4861/Encuesta_Cuestionario_O_Prueba.pdf

Díaz Lucea , J. (1999). Perspectiva del procesamiento de la información. En J. Díaz Lucea , *La adquisición progresiva del movimiento* (págs. 28-29). Barcelona, España : INDE.

Díaz Lucea, J. (1999). Las sensaciones y las percepciones en la construcción del movimiento. En J. Díaz Lucea , *La adquisición priogresiva del movimiento* (págs. 22-26). Barcelona, España : INDE.

El diccionario de las ciencias del deporte . (1992). El estímulo. En J. Giménez , *Diccionario de Educación Física en Primaria* (pág. 140). Huelva, España: Manuel Díaz Trillo.
Recuperado el 9 de Mayo de 2018, de
https://books.google.com.mx/books?id=B7k_DQAAQBAJ&printsec=frontcover&hl=es&source=gbs_ge_summary_r&cad=0#v=onepage&q&f=false

Forteza de la Rosa , A. (1993). Educación de la rapidez de la reacción motora compleja . En A. Forteza de la Rosa , *Entrenar para ganar* (págs. 73-75). Habana, Cuba : Olimpia.

Forteza de la Rosa , A. (1994). Educación del tiempo de la reacción motora. En A. Forteza de la Rosa , *Entrenar para ganar* (pág. 71). Habana, Cuba: Olimpia.

Forteza de la Rosa , A. (1994). Factores de los que depende la velocidad. En A. Forteza de la Rosa , *Entrenar para ganar* (pág. 76). Habana, Cuba.

Forteza de la Rosa , A. (1994). Manifestaciones de la rapidez. En A. Forteza de la Rosa , *Entrenar para ganar* (pág. 69). Habana, Cuba : Olimpia.

- Forteza de la Rosa, A. (1994). Capacidades físicas condicionales. En A. Forteza de la Rosa , *Entrenar para ganar* (pág. 68). Habana: Olimpia.
- Goodrich , H. (1997). Las rúbricas. En F. Díaz Barriga , *Capítulo 5: La evaluación autentica scentrada en el desempeño: Una alternativa para evaluar el aprendizaje y la enseñanza*. Recuperado el 9 de Noviembre de 2017, de https://issuu.com/karlaedith01/docs/cap__tulo_5._la_evaluaci__n_autenti
- Grosser, M. (1981). velocidad de reacción. En E. Hahn, *Entrenamiento con niños* (pág. 90). México : Roca.
- Guerrero. (2006). Tiempo de reacción. En Perez , Soto, & Rojo, *Estudio del tiempo de reacción ante estímulos sonoros y visuales* (pág. 157). Caceres, España: Motricidad. European Journal of Human Movement. Recuperado el 16 de Mayo de 2018, de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=274222159010>
- Hahn , E. (1993). *Entrenamiento con niños*. México: Martinez Roca.
- Hetzer . (1992). El juego. En M. Meneses, & M. Monge, *Educación* (Vol. 25, pág. 114). San pedro, Montes de Oca, Costa rica . Recuperado el 23 de Mayo de 2018, de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=44025210>
- Loera , M. (s.f.). *Monografias.com*. Recuperado el 9 de Noviembre de 2017, de <http://www.monografias.com/trabajos106/instrumentos-evaluacion-competencias-listas-cotejo/instrumentos-evaluacion-competencias-listas-cotejo.shtml>

- Meece, J. (2000). Teoría del desarrollo cognoscitivo de Piaget. En SEP, *Desarrollo del niño y el adolescente, compendio para educadores* (pág. 115). México : Mc Graw-gill interamericana/SEP.
- Meneses, M., & Monge, M. (Septiembre de 2001). El juego en los niños: enfoque teórico. *Educación*, 25(2), 114. Recuperado el 16 de Mayo de 2018, de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=44025210>
- Rosa , & Del Rio . (1999). El estímulo. En J. Giménez , *Diccionario de Educación Física en Primaria* (pág. 140). Huelva: Manuel Díaz Trillo. Recuperado el 9 de Mayo de 2018, de https://books.google.com.mx/books?id=B7k_DQAAQBAJ&printsec=frontcover&hl=es&source=gbs_ge_summary_r&cad=0#v=onepage&q&f=false
- Ruiz Perez. (1995). *Glosarios*. Recuperado el 21 de Marzo de 2018, de <https://glosarios.servidor-alicante.com/educacion-fisica/competencia-motriz>
- Sage. (1977). Los sentidos en función de la rapidez . En J. Soto, *Evaluación del tiempo de reacción en velocistas con o sin discapacidad auditiva: aplicaciones para la inclusión* (Tesis de doctorado), (pág. 44). Madrid, España. Recuperado el 11 de Abril de 2018, de http://oa.upm.es/39691/1/JAVIER_SOTO_REY.pdf
- SEP. (2002). En SEP, *Orientaciones académicas para la elaboración del documento recepcional*.

- SEP. (2002). Campos temáticos. En SEP, *Orientaciones académicas para la elaboración del documento recepcional* (pág. 15). México : SEP.
- SEP. (2002). Criterios básicos para la elección del tema y el planteamiento del problema. En SEP, *Orientaciones académicas para la elaboración del documento recepcional* (pág. 17). México : SEP.
- SEP. (2002). Ejes de análisis y temas en específico. En SEP, *Taller de análisis del trabajo docente y diseño de propuestas didácticas I y II* (pág. 24). México : SEP.
- SEP. (2002). El juego motriz como medio didáctico de la Educación Física. En SEP, *plan de estudios de la licenciatura en Educación Física* (pág. 41). México : SEP.
- SEP. (2002). La edificación de la competencia motriz. En SEP, *Plan de Estudios de la Licenciatura en Educación Física* (pág. 40). México : SEP.
- SEP. (2002). La Reorientación de la Educación Física en la Educación Básica. En SEP, *Plan de Estudios de la Licenciatura en Educación Física* (pág. 35). México: SEP.
- SEP. (2002). Línea temática. En SEP, *Orientaciones académicas para la elaboración del documento recepcional* (pág. 20). México : SEP.
- SEP. (2002). Núcleos temáticos. En SEP, *Taller de análisis del trabajo docente y diseño de propuestas didácticas I y II* (pág. 20). México: SEP.
- SEP. (2002). Procedimiento para abordar el tema. En SEP, *Orientaciones académicas para la elaboración del documento recepcional* (pág. 24). México : SEP.

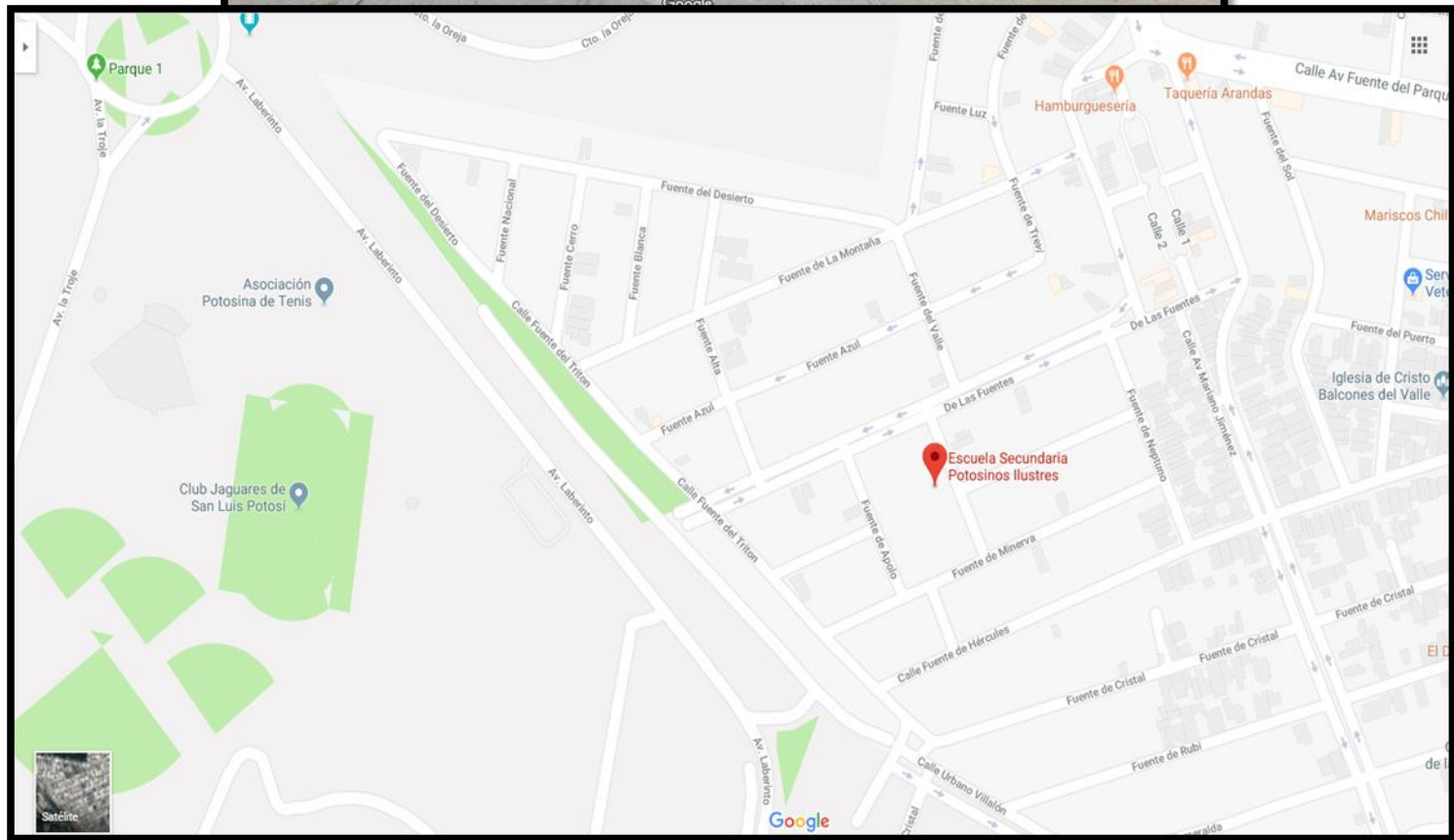
SEP. (2014). *Orientaciones para establecer la ruta de mejora escolar*. Mexico, México:

SEP. Recuperado el 18 de Mayo de 2018, de

http://basica.sep.gob.mx/escuela_al_centro/documentos/cte/RM2014_2015.pdf

ANEXOS

Anexo 1. Fachada y ubicación geográfica de la Escuela Secundaria General “Potosinos Ilustres”.



Anexo 2. Grupo elegido para trabajar el tema de estudio seleccionado.



Anexo 3. Estilos de aprendizaje del grupo de trabajo.

