



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

TITULO: Fortalecer el desarrollo de la motricidad a través de las sesiones de educación física con apoyo de las TIC'S.

AUTOR: Antonio de Jesús Corpus Medina

FECHA: 7/15/2021

PALABRAS CLAVE: Educación Física, Motricidad, Niños, Adolescentes, Competencia motriz

SECRETARÍA DE EDUCACIÓN DE GOBIERNO DEL ESTADO

SISTEMA EDUCATIVO ESTATAL REGULAR

DIRECCIÓN DE EDUCACIÓN

INSPECCIÓN DE EDUCACIÓN NORMAL

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

GENERACIÓN



2017

2021

**“FORTALECER EL DESARROLLO DE LA MOTRICIDAD A TRAVÉS DE LAS
SESIONES DE EDUCACIÓN FÍSICA CON APOYO DE LAS TIC’S”**

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

PRESENTA:

ANTONIO DE JESÚS CORPUS MEDINA

ASESOR (A):

MTRA. MARÍA CLAUDIA LUQUEÑO CASTRO

SAN LUIS POTOSÍ, S.L.P.

JULIO DEL 2021



**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 ANTONIO DE JESÚS CORPUS MEDINA
autorizo a la Benemérita y Centenaria Escuela Normal del Estado de San Luis Potosí, (BECENE) la
utilización de la obra Titulada:

**“FORTALECER EL DESARROLLO DE LA MOTRICIDAD A TRAVÉS DE LAS
SESIONES DE EDUCACIÓN FÍSICA CON APOYO DE LAS TIC’S”**

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

en la generación 2017-2021 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 10 días del mes de JULIO de 2021.

ATENTAMENTE.

ANTONIO DE JESÚS CORPUS MEDINA

Nombre y Firma

AUTOR DUEÑO DE LOS DERECHOS PATRIMONIALES



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

BECENE-DSA-DT-PO-01-07

OFICIO NÚM: REVISIÓN 9

DIRECCIÓN: Administrativa

ASUNTO: Dictamen Aprobatorio.

San Luis Potosí, S. L. P., 10 de Julio del 2021.

Los que suscriben tienen a bien

DICTAMINAR

que el(la) alumno(a): **CORPUS MEDINA ANTONIO DE JESUS**
de la Generación: **2017-2021**

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:

“FORTALECER EL DESARROLLO DE LA MOTRICIDAD A TRAVÉS DE LAS SESIONES DE EDUCACIÓN FÍSICA CON APOYO DE LAS TIC’S”

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

ATENTAMENTE

DIRECTORA ACADÉMICA

DIRECTOR DE SERVICIOS ADMINISTRATIVOS

MTRA. NAYLA JIMENA TURRUBIARTES CERINO

DR. JESÚS ALBERTO LEYVA ORTIZ

JEFA DEL DEPARTAMENTO DE TITULACIÓN

ASESOR DEL DOCUMENTO RECEPCIONAL

MTRA. MARTHA IBÁÑEZ CRUZ

MTRA. MARIA CLAUDIA LUQUEÑO CASTRO

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

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

ÍNDICE

| | |
|---|----|
| INTRODUCCIÓN | 2 |
| Propósitos de estudio:..... | 3 |
| 2. TEMA DE ESTUDIO | 5 |
| 2.1 Núcleo Temático | 5 |
| EJES TEMÁTICOS DE LA EDUCACIÓN FÍSICA | 8 |
| PROCEDIMIENTO PARA ABORDAR EL TRABAJO | 9 |
| EXPERIMENTACIÓN DE UNA PROPUESTA DIDACTICA | 9 |
| LINEAS DE REORIENTACIÓN | 10 |
| ÁMBITOS DE LA MOTRICIDAD | 12 |
| PROPÓSITOS DE LA EDUCACIÓN FÍSICA EN LA EDUCACIÓN BÁSICA | 13 |
| PROPÓSITOS DE LA EDUCACIÓN FÍSICA PARA LA EDUCACIÓN PRIMARIA | 14 |
| PROPÓSITOS DE ESTUDIO | 15 |
| LO QUE SÉ DEL TEMA | 15 |
| 2.2 Descripción del hecho o caso estudiado | 17 |
| 2.3 Escuela y ubicación geográfica..... | 17 |
| 2.4 Características sociales relevantes | 18 |
| 2.5 Preguntas centrales que guiaron el desarrollo del trabajo | 19 |
| 3. DESARROLLO DEL TEMA | 25 |
| 3.1 La motricidad | 25 |
| 3.2 Las sesiones de educación física | 31 |
| 3.3 Las TIC´S | 32 |
| 3.4 Identificación del desarrollo motriz de los alumnos a través de las sesiones de educación física con el apoyo de las TIC´S. | 39 |
| 3.5 Las manifestaciones físicas de los alumnos al trabajar el desarrollo de la motricidad dentro de las sesiones de educación física con el apoyo de las TIC´S. | 45 |
| 3.6 El fortalecimiento del desarrollo de la motricidad de los alumnos dentro de las sesiones de educación física a través de las TIC´S..... | 51 |
| 3.7 Los logros, dificultades y nuevos retos que se tuvieron al fortalecer el desarrollo de la motricidad en las sesiones de educación física con el apoyo de las TIC´S..... | 54 |
| CONCLUSIONES | 58 |

| | |
|---------------------------|-----------|
| BIBLIOGRAFIA | 62 |
| ANEXOS | 65 |

CAPÍTULO I

INTRODUCCIÓN

El presente ensayo pedagógico titulado: **“Fortalecer el desarrollo de la motricidad a través de las sesiones de educación física con apoyo de las TIC’S”** es un conjunto y resumen de mis prácticas profesionales, por parte de la Benemérita y Centenaria Escuela Normal del Estado de San Luis Potosí, efectuadas en la escuela primaria “Plan de San Luis”. Se trata de un escrito de carácter analítico con la finalidad de generar un desarrollo de la motricidad en la comunidad escolar (alumnos). La cual pasó por un confinamiento en sus casas, donde se desarrolló una vida sedentaria y una falta de actividades físicas.

Fue un tema de interés propio, ya que a finales del año (diciembre) 2019 surgió una nueva enfermedad en China nombrada: SARS-CoV-2 OMS, causada por el nuevo coronavirus conocido como COVID-19. Fue tan grave que en el año 2020 (marzo) se extendió a todo el mundo y se tuvieron que suspender las clases de manera presencial, obligando así, a todo tipo de educación, a buscar la forma de seguir impartiendo las clases. La única y mejor manera con la que se pudo lograr fue a través del uso de las Tecnologías de la Información y Comunicación (TIC’S).

En el caso de mi generación 2017-2021, en los últimos dos semestres (7ºséptimo y 8ºoctavo) toda la comunidad escolar se encontró con esta problemática y resultamos muy afectados. Pues para lograr este tema de investigación durante la práctica profesional, en una escuela asignada, se tuvo que realizar de forma virtual y no a como era costumbre el llegar a dar la clase en la escuela.

Gran parte de este trabajo se debe a la observación que implemente con los estudiantes, la práctica durante las clases, los protocolos y guías para desarrollar dicho documento. Por otro lado, dependió del esfuerzo de los alumnos para cumplir con los propósitos esperados durante las sesiones de Educación Física, y

mencionando que solo se trabajó con los alumnos de 5° “A” ya que, por motivos ajenos a mi tutor de la escuela primaria, se logró que la maestra de grupo accediera a darme espacio para impartir clases.

Para la realización de este ensayo y con el objetivo de cumplir con el proceso de formación, se tomaron en cuenta los siguientes propósitos:

Propósitos de estudio:

- Que los alumnos aprendan a identificar su motricidad a través de las sesiones de Educación Física con el apoyo de las TIC´S.
- Fortalecer el desarrollo de la motricidad de los alumnos a través de las sesiones de Educación Física por medio de las TIC´S.
- Reconocer las dificultades, logros y nuevos retos al fortalecer el desarrollo de la motricidad de los alumnos durante las sesiones de Educación Física a través de las TIC´S.

En lo personal fue algo desmotivante no asistir a la escuela primaria para impartir clases presenciales, debido a que la situación de contingencia fue nueva para todo el sector escolar, siendo testigo de la organización colectiva para encontrar la manera de trabajar en las escuelas.

Se comenzó muy tarde el llegar a una solución en comparación de lo que ya se tenía estipulado. Las escuelas tuvieron muchas problemáticas que resolver, pues se desconocía si en todas las casas se tenía la posibilidad de hacer uso de las TIC´S. Por lo tanto, no se aseguraba que ninguna escuela, grupo o alumno pudiera acceder a la información brindada y por consecuencia no tener un seguimiento regular de sus estudios.

CAPÍTULO II

2. TEMA DE ESTUDIO

“FORTALECER EL DESARROLLO DE LA MOTRICIDAD A TRAVÉS DE LAS SESIONES DE EDUCACIÓN FÍSICA CON APOYO DE LAS TIC’S”

En este tema de estudio se hablará del desarrollo de la motricidad; a consecuencia de la pandemia se incrementó el sedentarismo en la población escolar, de modo que se optó por fortalecer este eje central de Educación Física. A consecuencia de esto, los niños y adolescentes pueden tener un estancamiento en su desarrollo motriz, es por ello por lo que este tema me interesa, para que los alumnos se ejerciten desde casa y realicen actividad física, aunque no sea una sesión de clase. Fomentar la actividad física para mí es muy importante principalmente por cuestiones de salud es fundamental su realización.

2.1 Núcleo Temático

Para analizar el tema a profundidad se mencionan los tres núcleos temáticos rescatados de (Orientaciones Académicas para la Elaboración del Documento Recepcional, 2002, p.14-21), el eje de análisis y los temas en específico.

A continuación, se mencionarán los diversos núcleos temáticos:

- 1. Los niños y adolescentes.**
- 2. Las competencias didácticas del futuro educador físico.**
- 3. La escuela y el contexto del que proceden los alumnos.**

El núcleo que elegí fue: **Los niños y adolescentes** por el campo temático: “El desarrollo de la competencia motriz de los niños y los adolescentes.”

Mi grupo de estudio es 5° “A” en este año escolar. Según “La OMS define la adolescencia como el periodo de crecimiento y desarrollo humano que se produce

después de la niñez y antes de la edad adulta, entre los 10 y los 19 años.” (OMS, 2020).

En este grupo la edad oscila entre los 9 y 11 años, donde comienzan su etapa adolescente y sumado a la situación de la pandemia que estamos viviendo, me pareció muy interesante que los alumnos tengan una actividad física en sus casas para combatir la vida sedentaria durante este confinamiento y evitar un estancamiento motriz; seguir desarrollando sus capacidades y habilidades motoras con las actividades propuestas. Además, contar con material que tengan a la mano sin la necesidad de tener que hacer un gasto monetario grande, puesto que, por su situación, no se sabe si las familias de los alumnos estén poco o muy afectadas económicamente.

CAMPO FORMATIVO Y PROCEDIMIENTO EN LA LICENCIATURA EN EDUCACIÓN FÍSICA

Los temas pueden inscribirse en uno de los siguientes campos temáticos:

- **El desarrollo de la competencia motriz de los niños y adolescentes.**
- **Educación física y gestión escolar.**
- **El educador físico y su práctica pedagógica diversa, amplia e incluyente.**

En cualquiera de ellos, el desarrollo del tema se relaciona con las dos modalidades del trabajo docente establecidas en el documento “Lineamientos para la Organización del Trabajo Académico durante Séptimo y Octavo Semestres”. Con las sesiones de educación física y con las actividades que se realizan fuera del horario escolar, ya sean al interior de la escuela o fuera de ésta, en alguno de los tres niveles educativos. A continuación, se presentan los criterios básicos para precisar el tema y decidir en qué campo temático se inscribirá.

En primer lugar, escogí el campo “**El desarrollo de la competencia motriz de los niños y adolescentes**”, ya que el tema del documento va a ir muy de la mano con este campo porque de nombre lleva: “El desarrollo de la motricidad a través de las sesiones de Educación Física con apoyo de las TIC’S”.

Este campo queda acorde a mi grupo de estudio, puesto que mi práctica se va a desarrollar en una escuela primaria con 5° año, son alumnos que están en un rango de edad de los 9 a los 11 años; una etapa donde pasan de niños a adolescentes.

Actitudes de los niños o adolescentes según el grado que cursan.

En este párrafo los autores nos mencionan lo siguiente:

Las capacidades motoras son el conjunto de componentes de la condición física que intervienen en mayor o menor grado en la consecución de una habilidad motriz, tales como la fuerza, la resistencia, la velocidad y la flexibilidad, estas capacidades son susceptibles de ser observadas y medidas. (Castañer Balcells, Marta y Oleguer Camerino Foguet 2001, p.86).

La corporeidad de los alumnos de 5° “A” varía, de acuerdo con su edad y sus capacidades motrices. Hay pocos que poseen una torpeza motriz, pues algunos alumnos tienen un trabajo continuo desde 1° grado, otros tienen trabajo de distintas escuelas por lo que requieren apoyo y por otro lado se cuenta con estudiantes con mejor avance motriz.

De igual manera nos menciona que “Las múltiples habilidades que van llenando el bagaje ontogenético (individual) de cada niño en función de la apriorística dotación filogenética (herencia) de las habilidades fundamentales que

es andar, correr, saltar, lanzar, etcétera”. (Castañer Balcells, Marta y Oleguer Camerino Foguet, 2001, p.86).

Este trabajo fue realizado en tiempo de una pandemia de escala global, dónde por seguridad fueron canceladas las clases presenciales para evitar contagios masivos, cuidar de la gente en este país y de todos los demás afectados.

Fue un tema elegido acerca del desarrollo de la motricidad, es un eje central en Educación Física que engloba todo tipo de movimiento, porque durante este tiempo que hemos estado en confinamiento, las actividades físicas y los lugares públicos fueron restringidos. Me puse a pensar que los alumnos y la gente que hace deporte no iba a tener otra opción más que pausar sus planes de entrenamiento o sus actividades diarias, si es que muy seguido realizaban actividades físicas, es por eso mi interés para que, con mis sesiones, aunque sea por un corto tiempo, estén realizando actividad física y rompan con la rutina sedentaria que estamos viviendo ahora.

EJES TEMÁTICOS DE LA EDUCACIÓN FÍSICA

Los ejes temáticos en la Educación Física son 5 rescatados de (Plan de Estudios, SEP, 2002). De estos ejes se va a mencionar cual o cuales nos van a ser útiles para este trabajo de investigación:

- 1.- Estimulación y percepción motriz.**
- 2.- Capacidades Físicas condicionales.**
- 3.- Formación deportiva básica.**
- 4.- Educación Física para la salud.**
- 5.- Interacción social.**

Los primeros 2 ejes mencionados: Estimulación y percepción motriz y el eje de Capacidades físicas condicionales, son con los que vamos a trabajar. El primer

eje hace enfoque a las experiencias motrices básicas: las vivencias a las que el niño le quedarán grabadas y que irán fortaleciendo el desarrollo y el crecimiento en cantidad y calidad de sus cualidades motoras.

El segundo eje tiene un enfoque hacia el potencial innato que tiene el alumno con el que manifiesta los diferentes movimientos que es capaz de realizar. Su desarrollo, incremento y mantenimiento se enfatizan en las fases sensibles y las presenta en el momento oportuno para su estimulación. Las cualidades o capacidades físicas básicas conforman la condición física de cada individuo y, mediante su entrenamiento, ofrecen la posibilidad de mejorar las capacidades del cuerpo.

PROCEDIMIENTO PARA ABORDAR EL TRABAJO

A continuación, se presentan tres procedimientos para abordar el tema y desde esta perspectiva contar con otros elementos para elegirlo y desarrollarlo:

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

EXPERIMENTACIÓN DE UNA PROPUESTA DIDACTICA

Al abordar temas con este procedimiento el estudiante diseñará, aplicará y analizará secuencias didácticas cuyo tema central esté relacionado con los propósitos educativos, los contenidos o las estrategias didácticas fundamentales. La finalidad de estas tareas es someter a prueba las secuencias y evaluar su eficacia, es decir, valorar en qué medida permiten mejorar los resultados, solucionar problemas detectados y, en general, contribuir a reorientar la enseñanza y el aprendizaje en la educación física.

