



**Universidad  
Zaragoza**

**UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE NICARAGUA, UNAN - LEÓN  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN Y HUMANIDADES  
MAESTRÍA EN EDUCACIÓN RURAL Y DESARROLLO  
UNIVERSIDAD DE ZARAGOZA**

**TESIS**

**PARA OPTAR AL TÍTULO DE: MÁSTER EN EDUCACIÓN RURAL Y  
DESARROLLO**

**TEMA**

**"EJERCITANDO LAS CAPACIDADES FÍSICAS EN NIÑOS Y NIÑAS DE LA  
EDUCACIÓN INICIAL RURAL."**

**ESTUDIO REALIZADO EN LA ESCUELA MULTIGRADO (N.E.R.) SAGRADO  
CORAZÓN DE JESÚS, DE LA COMUNIDAD DE SALINAS GRANDES, DEL  
MUNICIPIO DE LEÓN, DEPARTAMENTO DE LEÓN, EN EL PRIMER  
SEMESTRE DEL AÑO 2011.**

**AUTOR:**

**LIC. RAÚL DE LA CONCEPCIÓN PASTRÁN MAIRENA**

**TUTORA:**

**M.Sc. MARÍA CECILIA ARAGÓN BENAVIDES.**

**LEON, JULIO, 2012.**



**¡A LA LIBERTAD POR LA UNIVERSIDAD!**



## DEDICATORIA

Dedico el presente esfuerzo académico especialmente a:

- ⊕ Nuestro Señor Jesucristo, mi Creador, por guiarme en la elaboración de este trabajo, darme la sabiduría y paciencia en todo este trayecto. Por ponerme a personas que aportaron su granito de arena para alcanzar mi sueño.
- ⊕ Mi madre quien con tantos sacrificios y oraciones, me ha inculcado valores para superarme en mis estudios universitarios hasta verme alcanzar mis sueños.
- ⊕ Mi esposa e hijos, por el amor, cariño, comprensión, y el apoyo moral, sobre todas las cosas por la fe en Dios al creer que juntos lograríamos alcanzar este mérito.
- ⊕ Mis hermanos, por su apoyo incondicional a lo largo de mis estudios universitarios.
- ⊕ Mis maestros que me guiaron en el camino para seguir cosechando conocimientos y compartirlos con los demás.



## AGRADECIMIENTO

Al cumplir satisfactoriamente con la finalización de mi tesis, le agradezco a:

- ⊕ La Universidad Nacional Autónoma de Nicaragua UNAN–León, específicamente a la M.Sc. Esther Marina Vanegas Saavedra, Coordinadora de la Maestría en Educación Rural y Desarrollo, por haberme dado la oportunidad de ser partícipe de la misma.
- ⊕ Mi tutora Máster, María Cecilia Aragón Benavides, quien desde un inicio me ha brindado su apoyo incondicional para elaborar mi trabajo de tesis.
- ⊕ Los maestros que me impartieron clases, quienes han aportado ideas, dándome apoyo, comprensión y nuevos conocimientos en la elaboración de este informe final de tesis, pues, sin sus aportes no hubiese sido posible la culminación de esta investigación.
- ⊕ Todos mis compañeros de trabajo y de estudio por brindarme su apoyo incondicional en la Maestría y por compartir sus experiencias en este trabajo de tesis.
- ⊕ La directora, maestras de Educación Inicial, padres de familia y alumnos/as del NER, Sagrado Corazón de Jesús de la comunidad de Salinas Grandes del municipio de León, por su valiosa colaboración en la realización de esta investigación-acción.



## ÍNDICE

<b>CONTENIDOS:</b>		<b>PÁGINAS</b>
<b>DEDICATORIA</b>		
<b>AGRADECIMIENTO</b>		
<b>1.</b>	<b>INTRODUCCIÓN</b>	<b>7</b>
1.1	Presentación	7
1.2	Planteamiento del problema	11
1.2.1	Antecedentes del problema.	11
1.2.2	Primeras ideas sobre la problemática a resolver.	12
1.2.3	Preguntas de investigación.	14
1.2.4	Necesidades de cambio.	15
1.2.5	Marco contextual.	16
1.2.6	Justificación.	20
1.2.7	Viabilidad.	22
1.3	Objetivos.	23
1.3.1	Objetivo General.	23
1.3.2	Objetivos específicos.	23
<b>2</b>	<b>PLANIFICACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN</b>	<b>24</b>
2.1	Diagnóstico de la situación problema.	24
2.1.1	Organización y caracterización del equipo de investigación: Motivación y roles.	24
2.1.2	Métodos y técnicas para recopilación de la información.	28
2.1.3	Reconocimiento	28
2.1.4	Diagnóstico	29



2.1.5	Toma de decisión	29
2.1.6	Forma en que se aplicó el modelo en este estudio.	29
2.1.7	Obtención de resultados del Diagnóstico.	31
2.1.8	La exploración diagnóstica.	32
2.1.9	Resultados de la observación.	32
2.1.10	Resultados de las entrevistas.	33
2.1.11	Presentación, análisis e interpretación de la situación problema.	37
2.1.12	Triangulación para el diagnóstico sobre los conocimientos y necesidades de las capacidades físicas que se ejercitan en la Educación Inicial en el Colegio Sagrado Corazón de Jesús la comunidad Salinas Grandes del municipio de León.	40
2.1.13	Reflexión.	45
2.1.14	Definición del problema encontrado.	
2.1.15	Hipótesis Acción.	46
2.2	<b>PLANIFICACIÓN ESTRATÉGICA</b>	47
2.2.1	Paradigma y modelo escogido.	47
2.2.2	Fundamentos teóricos y enfoques sobre el tema.	53
2.2.3	Actividades de gimnasia natural según la edad de los alumnos.	58
2.2.4	Plan de mejora.	71
2.2.5	Matriz de Plan de la Acción.	76
2.2.6	Plan de Monitoreo.	81
3	<b>DESARROLLO DE LA PLANIFICACIÓN ESTRATÉGICA</b>	84
3.1	Actividades implementadas.	84
3.1.1	Desarrollo de las actividades.	88
3.2	Recopilación de la información.	90



3.3	Planes de clases de Educación Física desarrollados en la puesta de Acción.	94
4	<b>REFLEXIÓN Y EVALUACIÓN</b>	116
4.1	Resultados de la acción.	116
4.2	Evaluación del proceso.	119
4.2.1	Logros.	120
4.2.2	Limitaciones.	125
5	<b>CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES</b>	127
5.1	Conclusiones.	127
5.2	Recomendaciones.	129
5.3	Re planificación.	130
5.4	Consideraciones a tomar al momento de ejecutar las actividades.	133
5.5	Descripciones de cada paso	133
6	<b>BIBLIOGRAFÍA.</b>	135
7	<b>ANEXOS.</b>	138



## 1. INTRODUCCIÓN

### 1.1 Presentación

La Educación Física, como parte de nuestra vida es una actividad fácil y extraordinaria, por lo que todo ser humano puede recrearse y ejercitarse mediante actividades físicas; es la que abre y despierta nuestro cuerpo en las diferentes edades y etapas evolutivas.

Es en actividades de este tipo donde el niño se desarrolla físicamente en su psicomotricidad fina y gruesa; esto le sirve de apoyo a la maestra, para reafirmar los conocimientos dentro y fuera del aula.

Cuando hablamos de ejercitación de las capacidades físicas en la Educación Inicial, estamos hablando de las capacidades que tiene el niño y la niña al momento de manipular, atrapar, lanzar, entre otros, lo que le ayuda a mantener el dominio de su esquema corporal al momento de realizar cualquier actividad física.

La Educación Física contribuye al incremento de estas capacidades a través del ejercicio físico y del juego, también ayuda al desarrollo integral del niño y la niña porque incide de manera positiva en los ámbitos como el psicomotriz, el psicoafectivo, el psicosocial y el cognitivo.

De esta manera la Educación Física, en la Educación Inicial, adquiere mayor relevancia porque con ello se puede contribuir satisfactoriamente a las necesidades evolutivas del Preescolar de manera más técnica, dinámica y profesional.

Es por esto que surge la motivación de realizar una Investigación - Acción, para dar a conocer la importancia que tiene la Educación Física en el desarrollo psicomotor de los niños (as) de los cursos del multinivel de la Educación Inicial, en la zona rural.



Por la falta de un Programa de Educación Física, las maestras rurales no cuentan con los elementos didácticos y técnicos que, desde este componente, se pueden aprovechar y así conseguir ese desarrollo integral que se desea.

Hasta hoy, en Nicaragua no existía un Programa de Educación Física esta área, dirigido a los niños y niñas de Educación Inicial. Es así que se realizó una intervención pedagógica, mediante capacitaciones con un Programa específico.

Este Programa está orientado para desarrollarse mediante diferentes estrategias que apoyen a las maestras en una clase de Educación Física adaptada a la edad y necesidades de los niños y niñas de Educación Inicial, con la finalidad de contribuir a su desarrollo físico – afectivo - social e intelectual por medio de la comunicación, hábitos corporales, autonomía personal, convivencia, y relaciones sociales de los alumnos.

Como una forma de iniciar la tarea de probar la utilidad de la Educación Física en los primeros años educativos, sobre todo en el área rural, se eligieron las escuelas satélites que pertenecen al N.E.R. (Núcleo Educativo Rural) “Sagrado Corazón de Jesús” de la comunidad de Salinas Grandes, del municipio de León.

Las maestras de este centro, hasta entonces, desconocían que realizando estas actividades físicas, los alumnos obtendrían durante esta etapa evolutiva, los conocimientos, habilidades y destrezas psico-físicas básicas que facilitarían la motivación, atención, concentración y autorregulación de su desarrollo.

Este trabajo de investigación contó con el apoyo de la dirección del centro educativo “Sagrado Corazón de Jesús”, las 7 maestras de Preescolar, integrantes de este N.E.R, el Ministerio de Educación (M.I.N.E.D) y los padres de familia de la comunidad de Salinas Grandes, por la importancia que vieron en la Educación Física para el desarrollo psicomotriz de los niños y niñas de Educación Inicial.

Los resultados de este estudio se presentan a través de los siguientes capítulos:



## **Capítulo I. Introducción.**

En éste se plantea la presentación general del estudio, el planteamiento del problema en su contexto social e institucional, los antecedentes, justificación, y los objetivos del estudio.

## **Capítulo II. Planificación estratégica.**

Este capítulo de la tesis se subdivide en dos partes. Primero el diagnóstico de la situación problema, en donde se plantea la organización y caracterización del equipo investigador, sus motivaciones y roles. Asimismo, métodos y técnicas de recopilación de información, la reflexión y la hipótesis- acción, la cual se plantea en función de alcanzar las mejoras para evitar el problema que de inicio se planteó. En la segunda parte, se plantea el paradigma y modelo escogido, sus fundamentos teóricos y enfoques, así como el Plan de Mejora para incidir positivamente en el problema de estudio.

## **Capítulo III. Desarrollo de la planificación estratégica.**

En este capítulo se ejecutan las actividades propuestas en la mejora, y se recopila información sobre los cambios o mejoras que han ocurrido con la implementación de las actividades.

## **Capítulo IV. Reflexión y evaluación.**

En este capítulo se presentan los resultados de la acción, la validación de datos, la evaluación del proceso de las acciones ejecutadas, y la reflexión para nuevas acciones a emprender.



## **Capítulo V. Conclusiones y Recomendaciones.**

Como su nombre lo indica se presentan las conclusiones y recomendaciones de todo el proceso ejecutado en el estudio, la bibliografía y los anexos donde se encuentra la evidencia del estudio.

Con este trabajo se pudo demostrar que la capacitación y adiestramiento con un Programa de Educación Física dirigido a las maestras de multinivel en Educación Inicial, soluciona la problemática de la preparación inapropiada de las capacidades físicas en los estudiantes de edad preescolar y favorece su desarrollo integral.



## 1.2 Planteamiento del problema

### 1.2.1. Antecedentes del problema:

La enseñanza de la Educación Física ha sido una labor que ha requerido contar con la capacidad profesional de las maestras, las que deben tener además de una sólida formación científica, una serie de herramientas pedagógicas y metodológicas a fin de facilitar el aprendizaje de los niños y niñas de los multiniveles que integran la Educación Inicial.

Después de haber impartido clases de Educación Física a niños y niñas en el preescolar, del colegio Pureza de María – La Providencia, de la ciudad de León, la dirección de este centro me solicitó, que capacitara a las maestras que daban clase a esos niños, para que integraran en su planificación semanal el área de Educación Física.