SECRETARÍA DE EDUCACIÓN DE GOBIERNO DEL ESTADO DE SAN LUIS POTOSÍ
 ESCUELA SECUNDARIA GENERAL
 "Polasinas Ilustres"
 24DES0074R



1o. "C" VISUAL 110
 KINESTÉSICO 111

Prada Rosa María Castro 73

No.	NOMBRE	FECHA	REGISTRO DE:
1	BARRERA MARTINEZ DIEGO ZADOC		Visual
2	BARRON MENCHACA EVELYN		KINESTÉSICO
3	BRAVO FLORES LEONARDO		Visual
4	BRAVO LARA MARIA JOSE		Visual
5	BRAVO SAUCEDO BRYAN ISRAEL		Visual
6	CALDERON CASTILLO CASSANDRA ABIGAIL		Visual
7	CAMPOS LOPEZ CARMEN ESMERALDA		auditivo
8	CAMPOS SOLIS ASHLEY MICHELLE		auditivo
9	CARRIZALEZ JASSO SAUL		auditivo
10	CASTILLO TORRES AMERICA SOFIA		auditivo
11	CHAVEZ GONZALEZ RUBEN ALBERTO		auditivo
12	CRUZ GUTIERREZ ELIZABETH JUDITH		Visual
13	CRUZ MARTINEZ NANCY NAHOMY		auditivo
14	GALLEGOS VAZQUEZ DANIELA REGINA		KINESTÉSICO
15	GOMEZ CRUZ ANDRE ISTVAN		auditivo
16	GUTIERREZ RIGOS RAMÓN ANTONIO		auditivo
17	HERNANDEZ SALDAÑA CARLOS LEONARDO		KINESTÉSICO
18	HERNANDEZ VELAZQUEZ ALEJANDRA		auditivo
19	JASSO CARDONA CHRISTIAN DANIEL		auditivo
20	JASSO JASSO RAUL ALEJANDRO		auditivo
21	JASSO LLANAS ISAAC		auditivo
22	LARA DIAZ ANGELA VALERIA		auditivo
23	LOPEZ GARCIA ERICK EMILIANO		Visual
24	LOREDO BRAVO HERNAN GUADALUPE		Visual
25	MARTINEZ MARTINEZ ANDREA		KINESTÉSICO
26	MARTINEZ RAMIREZ JOCELYN GUADALUPE		KINESTÉSICO
27	MELENDEZ MARTINEZ ITZEL ESTRELLA		KINESTÉSICO
28	MORALES BRAVO CARLOS ADAN		KINESTÉSICO
29	NOYOLA DE LA TORRE XOCHITL GUADALUPE		Visual
30	PRADO LLANAS MIA JACQUELINE		auditivo
31	RAMIREZ RANGEL VICTOR DE JESUS		KINESTÉSICO
32	RANGEL JIMENEZ MICHELLE GUADALUPE		auditivo
33	RIVERA MARTINEZ NOHELIA MONTSERRAT		auditivo
34	RODRIGUEZ SANCHEZ MONICA ALEJANDRA		auditivo
35	ROSALÉS RODRIGUEZ SARAHÍ		auditivo
36	SALDAÑA MARTINEZ NORA		auditivo
37	SANCHEZ TORRES ALEJANDRO TADEO		auditivo
38	STANFORD ACEBO JORGE EDUARDO		KINESTÉSICO
39	SUSTAITA RETE VERONICA GUADALUPE		auditivo
40	TORRES LARA EMILY MARLENE		Visual
41	ZAMARRÓN MONTES ARTURO		KINESTÉSICO
42	Alonso Hernandez Manda Jazmin Pozos Lopez Isaac Emanuel		auditivo KINESTÉSICO

21 10 12

Anexo 4. Prueba diagnóstica, aplicada al grupo de 1° “C”.

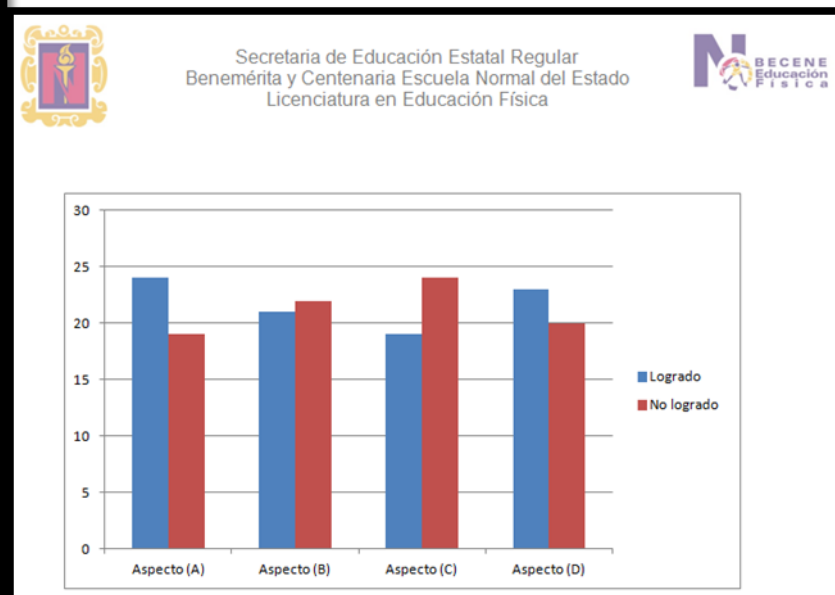
 Secretaría de Educación Estatal Regular Benemérita y Centenaria Escuela Normal del Estado Licenciatura en Educación Física		
Propósito de la sesión: Actividad diagnóstica para conocer el nivel de la capacidad del alumno para reaccionar ante estímulos, de qué forma ejecuta sus movimientos y como se desenvuelve dentro del juego.		
Fecha de aplicación: Jueves 19 de octubre de 2017.		1ª. Sesión
Inicio: El calentamiento se llevará a cabo por medio de una actividad llamada: "Consignas con colores". Para comenzar se les explica a los alumnos la consigna que corresponde a cada color, la cual debe de realizar cuando se mencione alguno de ellos. Ejemplo: rojo – levantar rodillas, azul – saltar con pies juntos, verde – sentarse, amarillo – desplazarse hacia otro punto de cruz, etc. Cada uno de los alumnos, se situará en algún punto de cruz de la cancha de basquetbol.		
Desarrollo: "Carreras de colores" Se organiza al grupo en dos equipos, a cada uno se le asigna un color (rojo y azul), los cuales se sitúan en el centro de la cancha quedando de espaldas unos con otros. Cuando el profesor mencione un color, el equipo al que le corresponda deberá correr hacia el extremo de la cancha evitando ser atrapado por el equipo contrario. Ejemplo: ¡rojo!, todo el equipo rojo correrá hacia el extremo de la cancha, mientras que el equipo azul, deberá girar, salir corriendo y tratar de atrapar a algunos de sus compañeros. Variantes: Llevar a cabo diferentes posturas. "Reacción con los deportes" Siguiendo con los mismos equipos, a cada integrante se le asigna un número del uno hasta donde llegue la numeración, después cada equipo se situará en cada lateral de la cancha de basquetbol, de modo que queden viéndose de frente y en la parte del centro estará el móvil con el que se desee jugar (depende del deporte que se quiera practicar, será el balón que se encuentre en este lugar). Cuando el maestro mencione un número, de inmediato se deberá de poner de pie el alumno de cada equipo, al que le corresponda dicho dígito, llegar al centro de la cancha y tratar de ganarle el móvil al contrario para después intentar marcar un tanto (encestar o marcar gol, según sea deporte que se esté abordando), en cualquiera de las dos porterías o tableros. Variantes: combinar dos deportes, pasar dos personas de cada equipo a la vez.		
Cierre: Por medio de ejercicios de respiración, se relajará al alumno, así como también se llevará a cabo una retroalimentación de lo acontecido en la actividad. ¿Que entienden por velocidad de reacción? ¿Para que servirá la velocidad de reacción? ¿Habías escuchado con anterioridad la palabra "velocidad de reacción"? ¿Qué te resulto complicado? Etc.		
Observaciones y/o adecuaciones: Esta sesión se evaluará con una lista de cotejo.		

Anexo 5. Actividad "Carrera de colores".



Anexo 6. Evaluación de la sesión de diagnóstico.

Secretaría de Educación Estatal Regular Benemérita y Centenaria Escuela Normal del Estado Licenciatura en Educación Física		BECENE Educación Física							
Marcar con una X, la casilla que corresponda a lo observado.		(A) Al momento de percibir el estímulo (sonoro, táctil o visual) ¿El alumno es capaz de producir una respuesta rápida?		(B) Después de percibir y reaccionar ante el estímulo ¿El alumno ejecuta movimientos con objetividad?		(C) El alumno es capaz de percibir estímulos, sin necesidad de imitar a sus compañeros		(D) El alumno es capaz de crear estrategias y/o soluciones ante un problema motriz	
Nombre	Si	No	Si	No	Si	No	Si	No	
Alonso Hernández Adora Jaheim	X			X		X		X	
Barrera Martínez Diego Zúco	X		X		X		X		
Barrón Marchaca Evelyn	X		X		X		X		
Bravo Flores Leonardo		X		X		X		X	
Bravo Lara María José	X			X		X		X	
Bravo Saucedo Bryn Israel		X		X		X		X	
Caderón Castillo Casandra Adgali	X			X		X		X	
Campos López Carmen Esmeralda		X		X		X		X	
Campos Solís Ashley Michene	X		X		X		X		
Campos Jasso Saúl		X		X		X		X	
Cebalero Torres América Solís	X			X		X		X	
Chávez González Rubén Abelero	X		X		X		X		
Cruz Gutiérrez Elizabeth Judith		X		X		X		X	
Cruz Martínez Nancy Nahomi		X		X		X		X	
Gallegos Jáquez Daniela Regina	X		X		X		X		
Gómez Cruz Anaís Isaban		X		X		X		X	
Gutiérrez Ríos Ramón Antonio		X		X		X		X	
Hernández Sardiña Carlos Leonardo	X		X		X		X		
Hernández Vilacuel Ajáncara	X			X		X		X	
Jasso Andrés Fernando	X		X		X		X		
Jasso Cardona Christian Camie		X		X		X		X	
Jasso Jasso Kau Alejandro	X		X		X		X		
Jasso Liras Isaac	X		X		X		X		
Lara Cruz Arqlea Valeria	X		X		X		X		
López García Erick Emiliano	X			X		X		X	
Martínez Martínez Andrea		X		X		X		X	
Martínez Ramírez Jocelyn Guadalupe	X		X		X		X		
Morales Bravo Carlos Adán	X		X		X		X		
Noyola de la Torre Xóchitl Guadalupe		X		X		X		X	
Pérez Ramírez Samuel	X		X		X		X		
Pozo López Isaac Emanuel	X		X		X		X		
Prado Liras Mía Jacqueline	X		X		X		X		
Ramírez Nargy Victor de Jesús	X		X		X		X		
Rivera Martínez Nohelia Monserrat	X		X		X		X		
Rodríguez Sánchez Mónica Alejandra		X		X		X		X	
Rojales Rodríguez Sarah	X		X		X		X		
Sardiña Martínez Nora	X		X		X		X		
Sánchez Torres Alejandro Yaseo	X		X		X		X		
Santofa Acebo Jorge Eduardo	X		X		X		X		
Sustana Reta Verónica Guadalupe	X		X		X		X		
Torres Lara Emily Marlene		X		X		X		X	
Zarate Benal Oscar		X		X		X		X	
Zambrón Montes Arturo	X		X		X		X		



Anexo 7. Tarea: investigación sobre ¿Qué es la velocidad de reacción?



Secretaría de Educación Estatal Regular
Benemérita y Centenaria Escuela Normal del Estado
Licenciatura en Educación Física



Propósito de la sesión: Crear un ambiente de competencia y aprendizaje para que el alumno se sienta en confianza y pueda realizar las actividades plenamente, poniendo en juego su velocidad de reacción.

Fecha de aplicación: 24 de Noviembre de 2017 – Se cambio para: 7 de Diciembre de 2017 4ª. Sesión

Inicio:

Para la parte del calentamiento se usará la dinámica de la "escalera humana", la cual consta de hacer dos equipos, enumerarlos del 1 hasta el número que se llegue, de modo que queden de frente el uno con el uno, dos con el dos y así respectivamente, deberán sentarse y juntar las plantas de los pies, al momento que el profesor diga un número, estos deberán ponerse de pie y correr hacia la derecha dar la vuelta al equipo y tratar de regresar a su lugar antes que el otro compañero.