En resumen, el estudiante normalista puede elegir para su documento recepcional un tema relacionado con situaciones relevantes de interés personal: experiencias, casos, problemas, alternativas y procesos de enseñanza o de desarrollo y aprendizaje de los alumnos; inscribirlo en cualquiera de los tres campos temáticos propuestos para acotarlo y plantear sus contenidos; y utilizar alguno de los tres procedimientos sugeridos. Cabe señalar que los criterios planteados en este apartado no implican que deba seguirse un orden riguroso para la selección y el abordaje del tema, sino que la manera de relacionar todos estos aspectos adquirirá formas diversas según la propia experiencia e interés de cada estudiante.

Mediante las experiencias que tuve como docente en formación, en las escuelas donde estuve asistiendo como practicante me di cuenta de que los alumnos necesitan mucho apoyo en cuanto al trabajo de su desarrollo de la motricidad. Porque, muchas de las veces, los alumnos no sabían agarrar ni aventar una pelota, manejar un aro, usar una cuerda, etc.

Dentro de esto mismo también percaté durante las sesiones de educación física que los niños trabajan mejor y se motivan más cuando hay materiales de por medio para realizar las actividades. Es por eso que, de igual forma, es de mi interés llevar este tema a que se logre, ya que es importante saber que tanto influyen las sesiones de Educación Física para favorecer el desarrollo la motricidad de los alumnos con el apoyo de las TIC'S.

LINEAS DE REORIENTACIÓN DE LA EDUCACIÓN FÍSICA EN LA EDUCACIÓN BÁSICA

Estas son las líneas de reorientación que nos marca el Plan de Estudios 2002 pág. 35-46:

- **La corporeidad como base del aprendizaje en la Educación Física**
- **La edificación de la competencia motriz**
- **El juego motriz como medio didáctico de la educación física**
- **La diferenciación entre educación física y deporte**

- **La orientación dinámica de la iniciación deportiva**
- **Promoción y cuidado de la salud.**

En lo personal, escogí la línea de reorientación: **“El juego motriz como medio didáctico de la educación física”**, ya que mi tema a bordar se trata del desarrollo de la motricidad en las sesiones de Educación Física y esta línea dice lo siguiente:

La educación física cuenta con diversos medios para lograr sus propósitos educativos. El juego motriz organizado es un medio fundamental que se destaca en la escuela, porque proporciona a niños y adolescentes placer, un espacio para expresar afectos y emociones, y una variedad de oportunidades para lograr aprendizajes. 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. Al propiciar el juego en la escuela se deben tomar en cuenta las condiciones y conocimientos previos de cada niño y adolescente. El juego permite poner en el centro de la actividad pedagógica a los alumnos y a sus necesidades formativas, sirve para relacionarse, colaborar y compartir durante el tiempo de ocio, realizar actividad motriz para estar en forma, y ayuda a relajarse. Se debe, entonces, atender y aprovechar el gusto de los escolares por el juego para mejorar la educación física actual y modificar con ello la concepción de la especialidad y de un profesor que sólo pone a jugar a sus alumnos. El juego motriz contribuye al reforzamiento y vinculación de los contenidos aprendidos en el aula, por medio de las actividades al aire libre. El juego educa a los futuros ciudadanos porque

representa una experiencia para la interacción social en el marco de la escuela, por lo que es deseable que el futuro especialista valore al juego motriz por la contribución que hace al aprendizaje de los alumnos (SEP. Plan de Estudios, 2002, p. 35-46).

ÁMBITOS DE LA MOTRICIDAD

Dentro de plan de estudios de la Lic. De Educación Física trabajamos los ámbitos de la Motricidad:

1. **En el ámbito de la psicomotricidad** se estudiará lo concerniente a la imagen esquema corporal: tonicidad-tono, relajación-respiración, la percepción espacial, la estructuración temporal, equilibrio, las coordinaciones dinámica general y fina, y las praxias. Todo este conjunto de temas se han de integrar con el fin de analizar los ajustes perceptivo, motriz y postural. Se analizará, además, cómo la psicomotricidad orienta y es referente básico para el reconocimiento del propio cuerpo en los niños de entre cinco y 11 años, además de cómo el proceso de iniciativa, exploración, descubrimiento y creatividad de los niños posibilita la estructuración del esquema corporal.

2. **En el ámbito funcional** se estudiarán las capacidades motrices básicas: resistencia (aeróbica, anaeróbica, muscular), flexibilidad (elasticidad muscular, movilidad articular), fuerza (potencia, fuerza máxima) y velocidad (velocidad de traslación, reacción). Añadiendo el lugar que ocupan las capacidades coordinativas: equilibrio, ubicación espaciotemporal, lateralidad, ritmo, entre otras.

El segundo curso de esta asignatura comienza con el estudio de los campos del desarrollo en la etapa de los 6 a los 16 años (correspondiente a la educación

primaria y secundaria), para analizar el desarrollo físico y de las capacidades motrices de los niños y jóvenes de esas edades, así como los factores biológicos y ambientales (nutrición y salud, elementos sociales y emocionales, estimulación y prácticas de crianza) que influyen sobre los patrones de crecimiento.

3. **En el ámbito de la expresión** se estudiarán los procesos de comunicación, interrelación, creatividad, lenguaje corporal, baile y representación.

4. **En el ámbito del juego y la actividad ludo motriz** se realizarán lecturas individuales y de grupo con la finalidad de elaborar conclusiones y tener muy claro cuáles y de qué tipo son las manifestaciones motrices. Se insistirá en el estudio del pensamiento y la actuación estratégica de los procesos de anticipación, decisión y memoria motriz, así como de los mecanismos del movimiento.

5. **Desde el ámbito de la iniciación deportiva y del deporte escolar** se estudiarán a profundidad los procesos de interacción grupal: la incertidumbre, la cooperación- oposición, el desempeño motriz, las conquistas personales y todo lo referente a la comunicación corporal no discursiva que se presentan en este tipo de actividades.

En estos ámbitos mencionados anteriormente escogí “**Ámbito de la psicomotricidad**”, ya que es el que más se apega a mi tema cuyo núcleo es el Desarrollo de la Motricidad. Se encuentra en el rango de edad porque abarca de los cinco años hasta los 11 y en donde realizo mis practicas son en los grados de 4to, 5to y 6to año de primaria.

PROPÓSITOS DE LA EDUCACIÓN FÍSICA EN LA EDUCACIÓN BÁSICA

Con el estudio de la Educación Física en la Educación Básica se pretende que los niños y adolescentes:

- Desarrollen su motricidad y construyan su corporeidad mediante el reconocimiento de la conciencia de sí mismos, proyectando su disponibilidad corporal; se acepten, descubran, aprecien su cuerpo y se expresen de diversas formas utilizando el juego motor como medio.

- Propongan actividades que les permitan convivir en ambientes caracterizados por el buen trato, el respeto, el interés, la seguridad y la confianza, afianzando sus valores a partir de la motricidad.

- Participen en acciones de fomento a la salud en todo su trayecto por la Educación Básica, compartiendo y reconociendo su importancia como un elemento primordial de vida, a partir de prácticas básicas como la higiene personal, la actividad física, el descanso y una alimentación correcta.

- Reconozcan la diversidad y valoren la identidad nacional, de tal forma que los juegos tradicionales y autóctonos constituyan una parte para la comprensión de la interculturalidad.

PROPÓSITOS DE LA EDUCACIÓN FÍSICA PARA LA EDUCACIÓN PRIMARIA

Con el estudio de la Educación Física en la educación primaria se pretende que los alumnos:

- Desarrollen el conocimiento de sí mismos, su capacidad comunicativa, de relación, habilidades y destrezas motrices mediante diversas manifestaciones que favorezcan su corporeidad y el sentido cooperativo.

- Reflexionen sobre los cambios que implica la actividad motriz, incorporando nuevos conocimientos y habilidades, de tal manera que puedan adaptarse a las demandas de su entorno ante las diversas situaciones y manifestaciones imprevistas que ocurren en el quehacer cotidiano.

- Desarrollen habilidades y destrezas al participar en juegos motores proponiendo normas, reglas y nuevas formas para la convivencia en el juego, la

iniciación deportiva y el deporte escolar, destacando la importancia del trabajo colaborativo, así como el reconocimiento a la interculturalidad.

- Reflexionen acerca de las acciones cotidianas que se vinculan con su entorno sociocultural y contribuyen a sus relaciones socio motrices.

- Cuiden su salud a partir de la toma informada de decisiones sobre medidas de higiene, el fomento de hábitos y el reconocimiento de los posibles riesgos al realizar acciones motrices para prevenir accidentes en su vida diaria.

PROPÓSITOS DE ESTUDIO.

- Que los alumnos identifiquen su motricidad a través de las sesiones de Educación Física con el apoyo de las TIC´S.

- Fortalecer el desarrollo de la motricidad de los alumnos a través de las sesiones de Educación Física por medio de las TIC´S.

- Reconocer las dificultades, logros y nuevos retos al fortalecer el desarrollo de la motricidad de los alumnos durante las sesiones de Educación Física a través de las TIC´S.

Este tema va a tener como principal propósito fortalecer el desarrollo la motricidad a través de las sesiones de Educación Física con el uso de las TIC´S en el grupo de quinto año de primaria, para que los alumnos fortalezcan y den seguimiento a sus capacidades y habilidades motrices, y demostrar que se tenga un avance en el tema.

LO QUE SÉ DEL TEMA.

Según Claro Institucional (2019) afirma que las TIC´S, son tecnologías que utilizan la informática, la microelectrónica y las telecomunicaciones para crear nuevas formas de comunicación a través de herramientas de carácter tecnológico y

comunicacional, esto con el fin de facilitar la emisión, acceso y tratamiento de la información. Por lo anterior citado considero que son una gran herramienta en la actualidad, tienen muchas ventajas y desventajas que me fueron de gran utilidad para poder tener un contacto más directo con los alumnos y así tener un enfoque específico que me ayudó a obtener un resultado esperado acerca del tema de estudio a abordar.

Las TIC'S fueron la clave que me sirvió para mejorar y darle seguimiento desarrollo de la motricidad en los niños. Esta herramienta aporta mucho en el proceso de educación de los estudiantes debido a que a ellos les gusta el mundo tecnológico y prestan más atención a las actividades que se van a desarrollar en línea, en su espacio personal, desde casa.

El desarrollo motor es el conjunto de cambios que se producen en la actividad motriz de cada individuo durante su vida y surge a partir de tres procesos: maduración, crecimiento, y aprendizaje. Este último, es el que más interesa desde el punto de vista de la educación física y el deporte. Esta forma parte del proceso total del desarrollo humano, que aún no ha llegado a la madurez, ya que desde la infancia el niño experimenta y descubre, progresivamente, habilidades a través del movimiento. (Ruiz Pérez Desarrollo motor y actividades físicas, 1994, pp.).

Cuanto más compleja es la motricidad, más complejo es el mecanismo que la planifica, regula, elabora y ejecuta. La motricidad conduce a esquemas de acción sensoriales que a su vez son transformados en patrones de comportamiento cada vez más versátiles y disponibles. La motricidad retrata, en términos de acción, los productos y los procesos funcionales creadores de nuevas acciones sobre acciones anteriores. Por la motricidad utilizadora, exploratoria, inventiva y constructiva, el Hombre y el niño, humanizando, esto es, socializando el movimiento, adquirirán el conocimiento” (Vitor Da Fonseca, 1989, pp.).

2.2 Descripción del hecho o caso estudiado

En este caso para mi tema de estudio: **“Fortalecer el desarrollo de la motricidad a través de las sesiones de educación física con apoyo de las TIC’S”**.

Anteriormente para trabajar a distancia, a causa de la pandemia, se realizó una actividad previa donde se dosificaron contenidos. Al momento de entregar libros de texto se les dio a los padres, de forma impresa, algunas consignas descritas, cuadernillos, exámenes, etc. Para tener ese primer contacto con ellos y comentar a grandes rasgos la forma de trabajo con todas las medidas necesarias.

Después de cada dosificación, priorizaron los contenidos, elaborar las planeaciones, grupos de WhatsApp, así como su estadística de grupo.

Mi tutor envió a los docentes, y ellos a su vez a los alumnos, el usuario y contraseña de Google Meet. Los docentes de Educación Física están integrados en los grupos de los coordinadores de cada grado, así como de cada docente según sea donde se imparta la clase y de igual forma trabajó por Classroom solo de 2° a 6° en algunos grupos.

2.3 Escuela y ubicación geográfica

Con base en la ubicación geográfica la Escuela Primaria Plan de San Luis, está en la Colonia Paseo, una colonia de clase media. El contexto de la escuela con base en los alumnos y sus familias, son personas que viven alejados a la zona de la escuela y, aproximadamente, entre un cinco y diez por ciento son alumnos que viven en la colonia. De alguna manera hay familias que son tradicionalistas, de las que residen cerca de la colonia, me refiero a que los padres de los alumnos anteriormente fueron alumnos de esa escuela generaciones atrás.

Las familias que vienen de otras zonas de la ciudad optan por inscribir a sus hijos a esta escuela ya que es reconocida por su nivel de enseñanza y la tienen en

un muy buen concepto. Una gran parte de la población escolar llega a la escuela y los recogen en carro, lo que quiere decir que las familias tienen esas posibilidades.

La escuela está hecha de tabique térmico, con tres edificios de dos plantas cada uno, la dirección, oficinas, baños y es una escuela a la que se le da mantenimiento continuamente para tenerla en óptimas condiciones para los alumnos. Cuenta con tres canchas, dos de las cuales están techadas (ver anexos número 1 de escuela y ubicación geográfica).

2.4 Características sociales relevantes

En toda la escuela en el contexto externo de las instalaciones observamos que es una zona con un tránsito regular y a consecuencia de esto se origina un índice de delincuencia medio. Además de que se encuentra rodeada por colonias reconocidas por asaltos a mano armada y robo a casa habitación. Hermosilla Rodríguez (2009) afirma es de importancia clave analizar el contexto y características del colectivo y sus necesidades, déficits o carencias ante una situación dada. Fruto de este trabajo se establecerán una serie de necesidades a resolver en un colectivo con un contexto y características propias, que enmarcan y condicionan el desarrollo de la intervención (p.287).

El espacio escolar se encuentra delimitado por bardas de concreto con protección de reja, además de que cuenta con dos puertas de ingreso y egreso. Una principal que se encuentra en la calle Rafael Cepeda, otra trasera en Roque Estrada. Debido a que la escuela se encuentra en la mancha urbana se puede llegar a ella en bicicleta, motocicleta, autobús, automóvil o simplemente caminando. Cuenta con 3 rutas de llegada: una de Salvador Nava, otra por el Boulevard Rio Española y por último por la calle Azteca Sur. A continuación, se presenta la ruta más corta de la Benemérita y Centenaria Escuela Normal del Estado de San Luis

Potosí a la escuela primaria “Plan de San Luis” (ver anexos número 2 del espacio escolar y croquis).

2.5 Preguntas centrales que guiaron el desarrollo del trabajo

- ¿Qué es la motricidad?
- ¿Qué son las sesiones de Educación Física?
- ¿Qué son las TICS?
- ¿Cómo identificaron los alumnos el desarrollo de la motricidad a través de las sesiones de Educación Física con el apoyo de las TICS?
 - ¿Cuáles fueron las manifestaciones de los alumnos al trabajar el desarrollo de la motricidad dentro de las sesiones de Educación Física con el apoyo de las TICS?
 - ¿Cómo se fortaleció el desarrollo de la motricidad de los alumnos dentro de las sesiones de Educación Física a través de las TICS?
 - ¿Cuáles fueron los logros, dificultades y nuevos retos se tuvieron al fortalecer el desarrollo de la motricidad en las sesiones de Educación Física con el apoyo de las TIC’S?

2.6 Conocimientos obtenidos de la experiencia y de la revisión bibliográfica

Las actividades que tuve que realizar para obtener información acerca de la escuela y los alumnos fueron entrevistas virtuales con la directora Saraí de la institución y el maestro José Ovalle Alonso encargado de los grados de cuarto, quinto y sexto en la escuela primaria Plan de San Luis, y además de mi tutor en esta escuela durante la práctica.