Esta capacitación se realizó en cada nivel del preescolar, por lo que cada maestra tenía que trabajar ese área como un componente más de su currículo educativo, lo que permitió enseñarles cómo impartir la clase de Educación Física a los niños y niñas, con su periodo completo y ejercitando el cuerpo a través de juegos.

Mediante esta experiencia reflexioné sobre la importancia de la Educación Física en la formación educativa de los niños y niñas en esta etapa evolutiva, pues la Educación Física aporta mucho para el desarrollo físico de los mismos, para que fueran conociendo su propio cuerpo a través de los ejercicios físicos.

Como profesor de Educación Física despertó en mí la motivación para realizar cambios en la Educación Rural y lograr que las maestras, alumnos, padres de familia y dirección del centro educativo conozcan y dominen mediante la acción del ejercitar las capacidades físicas en los alumnos.

Tradicionalmente los niños cuando pasan al Primer Grado desconocen los movimientos, el espacio, las lateralidades, siendo esto un indicador para el cambio. No sólo se debe impartir la clase de Educación Física en las edades



superiores a la Educación Inicial, porque es imprescindible que desde edades tempranas los niños y niñas conozcan lo que son sus capacidades físicas y obtengan los conocimientos previos que favorezcan su desempeño en la modalidad de Primaria.

Estas reflexiones estimularon inquietudes sobre la necesidad de trasladar esta experiencia al ámbito rural, ya que es de mucha importancia que los niños de esta zona tengan derecho a una educación con calidad y se les permita optimizar su desarrollo bio psicosocial durante el período de Educación Inicial.

La realización de capacitaciones sobre Educación Física con maestras de preescolar en el ámbito urbano fue oportuna, ya que se aprovechó la experiencia previa, haciendo las adaptaciones pertinentes a la escuela rural.

### **1.2.2. Primeras ideas sobre la problemática a resolver:**

La Educación Física puede significar un buen punto de apoyo para la formación y preparación de los niños y niñas durante la Educación Inicial, para que cuando lleguen a la Educación Primaria cuenten con los conocimientos y habilidades que le hagan competentes y sin ningún impedimento a la hora de hacer actividades físicas.

El niño y la niña del preescolar se integran a través del juego; si no juega, no se realiza la actividad. El desarrollo motor en el ser humano está diseñado para el movimiento, esto se perfecciona mediante el constante accionar y se deteriora cuando deja de moverse. El niño siente, por esa razón, una imperiosa necesidad de correr, saltar y jugar.

Uno de los retos más grandes que enfrentan las maestras, en el sistema educativo nacional, es el desconocimiento del área de la Educación Física y su aplicación para el mejoramiento de las capacidades físicas en los alumnos de la Educación Inicial.

Hacer realidad la implementación de un Programa de Educación Física para Educación Inicial en la zona rural, tenía necesariamente que pasar por la selección



de un centro educativo que acogiera con beneplácito la idea de efectuar cambios en la atención a la ejercitación de las capacidades físicas de los alumnos/as.

Gracias a la visita realizada al N.E.R. “Sagrado Corazón de Jesús” de Salinas Grandes, municipio de León; (en la que se pretendía observar el funcionamiento de la educación en los “multigrados” y “multiniveles” de la Educación Primaria rural, estos se diferencian en que el multigrado se aplica en la primaria y el multinivel se ejecuta en los niveles del preescolar aplicado en las escuelas rurales.

Con las entrevistas ejecutadas a dichas maestras), se pudo apreciar una necesidad sentida por aquellas que atendían los multiniveles- en relación a aprender nuevas estrategias de enseñanza – aprendizaje en el área de la Educación Física.

Las maestras de preescolar se interesaron más sobre el tema de la Educación Física al observar lo que hacía el profesor cuando impartía su clase con los alumnos de Primaria y Secundaria.

Ellas relacionaban las actividades del maestro con lo que las mismas hacían con sus alumnos al desarrollar “La Diana”, la cual consistía en la realización de algunos juegos y ejercicios físicos elegidos por la maestra de Preescolar de manera empírica y sin contar con una preparación previa que le ayudara a decidir la mejor opción para el aumento de las capacidades físicas de sus alumnos.

Las maestras expresaron que habían pensado en la Educación Física como un área más del currículo escolar en la Educación Inicial y consideraban que el ejercicio físico y el juego de “La Diana” debían ser dirigidos por este área y beneficiar así el proceso de desarrollo físico en esa edad temprana.

Las maestras se animaron ante la posibilidad de ser capacitadas en el área de Educación Física.

La dificultad antes mencionada fue lo que motivó la elección de este centro para la aplicación de la experiencia acumulada.



### 1.2.3. Preguntas de investigación:

Con la idea proyectada, aparecieron múltiples interrogantes que estaban relacionadas con la problemática planteada al inicio del estudio y la oportunidad de encontrar la solución más adecuada posible.

Entre las interrogantes surgidas tenemos:

¿Qué se puede hacer?

¿Qué se puede aportar para la mejora de la enseñanza del área de Educación Física?

¿Será posible diseñar un Programa de Educación Física para las maestras?

¿Qué aspectos en el programa de Educación Física se deben poner en práctica?

¿Será esta solución, de gran utilidad para el desarrollo físico de los niños?

¿En qué beneficiará a las niñas, niños y maestras?

¿Qué se necesita para poner en práctica un Programa de Educación Física orientado a la Educación Inicial?

¿Qué beneficios aportaría la Educación Física a la Educación Inicial?

¿Cuál es la situación actual de los alumnos de multinivel sin practicar Educación Física?

Todas estas preguntas demandaban respuestas que sólo podían ser respondidas con la realización de un diagnóstico de la situación problemática y la ejecución de un Plan de Acción que sentara las bases para revelar una solución adecuada y oportuna a las necesidades encontradas.



#### **1.2.4. Necesidades de cambio:**

Cuando se realizó la visita al centro educativo, las maestras de Educación Inicial, se sintieron motivadas al ver que se dialogaba con la directora acerca de la selección del colegio para la capacitación en Educación Física.

Ante esta situación se adquirió un compromiso social de intervenir sobre el cómo enseñar la ejercitación de las capacidades físicas en el área de Educación Física y también el cómo planificar la clase, la utilización de la metodología, estrategias y el desarrollo de habilidades, y destrezas para el buen uso del conocimiento en el dominio de las capacidades físicas en los alumnos.

Hasta este punto había una necesidad planteada, un lugar para resolver la problemática, justo en el área de Educación Física.



### 1.2.5. Marco Contextual:

Este tema de investigación tiene como escenario geográfico rural la Escuela Sagrado Corazón de Jesús de la comunidad Salinas Grandes, del Municipio de León.

El Centro Educativo Sagrado Corazón de Jesús sirve de base a las escuelas Santa Clara, Cristo Rey, Los Ranchos, Augusto. C. Sandino, Pancorba, El Jarro, San Luís, Santa Elena, Las Marimbas, Las Parcelas, Emmanuel Mongalo, Salinas Grandes y El Oasis, de la comunidad rural de Salinas Grandes del municipio de León.

Está ubicada al sureste del municipio de León en el Kilómetro 77 ½, carretera León – Managua; la cual sirve a una población de 2,560 habitantes.

A pesar de tener comunicación terrestre, la escuela Sagrado Corazón de Jesús se ubica a 14 km. de León. El N.E.R. cuenta con 7 escuelas de Educación Inicial de multinivel. Entre ellas tenemos:

- ⊕ San Pedro
- ⊕ Nuestra Señora de Mercedes
- ⊕ La Leona
- ⊕ El NER Sagrado. Corazón de Jesús
- ⊕ Cristo Rey
- ⊕ Emmanuel Mongalo
- ⊕ El Oasis

#### **Sus límites son:**

- ⊕ Al norte con la casa de Raúl Espinoza.
- ⊕ Al sur con la carretera Panamericana.
- ⊕ Al este con la hacienda el Gurú.
- ⊕ Al oeste con la casa de Clarisa López.



La Escuela fue fundada en el año 1986, y se atendía una población (224) estudiantes en las modalidades de Primaria (multigrado) (170), Educación Inicial (multinivel) (26) y modalidad de Primaria Sabatino acelerada (5° y 6°) (28). Estaba a cargo de 6 maestros que atendían el sistema educativo de esa comunidad 5, en el turno matutino, 1 maestra en el Sabatino y una subdirectora que atendía la modalidad Sabatino. La escuela fue construida por un grupo de alemanes que visitaron nuestro país en los años (84 - 85), realizando la construcción de pabellón escolar para Educación primaria. Actualmente es donde reciben clase los niños de la Educación Inicial, y (IV – V año) de Secundaria. Se acordó que la escuela pasaría a ser escuela base NER, para toda la comunidad conformando escuelitas que atendieran a esos niños para que no se trasladaran hasta la escuela base, la que les quedaba muy lejos, lo que dificultaba el pago del transporte para que los trasladaran a la escuela, y esto se consideró que pertenecieran al mismo núcleo. En el año 1997, se inició la construcción de 2 pabellones por la demanda de la población estudiantil que se iba incrementando en la comunidad de Salinas Grandes. Se aprovechó el hermanamiento de proyectos que proporcionaron los alemanes en la construcción de escuelas en esa comunidad para la educación de los alumnos, aprovechando el hermanamiento entre Nicaragua y Japón, cada pabellón cuenta con 6 aulas para dar clase de Primaria, Secundaria y la Educación Inicial. La escuela funciona desde hace 28 años, cuenta con una planta física propia, la que tiene tres pabellones grandes para un total 17 aulas. Con un personal de docentes y maestras (os) de 15, una directora una bibliotecaria y 2 maestros de computación.

En cuanto al mobiliario tiene mesas de madera, cada una tiene su pupitre en buen estado. Los maestros de danza, computación, secretaria y bibliotecaria reciben sus salarios de parte de la dirección y de los padres de familia y no el MINED.

Actualmente se realizó la construcción de un pabellón de 5 aulas donde reciben clase alumnos de Secundaria, un aula para la dirección y subdirección, otra para la secretaria y las otras la utilizan para la biblioteca, computación y danza.

La escuela está construida de material de concreto, perlines, techo de nicalit, piso de ladrillo, servicios higiénicos (ocho letrinas), pozos de bomba, carecen de agua



potable. El agua la consiguen desde una distancia de 30 metros. También gozan de alumbrado eléctrico.

Poseen aulas adecuadas para impartir las clases, tienen ventilación natural e iluminación tanto artificial como natural.

En esta comunidad existen 596 alumnos que pertenecen a la Educación Formal en las diferentes modalidades de la misma comunidad rural de Salinas Grandes, del Municipio de León.

Con la colaboración de la comunidad del sector, la escuela tiene una dirección y cuenta con 2 sub- direcciones, una en el turno matutino y la otra en el sabatino. También tiene su claustro de maestros y el resto del personal que atienden las diferentes modalidades: 30 maestros y 2 celadores.

Actualmente la escuela ha venido creciendo en cobertura por lo que se ha ido ampliando su edificación, por lo que hoy en día cuenta con una mayor capacidad de acoger más alumnos en las modalidades que atiende.

Ha prestado un servicio de 28 años a la comunidad educativa con esfuerzos y esmero para llevar a cabo de la mejor manera lo que el Ministerio de Educación le orienta: su proyecto curricular, el cual pretende brindar una educación integral para la vida.

La Escuela Base funciona por Ciclos Básicos, utilizando los niveles educativos como:

- ⊕ Educación Inicial
- ⊕ Educación Primaria Regular
- ⊕ Educación Secundaria Regular
- ⊕ Educación Primaria y Secundaria Sabatina

En la modalidad de Educación Inicial, cada maestra atiende 40 niños para un total de 280 alumnos en las 7 escuelas del preescolar, ya que es multinivel; 6 maestros atienden la Primaria con 312 alumnos y la Secundaria es atendida por 8



maestros, lo que da un total de 592 alumnos en ambas modalidades regular y multinivel.

En la modalidad sabatina hay una maestra que atiende un multigrado que es Quinto y Sexto de Primaria con 35 alumnos (sólo para personas adultas y niños y niñas de extra edad); 7 maestros que atienden la Secundaria integrada por 209 alumnos desde el Primer Año hasta el Quinto año.

### **Características de la comunidad de Salinas Grandes.**

Es una comunidad ubicada en la zona rural. Sus actividades son la pesca, producción de sal y la artesanía.

Es una zona de escasos recursos económicos donde predomina la pobreza la cual carece de tendidos telefónicos. Poseen otros servicios como agua potable, energía eléctrica, transporte colectivo León-Salinas Grandes. Es una comunidad aislada, árida y caliente.