Desarrollo:

"Guardar los objetos"

Se forman dos equipos, los cuales se ubican uno enfrente del otro, al momento del silbatazo, tienen que salir a velocidad hacia un costado, para posteriormente hacer un cambio de dirección al centro de la cancha, para poder llegar hasta donde están los objetos y tratar de echarlos dentro de un recipiente antes que su otro compañero y así recibir un punto para su equipo
Gana el equipo que logre más puntos.

Cierre:

Ejercicios de respiración y estiramientos

Observaciones y/o adecuaciones:

Esta sesión se aplico el día 7 de diciembre de 2017 debido a cambios de actividad en el centro escolar.

Tarea: investigar ¿Qué es la velocidad de reacción?, entrega: 8 de diciembre de 2017

Anexo 8. Evidencias de tareas de investigación realizadas por los alumnos.

www.fuerzaycontrol.com/mx

Velocidad de reacción

Representa la capacidad de responder rápidamente a un estímulo determinado. Esta capacidad se manifiesta en un sin fin de situaciones, tanto deportivas como cotidianas.

Los factores que influyen en la organización de la respuesta varían según el tipo de situación. En este sentido, la velocidad de reacción se puede manifestar de dos formas:

- El tiempo de reacción simple:
Este tiempo es el que podemos tardar en dar una respuesta decidida de antemano a un estímulo fijo.
- El tiempo de reacción complejo:
Representa el tiempo que podemos tardar en reaccionar a una situación imprevista eligiendo la respuesta que consideramos más apropiada sobre la marcha.

Castillotares América Sorria

Confusión por parte de los alumnos entre el término de educación física y química.



Wikipedia

Velocidad de reacción



Se define como la cantidad de sustancia que se transforma en una determinada reacción por una unidad de volumen y tiempo, es siempre positiva, el signo \pm está presente en los términos que involucran a los reactivos porque la concentración de reactante disminuye en el tiempo. La velocidad de reacción diferente de la velocidad de aumento de la concentración de un producto P por un factor constante. Es importante tener en cuenta que la definición previa es válida sólo para una sola reacción en un sistema cerrado de volumen constante. Esta suposición muy frecuentemente implícita debe ser explícita.

Yahoo



Velocidad de reacción

Es la cantidad de sustancia que se transforma en una reacción por una unidad de volumen y tiempo. Por ejemplo, la oxidación del hierro bajo condiciones atmosféricas es una reacción lenta que puede tardar muchos años, pero la combustión del butano en un fuego es una reacción que sucede en fracciones de segundos. La cinética química es la parte de la fisicoquímica que estudia las velocidades de reacción, la dinámica química estudia los orígenes de las diferentes velocidades de las reacciones.

Anexo 9. Sesión que se aplicaría. Impedida por falla de conexión entre proyector y computadora.

 Secretaría de Educación Estatal Regular Benemérita y Centenaria Escuela Normal del Estado Licenciatura en Educación Física		
Propósito de la sesión: Que el alumno identifique a que se refiere la velocidad de reacción, el juego y la educación física, la importancia que tienen y cómo influyen para nuestro actuar dentro de la vida diaria.		
Fecha de aplicación: 18 de Enero de 2018		1ª. Sesión
<p>Inicio: La sesión se llevara a cabo dentro del aula, por lo que se comenzara con una canción llamada "Bongo".</p> <p>Desarrollo:</p> <p>Actividad 1; Presentación teórica, acerca de la funciones y principales características de los términos a trabajar.</p> <p>Cierre: Retroalimentación de lo expuesto, realizando preguntas a los alumnos en relación con lo observado de la presentación.</p> <p>¿Qué es la velocidad de reacción?</p> <p>¿Dónde se puede encontrar?</p> <p>¿Para qué nos sirve?</p>		
Observaciones y/o adecuaciones: Tarea: sobre una regla, marcar del 0 cm al 10 cm con color azul, del 10 cm al 20 cm de color naranja y del 20 cm al 30 cm de color rojo.		

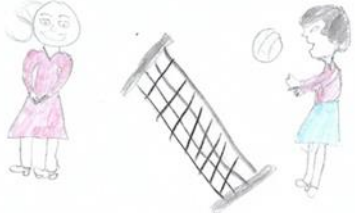

Anexo 10. "Exposición y su aplicación".

 Benemérita y Centenaria Escuela Normal del Estado Licenciatura en Educación Física Escuela de práctica: Secundaria General "Potosinos Ilustres" Plan de clase		
Propósito de la sesión: Que el alumno a través de la presentación visual fortalezca sus aprendizajes previos y sepa ubicarlos dentro de su vida diaria.		
Por medio de la actividad "Atrapa la regla", el alumno conozca su nivel de respuesta ante la situación que se le presenta.		
Grado 1º Bloque: 3 Sesión N°: 1 Tiempo Total: 50 min Grupos: "A" - "C" Fecha: 22 de Febrero del 2018		
I N I C I A L D E S A R R O L L O C I E R R E	<p>La sesión se llevará a cabo dentro del aula, por lo que se comenzará con una dinámica llamada "pi", en la cual se debe de identificar los múltiplos y números que contengan el dígito previamente proporcionado por el profesor para omitirlo para en su lugar decir "pi".</p> <p>Actividad 1; Presentación teórica, acerca de la funciones y principales características de los conceptos a trabajar</p> <p>Actividad 2; Aplicación de test "atrapa la regla" (velocidad de reacción).</p> <p>Producto; Resolución de cuestionario relacionado con lo expuesto e identificar en que situaciones de la vida diaria, se pone en manifiesto la velocidad de reacción, la educación física y el juego, cada caso deberá contener un dibujo alusivo al tema.</p>	

Anexo 11. Presentación en el aula de tecnologías.



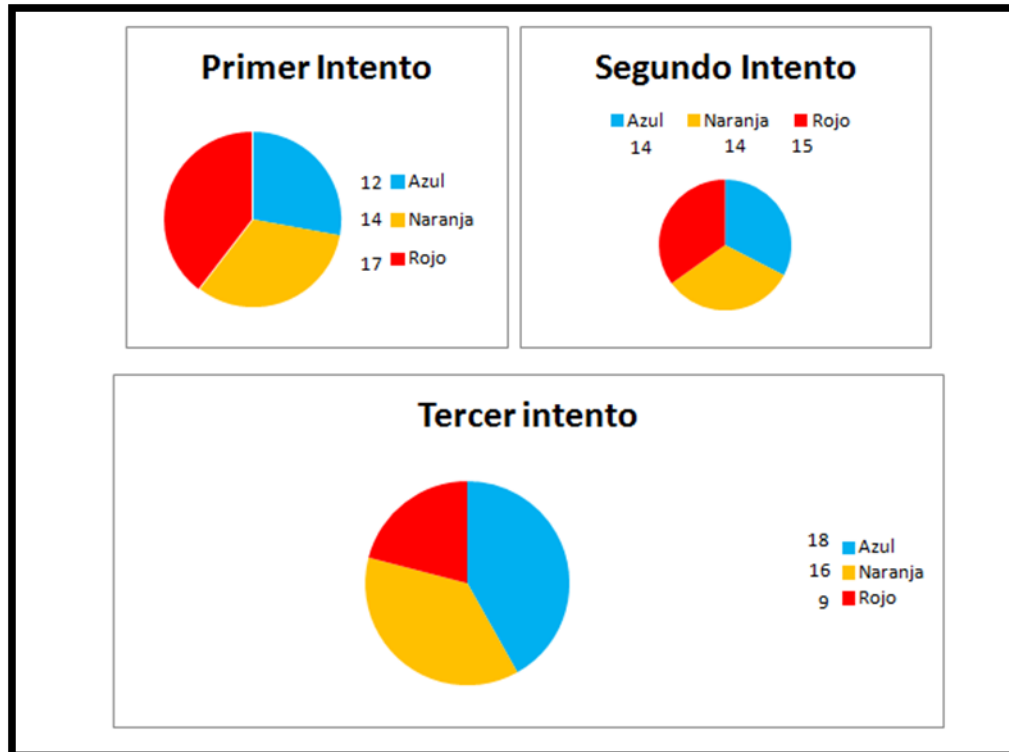
Anexo 12. Evidencias de trabajo, sobre la presentación visual.

<p style="text-align: center;"><u>Velocidad de reacción</u></p> <p>1- ¿Qué es la velocidad de reacción? Es la capacidad de responder lo más rápidamente posible a un estímulo</p> <p>2- ¿Para que nos sirve la velocidad de reacción? Realizar un movimiento en el menor tiempo posible</p> <p>3- ¿Por qué es importante contar con la velocidad de reacción? Para la práctica de la mayoría de los deportes</p> <p>4- Describe una situación de tu vida deportiva en la que haces uso de la velocidad de reacción. Entreno voleibol después de las clases, cuando me pisan la pelota,</p>  <p style="text-align: right;">María José Berra Lara 1ºC</p>	<p>1- ¿Qué es la velocidad de reacción? Es la capacidad de nuestro sistema nervioso sin necesidad de implicar a la musculatura, en situaciones reales tanto deportivas como cotidianas aparecen las dos formas, ya que los movimientos veloces nunca aparecen espontáneamente y siempre representan una reacción importante</p> <p>2- ¿Para que nos sirve la velocidad de reacción? nos sirve al ayudarnos a reaccionar ya sea en alguna carrera o en una situación de peligro también nos permite reaccionar ante ciertos estímulos, indicios o señales</p> <p>3- ¿Por qué es importante contar con la velocidad de reacción? Por que gracias a ella podemos reaccionar con rapidez y nos sirve mucho al estar en ciertas situaciones ya sean deportivas o de nuestra vida cotidiana</p> <p>4- Describe una situación de tu vida diaria en la que haces uso de la velocidad de reacción cuando se te cae o se iba a caer alguna cosa como un objeto importante ya sea un frasco o un lápiz.</p> 
--	--



Anexo 13. Actividad “Atrapa la regla”.



Anexo 14. Resultados obtenidos de la actividad “Atrapa la regla”.



Anexo 15. Sesión; “Encontrando a mi pareja”.