El siguiente autor menciona la importancia y para qué sirve realizar entrevistas: “La entrevista es una forma de comunicación interpersonal que tiene

por objeto proporcionar o recibir información, y en virtud de las cuales se toman determinadas decisiones” (Arias Galicia, 1976).

Gracias a las entrevistas que realicé con la ayuda de la guía de observación pude completar este esquema que va a ser el cuerpo del ensayo pedagógico.

Y las actividades a realizar durante las sesiones son:

- Clases virtuales.
- Circuitos motores.
- Competencia motriz.
- Juegos individuales.
- Desarrollo de la motricidad a través de actividades y ejercicios.
- Apoyo de la información a través de las TIC´S.

Las fuentes de consulta serán lecturas y documentos que se me han brindado a lo largo de la carrera de la Licenciatura en Educación Física y documentos de apoyo de diferentes autores que justifiquen lo dicho al tema.

También mencionaré las asignaturas que están incluidas en el plan de estudios de la Licenciatura de Educación Física del Plan de estudios (2002).

- Bases filosóficas legales y organizativas del sistema educativo mexicano.
- Problemas y políticas de la educación básica.
- Estrategias para el estudio y la comunicación.
- Propósitos y contenidos de la educación básica 1 y 2.
- La educación en el desarrollo histórico de México 1 y 2
- Seminario de temas selectos de la historia y pedagogía y la educación 1 y 2.
- Gestión escolar.

- Desarrollo infantil 1 y 2.
- Desarrollo de los adolescentes 1 y 2.
- Niños y adolescentes en situaciones de riesgo.
- Necesidades educativas especiales.
- Introducción a la educación física.
- El cuerpo estructura y funciones 1 y 2.
- Juego y educación física.
- Desarrollo corporal y motricidad 1 y 2.
- Iniciación deportiva.
- Formación perceptivo motriz a través del ritmo 1 y 2.
- La actividad física y salud 1 y 2.
- La actividad motriz en el medio acuático.
- Planeación de la enseñanza y evaluación del aprendizaje 1 y 2.
- Deporte educativo y los adolescentes 1 y 2.
- Educación para el uso del tiempo libre 1 y 2.
- Organización de actividades de educación física en la escuela.
- Asignatura regional.
- Escuela y contexto social.
- Observación del proceso escolar.
- Organización y práctica docente 1 y 2.
- Organización y práctica docente 3 y 4.
- Trabajo docente 1 y 2.
- Taller de análisis del trabajo docente y diseño de propuestas didácticas 1 y 2.

Por otro lado, las materias que se llevaron a cabo durante la carrera de la licenciatura en Educación Física, las más relevantes para poder realizar este ensayo pedagógico son:

La materia de **Desarrollo infantil 1 y 2**, para mí es importante esta materia ya que me brindó el conocimiento de diversos factores que influyen en el

aprendizaje escolar y sus implicaciones durante las prácticas en el desarrollo de los niños, que en este caso serían los alumnos.

En la materia de **Desarrollo de los Adolescentes 1 y 2**, me fue de gran ayuda, ya que me hizo comprender el desarrollo cognitivo y corporal en los adolescentes y fue de gran relevancia para la enseñanza de aprendizajes, pues en la escuela de práctica tengo alumnos que van desde los 9 a 11 años; una etapa que pasan de niños a adolescentes.

La materia que me resultó de más ayuda para la realización de este trabajo fue la de **Desarrollo corporal y motricidad 1 y 2**, ya que va ligado con mi tema del documento titulado “**DESARROLLO DE LA MOTRICIDAD A TRAVÉS DE LAS SESIONES DE EDUCACIÓN FÍSICA CON LA AYUDA DE LAS TICS**” esta materia fue de gran utilidad, pues como su nombre lo indica: **Desarrollo corporal y motricidad** es donde me basé para escoger el título de mi documento. Es un tema que siempre ha llamado mi atención, porque la motricidad es muy importante en esta edad, para la Educación Física la motricidad es principal tema de estudio y es parte del proceso de adquisición de habilidades y competencias motrices.

La materia de **Escuela y Contexto Social** también fue muy importante porque puse en práctica con la realización del documento mis aprendizajes y asimilando bien la escuela en que practiqué y su contexto social, tanto interno como externo, pude informarme y conocer qué tipo de sociedad habita la escuela en donde se desenvuelven los alumnos y padres de familia, incluyendo el nivel socioeconómico. Para terminar, hablando de las materias las últimas dos de séptimo y octavo semestre que son el **Trabajo Docente 1 y 2** y el **Taller de análisis del Trabajo Docente y diseño de propuestas didácticas** son las que me guiaron en la realización de este trabajo y para lograr que mis propósitos en general se cumplieran durante la práctica docente, a pesar de la poca participación por el trabajo a distancia con los alumnos.

La materia de **Planeación de la enseñanza y evaluación del aprendizaje 1 y 2**, es principalmente la materia que me dio las herramientas y la base de lo que es poder planear una clase y como evaluar durante estas a los niños de diferentes formas, tanto como individual como en forma grupal. Tenemos claro que las planeaciones son esenciales porque no se puede dar una clase sin antes ser planeada, de lo contrario si se da una clase inventada y algo no salió bien, no tendremos con que justificar si algún ejercicio salió mal u ocurrió un tipo de incidente.

CAPÍTULO III

3. DESARROLLO DEL TEMA

3.1 La motricidad

Es fundamental mencionar y adentrarnos al tema de motricidad, pues mi intención principal es el “desarrollo de la motricidad” y para comenzar a hablar de ello es importante saber todo lo que conlleva algún tipo de movimiento corporal.

Se define:

La motricidad, según diferentes corrientes psicomotoras, como la capacidad de producir movimientos, los cuales son producto de la contracción muscular que se produce por los desplazamientos y segmentos del cuerpo, a la vez, que por la actitud y el mantenimiento del equilibrio (Zapata, 1979, pp.).

Para los niños y los preadolescentes es de suma importancia el desarrollo de la motricidad, ya que con las dificultades que nos ha traído la pandemia, también nos ha ocasionado una vida sedentaria y con poco trabajo motor en nuestra vida diaria.

En definitiva y en las palabras que nos menciona el autor Ponce de León (2009):

La motricidad, en Educación Infantil, ocupa un lugar relevante por el hecho de promover y mejorar el conocimiento de uno mismo, las posibilidades y limitaciones del cuerpo, la capacidad para entablar relaciones con el medio que nos rodea, así como por su cualidad de intervención, pues en pleno siglo XXI, juega un papel importante en el trabajo de la emociones y sentimientos y en la adquisición de hábitos y formas de vida saludables.

Es por esto por lo que la motricidad permite trabajar simultáneamente, habilidades motrices, cognitivas, lingüísticas, afectivas y sociales. En pocas

palabras puede ser considerada una buena herramienta de enseñanza-aprendizaje en la educación.

Hay un concepto que llama mi atención y estoy totalmente de acuerdo con él, que nos dice el autor Jean Piaget (1970):

La acción es el motor del conocimiento, y el niño no conoce sino actuando, y nuestras más elaboradas construcciones internas no son sino acciones interiorizadas, es evidente que no hay aprendizaje posible que no parta de vivencias y experiencias personales (p. 8).

Concuerdo con el autor Piaget al tener un claro ejemplo como son las sesiones de Educación Física durante nuestras prácticas que hemos realizado durante nuestra estancia en la Escuela Normal del Estado de San Luis Potosí. Si nosotros no practicáramos dando clases, al momento del término de nuestros estudios y con una asignación de trabajo a una escuela, no estaríamos listos para dar clases frente a grupo y los aprendizajes adquiridos durante la licenciatura no tendrían propósito, tener el conocimiento sería en vano si no lo llevamos a las aulas, además es importante conocer durante las prácticas diversas estrategias para controlar al grupo. Es un tema que se habla del día a día para el educador físico y son retos que hay que afrontar y superar para llegar a ser el docente que cumple con su perfil.

Psicomotricidad en la Educación: motricidad fina y gruesa

La psicomotricidad ocupa un lugar muy relevante en la etapa de Educación Infantil; está demostrado que en la primera infancia existe una gran interdependencia en el desarrollo motor afectivo e intelectuales.

En la teoría de Piaget él afirma incluso que la inteligencia del niño se construye a partir de la actividad motriz que este realiza. Por tanto, en los primeros años de la educación del niño, hasta los 6-7 años aproximadamente, la educación

es psicomotriz porque todo el conocimiento y aprendizaje parte de la propia acción del niño sobre el medio y las experiencias.

La motricidad fina y gruesa es el dominio que el ser humano es capaz de realizar sobre su propio cuerpo. Es algo integral ya que intervienen todos los sistemas del organismo.

Esta motricidad manifiesta todos los movimientos del ser humano. Dichos movimientos determinan el comportamiento motor de los niños desde los 0 a los 6 años mediante las habilidades motrices básicas. (Pablo Sánchez, 2020)

Motricidad gruesa

La adquisición de habilidades de carácter grueso se concibe como un proceso sistémico, en donde la percepción visual y la ejecución de movimientos influyen de forma recíproca.

La motricidad gruesa implica los grandes movimientos del cuerpo, de carácter más global, como, por ejemplo: el salto, la carrera y la marcha. Dichos movimientos se mejoran de forma progresiva a lo largo de la Etapa de Educación Infantil.

Etapa de 0 a 6 meses

En esta etapa existe una dependencia completa de la actividad refleja, en especial la succión. Si nos vamos hacia los 4 meses, comienzan a los movimientos de carácter voluntario, debido a los estímulos externos.

6 meses a 1 año

Se caracteriza por la organización de las nuevas posibilidades de movimiento. Se puede denotar una movilidad mayor que se va integrando con la elaboración del espacio y tiempo. Muy ligada con el tono muscular y la maduración específica del proceso de crecimiento.

1 a 2 años

Sobre el año de vida, el niño ya consigue andar de forma autónoma y puede subir escalones con cierta ayuda. Al llegar a los 2 años de vida consigue correr y saltar con los pies juntos. Además, se pone en cuclillas y aparecen nuevas especificidades en el movimiento.

3 a 4 años

En esta etapa ya se consolida lo adquirido hasta entonces. Ciertas habilidades motrices básicas como correr se consolidan y experimenta nuevas experiencias como andar de puntillas, subir escaleras sin ayuda ni apoyos, etc.

5 a 7 años

Aparece el equilibrio en una fase muy importante, en esta edad se va adquiriendo total autonomía. Se automatizan los conocimientos adquiridos hasta este momento y se perfeccionan.

A partir de los 7 años

Es a partir de los 7 y 8 años de edad cuando la maduración se completa, por ello, a partir de este momento y hasta finalizar la Educación Primaria (12 años), es el momento más adecuado para realizar actividades que favorezcan el equilibrio y la coordinación de movimientos. (Pablo Sánchez, 2020)

Motricidad fina

El control de dicha motricidad hace referencia a la coordinación de las funciones de carácter neurológico, esquelético y muscular.

Constituye un refinamiento más específico del control de los movimientos gruesos y, por tanto, se demora más en el tiempo su desarrollo y expresión. Es más, el control de esta motricidad fina es uno de los elementos que se emplean para precisar la edad de desarrollo que tiene un niño.

La motricidad fina implica precisión, eficacia y armonía. También puede definirse como todas aquellas acciones del ser humano en cuya realización se relaciona la intervención óculo-manual como antes anticipábamos. Aunque se incluye también la interacción óculo-pédica.

0 a 12 meses

No tienen control óculo-manual, pero hacia el final del año de vida, ya aparece ciertos inicios de control sobre sus manos (tocar la palma, cerrar el puño, etc). Este último movimiento hace referencia a un reflejo inconsciente llamado "reflejo Darwinista" y desaparece a los 3-4 meses. Por tanto, en este momento, puede agarrar un objeto puesto en la mano, pero sin ningún conocimiento voluntario.

La coordinación óculo-manual comienza a desarrollarse a partir de los 3-4 meses, comenzando así un nuevo periodo llamado ensayo-error, al ver los objetos e intentar cogerlos. Finalmente, sobre el quinto mes, ya consiguen coger un objeto dentro de su alcance.

El logro de motricidad fina más relevante de esta etapa aparece a partir de los 12 meses, es el conocido por coger cosas empleando los dedos como tenazas (pellizcado).

1 a 3 años

La propia curiosidad y el desarrollo del niño hace que se atreva a manipular objetos de un modo cada vez más complejo.

Los dibujos que se ejecutan son garabatos, pero comienzan a realizar figuras más o menos circulares que les servirán de patrón para ejecutar dibujos más complejos.

3 a 5 años

En esta etapa comienzan a experimentar un salto evolutivo motriz importante. Comienzan con un mayor control del lápiz y dibujan figuras humanas, animales y demás con trazos simples. Pero es hacia el final de esta etapa, cuando ya disponen de un mayor dominio óculo-manual. En el manejo de tijeras, plastilina, etc.

5 años

A partir de los 5 años los niños consolidan y avanzan notablemente más allá del desarrollo logrado en la anterior etapa. Perfeccionan lo adquirido con anterioridad. Ya cortan y pegan con criterio y son capaces de abrochar botones pequeños y tener un mayor control motriz en tareas de carácter rutinario. (Pablo Sánchez, 2020)

Importancia de la motricidad fina y gruesa

Como podemos ver, el desarrollo de la motricidad fina y gruesa están muy ligados con el enriquecimiento de la enseñanza y el aprendizaje de los niños en el ámbito académico.

Por tanto, el desarrollo de la motricidad fina y gruesa se torna fundamental desde las etapas de preescolar y Educación Infantil, realizando un trabajo interdisciplinar entre el tutor de dicha etapa y el profesional que imparta psicomotricidad en dichas etapas.

La Educación Física juega un importante papel también en edades tempranas, tanto para el desarrollo de la motricidad fina y gruesa como para el establecimiento de rutinas y hábitos que se verán reforzados en la Educación Primaria. (Pablo Sánchez, 2020)

Cabe mencionar que en la práctica de la motricidad de los niños es importante que exista la motivación a través de las actividades. Pues según Pérez Mariscal (2009): “El alumno manifiesta su motivación cuando está activo, cuando

atiende, cuando cuestiona, cuando ayuda y cuando siente deseo y placer para analizar alguna actividad”.

3.2 Las sesiones de educación física

Las sesiones de Educación Física son muy importantes y la base de nuestro trabajo como educadores físicos. No se debe olvidar que el cuerpo y el movimiento son los ejes básicos en los que se centra su acción educativa y que también, actualmente, el eje principal de la Educación Física es el “Desarrollo global de la motricidad”.

Las sesiones son un paso previo a la propia intervención, es un trabajo de preparación muy personal del profesor de Educación Física que concreta su función dentro de la clase.

La planeación orienta al profesor sobre la distribución de dichas sesiones durante el curso, los contenidos y objetivos que debe desarrollar en cada una de estas, como nos dice el autor (Viciana, 2002) en la siguiente cita:

El plan de sesión es la manera que el profesor de Educación Física tiene de plasmar la planificación de esta en un documento escrito. En él se explica todos los componentes necesarios para impulsarla. La Planificación de la sesión es un aspecto muy importante en la labor docente del profesor de Educación Física, pero también son conscientes de que esta importancia va perdiendo intensidad a medida que el profesor va adquiriendo experiencia y se asienta en un centro a desempeñar su docencia (Viciana, 2002, pp. 207-212).

Llevé la materia de “Planeación de la Enseñanza y Evaluación del Aprendizaje” ahí me di cuenta de que concuerdo con la autora mencionada en todos

los aspectos desde los que son los contenidos y los propósitos a desarrollar, hasta lo que dice que va perdiendo importancia conforme a la experiencia que el docente va adquiriendo al pasar de los años. Esto es porque respecto a sus experiencias que han tenido los docentes y por preguntas que les he hecho durante mis prácticas profesionales, es verdad, porque ya adquiere otro valor la planeación cuando estás trabajando en una escuela. Sirve más para respaldar tu trabajo en caso de que suceda algún accidente o imprevisto durante la clase; es muy importante que los alumnos se les cuide en su integridad física, emocional y en situaciones que se salgan de control.