El nivel cultural y educativo de los padres de familia es muy bajo, en algunos casos no terminaron su estudios primarios, otros el Básico o Secundaria, es decir, que el grado de escolaridad es mínimo.

El 60% de las madres de los niños que estudian Educación Inicial y la Primaria son solteras, unas se dedican a los quehaceres del hogar y otras trabajan de domésticas fuera del municipio; algunos padres de estos alumnos se dedican a la pesca, al trabajo de las salineras (trasladando costales de sal), y al trabajo del campo (principalmente a la agricultura y crianza de animales).



### **1.2.6. Justificación:**

Con la realización de este trabajo de Investigación-Acción se pretende exponer las dificultades que estaban incidiendo en el área de Educación Física, Recreación y Deporte, en el nivel educativo de Educación Inicial en la zona rural, por la falta de conocimientos que sobre la ejercitación de las capacidades físicas e insuficientes estudios que tenían las maestras del NER Salinas Grandes, sobre la aplicación de técnicas y estrategias para la ejercitación de diferentes actividades físico-lúdicas; les resultaba complicado atraer y motivar al niño y la niña de Educación Inicial y favorecerle en su proceso evolutivo, de manera integral, a través de este componente curricular.

Se requiere profundizar en la importancia de la Educación Física, Recreación y Deporte, reafirmando las habilidades y destrezas que se obtiene para que la maestra contribuya al desarrollo armónico de la unidad bio-psicosocial del alumno y por el que puede llegar a tener un desarrollo humano que trascienda en un mejor aprovechamiento de sus habilidades y destrezas a través de las actividades al aire libre, que repercuta en las prácticas educativas y recreativas presentes y futuras.

Ante esta situación se debe reconocer que era necesario que se dieran aportes al campo de la Educación Física, Recreación y Deporte que permitieran desarrollar procedimientos en el tratamiento de la actividad física en los diferentes niveles educativos de la Educación Inicial y que los y las maestras propiciaran la ejercitación de capacidades y habilidades físicas, hábitos y actitudes recreativas en las diferentes áreas que se imparten dentro del sistema educativo.

Cabe aclarar que para la figura del maestro, quién imparte dichos conocimientos a los niños en este nivel escolar; su preparación es determinante, debido a que es parte fundamental de la enseñanza-aprendizaje de dicha área y porque es de gran beneficio para el desarrollo físico y cognitivo en sus alumnos, por lo que debe de ser valorada esta disciplina, en los niveles de la Educación Inicial.



Se pretende sugerir a las maestras del multinivel, los conocimientos o fundamentos básicos adecuados, para llevar a cabo actividades propias de la Educación Física de la mejor manera posible, y así tener en cuenta que este área curricular no deja de ser parte de la Educación Formal.

Dentro de los beneficios que aportaría la Educación Física en la Educación Inicial, se puede mencionar: un mayor nivel de actividad infantil, aumento en su crecimiento, adelanto en sus movimientos coordinados, permite que el niño se integre a la sociedad, refuerza su responsabilidad, contribuye al desarrollo de su rendimiento en el aula. La actividad de Educación Física constituye entonces un apoyo para la organización de la labor educativa en la Educación Inicial.

Algo muy importante es brindar, a las personas que desconocen la Educación Física un aporte, a la mejora y transformación de la educación de esos niños que pertenecen a la Educación Inicial, fundamentalmente del área rural.

Es por eso que considero de mucha importancia la Investigación - Acción realizada en la escuela Sagrado Corazón de Jesús de la comunidad rural Salinas Grandes, ya que está dirigida a las maestras que imparten clase en la Educación Inicial y que pertenecen a la escuela base Sagrado Corazón de Jesús pues aprendieron acerca de las capacidades físicas que integran el área de Educación Física y de su carácter dinámico, progresivo y reflexivo.

Esto permitió que en la intervención pedagógica se pusieran en práctica los conocimientos sobre la ejercitación de las capacidades físicas en los alumnos por medio de las actividades desarrolladas por las maestras.



### **1.2.7. Viabilidad:**

Este estudio resultó ser viable pues contó con la anuencia y el apoyo de la directora del N.E.R. Salinas Grandes así como el de las maestras pertenecientes a esta escuela base, particularmente las que trabajaban con los niños de Educación Inicial.

Se da a conocer la existencia de la necesidad de capacitación, planteada por las maestras, en el área de Educación Física.

A esto le debemos agregar la experiencia previa del investigador que había adquirido en el trabajo con niños de Educación Inicial de la zona urbana.

Quizá el único elemento nuevo era el no haber trabajado en la zona rural con este componente y en este nivel, sin embargo, eso no fue un obstáculo para el desempeño en la consecución de los objetivos propuestos.



## 1.3 Objetivos

### 1.3.1 Objetivo General:

“Contribuir al fortalecimiento de la disciplina de Educación Física, mediante la inclusión de un Programa en el multinivel de Educación Inicial en la Escuela NER Sagrado Corazón de Jesús”.

### 1.3.2. Objetivos Específicos:

1. Identificar las dificultades que origina la falta de un Programa de Educación Física en el multinivel de la Educación Inicial.
2. Realizar una intervención pedagógica con las maestras y los niños y niñas del multinivel de Educación Inicial.
3. Diseñar un Programa de Educación Física en Educación Inicial de apoyo a las maestras que imparten esta disciplina.



## **2. PLANIFICACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN**

### **2.1 Diagnóstico de la situación problema.**

#### **2.1.1 Organización y caracterización del equipo de investigación: motivación y roles.**

##### **MOTIVACIÓN.**

La Educación, como la vida es un extraordinario proceso de encuentro que nos abre, a dimensiones personales, humanas y sociales inesperadas.

Durante todas las visitas de indagación en el NER “Sagrado Corazón de Jesús”, observé las dificultades en el proceso Enseñanza – Aprendizaje al no impartir el área de Educación Física, en nivel del preescolar de la zona rural, sensibilizándome ante tal situación adquiriendo un compromiso personal de relacionarme más directamente con la comunidad educativa para la realización de esa materia, con visitas más constante, intercambiando y compartiendo conocimientos teóricos - prácticos para la mejora del proceso educativo.

Como profesor de Educación Física, me motivó el hecho que se pueda lograr un cambio en las maestras, alumnos de la Educación Inicial, realizando encuentros con las maestras, alumnos/as en busca de estrategias de Enseñanza – Aprendizaje en el área de Educación Física. Esto mediante métodos de investigación - acción participativa en el aula y en el campo para realizar las practicas de ejercicios físicos, aplicando habilidades, técnicas y estrategias para facilitar la enseñanza-aprendizaje que ayuden al aprendizaje significativo de la Educación Física en los alumnos/as de la Educación Inicial del NER “Sagrado Corazón de Jesús” de la comunidad de Salinas Grandes del municipio de León.



## Organización y Caracterización del Equipo de Investigación: Motivación y Roles.

Funciones o Roles del Equipo Investigador		
Equipo	Funciones o Roles	Actividades
Investigador Colaboradores	Orientar los objetivos y enfoque de las capacidades físicas mediante las capacitaciones.	Reunión con la dirección, maestras y padres de familia.
Investigador Colaboradores	Fomentar el debate y la reflexión entre las maestras y el capacitador.	Implementación de los talleres
Investigador Colaboradores	Analizar la realidad, del desconocimiento de las capacidades físicas.	Aplicación del instrumento de evaluación de los talleres
Investigador Colaboradores	Velar por el desarrollo y su aplicación coherente de la ejercitación de las capacidades físicas, mediante las capacitaciones con las maestras.	Organizar a los Padres de Familia y Miembro de la Comunidad participante.
Investigador Colaboradores	Velar por un aprovechamiento eficiente de los medios necesarios que se utilizaran en las capacitaciones.	Reconocimiento de los recursos existente en cada capacitación.
Investigador Colaboradores	Fomentar de manera permanente la colaboración de los padres de familia para que apoyen a sus hijos para que ejerciten la clase de Educación Física.	Motivar y Capacitar a las maestras de la Educación Inicial.
Investigador Colaboradores	Sistematizar los aportes de las participantes en las actividades que realicen durante la capacitación.	Recolección de información por cada acción nueva.
Investigador Colaboradores	Trasladar los resultados del proceso (sistematización de diagnóstico y propuestas).	Validación y Evolución de cada actividad de las capacidades físicas.



Investigador	Evaluar y dar seguimiento a las actividades físicas mediante el proceso de enseñanza -aprendizaje.	Implementación de nuevas Acciones
Colaboradores		

Organización.	Equipo.	Caracterización.	Trabajo.	Motivación.
El equipo de investigación se organizó por:	Raúl Pastrán	Lic. En Psicopedagogía (Maestrante)	Grupal e individual.	Intrínseca Contribuir con la consolidación del acompañamiento entre dirección maestra y padres de familia en la formación de sus hijos mediante el componente de Educación Física.
Experiencia.	Directora de la escuela. Maestras. Tutora.	Lic. En Educación Primaria. Maestras Normalistas.	Capacitador. Creativo.	
Capacidades.	MINED Municipal.	Lic. Psicóloga. Técnica municipal de Educación Física.	Resolución de cada actividad física con las maestras.	Colaborando en el desarrollo de la comunidad educativa.
Dinamismo.	Maestras de Educación Inicial.	Maestras. Técnico Departamental de Educación Física.	Táctico.	
Responsabilidad.	MINED Departamental.	Fundador de la Comunidad, Presidente de los padres de familia del sector escolar y representantes del centro educativo maestras y directora de la		
Perfil.	Maestras, padres de familia y responsable del Centro Escolar.			
Dedicación				
Entrega.				
Creatividad.				
Disposición				



		escuela.		
--	--	----------	--	--

Anteriormente se habló de la viabilidad con la que contó este trabajo de Investigación-Acción, la misma fue determinante para que se pudieran dar los primeros pasos para organizar la investigación.

Lo primero que se hizo fue entrar en el proceso de análisis de la situación, hasta el momento planteado, para que se tomaran algunas decisiones en relación con la metodología precisa a utilizar en este proceso investigativo, es decir, la más conveniente.

Lo segundo fue establecer el primer contacto de coordinación con la directora del N.E.R. Salinas Grandes. Este primer contacto se inició con una comunicación favorable con la directora, luego se le presentó una propuesta de mejora para la escuela y el nivel educativo (multinivel de Educación Inicial), donde se iba a realizar la intervención pedagógica, esencia misma de la Investigación – Acción.

Esta primera visita fue importante por varias razones:

1. Para conocer las fechas disponibles de trabajo con las maestras de Educación Inicial pertenecientes a este N.E.R, pues permitió el ajuste de los horarios tanto de la directora como de las maestras que participarían en el estudio.
2. Se abordó, de manera muy general, los intereses que podrían resolver el estudio o, las necesidades que se querían resolver.
3. Mencionar someramente el tema de las necesidades implicó el planteamiento de las posibilidades reales de trabajo con las maestras, por razones de tiempo, demanda, espacio, nivel de preparación, etc.
4. Por otro lado, se pudo aclarar perfectamente el norte que tendría el estudio, la propuesta del modelo de investigación a utilizar y la importante participación de todos los involucrados en este tipo de investigación.



### **2.1.2 Métodos y técnicas para la recopilación de la información**

En el proceso de selección de la metodología para la realización del diagnóstico y haciendo una revisión consciente del procedimiento que pudiera ser más conveniente para aplicar en el grupo de maestras rurales, se seleccionó un modelo cualitativo de trabajo que, por sus características, podía adecuarse a este proceso de Investigación-Acción por ciclos, señalado anteriormente. Me refiero a ese modelo conocido como A.N.I.S.E. y que por su sigla significa: Análisis de Necesidades de Intervención Socio- Educativa, que es un modelo explicado por la autora María de la Paz Pérez Campanero que consiste en una intervención sistemática que sigue una serie de fases, todas relacionadas con un proceso de intervención del tipo participativo y en donde los protagonistas, es decir, los que deciden la problemática que hay que resolver, son los propios involucrados con el problema.

A continuación se presentará una síntesis teórica de este modelo.

El A.N.I.S.E. pretende reunir todos los datos necesarios sobre una serie de problemas vividos por un sector de la población, para llegar a la adecuada toma de decisiones sobre la implantación o no de un Programa de intervención, así como para determinar su amplitud, formular objetivos a conseguir y fundamentar todo el proceso de planificación e implementación y posterior evaluación. Es un modelo sencillo, que sólo recoge lo relevante y transparente, fácil de interpretar, que dirige sin complicaciones en el proceso de estudio sistemático de una situación problemática.

El Análisis de necesidades debe dejar bien claro, lo que esos alumnos son capaces de hacer; el contexto en que se realiza el trabajo, las bases para futuras recomendaciones y que se trata de una oportunidad para involucrar a los individuos en el diseño de la formación.