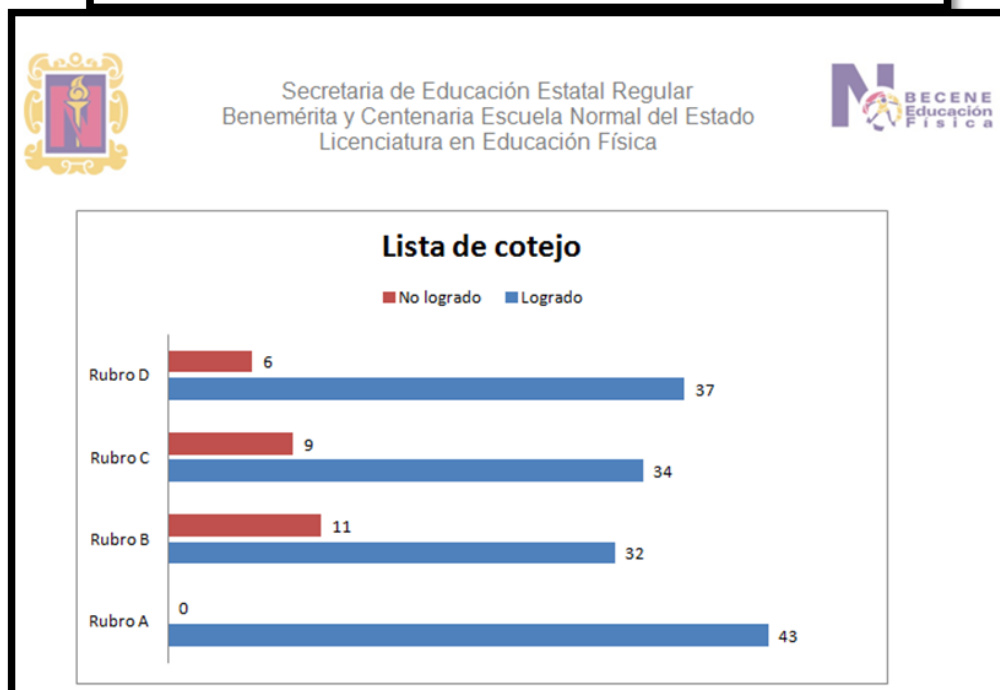
 Secretaría de Educación Estatal Regular Benemérita y Centenaria Escuela Normal del Estado Licenciatura en Educación Física		 BECENE Educación Física
Propósito de la sesión: Lograr que el alumno identifique y reaccione ante los diferentes estímulos implicados en la actividad y a partir de ello realice desplazamientos a larga y corta distancia.		
Fecha de aplicación: 5 de octubre de 2017		1ª. Sesión
Inicio: El calentamiento se llevará a cabo por medio de una dinámica con música. Se organiza al grupo en 5 equipos del mismo número de integrantes, se colocarán en cualquier espacio que este dentro de la cancha en forma de fila india. La música comienza a sonar y todos los equipos avanzan, el primero de cada fila tendrá que poner los movimientos que tendrán que realizar el resto de sus compañeros, al silbatazo el que esta hasta atrás tendrá que correr a la punta y exponer sus movimientos para que sus compañeros los imiten.		
Desarrollo: “Encontrando a mi pareja” Se ubica a todo el grupo por parejas, a cada integrante se le asignará un número (1-2), posteriormente se harán nuevos equipos, todos los numero 1 juntos y todos los numero dos aparte, sin olvidar con que pareja iban. Se coloca a los equipos en cada uno de los extremos de la cancha de modo que queden de frente. Al silbatazo deberán correr ambos equipos al centro de la cancha y buscar a su pareja, tomarse de la mano e ir inmediatamente a formarse detrás del profesor que estará situado en cualquier parte de la cancha. Pareja que llegue al último, será acreedor a un reto físico, ya sean burpees, saltos, abdominales, sentadillas, lagartijas, etc. Variantes: <ul style="list-style-type: none">- Se lleva a cabo el mismo procedimiento solo que ahora la búsqueda de la pareja será en completo silencio y solamente se podrá hacer uso de señas.- Los equipos ahora se colocan en círculo, de manera que el equipo 1 quedé dentro del círculo del equipo 2, uno girara hacia la derecha y el otro a la izquierda, al silbatazo buscaran a su pareja y la forma en que llegaran a formarse será saltando con pies juntos, en un solo pie, gateo alto (manos y pies extendidos), etc.- Se le invitara al alumno a que proponga alguna variante a la actividad.		
Cierre: Por medio de ejercicios de respiración, se relajará al alumno, así como también se llevará a cabo una retroalimentación de lo acontecido en la actividad. ¿Por qué es importante la comunicación? ¿De qué otra manera nos podemos comunicar? ¿Por qué es importante el trabajo en equipo?		
Observaciones y/o adecuaciones: Se evaluará por medio de una lista de coteo.		

Anexo 16. Desarrollo de la actividad “Encontrando a mi pareja”.





Anexo 17. Evaluación de la sesión “Encontrando a mi pareja”.

Nombre	(A) ¿Participa en las actividades de manera colaborativa?		(B) ¿Realiza desplazamientos, saltos, carreras a corta y larga distancia?		(C) ¿Utiliza su cuerpo para poder expresar ideas y mensajes?		(D) ¿Asume con compromiso los roles y responsabilidades en la realización de las actividades?	
	Si	No	Si	No	Si	No	Si	No
Alonso Hernández Alondra Jazmin	X			X	X		X	
Barrera Martínez Diego Zadoq	X		X		X		X	
Barrón Manchaca Evelyin	X		X		X		X	
Bravo Flores Leonardo	X		X			X		X
Bravo Lara María José	X		X			X		X
Bravo Saucedo Bryan Israel	X			X	X		X	
Calderón Castillo Cassandra Abigail	X		X			X		X
Campos López Carmen Esmeralda	X		X		X		X	
Campos Solís Ashley Michelle	X		X		X		X	
Carrizales Jasso Saul	X		X			X		X
Catillo Torres América Sofía	X			X		X		X
Chávez Gonzales Rubén Alberto	X		X		X		X	
Cruz Gutiérrez Elizabeth Judith	X			X	X		X	
Cruz Martínez Nancy Nancy	X			X	X		X	
Gallegos Vázquez Daniela Regina	X		X		X		X	
Gómez Cruz André André	X		X			X		X
Gutiérrez Ríos Ramón Antonio	X		X		X		X	
Hernández Saldaña Carlos Leonardo	X		X		X		X	
Hernández Velázquez Alejandra	X		X		X		X	
Jasso Avalos Fernando	X		X					X
Jasso Cardona Christian Daniel	X		X		X			X
Jasso Jasso Raúl Alejandro	X		X		X		X	
Jasso Llanas Isaac	X		X			X		X
Lara Díaz Ángela Valeria	X		X		X		X	
López García Erick Emiliano	X		X		X		X	
Martínez Martínez Andrea	X			X	X		X	
Martínez Ramírez Jocelyn Guadalupe	X		X		X		X	
Morales Bravo Carlos Adán	X		X		X		X	
Noyola de la torre Xochitl Guadalupe	X			X	X		X	
Pérez Ramírez Samuel	X			X	X		X	
Pozos López Isaac Emanuel	X		X		X			X
Prado Llanas Mía Jacqueline	X		X		X		X	
Ramírez Rangel Víctor de Jesús	X		X		X		X	
Rivera Martínez Nobaja Montserrat	X		X		X		X	
Rodríguez Sánchez Mónica Alejandra	X		X		X		X	
Rosales Rodríguez Sara	X		X		X		X	
Saldaña Martínez Nora	X		X		X		X	
Sánchez Torres Alejandro Tadeo	X		X			X		X
Stanford Acebo Jorge Eduardo	X		X		X		X	
Sustata Rete Verónica Guadalupe	X			X		X		X
Torres Lara Emily Mariene	X			X	X		X	
Zarate Bernal Oscar	X			X	X		X	
Zamarrón Montes Arturo	X		X		X		X	



Anexo 18. Actividad “Verde o naranja”.

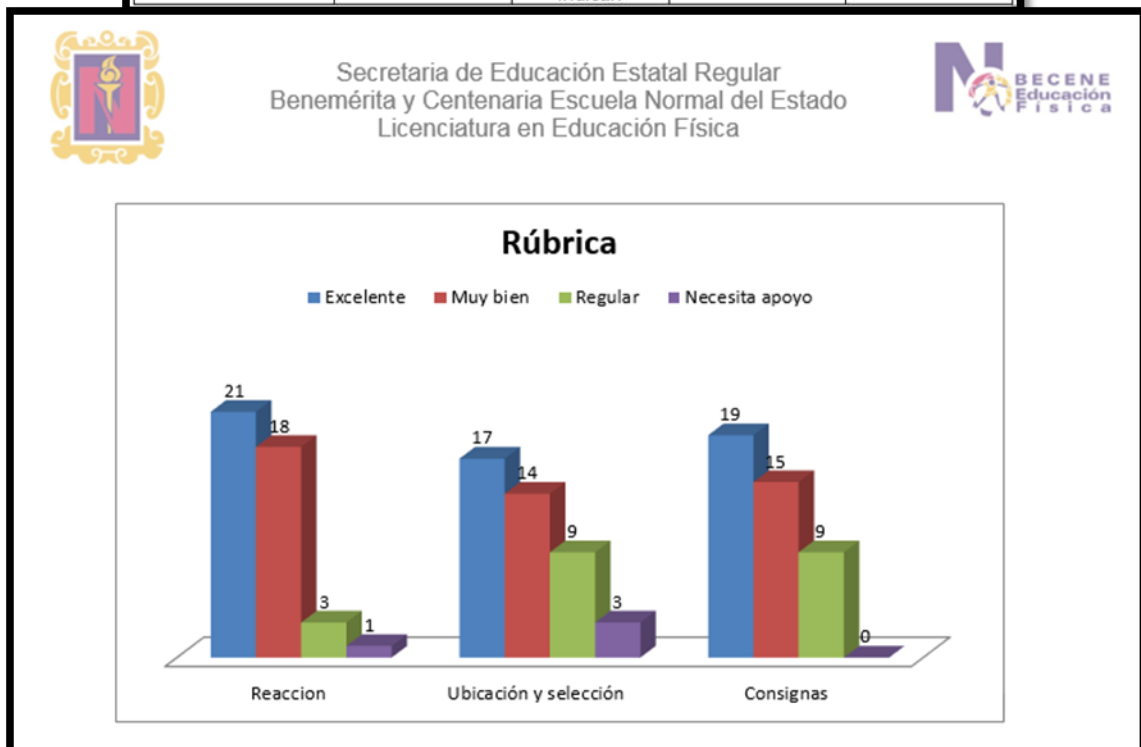
 <p>Benemérita y Centenaria Escuela Normal del Estado Licenciatura en Educación Física Escuela de práctica: Secundaria General “Potosinos Ilustres” Plan de clase</p> 	
Propósito de la sesión: Por medio de la actividad "verde o naranja", se favorecerá en el alumno la reacción ante un estímulo sonoro, así como también se pondrá en juego la reacción de selección pues tendrá que elegir entre las dos opciones que se le presentan	
Grado 1º Bloque: 3 Sesión N°: 2 Tiempo Total: 50 min Grupos: "A"-"C" Fecha: 23 de Febrero del 2018	
I N I C I A L	<p>"Roba la cola"</p> <p>Se reparten pañuelos entre todo el grupo, los cuales tendrán que colocarse en la parte de atrás, al momento del silbatazo, cada uno de los alumnos tendrá que correr y tratar de robar las colas de sus demás compañeros, gana el jugador que logre juntar más pañuelos.</p>
D E S A R R O L L O	<p>"Verde o naranja"</p> <p>Se organiza al grupo por parejas, posteriormente se enumeran con el uno y dos, se colocan uno enfrente del otro y en medio de ellos se ubicarán dos conos uno color verde y otro naranja.</p> <p>El profesor indica las acciones a realizar, como; levantar rodillas, talones, saltar, movimientos laterales, etc.</p> <p>Al momento que mencione algún color de los conos, los alumnos deberán reaccionar y tratar de ganar el cono al compañero contrincante.</p>
C I E R R E	Ejercicios de respiración y estiramientos

Anexo 19. Desarrollo de la actividad “Verde o naranja”.





Anexo 20. Evaluación de la sesión “Verde o naranja”.