Hay muchos factores que influyen en un cambio drástico que provoque algún tipo de accidente, principalmente que el alumno este jugando o realizando de manera incorrecta la actividad planeada y es ahí cuando suceden cambios o accidentes.

Esto es algo que pasa muy seguido en las instituciones, según experiencias contadas de mis tutores en mis estancias durante las practicas que tuve a lo largo de mi formación docente y es, según mi pensar, el valor que se va dando a la “planeación” en las escuelas.

3.3 Las TIC´S

Las Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC´S) en la actualidad, son una herramienta de suma importancia, que nos permite estar en contacto virtualmente a grandes distancias y que también nos aportan información infinita.

En lo personal las TIC´S me sirvieron mucho durante la pandemia causada por una familia de coronavirus nombrado covid-19. Las clases presenciales se tuvieron que cancelar y hasta ahora no hemos vuelto a la normalidad en las

escuelas ni en la sociedad. Por lo tanto, se tuvieron que buscar los medios para poder seguir dando clases a los niños desde el resguardo y seguridad de sus casas.

Es por esto por lo que se pudo lograr que las prácticas para los docentes en formación fueran posibles con el apoyo y uso de las TIC'S, como en la siguiente cita nos menciona lo que es y para que nos sirven las TIC'S:

Su función principal es facilitar el acceso a la información fácil y rápida en cualquier formato, esto es posible a través de la inmaterialidad; es decir, de la digitalización de la información para almacenarla en grandes cantidades o tener acceso aún si está en dispositivos lejanos.

En segundo lugar, la inmediatez, pues la información tiene la capacidad de ser compartida instantáneamente. Aunque la característica más importante es que permite la comunicación bidireccional entre varias personas, esto es utilizado cuando se trata de foros, mensajería instantánea, videoconferencias.

Entre los beneficios que aportan podemos mencionar:

- Permite el desarrollo de la salud y educación
- Desarrollo de profesionales a través del intercambio de información
- Permite el aprendizaje interactivo

(Universidad Latina, 2021).

Por consiguiente, opino que, así como el uso de las tecnologías tiene muchos beneficios, también tiene usos en contra. Estos malos usos son dados por la población joven en su mayoría, estoy hablando de los niños y adolescentes, que tienen libre albedrío al buscar algo en internet. Así como pueden buscar información para hacer sus tareas, estas pueden no ser de fuentes confiables y tener información incorrecta, cosa que los jóvenes no conocen. También como es bien

sabido, pueden navegar en redes sociales y ver contenido que no va conforme a su edad y pueden perturbar su mente.

De igual manera las TIC'S proporcionan a través de internet juegos en línea y los padres por hacer que su hijo no los interrumpa, les dan libertad de que su tiempo de ocio lo usen de mala manera, al contrario de que motivar al niño a realizar algún tipo de actividad que le deje algo de provecho. Pero hablando en el aspecto académico, sí es una muy buena herramienta.

Posiblemente uno de los efectos más significativos de las TIC'S en los centros educativos es la posibilidad que nos ofrecen para flexibilizar el tiempo en el cual el estudiante recibe la información y el espacio donde lo realiza.

Por lo general, estamos acostumbrados a una formación donde se encuentra determinado desde el principio donde tiene que estudiar e interaccionar el estudiante con la formación: en el aula; cuándo debe recibirla: en una propuesta anual-escolar, en una jornada continua o partida, y con la posibilidad de realizar actividades específicas fuera o ajenas a la jornada escolar. Por el contrario, las TIC'S y concretamente aquellas que se generan alrededor de la telemática, tanto en su Concepción online como offline "ofrece al estudiante una elección real en cuando, cómo y dónde estudiar, ya que puede introducir diferentes caminos y diferentes materiales con algunos de los cuales se encontrarán fuera del espacio formal de formación punto en consecuencia, se favorece que los estudiantes sigan su propio progreso individual a su propia velocidad y de acuerdo a sus propias circunstancias" (Cabrero, 2000, p. 26).

Algunas de las plataformas comunes para realizar las clases en línea, que son las más recomendadas porque cumplen las características más completas para poder llevar a cabo las clases con las herramientas suficientes, son las que se mencionan a continuación a través de este artículo de investigación que es el más actualizado en espacios virtuales para este tipo de trabajos:

Skype

Skype es el software de videoconferencia más popular desde hace años. En formaciones y conferencias online es la plataforma de conexión que normalmente solicitan los profesores para conectarse.

Esta opción funciona bien para dar clases con un número reducido de estudiantes si necesitas conversar con ellos por voz. El número de estudiantes que pueden unirse a tu clase es 50, aunque es posible que este número se aumente por Microsoft para facilitar el aprendizaje online en solidaridad con los momentos complicados que vivimos.

Puedes crear una reunión desde su versión online Skype a la que los estudiantes pueden unirse a través de un simple enlace sin tener cuenta de Microsoft. También pueden unirse desde la aplicación Skype para PC o en el iPad o tableta Android pero tendrán que registrarse en Skype a través de un email.

Se puede compartir archivos y mostrar la pantalla de tu ordenador a los asistentes para apoyar tus explicaciones con imágenes, diapositivas, vídeos, gráficas o una pizarra digital.

Con Skype también pueden los estudiantes plantearte preguntas a través de un chat o tener conversaciones cara a cara y comunicarse contigo por viva voz ya sea desde su PC, móvil o tableta. También te permite tener una visión de la clase entera a través de las miniaturas de la webcam de los asistentes.

Puede grabarse la sesión desde el mismo Skype y los estudiantes recibirán un aviso de que se está grabando para darte permiso. La clase grabada estará disponible durante 30 días en Skype pudiendo descargarla en tu PC para guardarla o hacerla llegar a tus estudiantes y así puedan repasar o verla si no pudieron atender.

Igualmente puedes programar la fecha y la hora en que vas a dar la clase pudiendo preparar el entorno con antelación y así hacer llegar un enlace web público a tus estudiantes por email o plataforma.

Google Meet

Es el sistema de videoconferencia diseñado por Google que se integra con tu cuenta de Gmail. Siendo normalmente 100 el número máximo de estudiantes que pueden asistir, pero que han aumentado por la situación actual a 250. Podrás también grabar la sesión para compartirla con tus estudiantes al finalizar desde Google Drive.

Al igual que Skype permite mostrar la pantalla de tu PC para explicar a través del uso de presentaciones, imágenes y vídeos. Pero cuando compartes la pantalla, los estudiantes dejan de ver tu imagen.

Realmente no es un inconveniente ya que les puede ayudar a concentrarse en tu explicación en pantalla en vez de mirarte. Pero si necesitas que sigan viendo tu imagen, una solución es conectarte a la sesión de Hangouts desde tu PC y al mismo tiempo desde tu dispositivo móvil. Desde un equipo compartes tu imagen y desde el otro compartes tu pantalla con la explicación.

También puedes programar la fecha y hora de la clase y hacerles llegar un enlace web público con antelación para que se conecten rápidamente en el momento de su inicio.

Si usas Google Classroom, Google Meet se integra ahora con tu curso y puedes habilitar y hacer visible la videoconferencia desde esta plataforma.

Requisitos técnicos:

- Un ordenador o dispositivo móvil con conexión a Internet
- Disponer de una cuenta de Google.

- Conectarse a través de cualquier navegador web ya que no dispone de aplicación de escritorio para instalar en el PC.
- Posibilidad de conectarse a través de la App móvil: iOS (iPad) o Android
- Activar la cámara web si deseas mostrar tu imagen

Zoom

Zoom ofrece la posibilidad de realizar videoconferencias como seminarios online y emisiones en directo a un gran número de asistentes.

En comparación con las anteriores opciones destaca que la videoconferencia y el audio se transmite en alta definición (HD) sin cortes, asegurando una calidad de la imagen muy profesional y una experiencia en línea de los estudiantes muy fluida, incluso si compartes un vídeo con ellos y tus clases en línea son numerosas.

Los alumnos se unen a la videoconferencia pulsando en un enlace web que les haces llegar previamente vía correo electrónico.

Como inconveniente es instalar la aplicación en el PC, tableta o una extensión para el navegador web, lo que puede generar problemas técnicos. Para utilizar Zoom, asegura que los asistentes pueden instalar el programa para que no haya problemas al inicio de la clase.

Otra ventaja con Zoom es la opción de emitir la sesión al mismo tiempo en directo en YouTube Live o Facebook Live, siendo muy cómodo si uno desea llegar a una audiencia más amplia.

Con Zoom puedes compartir la pantalla de tu PC, así como compartir enlaces web y archivos a través del Chat incorporado. También ofrece funcionalidades de interacción como la posibilidad de lanzar preguntas durante la formación y mostrar

las respuestas registradas a todo el grupo que atiende. Puede ser una buena manera de ver si están entendiendo el tema e interactuar con ellos.

Por último, Zoom dividir los alumnos en grupos de trabajo e incluso no es necesario que estés presente durante una videoconferencia que has organizado. Se puede usar esta opción para que los estudiantes hablen y trabajen en grupo en casa mientras grabas la sesión, pudiendo corregir errores más tarde o ver la participación del grupo.

Zoom, en su opción gratuita, permite clases individuales entre un profesor y un solo alumno/a sin límite de tiempo. Pero para clases con un grupo, aunque ofrece hasta 100 asistentes, no se pueden superar los 40 minutos.

Requisitos técnicos:

- Acceso desde cualquier navegador web
- Sólo el profesor ha de crearse una cuenta en Zoom pero los estudiantes tendrán que descargar un archivo de instalación.
- Posibilidad de conectarse a través de la App móvil: iOS (iPad) o Android
- Dar permiso de acceso a la cámara web y audio si deseas mostrar tu imagen y quieres hablar. Meritxell Viñas (2020).

En mi experiencia durante estas prácticas la plataforma con la que yo estuve trabajando y con la que la escuela trabajaba fue con **Google Meet** y fue una plataforma cómoda ya que casi nunca tuve problemas por mala conexión o que se trabara la plataforma, por lo tanto la recomiendo ya que te permite que se conecten un gran número de participantes en la conferencia, y te da diversas opciones para interactuar docente-alumno, tiene opción para avisar si quieres participar, y silenciar micrófono, activar o desactivar la cámara, además de que pueden compartir

pantalla que es una opción para poderles mostrar desde tu monitor o dispositivo algún documento, video o pasarles una información en específico.

3.4 Identificación del desarrollo motriz de los alumnos a través de las sesiones de educación física con el apoyo de las TIC'S.

Durante las pocas sesiones que tuve contacto virtualmente con mis alumnos, ellos pudieron identificar el desarrollo de la motricidad con unas preguntas que les hacía al término de cada sesión la principal era ¿Cómo te sentiste? la segunda pregunta fue ¿Qué se te dificultó? la tercera es ¿Qué se te hizo más fácil? y la cuarta y última pregunta es de reflexión y es ¿Qué necesitas para mejorar?

Con el desarrollo de estas preguntas al término de cada una de mis sesiones, los alumnos reflexionaban qué era lo que hicieron en las actividades que se les estuvo impartiendo durante la sesión, por ejemplo al hacerles la segunda pregunta de ¿Qué se te dificultó? ellos ya empezaron a identificar en que era en lo que fallaron en la actividad, los que me respondieron en su pregunta de ¿Qué se les hizo más fácil? fue porque ellos de alguna manera estaban más desarrollados que los demás respecto a su motricidad y la última pregunta de reflexión, fue la más importante ya que ellos mismos me decían que era lo que tenían que mejorar, y ellos se planteaban y proponían retos de practicar más en sus casas o hacer diferentes ejercicios para que esa actividad que realizaron en donde hubo dificultad se les hiciera más fácil en un futuro.

A continuación, mi primera sesión y su contenido (ver anexo número 3):

Propósito o Intención Didáctica: Que los alumnos tengan una mejor coordinación y ritmo para el desarrollo de su motricidad mediante la sesión.

Calentamiento:

Mover 8 veces (las partes mencionadas del cuerpo) la cabeza (círculos), hombros (arriba y abajo), brazos estirados (arriba y abajo), cadera (en círculos de izquierda y después de lado derecho), rodillas flexionadas (adelante y atrás), tobillos y pies (girarlos de izquierda y después de derecha).

Salta, saltarín

Realiza:

- 10 saltos chicos en tu lugar contando en voz alta (descansa 15 segundos después de los saltos).
- 10 saltos medios contando en voz alta (descanso de 25 segundos después de los saltos).
- 10 saltos grandes contando en voz alta (descanso de 30 segundos después de los saltos).
- 10 saltos con tu pie izquierdo en tu lugar y 10 saltos con el pie derecho en tu lugar (descanso de 35 segundos después de los saltos).
- 20 saltos abriendo y cerrando brazos y piernas (descanso de 40 segundos después de los saltos).
- Con una caja de zapatos brincar la caja de un lado a otro (laterales) izquierda a derecha 10 veces de cada lado (descanso de 1 minuto después de los saltos).
- **Responder:** ¿Cómo te sentiste?, ¿Qué se te dificultó?, ¿Qué se te hizo fácil? Y ¿Qué necesitas para mejorar?

Evaluación (lista de cotejo y evidencias de clase, ver anexo número 3.1).

Descripción de sesión:

En mi primera sesión aplicada el 28 de enero del 2021, comencé con un calentamiento cefalocaudal, moviendo 8 veces cada una de las partes del cuerpo que fui mencionando desde la cabeza hasta los pies, para después pasar a la actividad que principalmente la primera indicación fueron 10 saltos chicos en su lugar contando en voz alta para ir viendo cuántos llevábamos y después de esos diez saltos descansamos 15 segundos para pasar a unos saltos medios, de igual forma contando en voz alta y aumentando el tiempo de descanso a 25 segundos, después de esos 10 saltos medios pasamos a los saltos grandes, que también fueron 10 y que los contamos en voz alta, y después de realizarlos descansamos 30 segundos, de ahí aumentamos la dificultad en los saltos, ya que después, realizamos 10 saltos con un solo pie, empezando por el pie izquierdo y después otros 10 saltos con el pie derecho, descansando 35 segundos después de esos saltos de ahí realizamos, 20 saltos abriendo y cerrando brazos y piernas con un descanso de 40 segundos, después de esos saltos, cuando acabamos de realizar esta serie de ejercicios, los alumnos si se encontraban un poco cansados, ya que estaban desacostumbrados a realizar los saltos por el motivo de la suspensión de clases presenciales, entonces también tuvieron complicaciones en los saltos de mayor grado de dificultad. Después los hice que consiguieran una caja de zapatos y por fortuna todos los alumnos tenían una a la mano, si no tenían ese elemento podían conseguir otra cosa para poderlo suplir y saltar ya que el ejercicio se trataba de brincar de lado a lado o en laterales mejor dicho de izquierda a derecha 10 veces de cada lado después de eso fue un descanso de un minuto y con eso terminamos la sesión y después respondieron a mis preguntas al término de la sesión, ellos al responder las preguntas que incluí en mis planeaciones después de realizar cada sesión (¿Cómo te sentiste?, ¿Qué se te dificultó?, ¿Qué se te hizo fácil? Y ¿Qué necesitas para mejorar?) lograba eso que identificaran que fue lo que se trabajó, recuerdo que una alumna de nombre Abigail se mostraba muy participativa y

respondió a todas las preguntas, haciéndome ver que ella en lo personal sí logro identificar el desarrollo de la motricidad a través de estas actividades, porque en la primera pregunta me dijo que se sintió muy contenta de tener clase de Educación Física; en la segunda pregunta me dijo que se la había dificultado saltar en un solo pie para mantener su equilibrio, en la tercera pregunta dijo que se le hizo fácil los primero saltos que hicimos y en la última, que consideré esta pregunta la más importante porque es donde me doy cuenta que si identifican la intención de la actividad, fue que ella dijo que necesita practicar más para que lo que se le hizo difícil, en un futuro ya no se le complique y pueda realizar estas actividades de la mejor manera posible.