El A.N.I.S.E. consta de tres fases que se explican a continuación:

### **2.1.3- I FASE: Reconocimiento**

Es el contacto previo con la realidad, puede ser considerado como un pre diagnóstico, cuyo objetivo es descubrir dónde estamos, de dónde partimos, dónde y cómo obtener la información que necesitamos, en esta fase se descubre aquello que puede ser importante o no para el estudio. Sus etapas son: La situación desencadenante, las herramientas para la obtención de la información y el análisis de la comunidad.

### **2.1.4- II FASE: Diagnóstico**

Responde a la búsqueda del tipo de información que necesitamos, incluidos los receptores de la información, los profesionales que van a intervenir y la institución a la que pertenecen ambos.

### **2.1.5- III FASE: Toma de decisión**

Es la última fase del A.N.I.S.E., la cual responde a la pregunta ¿Hacia dónde vamos?, esto permite proyectar el plan de acción y la puesta en práctica de un Programa adecuado a la solución de la problemática.

### **2.1.6- Forma en que se aplicó el modelo en este estudio:**

A continuación se detallará cómo este procedimiento se aplicó en la Investigación - Acción.

Como se expuso anteriormente, este modelo consta de tres fases, las que fueron adecuadas según las características y condiciones del grupo a intervenir.

En nuestro caso, para el diagnóstico se aplicaron las primeras dos fases es decir, la fase de reconocimiento y la fase diagnóstica, propiamente dicha.

En la primera fase, de reconocimiento o pre diagnóstico se estableció el contacto inicial con la directora y a través de ella se averiguaron aquellas dificultades, que para esta funcionaria, estaban limitando el trabajo de las maestras de Educación Inicial del N.E.R a su cargo. La Directora tenía la inquietud de que estas maestras pudieran ser capacitadas en el área de Educación Física ya que ellas alegaban que nunca habían sido capacitadas en este ámbito, a pesar de que sí se acercaban a esta área cuando realizaban aquello que se le denomina “ La Diana” donde los niños realizaban algunas actividades físicas. Pero la directora



consideraba que no era suficiente lo que realizaban y por eso era menester que las maestras ampliaran sus conocimientos.

Siempre dentro de esta primera fase se realizaron observaciones exploratorias con la finalidad de conocer esta necesidad que planteaba la directora y se contrastó con la opinión del técnico Departamental de Educación Física Recreación y Deporte del MINED.

En dicha exploración diagnóstica se detectó que existían dificultades y limitaciones en las maestras por el desconocimiento de las capacidades físicas en el ámbito de la Educación Inicial y que además integraban el componente de la Educación Física. De alguna manera esto confirmaba las inquietudes expuestas por la directora en el sentido de que las maestras podían salir beneficiadas con una preparación teórico-práctico.

En la segunda fase o del diagnóstico propiamente dicho, se realizó una técnica de entrevista grupal, también propuesta en el Libro de María de la Paz Pérez Campanero del A.N.I.S.E. denominada “Grupo central o entrevista de grupo” la cual permite conocer las necesidades que siente la comunidad y sus propias impresiones al respecto. Para su aplicación se hace una presentación inicial del tema a tratar, luego se inicia la entrevista grupal, tomando en cuenta todas las opiniones de los participantes y haciéndose síntesis continuas y final.

Esta fase tiene una propuesta que coincide perfectamente con los ciclos de la espiral plateados por Kemmis y que ya son típicos de cualquier proceso de Investigación - Acción.

A continuación se presentan los pasos propuestos para detectar las necesidades de formación:

1. ¿Dónde estamos actualmente?
2. ¿Dónde deberíamos estar?
3. Causas por las que no estamos donde debiéramos.
4. Sentimientos por no estar donde debiéramos.
5. Definir el problema.
6. Proponer soluciones alternativas.
7. Elegir alternativa.
- 8a. Intervención.
- 8b. Otra solución.



9a Diseño del plan de intervención.

9b. Implementar otra solución.

Estos son los aspectos planteados en este trabajo, mismos que fueron desarrollados a través de los diversos instrumentos de investigación utilizados y que a continuación se describen.

### **Instrumentos utilizados para el diagnóstico:**

Los instrumentos utilizados para el diagnóstico fueron tres:

- La entrevista: que se aplicó fue dos tipos: la estructurada y la no estructurada.

La no estructurada, fue aplicada en la fase de reconocimiento o fase exploratoria de la problemática y fue dirigida a la directora de la escuela base Sagrado Corazón de Jesús y sus escuelas satélites que están integradas a ese mismo núcleo y que se encuentran en la comunidad rural de Salinas Grandes del municipio de León.

La estructurada: fue aplicada en la fase de diagnóstico a la directora de este centro rural y al técnico departamental de Educación Física Recreación y Deporte del MINED.

- La observación participante y no participante: ello porque a veces eran necesarias las intervenciones del investigador para apoyar a la maestra con algunas dificultades que presentaba en el área de Educación Física. Esta técnica fue aplicada tanto en la fase de reconocimiento a las maestras de Educación Inicial de la escuela base Sagrado Corazón de Jesús y sus escuelas satélites de la comunidad rural de Salinas Grandes.
- Entrevistas: aplicadas en la fase diagnóstica a las maestras de Educación Inicial y a los padres de familia de la Escuela base Sagrado Corazón de Jesús, de la comunidad rural de Salinas Grandes.

### **2.1.7- Obtención de resultados del Diagnóstico**



Una vez aplicados los instrumentos de tipo cualitativo como son la entrevista, la observación no participante se obtuvieron los siguientes resultados:

### **2.1.8- La exploración diagnóstica**

La exploración diagnóstica realizada tanto con la directora (a través de la entrevista no estructurada) como con las maestras, reflejó que existen limitaciones a consecuencia del desconocimiento de las capacidades físicas que se desarrollan mediante la implementación del componente de Educación Física.

Aquí se hace mención de algunas de esas dificultades:

1. La falta de un Programa específico de la Educación Física para los niños y niñas de la Educación Inicial.
2. El poco dominio de éstas para impartir una clase específica en el área de Educación Física.
3. La falta de conocimientos previos por parte de las maestras de cómo desarrollar las capacidades físicas y actividades asociadas a movimientos corporales en el campo psicomotor.

Como consecuencia de esta exploración en la identificación de los aspectos que tienen repercusión para los aprendizajes de los alumnos, surge la necesidad de hacer consultas, valoraciones de distintas fuentes de información para conocer con mayor profundidad sobre las dificultades que se presentan en dicho ámbito respecto a la ejercitación de las capacidades físicas y el estudio hipotético de facilitar la elaboración de un Programa del área mencionada, para un desarrollo armónico de la enseñanza de los niños y niñas de 3 a 6 años de la Educación Inicial.

### **2.1.9- Resultados de la observación.**

Observé que las maestras impartían la clase dentro del aula en un horario entre las 9 y media y 10 de la mañana realizando diana matutina, la cual está plasmada en el Programa que les facilita el MINED, para impartir sus clases.



Las actividades que realizaban las maestras con sus alumnos eran, subir y bajar manos, pies, rotar cuello; luego cada niño se desplazaba al lugar donde quería estar. Unos corrían, otros jugaban a su manera, el resto se mantenía sentado con la maestra.

Durante la visita realizada a los siete colegios, observé a los alumnos que pertenecen a la escuela base, la mayoría estaban aburridos, dormidos, llorando, se querían ir a su casa, se salían de la clase, se quedaban afuera y no entraban al aula; ni por mucho que la maestra les cantaba a los niños que estaban dentro y fuera del aula, le era imposible lograr que se motivaran; como que se encerraban en su mundo. A veces los niños entraban por su cuenta, como que se cansaban de estar afuera solos, se ponían a llorar, se entretenían cuando la maestra realizaba la diana dentro del aula mientras otros la realizaban en el patio de la escuela.

Luego cuando entré al aula de clase, les pregunté a los niños si les gustaría hacer ejercicios, jugar, correr y saltar; si habían escuchado sobre la Educación Física; si con la maestra realizaban ejercicios físicos, juegos, correr, saltar, lanzar y atrapar pelotas. La respuesta a las interrogantes, fueron negativas.

Ellos también manifestaron que nunca habían hechos ejercicios como los que hacen los grandes, como por ejemplo juegan y corren con pelotas, pañuelos, palos y mecates. Pocos se integran a la clase que imparte la maestra en el aula, la sentían aburrida, unos llegaban tarde, otros se dormían en la clase y algunos faltaban hasta 3 días a las clases a la semana.

Las actividades para trabajar el espacio son pocas y no son ajustadas a la caracterización de los niños en sus respectivos niveles.

#### **2.1.10- Resultados de las entrevistas**

Al entrevistar al cuerpo de maestras de la Educación Inicial y otros del mismo centro educativo que no precisamente imparten clases en multinivel, dichas maestras manifestaron sobre la necesidad de tener una guía de apoyo para



realizar y orientar la actividad dirigida a la enseñanza del área de Educación Física, Recreación y Deporte para el desarrollo integral del dominio corporal en el fortalecimiento de las habilidades físicas en los niños y niñas de Educación Inicial.

Las maestras realizan sus actividades orientándose del Programa que le facilita el MINED, que no es un Programa específico para impartir la clase de Educación Física, pero tiene contenidos relacionados al área de la Educación Física para impartirla en el multinivel.

Las maestras manifiestan que el factor es el desconocimiento porque nunca le han orientado e involucrado en una capacitación.

Con todo esto, no se trata de imponer actividades y Programas al azar, sino de planear las situaciones, problemas y obstáculos que se presentan en las escuelas multiniveles. El Ministerio de Educación sólo orienta impartir una diana matutina entre 10 y 15 minutos 2 veces por semana en el multinivel de Educación Inicial.

Además, las capacitaciones necesitan de muchos recursos financieros y materiales para su ejecución, lo que permitirá que los beneficiarios directos, en este caso, las maestras del N.E.R “Sagrado Corazón de Jesús” la puedan obtener fácilmente, para la mejora del proceso enseñanza – aprendizaje.

Por tal razón dichas maestras sugieren que sería de gran utilidad el facilitar la elaboración de un Programa de Educación Física Recreación y Deporte, para un desarrollo armónico de la enseñanza. Que les sirva de apoyo en dichos multiniveles que integran las comunidades rurales y así lograr fortalecer nuevas experiencias y habilidades en el proceso de enseñanza - aprendizaje de la materia en estudio.

Ante las interrogantes dirigidas a las maestras en la aplicación de las entrevistas realizadas, manifiestan que se guían en su proceso de enseñanza con un



Programa para guía multinivel, el cual contiene algunos contenidos que pueden adaptarse a la Educación Física.

Se desarrolla según las actividades sugeridas, esto no sustituye actividades enriquecidas dentro de la materia ya que éstas son primordiales para comprender mejor la ejercitación de las capacidades físicas en lo psicomotriz y evolución del niño de una forma integral.

La situación por la que pasaban las maestras que impartían clase en la Educación Inicial, es que no contaban con los conocimientos y las condiciones óptimas para la enseñanza de Educación Física con calidad, por la carencia de un Programa de Educación Física para Educación Inicial.

Se conversó con las maestras que tienen más de 25 años de servicio en el Sistema Educativo y confirmaron el desconocimiento de un Programa específico. Afirmaron que en la actualidad sólo conocen los Programas que brinda el MINED relacionados con otras áreas de la educación.

En la entrevista a la directora, manifiesta que en la Educación Inicial lo que se imparte es la Diana, de forma integral, ya que no existe como asignatura en el Programa de Educación Física, por lo tanto, reconoce que sus maestras no tienen un Programa para guiarse y ejercitar todas las capacidades físicas y las habilidades corporales de sus alumnos.

Considera que la Educación Física, es como un instrumento de la enseñanza-aprendizaje de los alumnos en todos los ámbitos de la Educación Inicial; ayuda a ejercitar las capacidades físicas y sus cualidades básicas, contribuyendo a la acción educativa, ella concluye que es relevante la elaboración del Programa de Educación Física para este nivel educativo.

Al entrevistar el técnico Departamental de Educación Física, Recreación y Deporte del MINED, informó que no existe una guía metodológica específica de Educación



Física como Programa legal a nivel Nacional, Departamental y Municipal, mediante los lineamientos del Ministerio de Educación, sin embargo, esto se deja entrever que en algunos centros optan por la integración de la materia respetando cada una de las particularidades que presenta la escuela para lograr un mejor desarrollo integral de los niños y niñas.