Aspectos a evaluar	Excelente 3	Muy bien 2	Regular 1	Necesita apoyo 0
1- Reacción	Presenta una excelente velocidad de reacción ante el estímulo y desarrolla las actividades sin presentar errores en su ejecución	Presenta una muy buena velocidad de reacción ante el estímulo y desarrolla las actividades con uno o dos errores en su ejecución	Presenta una regular velocidad de reacción ante el estímulo y desarrolla las actividades con tres o cuatro errores en su ejecución	Presenta una velocidad de reacción ante el estímulo y desarrolla las actividades con cinco o más errores en su ejecución
2- Ubicación y selección	Siempre ubica y selecciona el objeto deseado, sin presentar errores	Regularmente ubica y selecciona el objeto deseado, casi sin presentar errores	Pocas veces ubica y selecciona el objeto deseado, presenta uno o dos errores	Nunca ubica, ni selecciona el objeto deseado, presenta demasiados errores
3- Consignas	Siempre atiende de manera correcta a las consignas que se le indican	Regularmente atiende de manera correcta a las consignas que se le indican	Pocas veces atiende de manera correcta a las consignas que se le indican	Nunca atiende de manera correcta a las consignas que se le indican



Anexo 21. Actividad “Que no atrapen el cono”.

	Secretaría de Educación Estatal Regular Benemérita y Centenaria Escuela Normal del Estado Licenciatura en Educación Física	
Propósito de la sesión: Reaccionar ante el estímulo, así como también que el alumno piense y analice sus posibilidades motrices antes de ejecutar los movimientos.		
Fecha de aplicación: 8 de Diciembre de 2017		6ª. Sesión
Inicio: Para la parte del calentamiento se hará uso de los colores, los cuales cada uno de ellos llevará una consigna que el alumno deberá de realizar al momento de escuchar alguno. Ejemplo; rojo, saltar, verde correr, azul caminar, etc.		
Desarrollo: “Que no atrapen el cono” Se seleccionan a ocho compañeros de los cuáles cuatro serán los que atrapen y los otros cuatro los que tengan en sus manos el cono o plato. Al resto del grupo se le reparte por toda la cancha, al momento del silbatazo, los que tienen el cono o plato tendrán que correr, evitar ser atrapados y pasarle el cono o plato a otro compañero, para que este siga corriendo, si llegan a ser atrapados, deberán de quedarse quietos y esperar a que el juego termine.		
Cierre: Ejercicios de respiración y estiramientos		
Observaciones y/o adecuaciones: La evaluación será por medio de una escala estimativa		

Anexo 22. Desarrollo de la actividad “Que no atrapen el cono”.



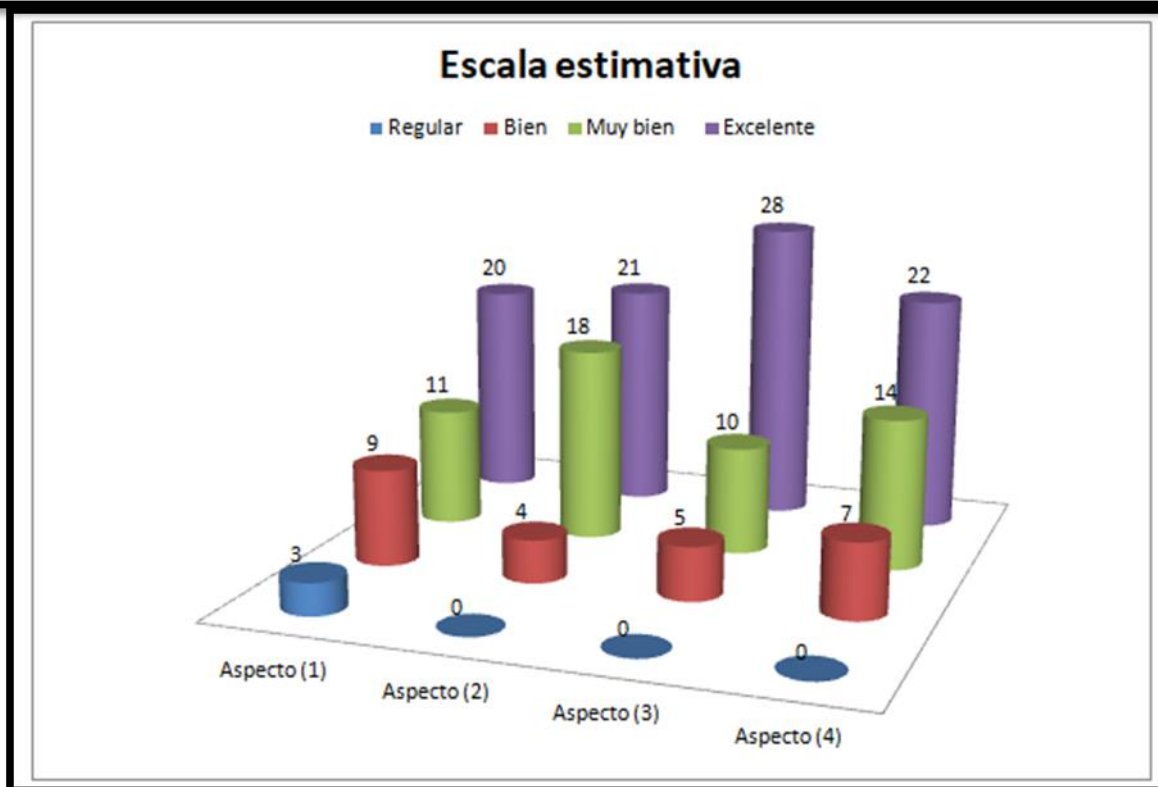
Anexo 23. Evaluación de la sesión “Que no atrapen el cono”.





Benemérita y Centenaria Escuela Normal del Estado
Licenciatura en Educación Física
Escuela de práctica: Secundaria General “Potosinos Ilustres”
Plan de clase



Indicadores	R	B	MB	E
1- ¿Realiza desplazamientos con rapidez?				
2- ¿Es capaz de crear estrategias ante un problema motor?				
3- ¿Establece comunicación con sus demás compañeros?				
4- Hace uso de la velocidad de reacción, para percibir el estímulo y posteriormente ejecutar la acción motriz				



Anexo 24. Actividad “Armar y desarmar”.

	Secretaría de Educación Estatal Regular Benemérita y Centenaria Escuela Normal del Estado Licenciatura en Educación Física	
Propósito de la sesión: Favorecer en el alumno una respuesta motriz rápida ante el estímulo que se le presenta.		
Fecha de aplicación: 23 de Noviembre de 2017		3ª. Sesión
Inicio: Para la parte del calentamiento se hará uso de la canción el tren, en donde los alumnos deberán de mencionar y hacer la acción contraria a la que dice el profesor. Profesor: yo tengo un tren que va para arriba Alumnos: yo tengo un tren va para abajo		
Desarrollo: "Armar y desarmar" Se organiza al grupo en cuatro o cinco equipos. El alumno que esta al principio de cada fila tenía deberá salir a velocidad al escuchar el sonido del silbato, llegar hasta donde se sitúa un aro, el cual tendrá que pasarlo por todo su cuerpo de pies a cabeza y viceversa, posteriormente ir hacia el frente con velocidad, hasta llegar a la zona de conos y boyas, donde tendrá que quitarle todos las boyas a las puntas de los conos, conjuntarlas y dejarlas al inicio del circuito, regresar a máxima velocidad y darle el relevo al siguiente compañero, quien tendrá que colocar las boyas tal y como estaban al inicio. El proceso se realizará hasta que pase el último compañero, gana el equipo que logre que todos sus compañeros pasen en el menor tiempo posible.		
Cierre: Ejercicios de respiración y estiramiento.		
Observaciones y/o adecuaciones: Evaluación a través de una escala estimativa		

Anexo 25. Desarrollo de la actividad “Armar y desarmar”.



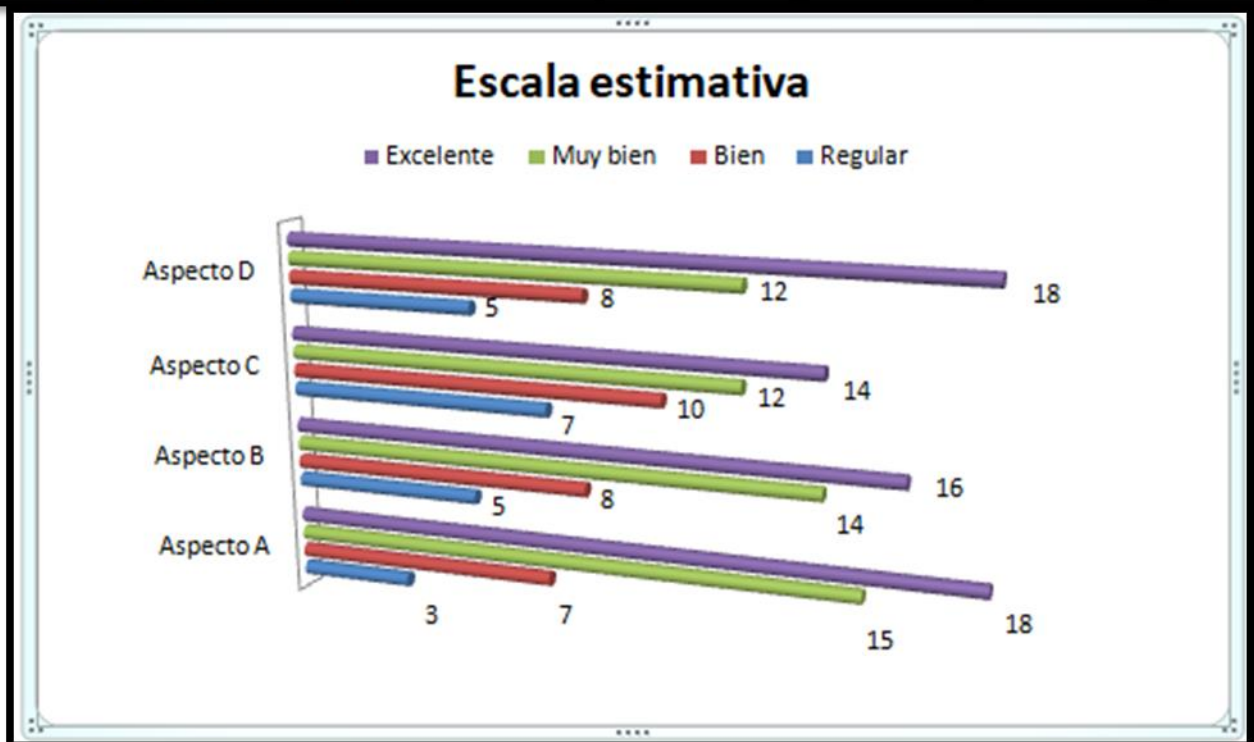
Anexo 26. Evaluación de la sesión “Armar y desarmar”.





Benemérita y Centenaria Escuela Normal del Estado
Licenciatura en Educación Física
Escuela de práctica: Secundaria General “Potosinos Ilustres”
Plan de clase



Indicadores	R	B	MB	E
A- ¿Sabe diferenciar colores, texturas y sonidos?				
B- ¿Sabe qué hacer ante una situación que le demanda pensar y ejecutar movimientos rápidamente?				
C- ¿Atiende correctamente a la indicación sonora?				
D- ¿Es capaz de relacionar una imagen con la consigna que se le da?				



Anexo 27. Actividad “Puntos de apoyo”.