Entonces a todo el grupo le dije que para que no les resultara difícil cuando otra vez hiciéramos ejercicios de este tipo, es su casa o un espacio que tuvieran practicara juegos de ejercicios o que hicieran su deporte favorito para que se encontraran en continuo estimulación motriz y no se estancaran en sus habilidades y capacidades motoras.

A continuación, esta sesión descrita que ayuda con la identificación del desarrollo de la motricidad (ver anexo número 4):

Propósito o Intención Didáctica: Desarrollo de la motricidad fina y gruesa para la mejora de sus movimientos a través de la sesión.

Lanza, atina y encesta

Calentamiento:

Mover 8 veces (las partes mencionadas del cuerpo) la cabeza (círculos), hombros (arriba y abajo), brazos estirados (arriba y abajo), cadera (en círculos de izquierda y después de lado derecho), rodillas flexionadas (adelante y atrás), tobillos y pies (girarlos de izquierda y después de derecha).

Realiza:

- Consigue tres botes de plástico y haz nueve bolas con pares de calcetas.
- Colocar un bote a medio metro de distancia de ti el segundo a 1 metro de distancia y el tercero a 3 metros de distancia.
- Sentado en el piso lanzar tres bolas de calcetas al primero bote, si no le atinas no la recojas.
- Sentado en el piso lanzar tres bolas al segundo bote, si no le atinas no la recojas.
- Sentado en el piso lanzar tres bolas al tercer bote, si no le atinas no la recojas.
- **Responder:** ¿Cómo te sentiste?, ¿Qué se te dificultó?, ¿Qué se te hizo fácil? Y ¿Qué necesitas para mejorar?

Evaluación (lista de cotejo y evidencias de clase, ver anexo número 4.1).

Descripción de sesión:

En esta sesión aplicada el 11 de febrero del 2021, hablé acerca de la motricidad fina y la motricidad gruesa, ya que como se nos menciona aquí por Pablo Sánchez (2020):

La Motricidad Gruesa es la adquisición de habilidades de carácter grueso se concibe como un proceso sistémico, en donde la percepción visual y la ejecución de movimientos influyen de forma recíproca, y la Motricidad Fina es el control de dicha motricidad que hace referencia a la coordinación de las funciones de carácter neurológico, esquelético y muscular.

Constituye un refinamiento más específico del control de los movimientos gruesos y por tanto, se demora más en el tiempo su desarrollo y expresión. Es más, el control de esta motricidad fina es uno de los elementos que se emplean para precisar la edad de desarrollo que tiene un niño o niñas.

Inicié mis actividades planeadas con un calentamiento céfalo-caudal, esté siempre lo llevo a cabo en todas mis sesiones antes de empezar; entonces solicité que consiguieran 3 botes de plástico de 1 litro y que hicieran 9 bolas con pares de calcetas. La primera indicación fue que colocarán 1 bote a medio metro de distancia de ellos, el segundo bote a un metro de distancia y el tercer bote a 3 metros de distancia todos ordenados en línea recta y con su respectiva separación en metros, después fueron a sentarse en el piso escogiendo un punto de partida (se midió la distancia desde el punto de partida, tomando en cuenta de que un paso grande lo consideramos 1 metro aproximadamente) y lanzaron tres bolas de calcetas al primer bote, si no atinaban las bolas al bote no importaba, la consigna fue no recoger las que no cayeron dentro del bote, en el segundo lanzaron otras tres bolas de calcetas, de igual forma si no le atinaban al bote no las iban a recoger, y en el tercer bote que está más lejos realizaron lo mismo de lanzar con las últimas tres bolas de calcetas, no iban a recoger las bolas que no atinaran.

Los alumnos se mostraron en la actividad muy participativos y entusiasmados, recuerdo que cuando estábamos en el primer bote se les hacía muy sencillo aunque también habían alumnos que se les complicaba más su motricidad fina, por lo tanto no le atinaban al bote, cuando empezaron a lanzar las bolas al segundo bote se empezó a complicar un poco más la actividad de 20 alumnos que se conectaron a la clase 12 de ellos fallaron todas y solamente 3 acertaron todas y los demás acertaron 1 o 2 bolas, en el tercero recuerdo bien que también se les complicó mucho a los alumnos porque ya estaba más lejos y tenían que precisar más su tiro al bote uno de los alumnos que su nombre es Yosef el desde un principio mostro ser muy activo, recuerdo bien que él fue el único que atinó las tres bolas en

el tercer bote que estaba más lejos, entonces como él ya lo había logrado antes que sus demás compañeros le volví a decir que volviera a realizar el ejercicio y fije su pantalla para ver cómo lo realizaba, me di cuenta de que sí, efectivamente él podía realizar ese ejercicio con facilidad porque volvió a acertar las tres bolas sin errores.

3.5 Las manifestaciones físicas de los alumnos al trabajar el desarrollo de la motricidad dentro de las sesiones de educación física con el apoyo de las TIC'S.

Las manifestaciones de los alumnos al trabajar su motricidad durante las sesiones con el apoyo de las tics fueron muy notorias, ya que desde el comienzo de las clases, se impartía como calentamiento activación física, y yo podía observar a través de la herramienta de las tics que los alumnos en un principio no estaban acostumbrados o se desacostumbraron a la activación física, entonces conforme pasaban las sesiones, iba viendo mejor optimismo de parte de ellos hacia las clases de educación física y que de igual forma ocurrió con las actividades, ya que en las primeras sesiones se mostraban con poca motivación para realizar las actividades, como ya habían pasado mucho tiempo que no tenían clase y con la pandemia se obtuvo una vida más sedentaria para los niños y para toda la sociedad, entonces como prueba de mayor manifestación por parte de los alumnos fue verlos cómo participaban en las clases, que en las mismas cambiábamos de dificultad y realizaban los ejercicios de una forma muy buena.

A continuación, se presenta la siguiente sesión (ver anexo número 5):

Propósito o Intención Didáctica: Motricidad fina y gruesa.

Calentamiento: Mover 8 veces (las partes mencionadas del cuerpo) la cabeza (círculos), hombros (arriba y abajo), brazos estirados (arriba y abajo), cadera (en círculos de izquierda y después de lado derecho), rodillas flexionadas (adelante y atrás), tobillos y pies (girarlos de izquierda y después de derecha).

CIRCUITO MOTRIZ

- Consigue una silla, 3 o 4 cajas de zapatos, y tu juguete favorito
- Colocar la silla al principio, después acomodar en fila las cajas y con espacios entre ellas de manera que no te vayas a tropezar y al último del circuito tu juguete favorito.
- Realizar el circuito 3 veces
- La primera vez lo harás lento, la segunda más rápido y la tercera y última lo más rápido que puedas.
- **Responder:** ¿Cómo te sentiste?, ¿Qué se te dificultó?, ¿Qué se te hizo fácil? Y ¿Qué necesitas para mejorar?

Evaluación (lista de cotejo y evidencias de clase, ver anexo número 5.1).

Descripción de sesión:

Recuerdo que el día 23 de febrero del año 2021, la maestra de grupo que lleva de nombre Cosette Guadalupe Sierra Mendoza del grupo de 5° "A" con la que tengo comunicación, porque a su grupo de clases yo les imparto Educación Física los días jueves de cada semana de 9 am a 10 am, se comunicó conmigo que el día 24 de febrero tenía un asunto escolar que atender y no podía dar clase ese día que era un miércoles, entonces me dijo que si le hacía favor de cambiarle el día jueves que doy mi clase, por el día miércoles, teniéndolos 1 hora con 45 minutos para atender a los alumnos.

Inicié mi clase normalmente como la tenía planeada, era un circuito motriz donde la primera consigna antes de realizar el circuito fue un calentamiento cefalocaudal, por consiguiente, les dije a los alumnos que te

nían que conseguir el material para trabajar en el circuito, que era una silla, 3 o 4 cajas de zapatos y un juguete favorito, afortunadamente todos contaban con el material que les pedí y en caso de que alguno batallara con una cosa, las podíamos sustituir con otro material parecido.

Pasamos a la actividad y tenían que colocar la silla al principio en un espacio donde pudieran realizar el circuito en su casa, después acomodar en fila las cajas y con espacios entre ellas, de manera que no se fueran a tropezar y al último colocar a tu juguete favorito.

Al tener el circuito acomodado de la forma en que se los indique les dije que el circuito se iba a realizar 3 veces, el cual la primera vez tendría que ser de forma lenta, la segunda iban a hacerlo a velocidad media y la tercera y última tenía que hacerlo lo más rápido que pudieran.

Consistía en que primero tenían que pasar por debajo de la silla reptando, luego brincar las cajas con las piernas juntas y al último recoger el juguete favorito con las rodillas sin usar las manos, aquí no hubo problema para que lo pudieran realizar, pero si noté que algunos les costaba algo de trabajo saltar con las piernas juntas porque las separaban al momento de caer.

En la segunda vez tenían que realizar lo mismo, pero aumentando la dificultad, ya que al brincar las cajas tenían que realizar el salto con las piernas abiertas y con los brazos estirados, elevados y rectos a la altura de los hombros, y recogiendo el juguete favorito con los brazos sin usar las manos, en esta parte vi que la mayoría de los alumnos se les comenzaba a dificultar en la parte de los saltos, incluso unos tropezaban con las cajas y si pasaba eso tenían que repetir el mismo ejercicio.

La tercera y última vez del circuito tenían que realizar el mismo procedimiento, pero ya con un grado de dificultad más alto, ya que al momento de realizar los saltos a las cajas tenían que dar un aplauso arriba de la cabeza con los brazos estirados y después de los saltos recoger el juguete con la barbilla y el pecho. Aquí sí noté que a los alumnos se les hizo más difícil este ejercicio, porque no podían coordinar bien el salto con el aplauso y recoger el juguete también se les complicó un poco porque todos se equivocaron alguna vez en el circuito y por lo tanto tuvieron que repetirlo varias veces hasta que le saliera.

Después de haber realizado lo que tenía en mi planeación tuve que ponerles otra actividad que no estaba dentro de mis planes ya que no cubría el tiempo completo del que la maestra me había asignado para estar con los alumnos, entonces tuve que ponerles una actividad física el cual me sirvió para que los alumnos estuvieran ejercitándose durante la actividad hay que como nos dice el autor Jean Piaget (Ibidem), los alumnos aprenden a través de vivencias y no iba a desaprovechar la oportunidad de que se pudieran ejercitar y así yo también poder darme cuenta de que otras habilidades y capacidades tenían los niños en el aspecto motriz.

Durante la actividad física habían muchos niños que realizaban los ejercicios con facilidad y eran pocos los que batallaban para poderlos hacer, ya que muchos de ellos practicaban deporte en algún club deportivo o simplemente practicando por su cuenta ejercicios, esto lo sé porque al final en la retroalimentación de todos los ejercicios que hicimos, comenté con el grupo para saber quiénes se encontraban activos en el aspecto físico y quienes no, el cual de 18 alumnos que se conectaron 15 de ellos si realizaban ejercicio y 3 de ellos no.

Sesión de clase donde también pude apreciar manifestaciones del desarrollo de la motricidad (ver anexo 6):

Propósito o Intención Didáctica:

Practicar el desarrollo motriz

Calentamiento: Mover 8 veces (las partes mencionadas del cuerpo) la cabeza (círculos), hombros (arriba y abajo), brazos estirados (arriba y abajo), cadera (en círculos de izquierda y después de lado derecho), rodillas flexionadas (adelante y atrás), tobillos y pies (gíralos de izquierda y después de derecha).

Jugando con la bolita**Realiza:**

- Lanza y atrapa la pelota o bola de papel, llegó a un punto y me regreso.
- Rueda la pelota pasando en zigzag por dos objetos (cajas, botes, etc.) sin tocarlos.
- Ruedo la pelota y trató de ganarle corriendo.
- Ruedo y lanzó la pelota en el piso y la detengo con cualquier parte del cuerpo que no sean las manos y pies.
- **Responder:** ¿Cómo te sentiste?, ¿Qué se te dificultó?, ¿Qué se te hizo fácil? Y ¿Qué necesitas para mejorar?

Evaluación (lista de cotejo y evidencias de clase, ver anexo número 6.1).

Descripción de sesión:

En esta actividad mi intención fue practicar el desarrollo motriz para identificar al final como manifestaban su desarrollo de la motricidad, comencé con un calentamiento cefalocaudal y después les indiqué a los niños lo que íbamos a hacer

con la actividad. Primero les dije que teníamos que conseguir una pelota o una bola de papel de un tamaño no muy grande pero tampoco muy chico, todos los alumnos contaban con pelotas y los que no lo tenían que fueron sólo tres, les dije que hicieran la pelota con hojas de papel, les expliqué que íbamos a lanzar la pelota hacia a una altura no muy grande y estarla atrapando continuamente, avanzar con ella lanzándola al mismo tiempo, llegar a un punto medio y regresar al punto de partida, esa fue la primera indicación de la actividad, la segunda fue rodar la pelota pasando en zig zag por dos objetos, que en este caso iban a hacer cajas o botes de plástico sin tocarlos porque después tenían que rodar la pelota en el piso y tratar de ganarle corriendo a la pelota, ya la última indicación fue que rodaran la pelota en el piso y detenerla con cualquier parte del cuerpo que no fueran las manos ni los pies, esta última acción fue muy interesante ya que tuvimos variantes de detener la pelota con diferentes partes del cuerpo, usamos la cabeza, los codos, las rodillas, la espalda, el pecho, etc, y la mayoría de las partes mencionadas del cuerpo fueron propuestas por los alumnos.

Aquí pude ver a los alumnos muy emotivos y divertidos con la clase, ya que estaba muy activa la sesión y note que eso les agrada, además que ellos como hacían propuestas para las variantes de la clase, al momento de la ejecución de lo que proponían si realizaban bien el ejercicio y ninguno batallo para la actividad.

3.6 El fortalecimiento del desarrollo de la motricidad de los alumnos dentro de las sesiones de educación física a través de las TIC'S.

Su fortalecimiento para el desarrollo de la motricidad, anteriormente era que ellos mismos practicaban las actividades vistas en las sesión, durante su tiempo libre, después de las clases y de hacer la actividad física, esto ha cambiado ya que como no es posible estar libremente en los parques o los lugares para poder realizar ejercicio e incluso los clubes a dónde mucha gente y muchos alumnos también estaban inscritos, hubo un recorte de sus horarios, la capacidad de personas para asistir a un determinado lugar, entonces de esa manera la única forma en que yo les podía guiar para que siguieran practicando las actividades era durante las clases en línea, principalmente para qué desarrollarán y fortalecieran su motricidad y también aprovechando para qué les brindara ayuda para su salud corporal. Y en esta sesión pude apreciar bien el fortalecimiento del desarrollo de la motricidad con las siguientes actividades (ver anexo número 7):

Propósito o Intención Didáctica: Fortalecimiento de las diferentes capacidades y habilidades motrices de los alumnos.

Calentamiento:

Mover 8 veces (las partes mencionadas del cuerpo) la cabeza (círculos), hombros (arriba y abajo), brazos estirados (arriba y abajo), cadera (en círculos de izquierda y después de lado derecho), rodillas flexionadas (adelante y atrás), tobillos y pies (girarlos de izquierda y después de derecha).

El peluche juguetero

Realizar:

- Conseguir una caja de zapatos y un peluche (en caso de no contar con alguno, conseguir algo que se le parezca para la actividad).
- Llevar el peluche con la orden del profesor a la caja de zapatos con alguna parte del cuerpo que se vaya a mencionar, también que los

alumnos propongan con que parte del cuerpo les gustaría transportar el peluche a la caja.

- Cada que se mencione una parte del cuerpo, deberán repetir 3 veces por parte mencionada la actividad, y repetir hasta que el peluche caiga 3 veces en la caja por mención.

Evaluación (lista de cotejo y evidencias de clase, ver anexo número 7.1).

Descripción de sesión:

Para esta sesión aplicada el día 11 de marzo del 2021, mi principal propósito fue el fortalecimiento de las diferentes capacidades y habilidades motrices de los alumnos, empezando primero con un calentamiento cefalocaudal para después pasar a mencionar los materiales que vamos a ocupar, el cual fueron una caja de zapatos y un peluche, en caso de que no se contará con alguno de estos, conseguir algo que se le parezca para realizar la actividad.