Es por eso que cada centro orienta a sus maestras que deben impartir la Educación Física, seleccionando actividades sugeridas integradas acorde al área, orientación determinada por la no existencia de un Programa aplicado a la Educación Inicial.



### **2.1.11- Presentación, análisis e interpretación de la situación problema**

Con la presentación de la fase diagnóstica pretendemos dar inicio a la planificación, implementación y ejecución de la elaboración del Programa de Educación Física en la Educación Inicial dentro de las zonas rurales en el NER Sagrado Corazón, ubicado en la comunidad de Salinas Grandes a 14 Kilómetros de la ciudad de León.

Todos los centros públicos tienen que regirse por el proyecto educativo institucional o nacional, pero una cosa son las políticas educativas nacionales y otras son las realidades de cada centro educativo, por lo que el (NER) Sagrado Corazón de Jesús, no cuenta con un Programa específico del área de Educación Física para el multinivel de la Educación Inicial.

En el centro existen necesidades pedagógicas, como capacitaciones constantes sobre la Educación Física dentro del multigrado, a las maestras que imparten clase en la Educación Inicial.

Otra de las causas es la falta de materiales didácticos y bibliografía dirigida a la Educación Física; esto ocasiona que las maestras normalmente trabajen con el Programa que le proporciona el MINED donde vienen integradas para todas las áreas que se imparten a los alumnos en el sistema educativo, no integrando la Educación Física.

Para esto se están impulsando acciones, como la implementación de las capacitaciones para facilitar los recursos didácticos dirigidos a la Educación Física y que sirva de orientación para los centros educativos públicos en las zonas rurales de nuestro país, que tengan multigrados en la Educación Inicial, y el aseguramiento de la gratuidad del Programa especial, para obtener un buen proceso de enseñanza – aprendizaje.

Cuando se habla de problemas, consideramos que es algo que se debe resolver por muy pequeño que éste sea, más aún cuando se trata del desconocimiento de las capacidades físicas que se encuentran integradas en el componente de la Educación Física dirigidas a la Educación Inicial, esto es tan delicado y complejo



ponerlo en práctica sin tener algún conocimiento en los niños y niñas de los multigrados que integran las escuelas que pertenecen al (NER) Sagrado Corazón de Jesús de la comunidad de Salinas Grandes del municipio de León.

Para llevar a cabo el presente trabajo de investigación se realizó una consulta al Ministerio de Educación Departamental para conocer si existía o no un Programa de Educación Física en la Educación Inicial, tanto departamental como municipal. Al conocer de la no existencia de dicho programa, me contacté con el Ministerio de Educación Municipal llegando a la conclusión, que el NER, no cuenta con ningún Programa; luego se realizaron las preguntas claves con respecto a la necesidad de la elaboración de un Programa de Educación Física y Deportes para la Educación Inicial.

Considero, que es un reto y una tarea ardua, hacer conciencia a la comunidad educativa del (NER), Sagrado Corazón de Jesús, y de esta manera dar respuesta al problema en el desconocimiento en cómo ejercitar las capacidades físicas con esos niños que pertenecen a los diferentes centros educativos que pertenecen al (NER). Es así, que siete maestras que atienden los multiniveles en la Educación Inicial fueron capacitadas con los nuevos enfoques, contenido científico y estrategias de enseñanza - aprendizaje conforme al Programa de Educación Física dirigido a niños y niñas de 3 a 6 años de edad.

El proceso fue de acompañamiento y motivación, por lo que, se les explicó algunos formatos, tales como, la matriz de planificación didáctica, actividades de aprendizaje, cuestionarios de observación, entre otros, y que fueron validados como viables por el grupo de acción, además, se les explicó qué día y hora podía el investigador impartir la capacitación dirigida sobre Educación Física.

El impacto que ha tenido la investigación se demuestra con los cambios que realizaron las maestras al momento de la participación en la planificación de una clase de Educación Física con los niños, cuyos resultados se vieron en la demostración de habilidades como son el trabajo cooperativo, un cambio de actitud al momento de realizar los ejercicios, logrando así la integración y el entusiasmo.



En base a estos argumentos, creo necesario elaborar capacitaciones de formación a las maestras del pre-escolar en las que las maestras deben de propiciar estrategias innovadoras que estimulen la iniciativa, creatividad e inventiva del alumno por medio de las capacidades físicas, que permitan la posibilidad de integrar la clase de Educación Física como un componente más del currículo escolar.

A fin de ratificar o descartar la existencia real del problema se realizó un diagnóstico a maestras del grupo acción, directores, y padres de familia, que facilitaron los elementos suficientes para continuar con el proceso de intervención pedagógica en dicho (NER).



### 2.1.12-Triangulación del diagnóstico sobre los conocimientos y necesidades de las capacidades físicas que se ejercitan en la Educación Inicial en el Colegio Sagrado Corazón de Jesús la comunidad Salinas Grandes del municipio de León.

Aspectos a investigar	Directora	Maestras	Padres de Familia	Observación
Lo que sabe sobre la Educación Física en la Educación Inicial.	Tengo poco conocimiento, porque durante mis estudios primarios y secundarios, nunca recibí Educación Física porque en Primaria no había profesor y en Secundaria era eximida. Quizás por eso es que conozco poco de ella.	Algunas contestaron que jamás; otras, que nunca han tenido charla o capacitación sobre la Educación Física y que han escuchado que trata de lo físico mental.	No tengo conocimiento y lo que he visto que realizan los niños es una gimnasia matutina de 10 minutos en el aula, sin ninguna preparación de lo que es la Educación Física por falta de práctica o de contar con algún Programa.	Coinciden en que no conocen sobre Educación Física.
Momento y tiempo en que se imparte la Educación Física a los niños y niñas de Educación Inicial.		Unas dijeron la imparten por la mañana a primera hora no como Educación Física, sino como gimnasia matutina o diana, realizando calentamiento, pero no específicamente Educación Física, sino que lo que indica el Programa que tienen de la Educación Inicial para sus actividades escolares. Otras que la impartían	Lo que conocemos es que la realizan antes o después de receso, como un calentamiento para estirar el cuerpo y nada tiene que ver con la Educación Física y lo realizan algunas maestras una vez a la semana.	Se imparte, como gimnasia matutina.



Aspectos a investigar	Directora	Maestras	Padres de Familia	Observación
		después de receso de 9:30 a 10:00 a.m pero en el aula de clase.		
Dominio que como maestra, padre de familia y directora tienen sobre la ejercitación de las capacidades físicas orientadas en el área de Educación Física en los niños y niñas de la Educación Inicial.	No, sólo cuando hacían la clase de Educación Física los otros compañeros, sólo escuchaba al maestro de Secundaria y no explicaba con algún concepto de lo que tratan las capacidades físicas.	En si aplicado a la Educación Física no, pero he escuchado en algunas personas y por medio de los movimientos que realizan en los cantos y bailes con los niños, arriba abajo- atrás- adelante.		Técnicamente no saben sobre el desarrollo de las capacidades físicas.
Beneficios que se obtendrían si se efectúa la Educación Física con niños de Educación Inicial.	Ningún perjuicio más bien un buen desarrollo físico al ejecutar la Educación Física más en los niños de la Educación Inicial por lo que es un relajamiento al cuerpo.  Se recrea la mente y lo mantiene sano y saludable.		Sí, la beneficiaría para que conozcan como realizar los ejercicios que se imparten específicamente en la Educación Física para su desarrollo y dominio de su cuerpo y aprenden a temprana edad su adaptación acorde a su nivel de estudio.	Los beneficios de la Educación Física. serían: Desarrollo y dominio del cuerpo, relajamiento y recreación adaptada a su nivel.



<b>Aspectos a investigar</b>	<b>Directora</b>	<b>Maestras</b>	<b>Padres de Familia</b>	<b>Observación</b>
Utilidad que tendría un Programa de Educación Física específico para la Educación Inicial.	Sí porque así tendemos soporte y conocimiento de la clase de Educación Física para darle la importancia como disciplina específica. Que las maestras cuenten con un Programa, para que las instruyan en el cómo impartir ese área en la Educación Inicial y se integren de lleno a la clase y que los niños dominen y les guste desde temprana edad integrándolos a juegos creativos, juegos populares, aplicando valores positivos con sus demás compañeros de clase.	Sí, nos gustaría contar con un Programa específico de Educación Física y que nos estén capacitando para tener dominio y poder desarrollar así los conocimientos sobre la metodología que se debe aplicar. Como, planificar tiempo, contenidos y unidades en los niños de los Educación Inicial.	Claro que sí para Que a las maestras se le facilite el impartir la clase y tener dominio en la ejercitación y la aplicación de los ejercicios, el cómo planificar la Educación Física por cada nivel de la Educación Inicial.	Es importante contar con un Programa de Educación Física adaptado a la Educación Inicial.
Aspectos que cree usted deberían ser contemplados en un Programa de Educación Física para los niños de Educación Inicial.	Integrar todos los aspectos relacionados a la Educación Física como ejercicios, juegos, organización, espacio, tiempo y el deporte que esté acorde a las condiciones del niño y a lo que tiene acceso el colegio contando con un plan de clase de carácter formal por su estructura	En cómo aplicar las P.E.F (Prueba de Eficiencia Física), que vaya ligado a la Educación Inicial por cada nivel.		No coinciden



Aspectos a investigar	Directora	Maestras	Padres de Familia	Observación
	objetivos; utilizando los métodos, técnicos, biológicos y educativos.			
Oportunidad de observar o impartir una clase de Educación Física con niños de la Educación Inicial.	No he observado ni supervisado menos impartido una clase de Educación Física, sólo cuando estudié mi Primaria sólo observaba en las otras escuelas; hoy en día como directora no he tenido esa dicha, de ninguna forma, ni en la Educación Primaria y la Educación Inicial.	Nunca, porque no se ha dado esa oportunidad de realizar esa actividad de Educación Física menos impartirla, lo cual no tengo conocimiento de un Programa que nos oriente de cómo impartir dicha área.	No, porque nunca he trabajado como maestra, sí la he observado cuando las maestras medio les dan clase a los niños; pero como gimnasia matutina, de 10 minutos en el aula.	Coinciden que no han observado ni impartido una clase de Educación Física.
Perjuicio que se provocaría si se ejercita la Educación Física con niños de Educación Inicial.	Nunca perjudicaría. Se daría más bien un buen desarrollo físico al realizar la clase de Educación Física más en los niños de esa edad, ya que es como un relajamiento para su cuerpo, es bueno para la mente, para no andar pensando cosas malas y los mantiene algo saludables.	Jamás existiría perjuicio, más bien habrá satisfacción en los niños y hasta para su familia que estarían contentas al ver que sus hijos realizan la clase de Educación Física en ese nivel de la Educación Inicial.	En ningún momento le perjudicaría más bien conocerán su cuerpo a través de ejercicios que se imparten específicamente en la Educación Física para su ejercitación y dominio de su cuerpo, logrando aprender a temprana edad dentro de Educación Inicial.	Coinciden en que no perjudica sino que beneficia la Educación Física.
Importancia de la Educación Física para el desarrollo del niño y la niña en	Sí, porque mantiene al niño sano, alegre divertido, feliz y contento hasta para		Sí es muy importante porque al impartirla los	Coinciden en que la Educación Física.



<b>Aspectos a investigar</b>	<b>Directora</b>	<b>Maestras</b>	<b>Padres de Familia</b>	<b>Observación</b>
la Educación Inicial.	recibir las otras áreas. Su cuerpo se desarrollará saludablemente, le fomenta la realización de ejercicios físicos y sus capacidades físicas; desde temprana edad practicar la Educación Física que conozca lo importante que es la clase en la Educación Inicial dándole el verdadero lugar contando con los recursos necesarios.		niños aprenden a conocer su cuerpo a través de los ejercicios y las actividades físicas; luego cuando lleguen a la Primaria tengan dominio y se le facilite la realización de la clase de Educación Física.	Es importante por salud, recreación y su desarrollo evolutivo.
Aspectos que no deberían ser contemplados en un Programa de Educación Física para niños de Educación Inicial.	Los Programa de Educación Física no deben estar relacionados con las otras áreas, no debe tener otro componente; diferente formato de planificación, no compartir lo de Primaria con lo de la Educación Inicial las (PEF), Pruebas de Eficiencias Físicas, están demás por lo que no se imparte la clase de Educación Física, pues sólo sirven de diagnóstico.	Que no sea el mismo tiempo, que se les da a Primaria. Menos carga de trabajo en cada actividad, que sea integrado a la Educación Inicial, para no compartir con la Educación Primaria.	Darles ejercicios muy exagerados. No darles grandes distancia para correr, no darle la clase en horas que el Sol está caliente por lo que perjudicaría al niño.	Los aspectos a tomar en cuenta en el Programa: No sobre esforzarlos, no utilizar horarios de Sol intenso, si no adecuado a su nivel.