 Secretaría de Educación Estatal Regular Benemérita y Centenaria Escuela Normal del Estado Licenciatura en Educación Física		
Propósito de la sesión: A partir de una buena reacción, ejecute movimientos rápidos y objetivos que le permitan resolver problemas motrices en conjunto, creando estrategias y soluciones		
Fecha de aplicación: 17 de Noviembre de 2017		2ª. Sesión
Inicio: Para la parte del calentamiento, se hará uso de la canción Zayaloo Zayaloo. Zay zay zay zayaloo zayaloo Pongo mano cabeza La otra en la cintura Hago juego de copas Y doy paso a la otra.		
Desarrollo: “Puntos de apoyo” Dispersos todos los alumnos por la cancha, deberán de realizar alguna acción (correr, saltar, levantar rodillas, levantar talones, etc.), al momento que el profesor mencione; dos números, el primero indicara el total de integrantes en el equipo y el segundo los puntos de apoyo que debe de haber por parte de ese equipo.		
Cierre: Retroalimentación acerca de las actividades realizadas		
Observaciones y/o adecuaciones: Evaluación por medio de una escala estimativa		

Anexo 28. Desarrollo de la actividad “Puntos de apoyo”.



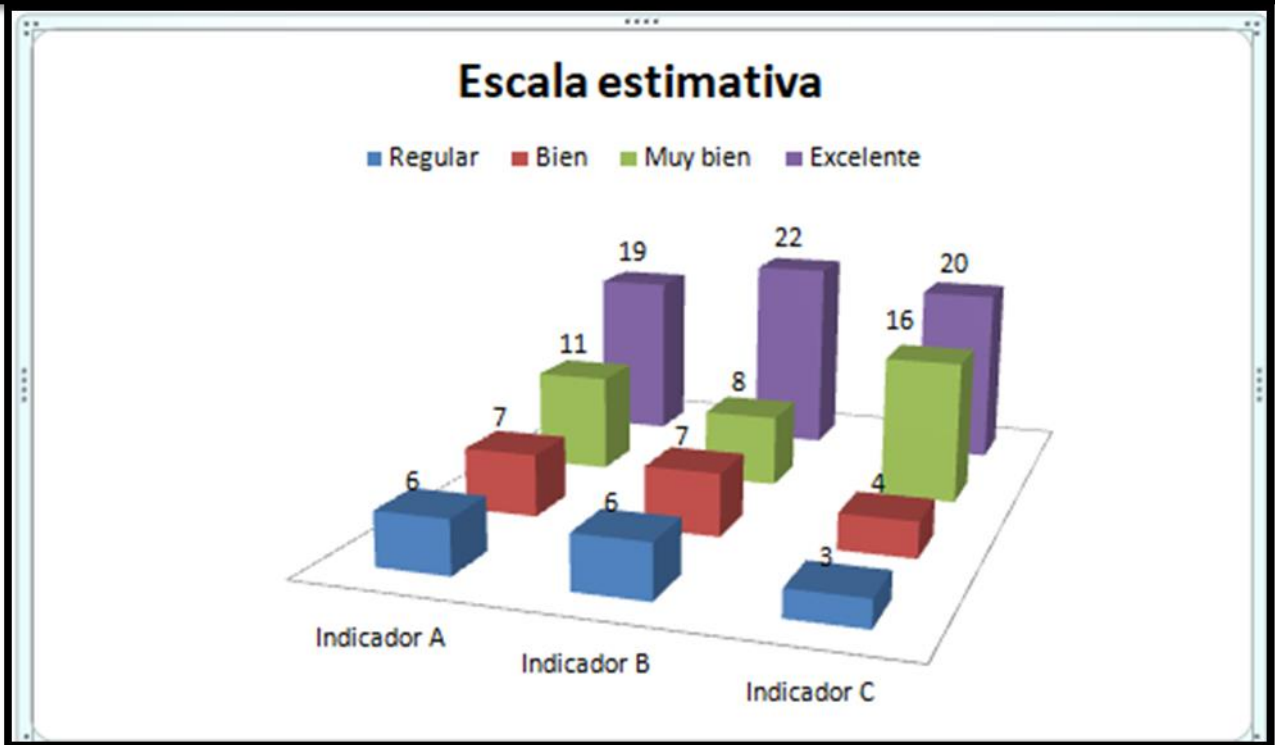
Anexo 29. Evaluación de la actividad “Puntos de apoyo”.





Benemérita y Centenaria Escuela Normal del Estado
 Licenciatura en Educación Física
 Escuela de práctica: Secundaria General “Potosinos Ilustres”
 Plan de clase



Indicadores	R	B	MB	E
A- ¿Muestra destreza física para alcanzar los objetivos?				
B- ¿Tiene la capacidad de poder relacionarse con sus demás compañeros y ejecutar movimientos rápidos?				
C- ¿Es capaz de poder resolver un problema motriz en conjunto?				



Anexo 30. Actividad “Línea matemática”.

	Secretaría de Educación Estatal Regular Benemérita y Centenaria Escuela Normal del Estado Licenciatura en Educación Física	
Propósito de la sesión: Que el alumno sea capaz de poder reaccionar a los estímulos externos y haga una buena ejecución de sus movimientos,		
Fecha de aplicación: 16 de Noviembre		1ª. Sesión
Inicio: Para la parte del calentamiento se hará uso de una canción llamada "Don Matías". Se coloca al grupo en círculo, tomados de los hombros y se comienza a girar con el ritmo del golpeo del pie derecho sobre el piso. Maestro: ¿Usted conoce a don Matías, el que lo ha pisado un tren? Alumnos: No señor, no lo conozco, por favor dígame usted Maestro: ¡Ay! no sabe pobre hombre, le quedo la mano así (se hace un movimiento con la mano) Desarrollo: "Línea matemática" Se organiza al grupo en 5 o 6 equipos del mismo número de integrantes, estos se colocan detrás de una línea marcada. Delante de los equipos estarán señalados cinco conos cada uno marcado con un número del 1 al 5 o del 6 al 10, el primero de cada fila deberá salir a velocidad después de resolver la operación que el profesor mencione. Ejemplo: el profesor menciona $4 - 1 = 3$, los alumnos deberán correr a la altura o línea marcada con el número tres, equipo que acierte tendrá un punto. Variante: tendrán que salir a velocidad saltando con un costal en las piernas. Haciendo equilibrio con un costal en la cabeza. Trasladarse con un móvil (balón de básquet, hándbol, etc.) Cierre: Ejercicios de estiramiento y de respiración. – Cronometro humano.		
Observaciones y/o adecuaciones: Se hará uso de una escala estimativa, para evaluar la sesión.		

Anexo 31. Desarrollo de la actividad “Línea matemática”.



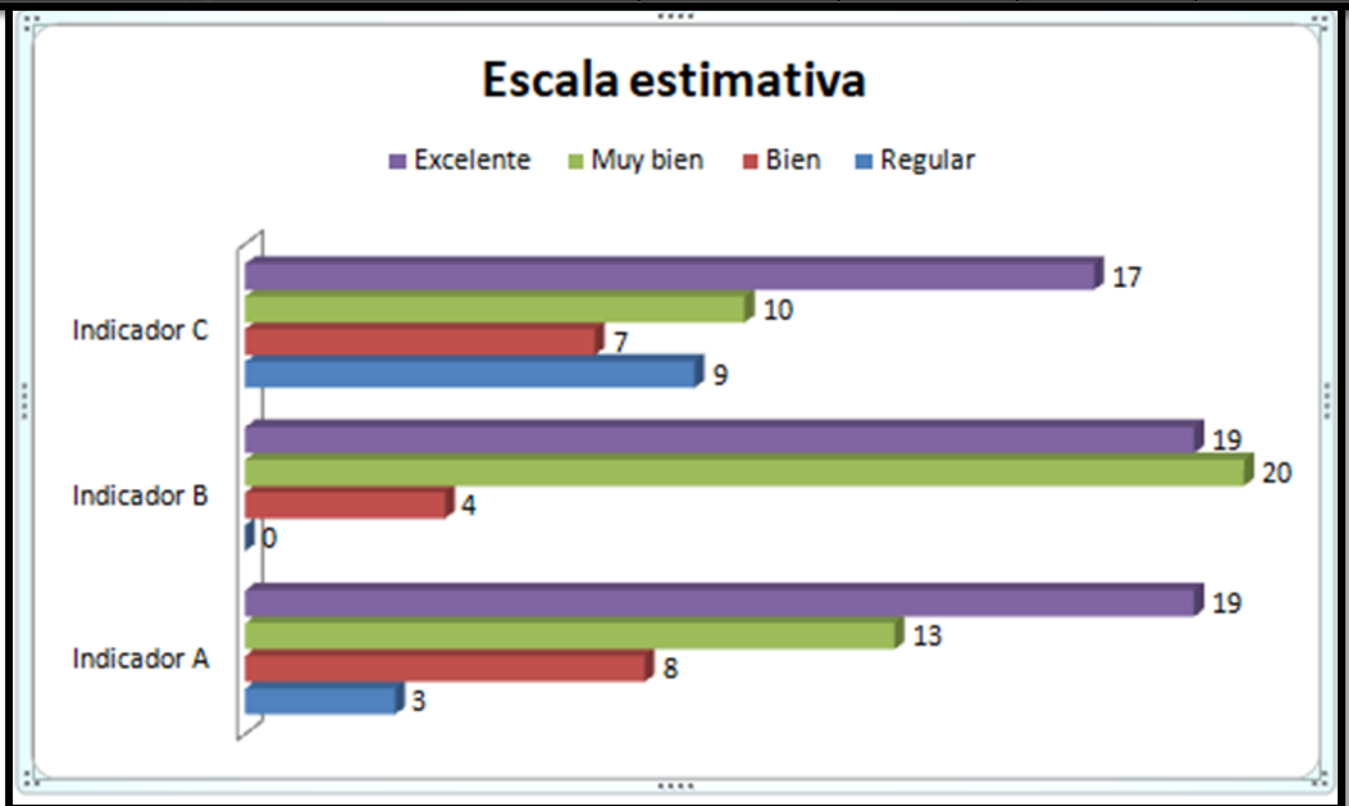
Anexo 32. Evaluación de la sesión “Línea matemática”.



Benemérita y Centenaria Escuela Normal del Estado
 Licenciatura en Educación Física
 Escuela de práctica: Secundaria General “Potosinos Ilustres”
 Plan de clase



Indicadores	R	B	MB	E
A- ¿Realiza movimientos concretos, casi sin errores?				
B- ¿Atiende correctamente a la indicación sonora?				
C- ¿Hace desplazamientos cortos y largos, saltos y giros con velocidad?				



Anexo 33. Actividad “Guarda los objetos”.