La primera indicación fue llevar el peluche a la caja de zapatos con alguna parte del cuerpo que se mencionó, también que ellos propusieran con qué parte del cuerpo les gustaría transportar el peluche a la caja de zapatos, cada que se mencionó una parte del cuerpo repitieron tres veces por parte mencionada la actividad y volverlo a realizar hasta que el peluche caiga tres veces en la caja por parte del cuerpo.

Cuando los alumnos realizaron esta actividad, al principio les mencioné partes del cuerpo sencillas con las que podían transportar el peluche a la caja de zapatos, después fuimos mencionando partes más difíciles y ellos proponían con que parte del cuerpo iban a llevar el peluche a la caja; lo hicimos con los brazos, piernas, codos, antebrazos, la barbilla, espalda, talones, etc., hasta que ya no se nos ocurrieron otras partes porque agotamos las posibilidades.

Anteriormente con otras actividades notaba que batallaban para realizar actividades que tuvieran que ver con coordinación y destreza motriz, pero en esta sesión los vi en su mayoría muy creativos.

3.7 Los logros, dificultades y nuevos retos que se tuvieron al fortalecer el desarrollo de la motricidad en las sesiones de educación física con el apoyo de las TIC'S.

Los logros que principalmente se obtuvieron durante las sesiones de educación física con el apoyo de las tics, fue que los alumnos, cada que nos conectamos para las clases iban mostrando mejoramiento en su desarrollo motriz y también se logró que la mayoría de los alumnos se conectarán virtualmente para tomar la clase, ya que en un principio aproximadamente la mitad del grupo se conectaba nada más, y esos fueron unas de las dificultades que se tuvo durante este tiempo de la pandemia y que también las clases las empecé a tener apenas en enero de 2021 y en el periodo del semestre del 2020 de agosto-diciembre sólo pude dar una clase virtual, esos fueron las dificultades que tuve además de que muchas de las veces el internet fallaba, se trababa el audio, el video o que los alumnos no se podían conectar y viceversa porque yo también tuve muchas dificultades en diferentes ocasiones para poder conectarme o conexiones de red que se me iba la señal.

Los nuevos retos al fortalecer su desarrollo motriz como anteriormente se ha mencionado fueron cuando les preguntaba al término de sus sesiones: ¿Cómo podríamos mejorar las actividades que se les dificultaron en las sesiones?, era que ellos proponían retos para sí mismos y que podían realizar en su casa, muchas de las veces me manifestaron su emoción al realizar los retos que se propusieron y además tuvieron éxito en sus objetivos para poder mejorar en el aspecto de su desarrollo motriz.

La siguiente sesión es un ejemplo a cerca de su fortalecimiento motriz (ver anexo número 8):

Propósito o Intención Didáctica: Practicar el desarrollo motriz

Calentamiento:

Mover 8 veces (las partes mencionadas del cuerpo) la cabeza (círculos), hombros (arriba y abajo), brazos estirados (arriba y abajo), cadera (en círculos de izquierda y después de lado derecho), rodillas flexionadas (adelante y atrás), tobillos y pies (girarlos de izquierda y después de derecha).

Realiza:

- Con música vas a realizar los movimientos que se te vayan mostrando con la tutela del profesor, será una activación física de 10 a 15 minutos aproximadamente terminando con 5 a 8 minutos de relajación.
- **Responder:** ¿Cómo te sentiste?, ¿Qué se te dificultó?, ¿Qué se te hizo fácil? Y ¿Qué necesitas para mejorar?

Evaluación (lista de cotejo y evidencias de clase, ver anexo número 8.1).

Descripción de sesión:

En esta planeación que realicé el 22 de abril del año 2021, mi propósito principal fue practicar en desarrollo motriz a través de una activación física, empezando con un calentamiento y después de haber calentado bien todas las partes del cuerpo, con música de fondo para amenizar el ambiente de la activación física, se realizaron los ejercicios que se fueron mostrando con mi tutela a través de la clase virtual, fue una activación de 10 a 15 minutos aproximadamente con una intensidad alta, terminando con 5 u 8 minutos de relajación de los músculos y ejercicios de respiración.

Esta se había realizado en las primeras planeaciones y la volví a poner para hacer una comparación de cómo habían avanzado en su desarrollo motriz con los ejercicios que se estuvieron realizando durante la sesión.

Al hacerle las preguntas de ¿Cómo se sintieron? los alumnos me contestaron que se sintieron bien motivados, pero que sí se habían cansado, en la

pregunta de ¿Qué se les hizo más difícil? fue hacer una serie de saltos que estuvimos haciendo en la activación lo que se les hizo más fácil ellos me comentaron que fue la parte del calentamiento y lo que necesitan para mejorar me contestaron que necesitan estarse ejercitando continuamente para tener buena condición, recuerdo muy bien que al inicio de la sesión los alumnos tenían cara de sueño, yo les pregunté que si tenían flojera a lo que me contestaron-que sí, entonces esta sesión, como se dice coloquialmente cayó como anillo al dedo porque fue para hacer que se activaran y entraran en calor, ya al finalizar la sesión estaban todos despiertos, y esa flojera había desaparecido y también a los alumnos que tenían sueño se les quitó.

CAPÍTULO IV

CONCLUSIONES

Para concluir esta investigación, quiero resaltar que el proceso en mi práctica docente fue innovador, debido a que las clases pasaron de ser presenciales a tener la nueva modalidad virtual, teniendo que convivir a través de las plataformas virtuales.

Durante el ciclo escolar 2020-2021 estuvimos cuidándonos en casa por la pandemia global, ocasionada por el SARS-CoV-2 OMS, COVID-19 (Coronavirus). Fue un virus que apareció en China en diciembre del año 2019 que se extendió a todo el mundo y que afectó de manera repentina a todo el sector escolar.

La situación actual provocó que los alumnos desarrollaran sedentarismo a causa de quedarse en casa. De esta manera despertó mi interés para que los estudiantes continuarán desarrollando sus habilidades y capacidades motrices y que rompieran la rutina sedentaria que desde el ciclo escolar 2019 comenzó (marzo) a causa de la pandemia.

En consecuencia de mi intervención se logró que el grupo se ejercitara una vez a la semana, cabe señalar que fue posible solamente con el grupo de 5° "A", a causa de que fue el único salón que me dio la oportunidad de trabajar con ellos, mientras que los demás grupos seguían en pie con su trabajo correspondiente con el maestro de aula, es preciso resaltar que en la escuela Plan de San Luis se encontraban más practicantes docentes de otras asignaturas, por lo que fue un factor importante que influyó en los demás grupos donde no pude participar dando clases.

La identificación, la manifestación y el fortalecimiento del desarrollo motriz a través de las sesiones de educación física con el apoyo de las TIC'S, se lograron con las diversas actividades como: circuitos motores, juegos individuales y

activaciones físicas, teniendo como respaldo las evaluaciones que se realizaban por clase, con el instrumento de evaluación: lista de cotejo y evidencias fotográficas.

Por otra parte, aseguro que mi práctica docente fue muy amena, quedo conforme con los resultados y las mejorías que fui vivenciando en las clases virtuales, en un principio los alumnos se encontraban bloqueados con su desarrollo motor, eran torpes con sus movimientos, se cansaban con poco ejercicio, su motricidad gruesa y fina no estaban desarrolladas a su edad.

Con las actividades en las clases, fueron mejorando sus movimientos respecto a su motricidad gruesa y fina, al grado de que realizaban con facilidad actividades que anteriormente tardaban en lograrlas. En un principio planeaba para unos 20 o 30 minutos de clase y al poco tiempo fui aumentando a 1 hora de clase, por lo mismo de que se fueron acostumbrando a ejecutar movimientos más complejos.

Me hubiera gustado haber tenido clases desde el inicio del ciclo escolar para obtener un resultado más rico en objetivos y retos logrados, ya que comencé en enero del presente año a dar clases en línea, ese y más fueron los retos que se me presentaron en este Octavo semestre durante mis prácticas.

Otro reto y logro que es para mí interesante mencionar es el uso de las TIC'S, puesto que uno como docente de Educación Física se prepara para su clases de forma teórica y práctica, también nos preparamos con el uso de herramientas básicas de la tecnología que nos permiten brindar y sustraer información que es de ayuda para temas de estudio, pero lo que se vivió en este ciclo escolar fue algo innovador para todo mundo hablando de la comunidad escolar, no todos sabíamos hacer uso de las TIC'S y conforme a la marcha, en lo personal fuí aprendiendo a hacer uso de plataformas y programas que me permitían estar en contacto virtual con los alumnos.

Fue difícil en un comienzo cuando en las clases en línea no se conectaban todos los alumnos, por diversas situaciones de que tenían mal señal del internet, o que otro hermano tenía clase antes y desocupaba la laptop a media clase de educación física, o que el papá o mamá le prestaban su celular y en ocasiones ellos no se los prestaban a sus hijos por su trabajo, etc.

Fueron muchos los factores que impedían la realización completa de las sesiones, pero que, conforme al seguimiento de las clases, fueron cada vez más los alumnos que se unían a la clase de forma virtual.

Recomiendo a los lectores del presente documento, tomar en cuenta el contexto externo e interno de los alumnos, de esta manera, parte la decisión de escoger un tema de estudio que se vea enfocado a entender la realidad en la que viven y asegurar que los aprendizajes que se proporcionen a través de las sesiones de educación física sean significativas, relevantes y útiles para su estilo de vida.

CAPÍTULO V

BIBLIOGRAFIA

- Arias Galicia (1976) p. 53 “*La entrevista en las organizaciones*”
- Cabero, J. (2000) p.26. “Las nuevas tecnologías de la información y la comunicación: aportaciones a la enseñanza.” En Cabero, J. (ed), *Nuevas tecnologías aplicadas a la educación*, Madrid, Síntesis.
- Castañer Balcells, Marta y Oleguer Camerino Foguet 2001, p.86 *educación física*, Barcelona, INDE (Educación Física), pp 207 -212.
- Claro Institucional (2019) “*¿Qué son las Tic’s?*” recuperado de: <https://www.claro.com.co/institucional/que-son-las-tic/>
- Hermosilla Rodríguez p. 287-301 (2009) “*Guía para el diseño de programas socioeducativos de atención a la infancia*”
- Meritxell Viñas (2020) “*Las mejores plataformas gratuitas de videoconferencia y emisión en directo para dar clases*” recuperado de: <https://www.totemguard.com/aulatotem/2020/03/plataformas-gratuitas-videoconferencia-emision-en-directo-clases/>
- Nuria Ureña Ortin pp-2, (2009) *El equilibrio en las diferentes etapas educativas*. OMS. (2020). *Organización mundial de la salud*. Recuperado el 11 de noviembre de 2020, de https://www.who.int/maternal_child_adolescent/topics/adolescence/dev/es/#:~:text=La%20OMS%20define%20la%20adolescencia,10%20y%20los%2019%20a%C3%B1os.
- Pablo Sánchez (2020) “*Motricidad fina y gruesa*” recuperado de: <https://mundoentrenamiento.com/motricidad-fina-y-gruesa/>
- Pérez Mariscal, A. J. (2009) *La motivación*. Revista Digital CSI. F Andalucía, 14, 1-9
- Piaget (1970). *La Teoría de Piaget*. (pp. 8).
- Plan de estudios. (2002). Campo temático. En Becene, *Orientaciones Académicas para la Elaboración del Documento Recepcional* (págs. 14-21). México.
- Ponce de León, A. (2009). Introducción. En Ponce de León, A. (Coord.), *La educación motriz para niños de 0 a 6 años*. (pp. 11-14). Madrid: Biblioteca Nueva.
- Ruiz Pérez 1994: “*Desarrollo motor y actividades físicas*”. Gymnos. Madrid.http://www.espaciologopedico.com/articulos/articulos2.php?ld_articulo=1905
- Universidad Latina de Costa Rica (2021) “*que son las tics y para qué sirven*” recuperado de: <https://www.ulatina.ac.cr/blog/qu3-son-las-tic-y-para-que-sirven>
- Viciano Ramírez, Jesús (2002), “*La sesión en educación física*”, en Planificar en Vitor Da Fonseca, 1989 *Revista especializada en psicomotricidad*.

Zapata, O. (1979). *Psicopedagogía de la motricidad: etapa del aprendizaje escolar.* (pp.5). México: Trillas

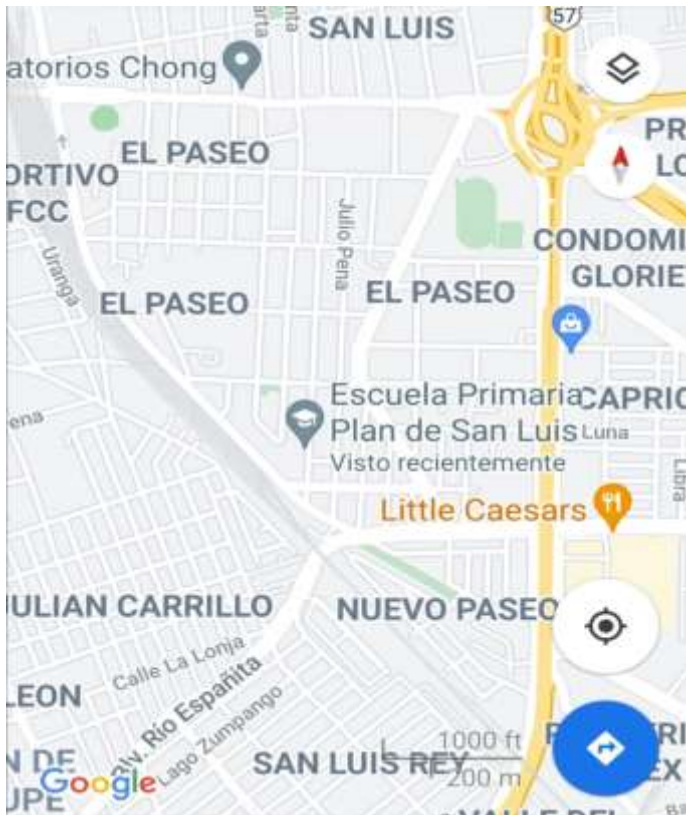
CAPÍTULO VI.

ANEXOS

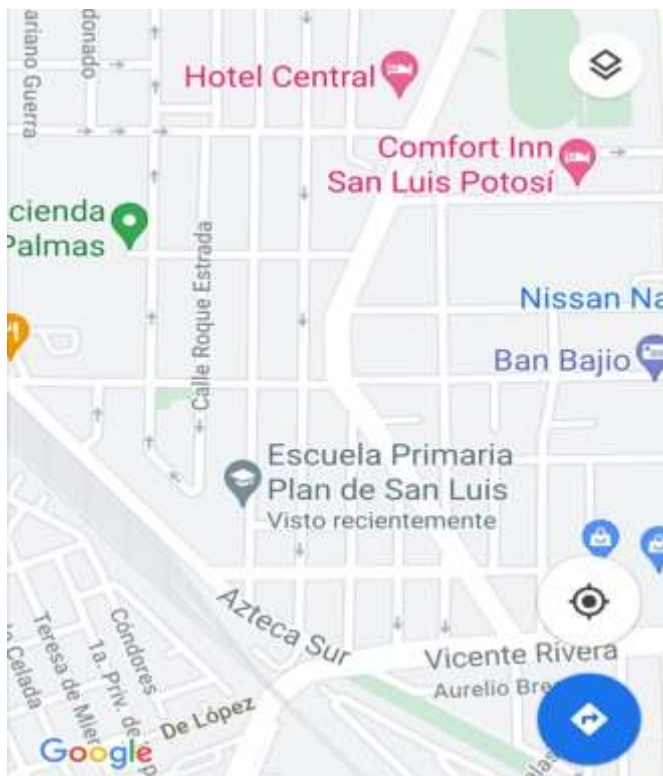
ANEXO 1



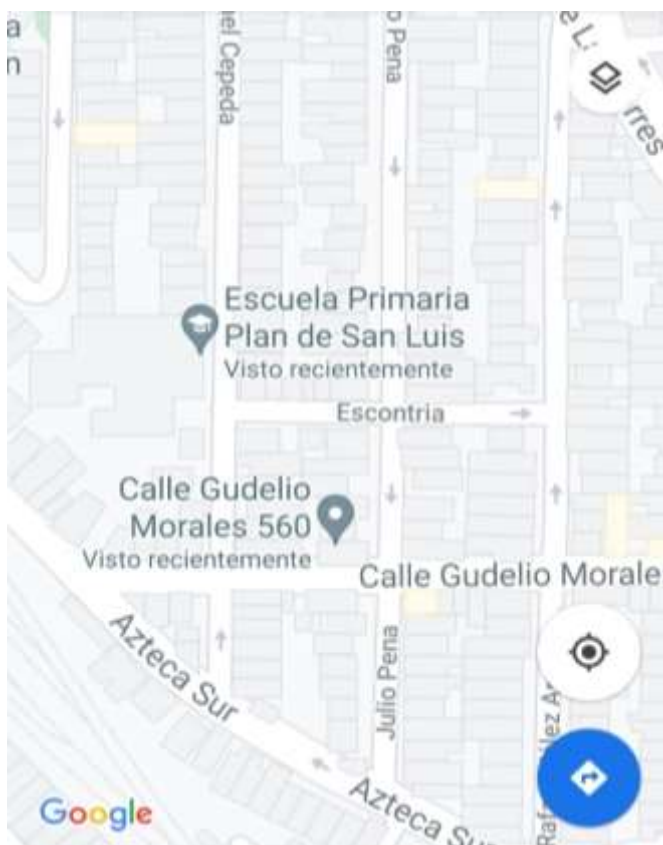
Esta es la fachada de la Escuela Primaria Plan de San Luis.