### 2.1.13- Reflexión.

En síntesis se encontró con el problema de que las maestras y los niños de Educación Inicial desconocen el área de Educación Física. Las maestras no saben cómo impartir la clase, cómo orientar el tiempo, las capacidades físicas que se deben ejecutar para que los alumnos ya no se encuentren desmotivados en su mayoría. También fue notoria la ausencia de un Programa de Educación Física para la Educación Inicial. Todo este desconocimiento de la Educación Física, afecta la ejecución de las capacidades físicas de los alumnos.

Existe la necesidad de tener aportes en comunión con un Programa de Educación Física que sirva de apoyo para realizar y orientar las capacidades físicas y las actividades recreativas, esto sigue siendo la prioridad necesaria.

Los entrevistados: la dirección del Centro Escolar, los padres de familia, las maestras, él y la asesor (a) técnico (a) de Educación Física consideraron útil el proporcionar dicho Programa, por lo que facilitaría el quehacer de la maestra en la mejora de la enseñanza del desarrollo físico en el multinivel de la Educación Inicial.

Esto llevaría a fortalecer los conocimientos de las capacidades físicas con el apoyo y la participación de los padres en el proceso de aprendizaje de sus hijos sobre la ejecución de ejercicios físicos.

### 2.1.14-Definición del problema encontrado

En resumen, el problema que se encontró en sí es el siguiente:

**La falta de un Programa de Educación Física en el multinivel de Educación Inicial en la Escuela Base Rural Sagrado Corazón de Jesús, limita el proceso de enseñanza de las maestras, causa desmotivación y origina en los alumnos dificultad en la ejecución de sus capacidades físicas: flexibilidad, agilidad, ritmo, organización, equilibrio y coordinación, incidiendo de una manera negativa en su formación integral.**



### 2.1.15- Hipótesis-Acción

**“La creación de un Programa de Educación Física que propicie la ejercitación de las capacidades físicas de los alumnos/as de Educación Inicial, con la consecutiva capacitación a las maestras de los multiniveles del Preescolar rural, convertirá las clases más amenas, mejorará el proceso de enseñanza y facilitará el desarrollo integral de los niños/as de las escuelas que pertenecen al (NER) Sagrado Corazón de Jesús de la comunidad de Salinas Grandes del municipio de León.”**



## 2.2 PLANIFICACIÓN ESTRÁTEGICA

### 2.2.1 Paradigma y modelo escogido

Concepto de Paradigma.

Según el concepto de paradigma (Kuhn, 1971) admite pluralidad de significados y diferentes usos, aquí nos referiremos a un conjunto de creencias y actitudes, como una visión del mundo "compartida" por un grupo de científicos que implica una metodología determinada, (Alvira, 1982). El paradigma es un esquema teórico, o una vía de percepción y comprensión del mundo, que un grupo de científicos ha adoptado.

Paradigmas de Investigación en Educación.

Tradicionalmente el tema de los paradigmas y su correspondiente debate se ha tratado dicotómicamente: metodología cualitativa; explicar frente a comprender; conocimiento nomotético frente a conocimiento ideográfico; investigación positivista frente a investigación humanística. Esta dicotomía deriva de las dos grandes tradiciones filosóficas predominantes en nuestra cultura; realismo e idealismo.

Ante el problema paradigmático se plantean diversas posiciones:

- a) Incompatibilidad de paradigmas.
- b) Complementariedad de paradigmas.
- c) Unidad epistemológica.

Si bien la terminología para denominar a los paradigmas es amplia, hablaremos de paradigma positivista, interpretativo y socio crítico como categorías que recogen y clarifican mejor el sentido de las perspectivas de investigación.

Paradigma utilizado:

El Paradigma Interpretativo es el que se trabaja en este proceso de Investigación Acción, porque el paradigma interpretativo también llamado paradigma cualitativo,



fenomenológico, naturalista, humanista o etnográfico, se centra en el estudio de los significados de las acciones humanas y de la vida social.

Este paradigma intenta sustituir las nociones científicas de explicación, predicción y control del paradigma positivista por las condiciones de comprensión, significado y acción. Busca la subjetividad en el ámbito de los significados utilizando como criterio de evidencia el acuerdo intersubjetivo en el contexto educativo.

Desde esta perspectiva se cuestiona que el comportamiento de los sujetos esté gobernado por leyes generales y caracterizadas por regularidades subyacentes.

Esta investigación de orientación interpretativa se centra en la descripción y comprensión de lo que es único y particular del sujeto más que en lo generalizable.

Lo que se pretende es.

- Desarrollar conocimiento ideográfico que represente la realidad educativa.
- Confirmar que en la práctica la realidad es dinámica, múltiple y holística.
- Reiterar la existencia de una realidad externa y valiosa para ser analizada.

Este paradigma, dentro de la realidad educativa, nos permite comprender la misma desde los significados de las personas implicadas; estudiar sus creencias, intenciones, motivaciones y otras características del proceso educativo no observables directamente ni susceptibles de experimentación.

Modalidades de Investigación-Acción.

En la literatura se señalan tres tipos de Investigación-Acción: técnica, práctica y crítica emancipadora.

- La Investigación-Acción técnica, cuyo propósito sería hacer más eficaces las prácticas sociales, mediante la participación de las maestras en Programas de trabajo diseñados por personas expertas o un equipo, en los que aparecen prefijados los propósitos del mismo y el desarrollo metodológico que hay que seguir. Este modelo de Investigación-Acción se vincula a las investigaciones llevadas a cabo por sus iniciadores, Lewin, Corey y otros.



- La Investigación-Acción práctica, confiere un protagonismo activo y autónomo hacia las maestras, siendo éste quien selecciona los problemas de investigación y quien lleva el control del propio proyecto. Para ello puede reclamarse la asistencia de un investigador externo, de otro colega, o, en general, de un «amigo crítico». Son procesos dirigidos a la realización de aquellos valores intrínsecos a la práctica educativa. Es la perspectiva que representa el trabajo de Stenhouse (1998) y de Eliot (1993).

La Investigación-Acción práctica implica transformación de la conciencia de los participantes así como cambio en las prácticas sociales. La persona experta es un consultor del proceso, participa en el diálogo para apoyar la cooperación de los participantes, la participación activa y las prácticas sociales.

- La Investigación-Acción crítica, emancipadora incorpora las ideas de la teoría crítica. Se centra en la praxis educativa, intentando profundizar en la emancipación de las maestras (sus propósitos, prácticas rutinarias, creencias), a la vez que trata de vincular su acción a las coordenadas sociales y contextuales en las que se desenvuelven, así como ampliar el cambio a otros ámbitos sociales.

Se esfuerza por cambiar las formas de trabajar (constituidas por el discurso, la organización y las relaciones de poder). Este modelo de investigación es el que defienden Carr y Kemmis.

La investigación-acción emancipadora está íntimamente comprometida con la transformación de la organización y práctica educativa, pero también con la organización y práctica social.

Para Carr y Kemmis (1986) sólo este último tipo de investigación-acción es la verdadera; sin embargo, otros autores señalan que cada una de las investigaciones es válida en sí. Las tres modalidades conllevan desarrollo profesional y es legítimo comenzar por la indagación técnica y progresivamente avanzar hacia la investigación-acción de tipo práctico y emancipador.



La siguiente tabla recoge los tres tipos de Investigación-Acción, (Carr y Kemmis 1986), relacionando los objetivos, el rol del investigador y la relación entre facilitador y participantes.

<b>Tipos</b>	<b>Objetivos</b>	<b>Rol del investigador</b>	<b>Relación entre facultades y participantes</b>
Técnica	Efectividad, eficiencia de la práctica educativa.  Desarrollo profesional.	Experto externo.	Cooperación (de los prácticos que dependen del facilitador)
Práctica	La comprensión de los prácticos. La transformación de su conciencia.	Rol socrático (mediador del diálogo), encarecer la participación y la reflexión.	Cooperación (consulta del proceso)
Emancipadora	Emancipación de los participantes de los dictados de la tradición, auto decepción, corrección. Su crítica de la sistematización burocrática. Transformación de la organización y del sistema educativo.	Moderador del proceso (igual responsabilidad compartida por los participantes)	Colaboración

Modalidad de Investigación-Acción utilizada:

De acuerdo con la explicación anterior y por las características de este estudio, la modalidad de Investigación - Acción aplicada, es una combinación entre técnica y práctica, pero con un predominio técnico.

Es Técnica, porque se propone una mejora en la educación, en nuestro caso, facilitar la ejercitación de las capacidades físicas pero a través de la implementación de un Programa, de Educación Física.

Es práctica, porque transforma la conciencia de los participantes a través de las diferentes capacitaciones, lo que a su vez provocaría un cambio en las mismas prácticas educativas y un impacto positivo en el desarrollo integral de los alumnos/as de Educación Inicial.



Por lo tanto, el modelo aplicado tiene reflejada la apreciación de Carr y Kemmis, en cuanto al modelo de Investigación – Acción, el plan de acción desarrollado con las profesoras de Educación Inicial, implica cambios y mejora en las estrategias pedagógicas utilizadas, pues son más dinámicas y van acorde a las características biopsicoevolutivas de los niños y niñas de edad preescolar.

Esto se obtiene mediante las fases de:

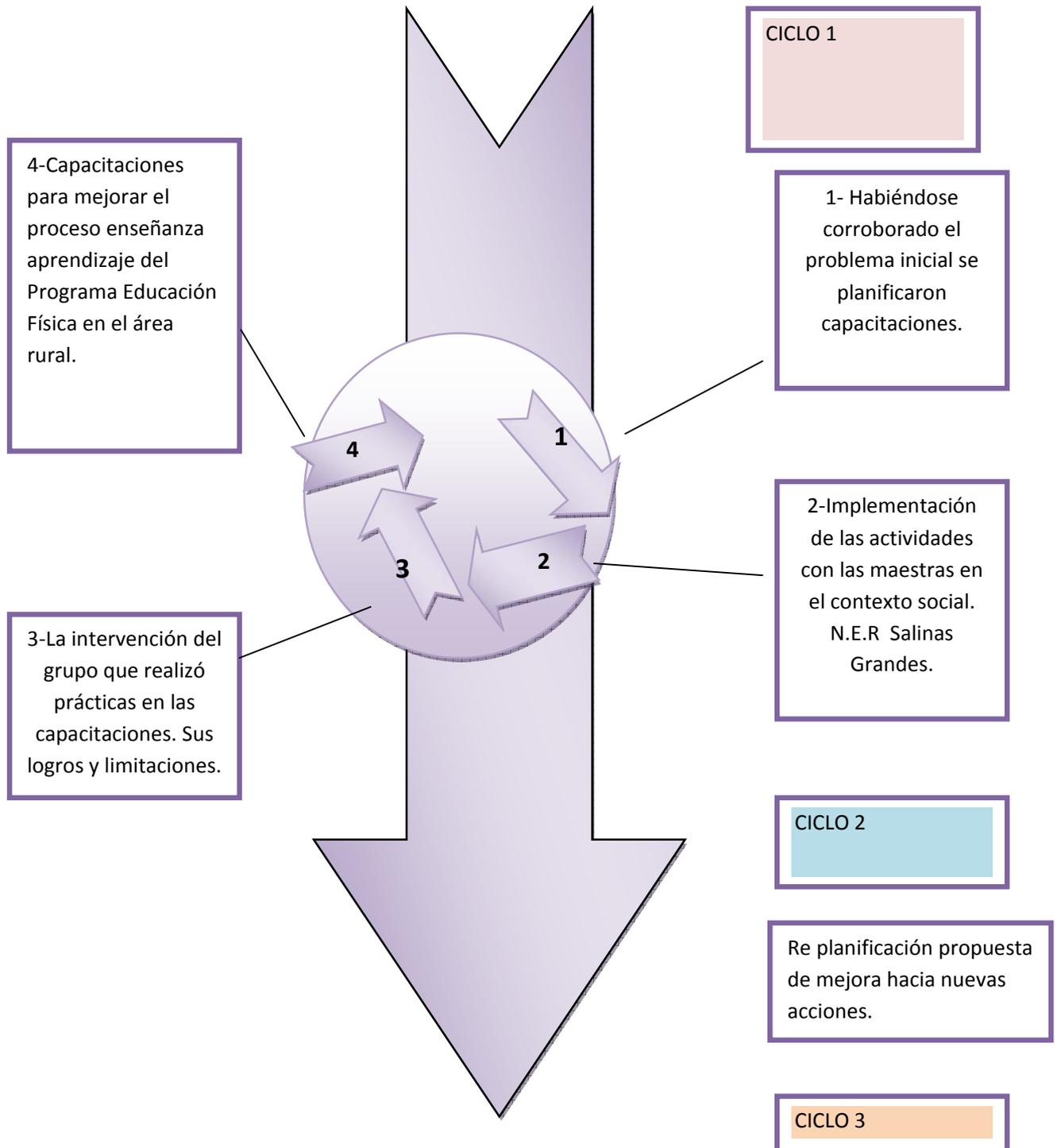
Fases de reconstrucción

- 4) Reflexionar
- 3) Observar

Fases de construcción

- 1) Planear
- 2) Actuar

Esta espiral ayuda para realizar la práctica que se está realizando en la escuela de la zona rural de Salinas Grandes, ésta se coordina con la práctica y la observación de campo y de la realidad, por tanto, la espiral de ciclos es el procedimiento base para mejorar la práctica.