Secretaría de Educación Estatal Regular
Benemérita y Centenaria Escuela Normal del Estado
Licenciatura en Educación Física



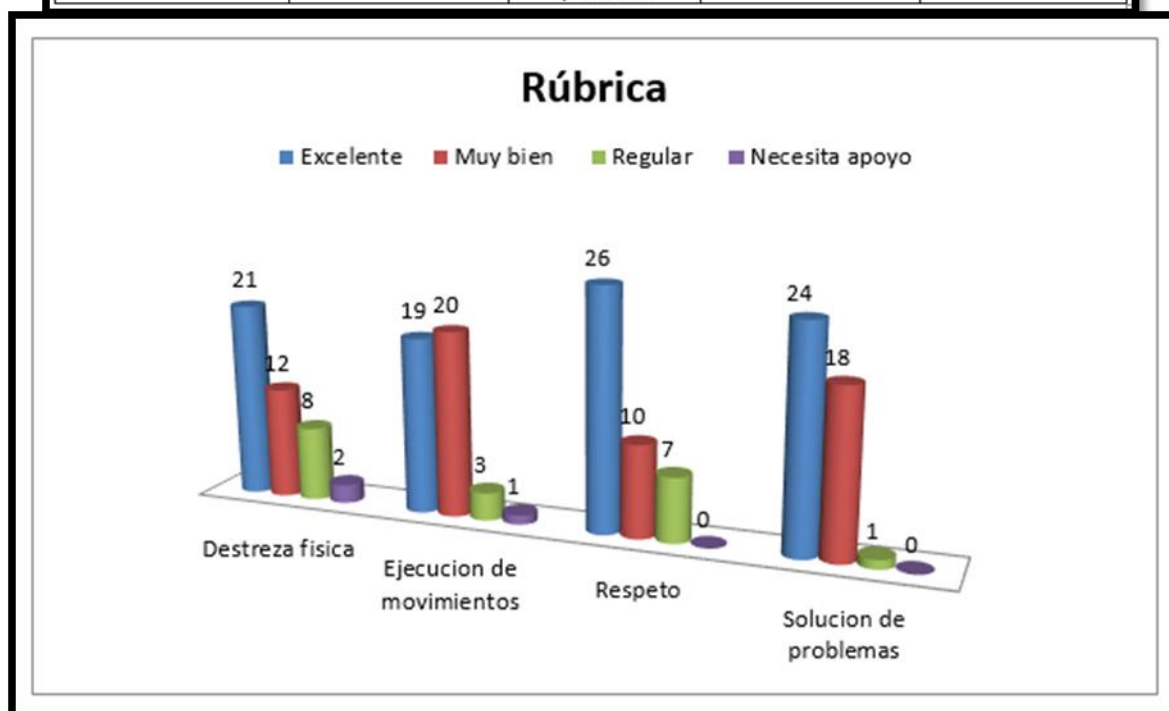
Propósito de la sesión: Crear un ambiente de competencia y aprendizaje para que el alumno se sienta en confianza y pueda realizar las actividades plenamente, poniendo en juego su velocidad de reacción.	
Fecha de aplicación: 24 de Noviembre de 2017 – Se cambio para: 7 de Diciembre de 2017	4ª. Sesión
Inicio: Para la parte del calentamiento se usará la dinámica de la “escalera humana”, la cual consta de hacer dos equipos, enumerarlos del 1 hasta el número que se llegue, de modo que queden de frente el uno con el uno, dos con el dos y así respectivamente, deberán sentarse y juntar las plantas de los pies, al momento que el profesor diga un número, estos deberán ponerse de pie y correr hacia la derecha dar la vuelta al equipo y tratar de regresar a su lugar antes que el otro compañero.	
Desarrollo: “Guardar los objetos” Se forman dos equipos, los cuales se ubican uno enfrente del otro, al momento del silbatazo, tienen que salir a velocidad hacia un costado, para posteriormente hacer un cambio de dirección al centro de la cancha, para poder llegar hasta donde están los objetos y tratar de echarlos dentro de un recipiente antes que su otro compañero y así recibir un punto para su equipo Gana el equipo que logre más puntos.	
Cierre: Ejercicios de respiración y estiramientos	
Observaciones y/o adecuaciones: Esta sesión se aplico el día 7 de diciembre de 2017 debido a cambios de actividad en el centro escolar. Tarea: investigar ¿Qué es la velocidad de reacción?, entrega: 8 de diciembre de 2017	

Anexo 34. Desarrollo de la actividad “Guarda los objetos”.



Anexo 35. Evaluación de la actividad “Guarda los objetos”.

Aspectos a evaluar	Excelente 3	Muy bien 2	Regular 1	Necesita apoyo 0
1- Destreza física	Presenta una excelente destreza física y desarrolla las actividades sin presentar errores en su ejecución	Presenta una muy buena destreza física y desarrolla las actividades con uno o dos errores en su ejecución	Presenta una regular destreza física y desarrolla las actividades con tres o cuatro errores en su ejecución	Presenta una deficiente destreza física y desarrolla las actividades con cinco o más errores en su ejecución
2- Ejecución de movimientos	Siempre presenta una buena ejecución de sus movimientos en busca del objetivo	Regularmente presenta una buena ejecución de sus movimientos en busca del objetivo	Pocas veces presenta una buena ejecución de sus movimientos en busca del objetivo	Nunca presenta una buena ejecución de sus movimientos en busca del objetivo
3- Respeto	Siempre respeta a sus compañeros y las reglas de las actividades	Regularmente respeta a sus compañeros y las reglas de las actividades	Pocas veces respeta a sus compañeros y las reglas de las actividades	Nunca respeta a sus compañeros y las reglas de las actividades
4- Solución de problemas	Siempre busca una alternativa para dar respuesta al problema que se le presenta.	Regularmente busca una alternativa para dar respuesta al problema que se le presenta.	Pocas veces busca una alternativa para dar respuesta al problema que se le presenta.	Nunca busca una alternativa para dar respuesta al problema que se le presenta.



Anexo 36. Actividad “Resuelve y corre”.

Benemérita y Centenaria Escuela Normal del Estado Licenciatura en Educación Física Escuela de práctica: Secundaria General “Potosinos Ilustres” Plan de clase	
Propósito de la sesión: A través de la actividad, el alumno experimentará la velocidad de reacción, pues tendrá que dar respuesta a una operación básica matemática desconocida y desplazarse a gran velocidad.	
Grado 1º Bloque: 3 Sesión N°: 5 Tiempo Total: 50 min Grupos: "A" - "C" Fecha: 8 de Marzo del 2018	
I N I C I A L	Para la parte del calentamiento se hará uso de la dinámica “Danza apache” La cual consiste en tomarse de las manos o los hombros y tratar de pisar los pies del compañero, así como también evitar que nos los pisen a nosotros
	“Resuelve y corre” Se hacen cuatro filas, a cada una de ellas se les enumera, el maestro dirá una operación matemática y los alumnos deben de resolverla, el resultado será el número del jugador que tiene que correr, pasar por detrás de todas las filas y regresar a su lugar pasando por debajo de las piernas de sus compañeros para ganar el cono que está en el centro.
	Ejercicios de respiración y estiramientos

Anexo 37. Desarrollo de actividad “Resuelve y corre”.



Anexo 38. Evaluación de la Actividad “Resuelve y corre”.

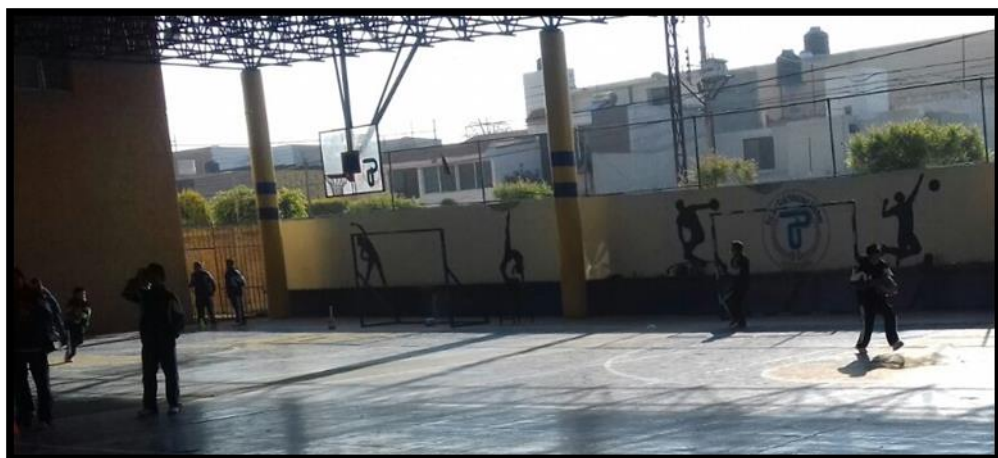
Nombre		(A) ¿Reacciona lo más rápido posible ante el estímulo presentado?		(B) ¿Realiza desplazamientos, saltos, carreras a corta y larga distancia?		(C) ¿Crea estrategias y se comunica con sus demás compañeros para resolver cualquier situación motriz?		(D) ¿Es capaz de ejecutar movimientos con rapidez?	
		Si	No	Si	No	Si	No	Si	No
Alonso Hernández Alondra Jazmin		X			X	X		X	
Barrera Martínez Diego Zedoc		X		X		X		X	
Barrón Manchaca Evelyn			X	X		X		X	
Bravo Flores Leonardo		X		X			X		X
Bravo Lara María José		X		X			X		X
Bravo Saucedo Bryan Israel		X			X	X		X	
Caiderón Castillo Casandra Abigail			X	X		X	X	X	X
Campos López Carmen Esmeralda		X		X		X		X	
Campos Solís Ashley Michale		X		X		X		X	X
Carrizales Jasso Saul			X	X			X	X	
Castillo Torres América Sota		X			X		X		X
Chávez González Rubén Alberto		X		X		X		X	
Cruz Gutiérrez Elizabeth Judith			X		X	X		X	
Cruz Martínez Nancy Naboni		X			X	X			X
Gallagos Vázquez Daniela Regina		X		X		X		X	
Gómez Cruz André (Isaac)		X		X			X	X	
Gutiérrez Ríos Ramón Antonio			X	X		X		X	
Hernández Sadaña Carlos Leonardo		X		X		X		X	
Hernández Velázquez Alejandra		X		X		X		X	
Jasso Avalos Fernando			X	X		X			X
Jasso Cardona Christian Daniel		X		X		X			X
Jasso Jasso Raúl Alejandro		X		X		X		X	
Jasso Llanas Isaac			X	X			X		X
Lara Díaz Ángela Valeria		X		X		X			X
López García Erick Emiliano			X	X		X			X
Martínez Martínez Andrea		X			X		X	X	
Martínez Ramírez Jocelyn Guadalupe			X	X		X		X	
Morales Bravo Carlos Adán		X		X		X			X
Nojeda de la torre Xóchitl Guadalupe			X		X	X		X	
Pérez Ramírez Samuel		X			X		X	X	
Pozos López Isaac Emanuel		X		X		X			X
Prado Llanas Mía Jacqueline			X	X		X		X	
Ramírez Rangel Víctor de Jesús		X		X		X			X
Rivera Martínez Nohelia Monserrat		X		X			X		X
Rodríguez Sánchez Mónica Alejandra			X	X		X		X	
Rosales Rodríguez Saraí		X		X		X		X	
Sadaña Martínez Nora			X	X		X			X
Sánchez Torres Alejandro Tadeo		X		X			X	X	
Storford Acabo Jorge Eduardo			X	X		X			X
Sustaita Rete Verónica Guadalupe		X			X		X		X
Torres Lara Emily Mariene		X		X		X		X	
Zarate Barria Oscar			X	X		X		X	
Zamarrón Montes Arturo		X		X		X			X



Anexo 39. Actividad “Carrera continua”.