Ubicación Geográfica.



Colonias y calles aledañas a la Escuela.



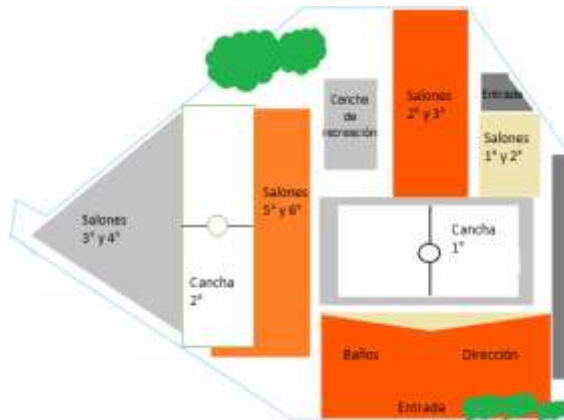
Anexos 2

Ruta para transportarse de la Benemérita y Centenaria Escuela Normal del



Estado de San Luis Potosí a la escuela primaria “Plan de San Luis” y viceversa.

Croquis de la escuela “Plan de San Luis”.

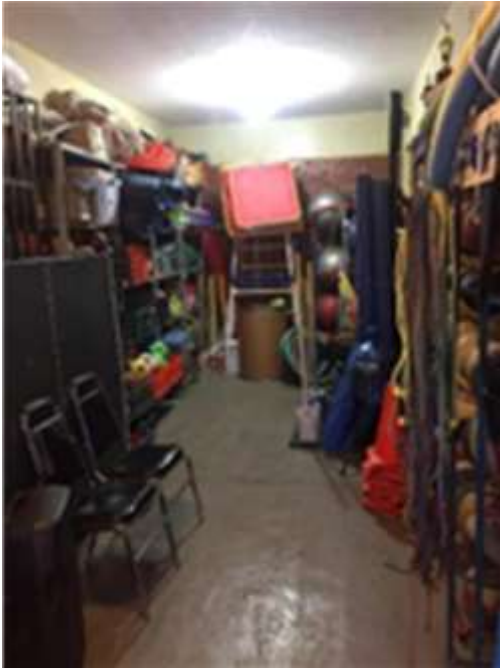




La escuela cuenta con un total de 22 salones



La cancha principal se encuentra en buenas condiciones y muy apta para las clases de Educación Física, también la usan como espacio cívico. La segunda cancha también está en buenas condiciones, pero el espacio es un poco más reducido.



Esta es la bodega del maestro de Educación Física y los materiales que se encuentran dentro son adquiridos por el maestro y por la asociación de padres de familia.

Anexo 3

Descripción de la planeación, aplicada el 28 de enero del 2021



SECRETARÍA DE EDUCACIÓN DE GOBIERNO DEL ESTADO
BENEMÉRITA Y CENTENARIA ESCUELA NORMAL DEL ESTADO
LICENCIATURA EN EDUCACIÓN FÍSICA



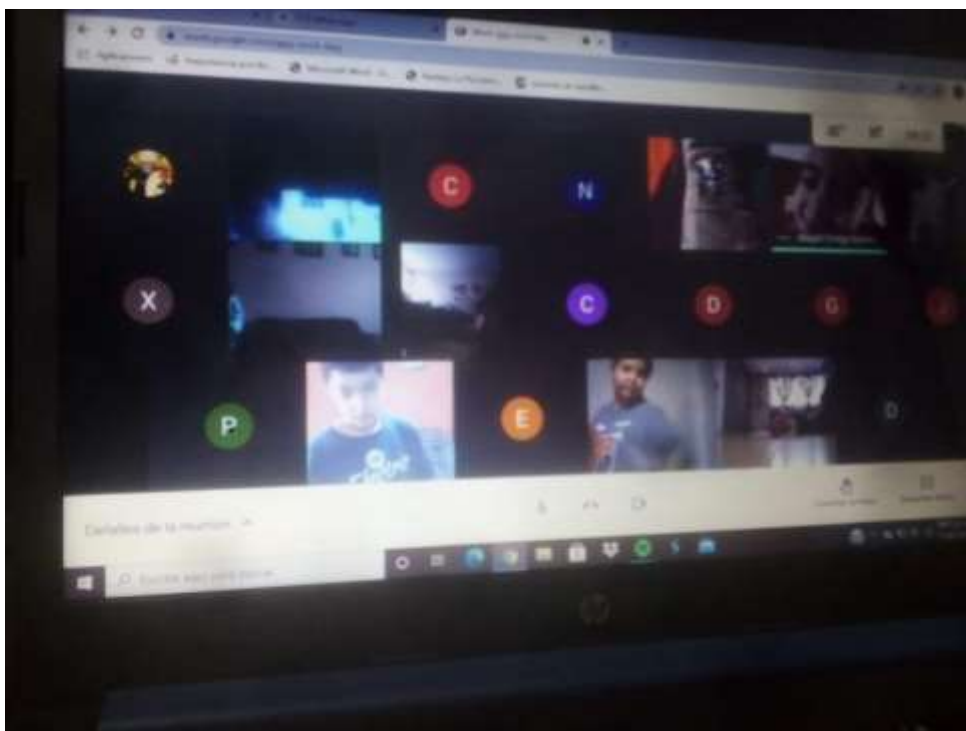
| | |
|--|--|
| <p>Propósito o Intención Didáctica: Que los alumnos tengan una mejor coordinación y ritmo</p> | |
| <p>FECHA:</p> | |
| | <p>Calentamiento: Mover 8 veces (las partes mencionadas del cuerpo) la cabeza (círculos), hombros (arriba y abajo), brazos estirados (arriba y abajo), cadera (en círculos de izquierda y después de lado derecho), rodillas flexionadas (adelante y atrás), tobillos y pies (girarlos de izquierda y después de derecha).</p> <p>Realiza:</p> <ul style="list-style-type: none"> • 10 saltos chicos en tu lugar contando en voz alta (descansa 15 segundos después de los saltos). • 10 saltos medios contando en voz alta (descanso de 25 segundos después de los saltos). • 10 saltos grandes contando en voz alta (descanso de 30 segundos después de los saltos). • 10 saltos con tu pie izquierdo en tu lugar y 10 saltos con el pie derecho en tu lugar (descanso de 35 segundos después de los saltos). • 20 saltos abriendo y cerrando brazos y piernas (descanso de 40 segundos después de los saltos). • Con una caja de zapatos brincar la caja de un lado a otro (laterales) izquierda a derecha 10 veces de cada lado (descanso de 1 minuto después de los saltos). • Responder: ¿Cómo te sentiste?, ¿Qué se te dificultó?, ¿Qué se te hizo fácil? Y ¿Qué necesitas para mejorar? <p style="text-align: center;">• (REPETIR 2 VECES LA ACTIVIDAD)</p> |
| <p>Observaciones</p> | |

Anexo 3.1

Lista de cotejo. Evaluación individual aplicada al alumno Josef del grupo de 5° "A" durante la sesión.

| INDICADORES | LOGRADO | NO LOGRADO | FALTA MEJORAR |
|---|----------------|-------------------|----------------------|
| Realizo 10 saltos chicos | X | | |
| Realizo 10 saltos medios | X | | |
| Realizo 10 saltos grandes | X | | |
| Realizo 10 saltos con el pie izquierdo y 10 saltos con el pie derecho | X | | x |
| Realizo 10 saltos abriendo y cerrando brazos y piernas al mismo tiempo | X | | x |
| Realizo 10 saltos de cada lado, en laterales brincando la caja de zapatos | | X | x |

Evidencias de clase en línea.



En esta primera sesión realizamos saltos para observar cómo tenían desarrollada su motricidad y capacidad de equilibrio.

Anexo 4

Descripción de la sesión, aplicada el 11 de febrero del 2021



| | |
|---|--|
| <p>Propósito o Intención Didáctica: Motricidad fina y gruesa.</p> <p>FECHA:</p> | |
| | <p>Calentamiento: Mover 8 veces (las partes mencionadas del cuerpo) la cabeza (círculos), hombros (arriba y abajo), brazos <u>estirados</u>(arriba y abajo), cadera(en círculos de izquierda y después de lado derecho), rodillas flexionadas (adelante y atrás), tobillos y pies (girarlos de izquierda y después de derecha).</p> <ul style="list-style-type: none"> • Consigue tres botes de plástico y haz nueve bolas con pares de calcetas. • Colocar un bote a medio metro de distancia de ti el segundo a 1 metro de distancia y el tercero a 3 metros de distancia. • Sentado en el piso lanzar tres bolas de calcetas al primero bote, si no le atinas no la recojas. • Sentado en el piso lanzar tres bolas al segundo bote, si no le atinas no la recojas. • Sentado en el piso lanzar tres bolas al tercer bote, si no le atinas no la recojas. <p>• Responder: ¿Cómo te sentiste?, ¿Qué se te dificultó?, ¿Qué se te hizo fácil? Y ¿Qué necesitas para mejorar?</p> <p style="text-align: center;">(REPETIR 2 VECES LA ACTIVIDAD)</p> |
| Observaciones | |

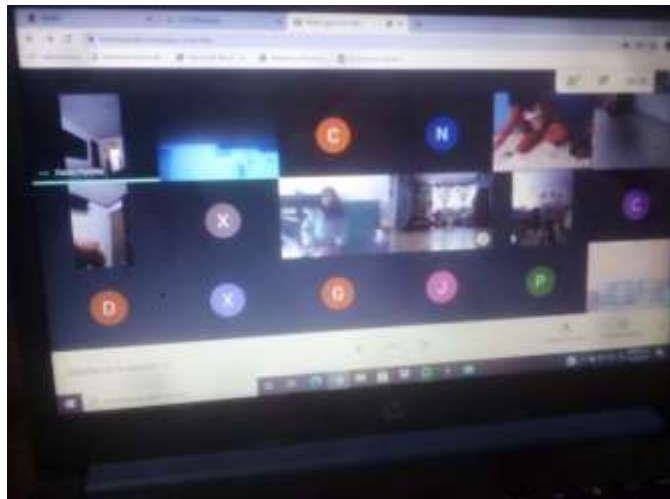
Anexo 4.1

Lista de cotejo. Evaluación individual aplicada a la alumna Abigail del grupo de 5° "A" durante la sesión.

| INDICADORES | LOGRADO | NO LOGRADO | FALTA MEJORAR |
|---|---------|------------|---------------|
| Lanzo y encesto 3 bolas de calcetas al primer bote | X | | |
| Lanzo y encesto 3 bolas de calcetas al segundo bote | X | | |
| Lanzo y encesto 3 bolas de calcetas al tercer bote | | X | X |

Evidencias de clase

Realizamos lanzamientos a un bote con calcetas, los alumnos se encontraron muy optimistas en esta sesión, ya que les intrigaba ver su capacidad fina en los lanzamientos realizados a los botes con las bolas de calcetas.



Anexo 5

Descripción de la sesión, aplicada el 24 de febrero del 2021



SECRETARÍA DE EDUCACIÓN DE GOBIERNO DEL ESTADO
BENEMÉRITA Y CENTENARIA ESCUELA NORMAL DEL ESTADO
LICENCIATURA EN EDUCACIÓN FÍSICA



A
c
t
i
v
i
d
a
d
e
s
o
t
a
r
e
a
s
d
e
l
a
s
e
s
i
ó
n
N.
º
3

Calentamiento:

Mover 8 veces (las partes mencionadas del cuerpo) la cabeza (círculos), hombros (arriba y abajo), brazos estirados (arriba y abajo), cadera (en círculos de izquierda y después de lado derecho), rodillas flexionadas (adelante y atrás), tobillos y pies (girarlos de izquierda y después de derecha).

CIRCUITO MOTRIZ

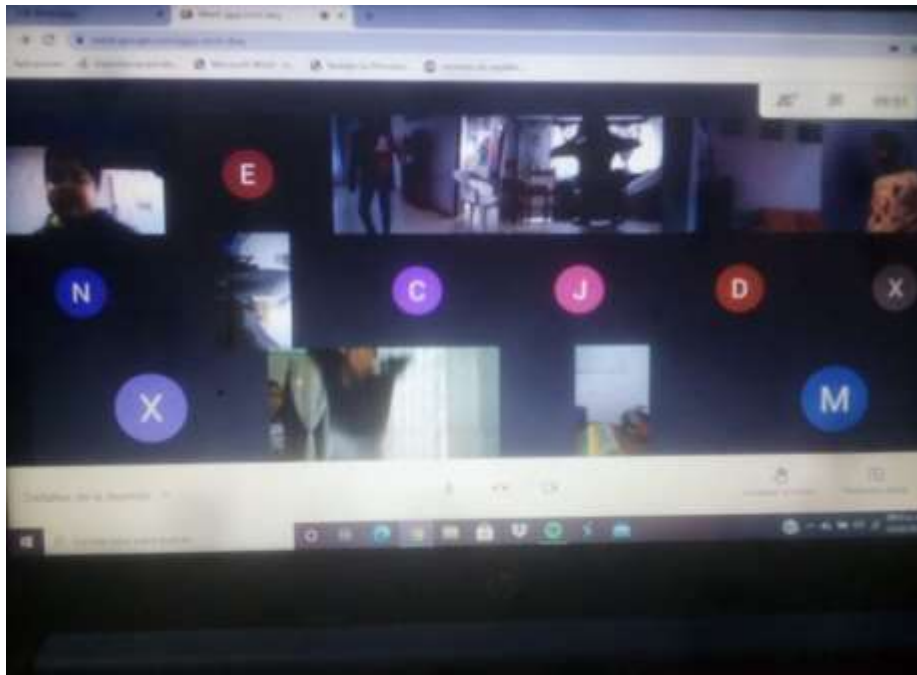
- Consigue una silla, 3 o 4 cajas de zapatos, y tu juguete favorito
- Colocar la silla al principio, después acomodar en fila las cajas y con espacios entre ellas de manera que no te vayas a tropezar y al último del circuito tu juguete favorito.
- Realizar el circuito 3 veces
- La primera vez lo harás lento, la segunda más rápido y la tercera y última lo más rápido que puedas.
- Responder: ¿Cómo te sentiste?, ¿Qué se te dificultó?, ¿Qué se te hizo fácil? Y ¿Qué necesitas para mejorar?