MODELO DE INVESTIGACION DE KEMMIS



En esta investigación el modelo Kemmis se ha aplicado en el primer ciclo de la espiral en sus cuatro momentos a saber:

1er. Momento: **PLANIFICAR.**

- El problema se plantea a partir de una idea general o preocupación.
- Se hace un diagnóstico.
- Se formula una hipótesis acción.

2do. Momento: **ACTUAR.**

- Elaboración e implementación de un plan de acción.

3er. Momento: **OBSERVAR**

- Registro de los efectos que va produciendo al implementar el Plan.

4to. Momento: **REFLEXIONAR**

- Análisis e interpretación de los efectos producidos por la acción.
- Las situaciones que se pueden mejorar. (Kemmis, 1986)<sup>1</sup>

## 2.2.2 Fundamentos teóricos y enfoques sobre el tema.

La Educación Física, como parte de nuestra vida es una actividad fácil y extraordinaria, por lo que todo ser humano tiene derecho a recrearse, ejercitarse mediante actividades físicas. Es la que despierta nuestro cuerpo en las diferentes edades y etapas evolutivas.

El alumno tiene un pensamiento intuitivo, es decir no proporciona las respuestas con claridad pero, aparece un conocimiento claro, aprende por medio de ensayo donde comete errores y los modifica, el cual lo va conduciendo a una construcción de aprendizaje y su conexión con el aprendizaje psico-motriz.<sup>2</sup>

---

<sup>1</sup> Carr y Kemmis- 1968, Investigación – Acción

<sup>2</sup> Camacho, Hipólito. *El imaginario del adolescente ante la clase de educación física*. Grupo acción motriz. Neiva. 2004.



Ante todo el área del desarrollo afectivo que de cierto modo aparece en los niños, el deseo de poseer objetos y personas, adquiere un saber afectivo, de lo que puede y no puede hacer y también de su valor personal a través de la relación que establece con los demás, en el experimentar la aprobación, la admiración y el castigo.

A partir de que el niño como unidad bio-psico-social, ejercita sus capacidades físicas mediante lo (psico-motriz, socio-afectiva y cognitiva), éstas actúan simultáneamente, existiendo determinado predominio de acuerdo a la situación que le toca vivir y donde la motricidad es la conducta donde se presentan mayores posibilidades integradas a estas áreas; ahora bien, para que las maestras puedan incidir en los aprendizajes a través del manejo de un adecuado Programa de Educación Física y que repercutirán en los niños de los multiniveles en la Educación Inicial, es necesario que posean los siguientes conocimientos que integrarían en su información básica:

- ✓ Saber cuáles son las características y necesidades que presentan los niños de tres a seis años, es decir, saber cómo son, cómo piensan, cómo actúan, cómo crecen y cómo se desarrollan. Qué les interesa y qué les desmotiva.
- ✓ Conocer cómo se lleva a cabo el proceso de desarrollo en el niño y cómo es posible incidir en el desarrollo de sus habilidades motrices, cognitivas y afectivas, ya que estos contenidos teóricos le proporcionarán a las maestras las bases para trabajar con los niños que transitan por este nivel educativo.
- ✓ Definir con posterioridad la manera en que puede incidir mediante su labor, en los aprendizajes de los niños.

Cuando el niño o la niña avanzan en edad, se libera del apoyo comenzando a andar con mayor independencia, hasta caminar. Este andar de forma independiente constituye el principal logro motor de este año de vida, aunque paralelamente aparecen también otros logros motores de trascendencia como es el tirar y atrapar objetos, trepar y escalar.

Los logros, por supuesto, aparecen en todas las esferas del desarrollo humano (logros en el lenguaje, conducta afectiva etc.)



En el presente trabajo nos referimos a los logros motores, aunque todos se vinculan entre sí permitiendo el avance del desarrollo, teniendo como referencia los mismos que van siendo alcanzados en cada año de vida, aunque siempre es oportuno reiterar que aunque los niños(as) pasan por estadios similares a lo largo de su desarrollo, se debe considerar que tanto las características como los logros pueden variar en cada uno de ellos de acuerdo a sus particularidades individuales.

Los trabajos de Piaget (1968, 1969) sobre los distintos ámbitos de la conducta infantil, han contribuido a la explicación de cómo a través de la motricidad se conforma la personalidad y los modos de conducta. Cabe señalar que se encuentra complementado el aprendizaje cognoscitivo al psico-motor en el niño. En efecto, esto nos permite comprender que el desarrollo psico-motor tratado científicamente y llevado a la práctica en el aprendizaje a través de un Programa elaborado intentará que los alumnos sean capaces de controlar sus conductas y habilidades motrices por medio de las capacidades físicas que están integrados a la Educación Física, Recreación y Deporte.<sup>3</sup>

La cognoscitividad, es el aprendizaje de lo psico-motriz en el desarrollo del niño. Es necesario hacer alusión al aprendizaje social debido a que el niño en esta edad le gusta explorar el medio que lo rodea, así como surge en él, el interés de sociabilidad con sus compañeros, es decir, se dirige a ellos por medio de gestos, sonrisas, juegos y un sin fin de expresiones de su edad, interesándose con el tiempo por tener un amigo de juego en su medio del diario vivir.

Los factores perceptivo-motores. El cuerpo como una máquina inteligente perceptiva, motora, vinculada a la motricidad voluntaria, a la representación mental, es un proceso cognitivo muy valorado desde siempre en la institución escolar. Debe ser uno de los aspectos fundamentales de significación de las maestras en su proceso educativo. Factor determinante de conocer, el factor físico-motor que tiene que ver con la adquisición del dominio y el control del cuerpo, que favorece el equilibrio y la práctica de movimientos naturales, que potencia el desarrollo de la condición física, enriquece el comportamiento motor

---

<sup>3</sup> Jean William Fritz Piaget- Monografías de Infancia y Aprendizaje, 2, 1981



que busca la eficacia corporal en la que involucra factores físico-motores ya que el organismo es un cuerpo instrumental, locomotor debido a que:

Puede poner en funcionamiento gran cantidad de ejes de movimiento de músculos de articulaciones de reacciones motrices.

- Va adquiriendo patrones motores a medida que la motricidad evoluciona.
- Va manifestando su realidad física a través de movimientos, posturas y actitudes.
- Es el de un ser global interesado en saber hacer.

En relación al análisis del tratamiento de los factores afectivo-relacionales se concede la importancia al lenguaje no verbal (diálogo tónico, mirada, gestos, sonidos, etc.) ya que las habilidades de conducta verbal: preguntar, pedir, agradecer, disculparse, expresar afectos, proponer, explican los sentimientos de la misma forma que la acción, la experimentación, el juego y la interacción de los niños con sus compañeros y con el adulto, en un ambiente distendido y afectuoso. Son factores y recursos que cumplen un papel esencial para que pueda producirse el crecimiento personal.

Para fines del estudio se mencionan estos factores que nos han hecho comprender que desde el niño más pequeño hasta el más adulto pueda realizar actividades físicas, tomando en cuenta que en la medida que crecemos, desarrollamos nuestro organismo y la capacidad de relación e interacción comunicativa y social.

Estos factores a cada instante en nuestro entorno, desarrollaría las actividades psicomotoras como individuo y como alumno de la Educación Inicial.

Capacidades Físicas y Destrezas: Flexibilidad, Coordinación, Equilibrio, Ritmo, Agilidad, la cuales están subdivididas en:



1. Capacidades socio motriz: Expresión, imaginación, creación, oposición y colaboración.
2. Capacidades Motrices: Fuerza, resistencia, velocidad y flexibilidad.
3. Capacidad Perceptivo Motriz: Coordinación Equilibrio, ritmo, lateralidad, percepción espacio temporal y kinestésica.
4. Capacidades de resultantes: Habilidad, destreza y agilidad.

Cuando producto de un estudio de caracterización, se describe el comportamiento motor del niño y la niña en cada grupo de edad, refiriendo a su forma de caminar, correr, saltar, lanzar, rodar y atrapar dentro de otras formas de expresión motriz, destacando cómo se manifiesta cada movimiento en determinada habilidad y además la peculiaridad de éstas en el año de vida que se observa, así como la evolución de cada una en los diferentes años de vida por los que transita el niño y la niña.

Al realizar tal descripción detallada del comportamiento motor, se puede apreciar además aquellas habilidades que el niño y la niña logran realizar por primera vez o ejecutar con calidad (coordinación de movimientos, control postural, orientación, etc.) en determinado grupo etario, lo que constituye un verdadero logro en la adquisición de determinada habilidad motriz.

En algunos niños(as) se pueden manifestar niveles de desarrollo que están por encima o por debajo de los logros que a continuación relacionamos.

Los indicadores que se muestran son el resultado de un estudio de caracterización motriz realizado en una muestra representativa de niños y niñas de 3 a 6 años.



### 2.2.3- Actividades de gimnasia natural según la edad de los alumnos.

Ejercicios contruidos: movimientos globales para favorecer la formación corporal por edades:

GRUPOS DE EDAD	LOGROS DE MOTORES
1 a 2 años	<b>Al finalizar los 2 años los niños (as) logran:</b> Caminar sobre tablas y líneas dibujadas en el piso. Lanzar la pelota u otro objeto pequeño con una mano. Trepas obstáculo horizontal a pequeña altura del piso.
2 a 3 años	<b>Al finalizar los 3 años los niños (as) logran:</b> Desplazarse por diferentes planos (piso, tablas y bancos) apoyando las manos y los pies en (cuadrúpeda). Saltar en el piso con ambos pies. Caminar por planos anchos a pequeñas altura del piso
3 a 4 años	<b>Al finalizar los 4 años los niños (as) logran:</b> Correr con combinaciones (caminar, correr, correr y saltar) Caminar por planos estrechos a pequeña altura del piso. Lanzar y rodar objetos de diferentes formas. Saltar desde obstáculos a pequeña altura del piso.
4 a 5 años	<b>Al finalizar los 5 años los niños (as) logran:</b> Caminar, correr y saltar en diferentes direcciones. Lanzar, rodar y golpear pelotas de forma combinada. Escarar una escalera con movimientos coordinados de brazos y piernas. Trepas por un plano vertical (cuerdas y barras)
5 a 6 años	<b>Al finalizar los 6 años los niños (as) logran :</b> Reptar (arrastrarse) con movimientos coordinados de brazos y piernas. Saltar con diferentes combinaciones. Lanzar y atrapar la pelota después del rebote.



1-2 AÑOS	2-3 AÑOS	3-4 AÑOS	4-5 AÑOS	5-6 AÑOS

Los logros que aparecen en los niños(as) finalizando el grupo de edad correspondiente.

A simple vista pudiera llamar la atención que en el grupo final de la etapa en la Educación Inicial (5 a 6 años) se observen menos logros motores, siendo esta edad superior en alcance de desarrollo como una lógica de la ontogénesis.

La ontogénesis, refiere al proceso evolutivo de un individuo dentro de una especie.

Lo que ocurre es que los movimientos referidos, aunque se vienen realizando desde la etapa de la lactancia, como es el caso de la reptación, que se destacan como logros y se realizan con mejor coordinación, sin pausas con mayor orientación.



Capaces de percibir el espacio al saltar una cuerda o lanzar una pelota. También se orientan mejor al lanzar un objeto a distancia y les gusta correr para pasar saltando un obstáculo a pequeña altura. Realizan saltos de longitud cayendo con alguna flexión de las piernas y buena estabilidad corporal.