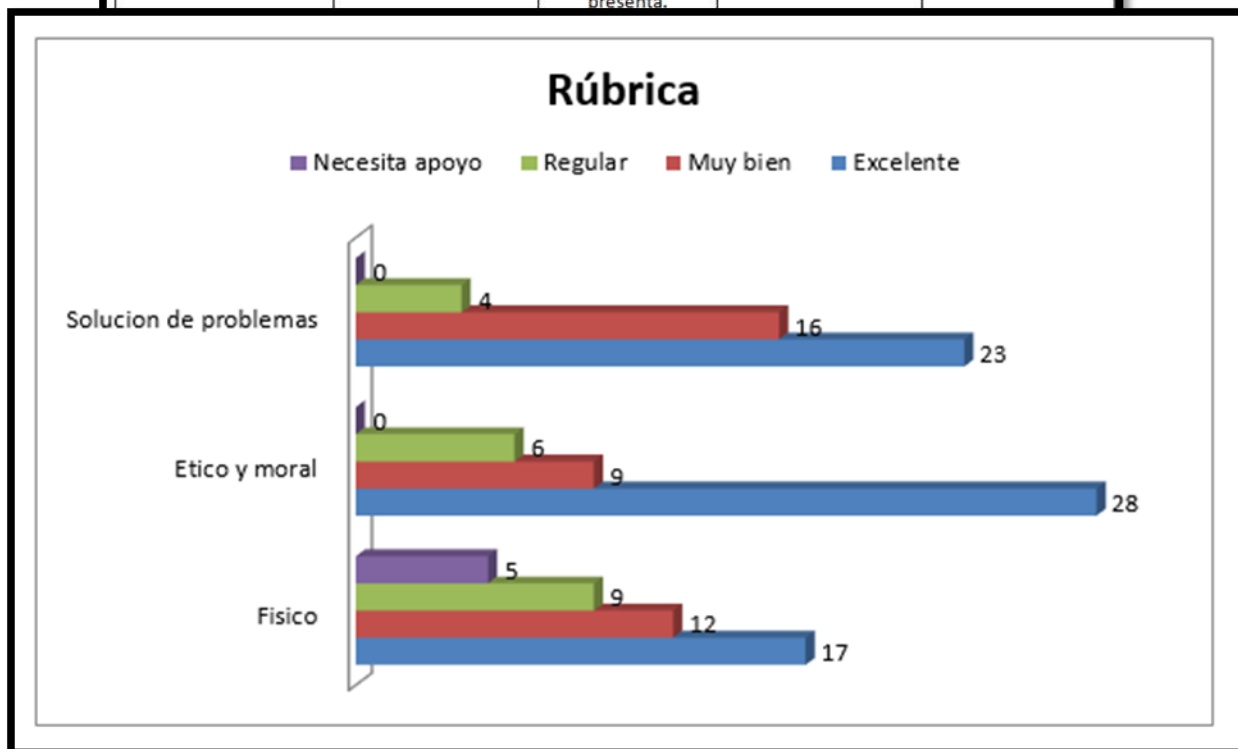
		Benemérita y Centenaria Escuela Normal del Estado Licenciatura en Educación Física Escuela de práctica: Secundaria General “Potosinos Ilustres” Plan de clase			
Propósito de la sesión: Que el alumno conozca y desarrolle los desplazamientos a corta y larga distancia, así como también a baja y alta intensidad, a partir de la percepción del estímulo que le indique realizar las acciones					
Grado 1°		Bloque: 3	Sesión N°: 9	Tiempo Total: 50 min	Fecha: 9 de Marzo del 2018
Trote por toda la cancha, cada que suene el silbato, deberán de realizar una acción propuesta primero por el profesor y posteriormente cada alumno propone alguna.					
La carrera continua					
El grupo se organiza en parejas que se designan A y B. Corren 4 vueltas cada uno alrededor de una cancha de básquet bol, tomando en cuenta las siguientes instrucciones.					
1ª vuelta: carrera suave.					
2ª vuelta: carrera suave en la parte larga de la cancha y en la parte corta hacer una carrera fuerte y posteriormente hacerla nuevamente ligera.					
3ª vuelta: carrera progresiva en la parte larga de la cancha, el resto se realiza suave					
4ª vuelta: carrera de obstáculos por dentro de la cancha de básquet bol, saltar 8 conos con pies juntos, pasar por debajo de 4 vallas, correr en zigzag entre los aros, saltar con una cuerda.					
Hacen relevo y la primer pareja en terminar ganara.					
Ejercicios de respiración y estiramientos					

Anexo 40. Desarrollo de la actividad “Carrera continua”.



Anexo 41. Evaluación de la actividad “Carrera continua”.

Aspectos a evaluar	Excelente 3	Muy bien 2	Regular 1	Necesita apoyo 0
1- Físico	Presenta una excelente aptitud física y desarrolla las actividades sin presentar errores en su ejecución	Presenta una muy buena aptitud física y desarrolla las actividades con uno o dos errores en su ejecución	Presenta una regular aptitud física y desarrolla las actividades con tres o cuatro errores en su ejecución	Presenta una deficiente aptitud física y desarrolla las actividades con cinco o más errores en su ejecución
2- Ético y Moral	Siempre respeta a sus compañeros y las reglas de las actividades	Regularmente respeta a sus compañeros y las reglas de las actividades	Pocas veces respeta a sus compañeros y las reglas de las actividades	Nunca respeta a sus compañeros y las reglas de las actividades
3- Solución de problemas	Siempre busca una alternativa para dar respuesta al problema que se le presenta.	Regularmente busca una alternativa para dar respuesta al problema que se le presenta.	Pocas veces busca una alternativa para dar respuesta al problema que se le presenta.	Nunca busca una alternativa para dar respuesta al problema que se le presenta.



Anexo 42. Actividad de cierre “Plaza de los desafíos”.



Benemérita y Centenaria Escuela Normal del Estado
Licenciatura en Educación Física
Escuela de práctica: Secundaria General “Potosinos Ilustres”
Plan de clase



Secretaría de Educación Estatal Regular
Benemérita y Centenaria Escuela Normal del Estado
Licenciatura en Educación Física

Plaza de los desafíos

Desafío 1
“Línea de 3”

Los alumnos deberán dar ocho vueltas, colocando su dedo índice en la punta de un cono y girando hacia la derecha.

Posteriormente tomarán globo que deberán colocar en su frente, cuidando que no caiga y a su vez llevar en sus manos un plato.

Se desplazaran hasta el otro extremo donde se encuentran los cuadros de tic tac toe (gafito), donde deberán colocar el plato y regresar a velocidad al inicio para repetir el procedimiento, el jugador que logre formar una línea de 3, tendrá la oportunidad de contestar la pregunta si no lo hace, pasara el turno al compañero continuante de actividad.

Nota: habrá 3 cuadros de tic tac toe, por lo que deberán de participar dos en cada cuadro, haciendo la excepción de que será un número impar de alumnos, en uno jugaran 3 competidores.

Si responde correctamente el alumno obtendrá 100 puntos.

Desafío 2
“Fichas locas”

Todos los competidores situados en la línea de salida, a la señal tendrán que ir por una ficha regresar y colocarla en el piso, donde tendrán que soplar para llevarla de ahí hasta el otro extremo, no pueden utilizar otro recurso que no sea el ya mencionado.

Posteriormente deberán tomar un globo, colocárselo entre las piernas y desplazarse sobre las colchonetas que están sobre una lado, ejecutando rodada hacia el frente, evitando que se le caiga el globo, el primero en llegar al punto de partida será quien tenga la oportunidad de responder la pregunta, en caso de que no la responda, el turno será cedido a quien llegue en segundo puesto.

Nota: Si responde correctamente el alumno obtendrá 200 puntos.

Desafío 4
“Atinale al cono”

Cada uno de los alumnos contara con 5 aros, los cuales deberá intentar ensartar al menos 1 en alguno de los conos que estarán dispersos por el terreno de juego, la forma de lanzamiento será en forma de progresión.

Posteriormente y después de haber logrado lo anterior, intentara dembar 3 conos, lanzando una pelota de tenis, con la condición de que el móvil primero bote en el piso y después vaya con dirección a tumbar el cono.

El alumno que consiga derribar 3 conos tendrá la oportunidad de responder la pregunta, encaso de que falle, el turno pasara para el que lo logre en segundo lugar.

Nota: Si responde correctamente el alumno obtendrá 400 puntos.

Secretaría de Educación Estatal Regular
Benemérita y Centenaria Escuela Normal del Estado
Licenciatura en Educación Física

Desafío 3
“Palillos chinos”

En el centro del terreno de juego, estarán situadas algunas fichas, cada alumno competidor contara con dos bastones, los cuales utilizara para simular los palillos chinos y tratar de tomar una ficha para poder trasladarla sin que se le caiga hasta el aro que se le asigne, el alumno que logre llevar cinco fichas, tendrá la oportunidad de responder la pregunta, encaso de que falle, el turno pasara para el que lo consiga en segundo lugar.

Nota: Si responde correctamente el alumno obtendrá 300 puntos.

Secretaría de Educación Estatal Regular
Benemérita y Centenaria Escuela Normal del Estado
Licenciatura en Educación Física

Desafío 5
“Pasando el río”

A cada competidor se le proporcionaran 3 hojas de papel, las cuales usara para poder desplazarse de un extremo a otro, sin que sus pies toquen fuera del perímetro de cada hoja, deberá de estar cambiando de lugar cada una de ellas.

Al llegar a la meta, deberá inflar rápidamente 3 globos, y regresar al punto de partida dando saltos con los pies juntos dentro de un costal, cuidando que no se le caiga ningún globo, ya que si lo hace, en su defecto tendrá que regresar.

Al llegar al punto de partida, reventara los globos y el primer alumno que lo consiga tendrá la oportunidad de responder la pregunta, encaso de que falle, el turno pasara para el que lo logre en segundo lugar.

Nota: Si responde correctamente el alumno obtendrá 500 puntos.

Desafío 6
“La batalla”

Cada competidor tendrá a su resguardo un tripee y dos globos, uno amarrado en cada pie.

A la señal, cada uno tiene que buscar lograr dos objetivos, dembar los tripees de los rivales y también reventarles de un pisotón sus globos, cuidando siempre tener a salvo los propios.

El alumno que logre sobrevivir ya sea con su tripee a salvo o con al menos un globo en buen estado, será quien tenga la oportunidad de responder la pregunta, en caso de fallar, el turno pasara para el que termine en segundo lugar.

Nota: Si responde correctamente el alumno obtendrá 600 puntos.

Secretaría de Educación Estatal Regular
Benemérita y Centenaria Escuela Normal del Estado
Licenciatura en Educación Física

Desafío 7
“Resuelve y corre”

Cada capitán enumera a todos los integrantes de su equipo, de manera que se formen en hileras y estas queden alrededor de un círculo.

Al momento de la señal, deberán de estar lo más atentos posible, pues se mencionara una operación matemática y el resultado será el número del alumno que tiene que correr por detrás de todas las hileras, llegar a su punto de partida y pasar en forma de zigzag entre sus compañero para llegar hasta adelante y tratar de tomar el plato antes que sus rivales.

$40 - 25 + 2 - 11 = 6$
 $3 \times 3 - 3 - 5 = 1$
 $5 \times 5 - 20 = 5$
 $8 \times 2 - 14 = 2$
 $4 \times 4 - 4 = 4$
 $5 \times 3 - 3 - 2 = 3$

“Cada cosa en su lugar”
Participa todo el equipo.

Se selecciona a un compañero, el cual fungirá como distribuidor.

Todos los integrantes cada equipo se despojaran de un tenis y lo colocara en el centro del terreno de juego.

A la señal, el distribuidor de cada equipo, tendrá que regresar el tenis a sus compañeros, tomando de uno por uno.

Posteriormente se deberán formar y colocarse un cono en la cabeza de modo que queden intercalados los colores, naranja y verde.

El equipo que logre ponerse el tenis y se forme primero correctamente, ganara el derecho a responder la pregunta, si falla, el turno pasara para el segundo lugar.

Nota: Si responde correctamente el alumno obtendrá 1000 puntos.

Anexo 43. Presentación sobre las características de una plaza de los desafíos.



Anexo 44. Elaboración de carteles y banderines.



Anexo 45. Presentación de equipos.



Anexo 46. Desarrollo de la plaza de los desafíos.