Anexo 5.1

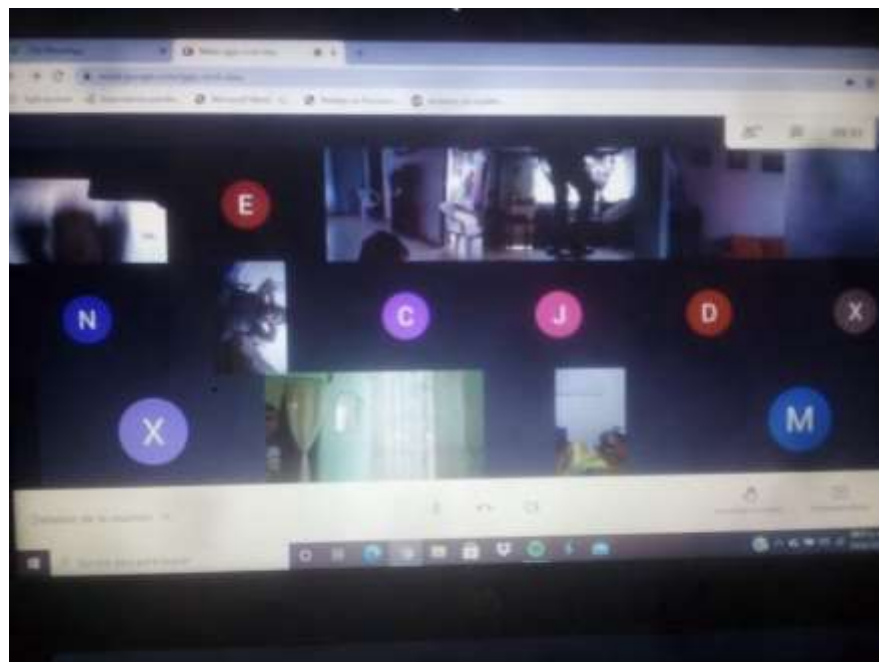
Lista de cotejo. Evaluación individual aplicada a la alumna Arely del grupo de 5° "A" durante la sesión.

| INDICADORES | LOGRADO | NO LOGRADO | FALTA MEJORAR |
|--------------------------------------|----------------|-------------------|----------------------|
| Circuito realizado a velocidad baja | X | | |
| Circuito realizado a velocidad media | X | | x |
| Circuito realizado a velocidad alta | X | | X |

Evidencias de clase



En esta clase realizamos un circuito donde se ponía a prueba su resistencia al realizar los ejercicios y fueron efectuados de muy buena manera.



En el circuito después de pasar por debajo de la silla, realizaban una sentadilla para seguir con saltos.

Anexo 6

Descripción de la sesión aplicada el 4 de marzo del 2021.



SECRETARÍA DE EDUCACIÓN DE GOBIERNO DEL ESTADO
BENEMÉRITA Y CENTENARIA ESCUELA NORMAL DEL ESTADO
LICENCIATURA EN EDUCACIÓN FÍSICA



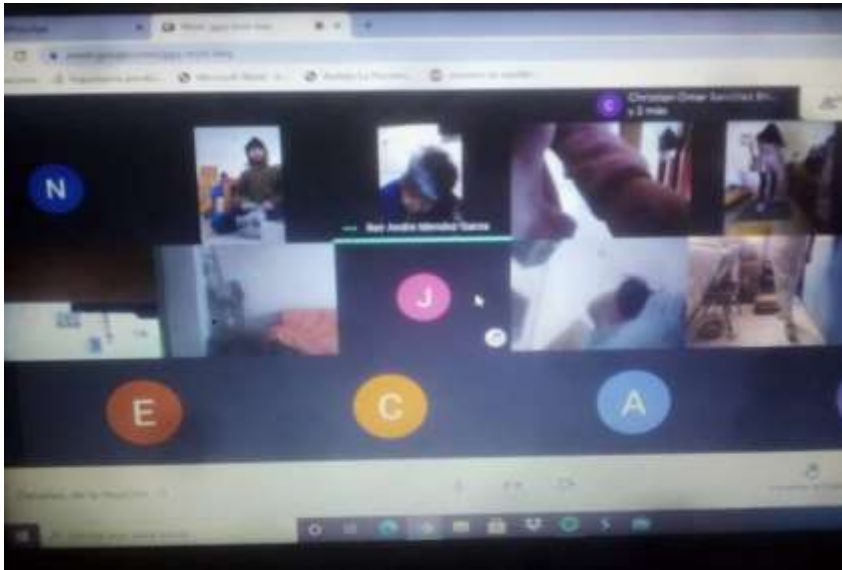
| | |
|---------------|---|
| + | |
| | <p>Propósito o Intención Didáctica: Practicar el desarrollo motriz FECHA:</p> |
| | <p>Calentamiento: Mover 8 veces (las partes mencionadas del cuerpo) la cabeza (círculos), hombros (arriba y abajo), brazos estirados (arriba y abajo), cadera (en círculos de izquierda y después de lado derecho), rodillas flexionadas (adelante y atrás), tobillos y pies (girarlos de izquierda y después de derecha).</p> <p> </p> <ul style="list-style-type: none"> • Lanza y atrapa la pelota o bola de papel, llegó a un punto y me regreso. • Rueda la pelota pasando en zigzag por dos objetos (cajas, botes, etc.) sin tocarlos. • Ruedo la pelota y trató de ganarle corriendo. • Ruedo y lancé la pelota en el piso y la detengo con cualquier parte del cuerpo que no sean las manos y pies. • Responder: ¿Cómo te sentiste?, ¿Qué se te dificultó?, ¿Qué se te hizo fácil? Y ¿Qué necesitas para mejorar? <p style="text-align: center;">(REPETIR 2 VECES LA ACTIVIDAD)</p> |
| Observaciones | |

Anexo 6.1

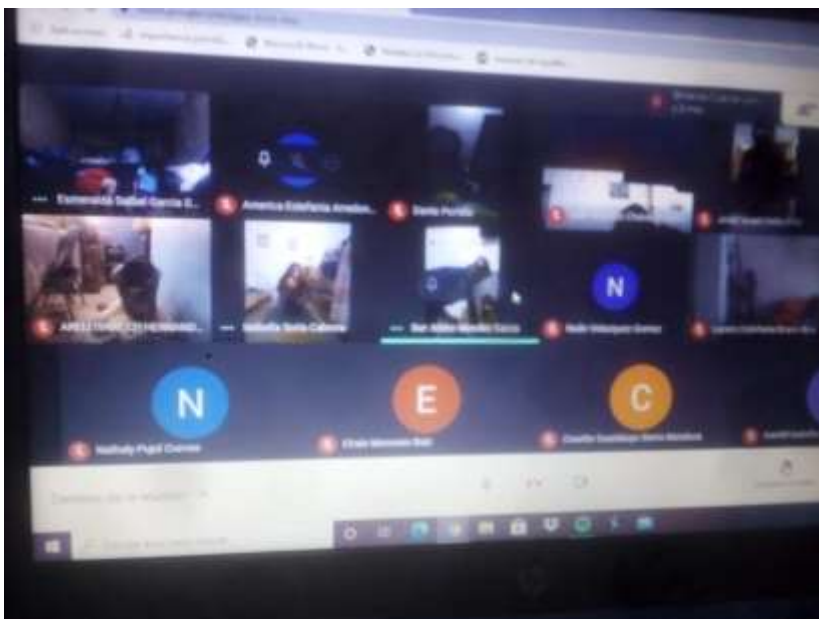
Lista de cotejo. Evaluación individual aplicada a la alumna Nathaly del grupo de 5° "A" durante la sesión.

| INDICADORES | LOGRADO | NO LOGRADO | FALTA MEJORAR |
|---|----------------|-------------------|----------------------|
| Lanzar y atrapar la pelota | X | | |
| Rodar la pelota en zigzag | X | | x |
| Rodar la pelota y ganarle corriendo | X | | X |
| Rodar y lanzar la pelota por el piso y detenerla con una parte del cuerpo | X | | X |

Evidencias de clase



Los alumnos encontraron muy divertida la clase al realizar las actividades porque tenían que pensar y proponer con que parte del cuerpo iba a ser detenida la pelota.



Anexo 7

Descripción de la sesión, aplicada el 11 de marzo del 2021.

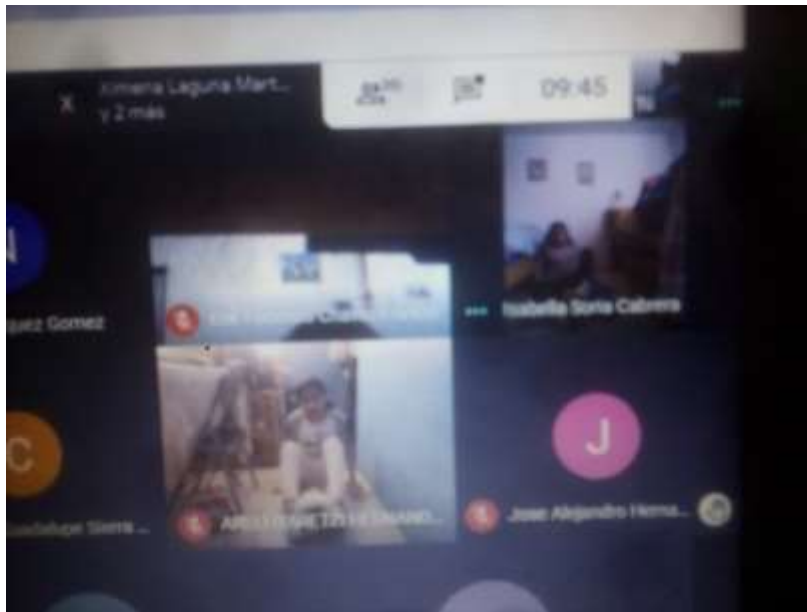
| | |
|---|---|
| Propósito o Intención Didáctica: Fortalecimiento de las diferentes capacidades y habilidades motrices de los alumnos. FECHA: | |
| | Calentamiento: Mover 8 veces (las partes mencionadas del cuerpo) la cabeza (círculos), hombros (arriba y abajo), brazos estirados (arriba y abajo), cadera (en círculos de izquierda y después de lado derecho), rodillas flexionadas (adelante y atrás), tobillos y pies (girarlos de izquierda y después de derecha). <ul style="list-style-type: none">• Conseguir una caja de zapatos y un peluche (en caso de no contar con alguno, conseguir algo que se le parezca para la actividad).• Realizar:• Llevar el peluche con la orden del profesor a la caja de zapatos con alguna parte del cuerpo que se vaya a mencionar, también que los alumnos propongan con que parte del cuerpo les gustaría transportar el peluche a la caja.• Cada que se mencione una parte del cuerpo, deberán repetir 3 veces por parte mencionada la actividad, y repetir hasta que el peluche caiga 3 veces en la caja por mención. |
| Observaciones | |

Anexo 7.1

Lista de cotejo. Evaluación individual aplicada a el alumno Dante del grupo de 5° "A" durante la sesión.

| INDICADORES | LOGRADO | NO LOGRADO | FALTA MEJORAR |
|---|----------------|-------------------|----------------------|
| Transportar el peluche con las rodillas | X | | |
| Transportar el peluche con los codos | X | | X |
| Transportar el peluche con los tobillos | | X | X |
| Transportar el peluche con la barbilla | X | | |

Evidencias de clase



Transportamos un peluche con diferentes partes del cuerpo y note que su desarrollo motor grueso y fino, estaban manifestándolo de buena forma, haciendo la realización correcta y de manera rápida la actividad

Anexo 8

Descripción de la sesión, aplicada el 22 de abril del 2021.

| | |
|--|--|
| Propósito o Intención Didáctica: Practicar el desarrollo motriz FECHA: | |
| | Calentamiento: Mover 8 veces (las partes mencionadas del cuerpo) la cabeza (círculos), hombros (arriba y abajo), brazos estirados (arriba y abajo), cadera (en círculos de izquierda y después de lado derecho), rodillas flexionadas (adelante y atrás), tobillos y pies (girarlos de izquierda y después de derecha). <ul style="list-style-type: none">• Con música vas a realizar los movimientos que se te vayan mostrando con la tutela del profesor, será una activación física de 10 a 15 minutos aproximadamente terminando con 5 a 8 minutos de relajación.• Responder: ¿Cómo te sentiste?, ¿Qué se te dificultó?, ¿Qué se te hizo fácil? Y ¿Qué necesitas para mejorar? |
| Observaciones | |

Anexo 8.1

Lista de cotejo. Evaluación individual aplicada a el alumno Diego del grupo de 5° "A" durante la sesión.

| INDICADORES | LOGRADO | NO LOGRADO | FALTA MEJORAR |
|--|---------|------------|---------------|
| Realizo los movimientos de bajo esfuerzo | X | | |
| Realizo lo movimientos de medio esfuerzo | X | | X |
| Realizo los movimientos de alto esfuerzo | X | X | X |

Evidencias de clase

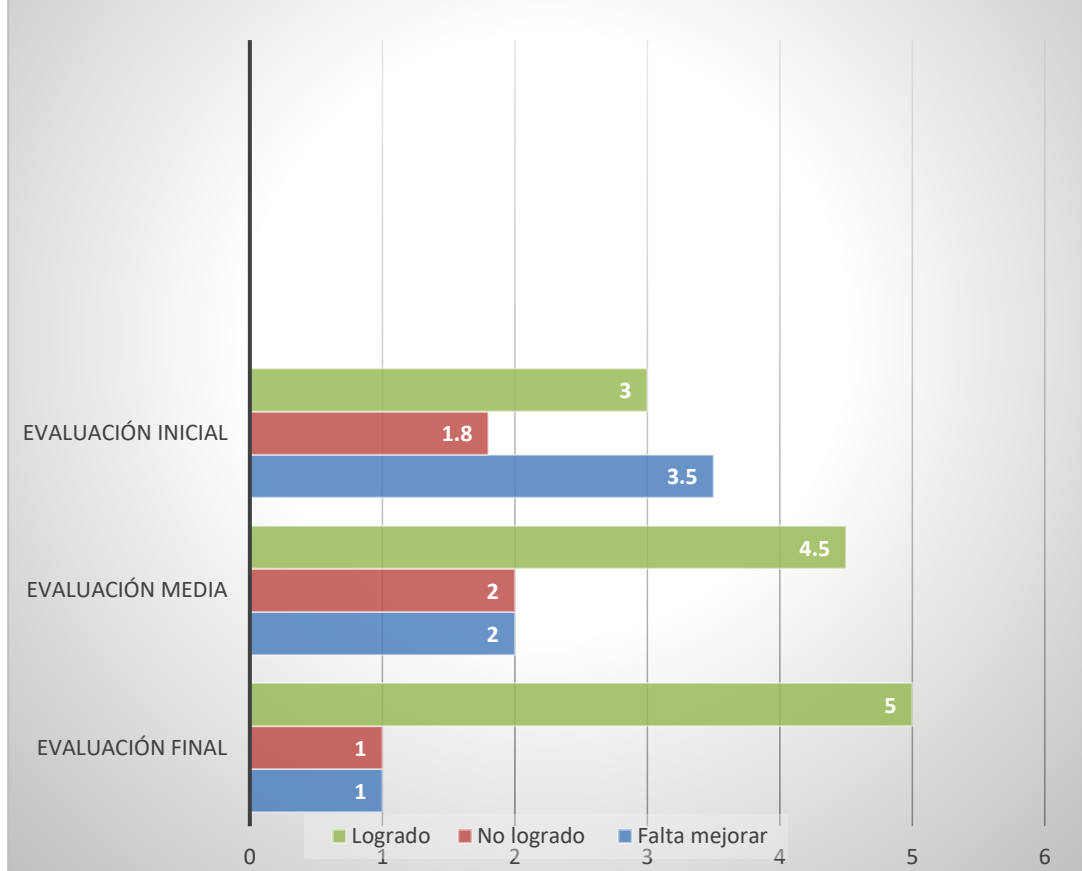


Loa alumnos en esta sesión, demostraron que ya tenían mucha mejoría en su desarrollo motriz, ya que

acataban con las indicación de la mejor manera posible y no batallaban para efectuar movimientos simples y complejos.



Tabla de mejora en el desarrollo de la motricidad



En esta tabla se muestra con números las veces que el alumno Josef logro los ejercicios realizados durante las sesiones, observando una mejoría de su motricidad a lo largo del curso, teniendo en base que en las evaluaciones que le realice, hizo el mismo número de ejercicios evaluados.