Muchos movimientos que el niño(a) realiza no se consideran logros hasta que no están bien consolidados en cuanto a su ejecución. Otro ejemplo, en el escalamiento de la escalera, puede que se ejecute mucho antes de los 4 años, pero las observaciones realizadas a grandes grupos de niños(as) de estas edades nos confirman que no es hasta finalizando los 5 años que esta habilidad se realiza con movimientos coordinados de brazos y piernas (alternancia de los miembros superiores e inferiores, sin pausas, etc.). Lógicamente nos estamos refiriendo a niño(as) con desarrollo normal y en condiciones de estimulación adecuada.

En algunos casos muchos niños(as) alcanzan el logro motor, más avanzada la edad, lo que no es motivo de preocupación, como ya ha sido expresado. Si el avance de la edad es notable con relación a determinados logros que no se han alcanzado, deben analizarse las causas que están determinando el retraso en el desarrollo, pues éstas pueden tener un origen genético, si de lo contrario, estamos en presencia de un niño(a) sin alteraciones en su desarrollo. El motivo del retraso motor puede ser de origen educativo, o sea la falta de estimulación. Para comprender lo anterior debemos reflexionar una vez más, acerca del significado de la educación (estimulación) y su influencia en el desarrollo.

El desarrollo es un complejo proceso cuyos puntos de viraje están constituidos por crisis, momentos en los que se producen saltos cualitativos donde se modifica toda la estructura de las funciones, sus interrelaciones y vínculos (L.S. Vigotski). La especialidad del desarrollo humano es que integra lo biológico, lo ambiental y lo específicamente sociocultural en el desarrollo de la personalidad en general.<sup>4</sup> El hombre es un ser bio-psico-social.

---

<sup>4</sup> «ley de la doble formación» o «ley genética general del desarrollo cultural».



El desarrollo del ser humano ocurre en el proceso de enseñanza y educación cuya concepción tiene en cuenta que estos procesos no han de basarse en el desarrollo ya alcanzado por el niño(a), sino que teniéndolo en cuenta, se proyecta hacia lo que el sujeto debe lograr en el futuro, como producto de ese mismo proyecto, es decir, considerando la zona de posible desarrollo próximo. Es durante el proceso de comunicación y actividad que el niño(a) se apropia de los valores de la cultura material y espiritual.

La zona de desarrollo próximo, planteada por Vigotski, ayuda a presentar una nueva fórmula para la teoría y práctica pedagógica: el buen aprendizaje es sólo aquel que precede al desarrollo.

Es importante considerar que a pesar del vínculo entre educación y desarrollo ninguno de los dos se realiza en alguna medida, de forma paralela. Existen relaciones dinámicas muy complejas entre estos dos procesos, por esto cada actividad específica, sigue el curso del desarrollo, el que varía de acuerdo con los estadios de la vida y por las peculiaridades individuales.

Afirma la Dra. Josefina López Hurtado, destacada pedagoga cubana, estudiosa de las ideas de Vigotski, que las dos líneas del desarrollo humano: la evolución biológica y el desarrollo histórico se unen en la ontogénesis formando un proceso único y complejo. Ambos procesos penetran uno del otro y configuran en esencia un proceso integrado de carácter biológico social: la formación de la personalidad.

El desarrollo integral de la personalidad del alumno se cimenta en el hogar y se consolida en la escuela, a ésta le corresponde orientar el proceso de forma que se desarrollen todas las potencialidades del niño(a) para la vida y para su futuro ingreso a la escuela. La adaptación del niño(a) a la vida escolar depende en gran medida del desarrollo alcanzado en la etapa preescolar.

Desde las edades tempranas, conjuntamente con el desarrollo de los movimientos y las acciones, se desarrolla el lenguaje. Gracias a los desplazamientos y manipulaciones con los objetos, el niño(a) va adquiriendo vivencias que le



permiten conocer el mundo que les rodea, todo lo cual posibilita el desarrollo intelectual y en consecuencia pasar del lenguaje pasivo al activo.

En todo el proceso anterior el adulto desempeña un papel fundamental, pues es quien facilita al infante las posibilidades de movimiento y de contacto con el medio, le trasmite experiencias y le brinda el afecto que tanto necesita para lograr la disposición y el estado emocional favorable que permita la asimilación de los conocimientos.

Las diversas experiencias que el niño (a) logra ir asimilando en el transcurso de la etapa preescolar se enriquecen cuando se comunica cada vez con más personas (las del medio familiar, la de los niños y niñas de su misma edad). En la medida que el pequeño(a) se integra al grupo adquiere nuevas experiencias pues la comunicación que se establece mediante el juego los enfrenta a diversas y variadas situaciones.

La Educación Física en la Educación Inicial.

Se puede encontrar una amplia descripción de las peculiaridades de la motricidad en cada grupo en las etapas del preescolar.

Esta información puede ser de utilidad como referencia de uno de los resultados a los que se pueden arribar en el estudio de la motricidad infantil.

Algunas actividades de gimnasia natural, por edades:

3. años:

- Caminar libremente y, a una señal, sentarse en el suelo.
- Dar saltos con los pies juntos hacia adelante y hacia atrás como una pelota que rebote.
- Caminar sobre una línea dibujada en el suelo, sin salirse de ella.
- Saltar en un pie.
- Caminar agachado, gatear, caminar y saltando obstáculos, etc.



4 años:

- Caminar hacia atrás con manos y pies.
- Galopar libremente como caballitos, saltar como conejos.
- Caminar o correr llevando un elemento sobre la cabeza.
- Caminar haciendo equilibrio.

5 y 6 años:

- Alternar caminar, correr y galopar según marque el ritmo de la maraca pandereta.
- Saltar elementos a distintas alturas.
- Reptar salvando obstáculos.
- Ejercicios contruidos: acostados, "pedalear" en el aire; sentados "pedalear" de a dos; sentados en parejas y enfrentados, hacer un puente con las piernas; parados, hacer un puente con las piernas abiertas y espiar hacia atrás.<sup>5</sup>

Organización de los niños y niñas.

Las decisiones de este elemento importante en el proceso educativo, es de la forma de agrupamiento que optemos en la realización de actividades, dependerá en buena medida la viabilidad de otras decisiones de tipo metodológico. Al no existir modelos únicos ni mejores a la hora de agrupar a los niños o las niñas, tendremos presentes una serie de indicaciones a la hora de establecer los agrupamientos:

La organización o agrupamiento ha de ser flexible atendiendo a la individualidad de los procesos de educación, así como las respuestas de apoyo y refuerzo educativo que pudieran ser necesarios.

---

<sup>5</sup> **Reglamento** de la educación física. (Unidad por el bien común 2011).



No se puede olvidar la gran riqueza pedagógica de los grupos heterogéneos y lo que puede beneficiar a los niños y niñas el contacto y relación con otros de otras edades. Por lo tanto debemos especificar en qué momento y de qué forma se podrán llevar a cabo contacto con otros niños y niñas de diferentes grupos.

La organización del tiempo, del material y de los espacios, siempre es un medio para alcanzar el gran objetivo educativo: que el niño se desarrolle plenamente.

Para hablar de tiempos y en consecuencia de horarios, hemos de partir de lo que consideramos el tiempo del niño, éstas pueden ser las primeras horas de la mañana, el niño de tres a seis años pasa de los movimientos reflejos a la coordinación psicomotriz, de la acción al pensamiento lógico, de la dependencia total a un alto nivel de autonomía, del egocentrismo a una considerable descentralización. Todo este proceso de ejercitación físico, emocional y cognitivo se construye basándose en tanteos, de ensayos y errores, de repetición. Si observamos a los niños pequeños vemos la necesidad que tienen de repetir la misma acción, los mismos movimientos, los mismos juegos. Es el tiempo que cada niño necesita para construir sus estructuras mentales, para elaborar y resolver sus conflictos emocionales, para incorporarse e integrarse en su entorno.

El tiempo de cada niño supone vivir plena y lentamente su período sensorio motor, su actividad simbólica, su mundo de fantasía, sus procesos mentales; por tanto, permitirle saciar adecuadamente sus necesidades desde su peculiar modo de ser. Es importante, conocer los procesos que generan el desarrollo de los niños, ya que sólo a partir de este conocimiento podemos comprender y valorar la importancia que tiene el tiempo en el crecimiento del niño en sus diferentes etapas.

El proceso conlleva un tiempo para la acción, para la experiencia y un tiempo para la incorporación e integración de sensaciones, sentimientos, conceptos por medio de las capacidades físicas, etc. Ahora bien, todos sabemos que este tiempo es diferente desde donde actúa y en las que integra lo nuevo, los cambios, y desde donde avanza en el conocimiento de sí y del entorno que le rodea.



De diferentes desplazamientos (caminando, corriendo, saltando) de manera que los niños logren orientarse en el espacio donde se mueven. Esta parte incluye también movimientos de expresión corporal que facilitan la disposición psicofísico del niño.

Cuando la actividad motriz del niño no se ejecuta de forma espontánea, sino cuando se realiza como una actividad pedagógica, puede asimilar una estructura y tener un tiempo de duración entre 25 y 30 minutos aproximadamente, con dos frecuencias a la semana.

La sesión de motricidad constituye un momento de gran valor educativo, en el que se puede establecer un contenido programático que, sin ser estático ni esquemático, es considerado como una importante vía para contribuir al desarrollo de niños y niñas que ya a comienzan en la edad preescolar.

En la organización de la actividad motriz, seleccionan y distribuyen los materiales-juguetes a utilizar, descubriendo por sí mismas diferentes formas de manipularlos y combinarlos.

El hecho de que algunos niños de esta edad sean capaces de decidir qué quieren hacer y jugar, seleccionando los objetos y juguetes de acuerdo al juego o actividad y además que se pongan de acuerdo entre ellos para hacerlo, es uno de los parámetros que permiten hablar de mayor independencia en estas edades y al mismo tiempo reconocer que se están creando bases sólidas para que el niño adquiera los conocimientos, partiendo de sus propias vivencias, lo que constituye la base para la creatividad.

En este grupo de edad los niños(as) conocen mucho mejor los objetos, son capaces de compararlos y diferenciarlos por su forma, color y tamaño, e incluso, pueden señalar el lugar que ocupan en el espacio: si están arriba, abajo, cerca o lejos y el manejo de las diferentes actividades como:

- Formas básicas primarias: caminar, saltar, correr y sus combinaciones.
- Formas básicas secundarias: trepar, arrojar, recibir, empujar, hacer equilibrio.



- Formas básicas con ayuda de elementos: cuerdas, aros, pelotas
- Con aparatos: para favorecer determinados movimientos colchonetas, escaleras, barras de equilibrio.

### ACTIVIDADES DE INICIO

- Correr libremente: Desplazarse entre los aros en cuadrupedia.
- Juego: correr libremente y al sonar el silbato regresar rápidamente al objeto y sentarse dentro.

### MATERIALES

Campo para realizar la actividad, cuerdas, tizas y pelotas, silbato, cronómetro, traje deportivo, colchonetas y grabadora para poner música de relajación.

### PARTE CENTRAL

Formados en fila, uno por uno, desplazarse sobre la colchoneta en cuadrupedia.

- Avanzar con apoyos alternados de manos y pies.
- Avanzar con apoyos alternados de aro en aro.
- Saltar adentro y afuera del aro.
- Saltar dentro del aro de frente y hacia atrás para salir del aro.
- Saltar del aro hacia el costado y entrar de nuevo saltando de costado.
- Combinar los saltos adelante- atrás- costados.

Sogas:

- Correr y saltar la soga extendida en el suelo, a modo de línea, lo más lejos posible.
- Correr y saltar la soga elevada unos 20 cm. del suelo.
- Caminar sobre la soga haciendo equilibrio, con la soga apoyada en el piso.

### PARTE FINAL

Acostarse sobre las colchonetas o sobre el piso bajo la cabeza, cerrar los ojos y escuchar la música y las palabras de relajación de la maestra, dejando el cuerpo quieto y respirando despacio y profundo.



### Propósito de clase:

Las actividades serán ejecutadas partiendo del desarrollo inicial y final para la realización de los ejercicios físicos en los niños y niñas. Se trabajará en la adquisición de habilidades y destrezas ampliando su repertorio motor; integrar su personalidad, que expresen sentimientos relacionarse con los otros, para conocer y conocerse a través del juego motor. Proponer juegos normados con reglas puestas por el adulto, los niños y las niñas van probando las habilidades y destrezas que van adquiriendo al mismo tiempo que realizan aprendizajes de logro con un tiempo determinado para realizar dicha actividad que puede ser de 30 minutos.<sup>6</sup>

Una forma de prevenirlos es inculcar en los niños actividad física, incluso en edad preescolar (de 3 a 6 años) cuanto antes ellos asimilen las bondades del ejercicio y la importancia de su práctica, más fácil será evitar hábitos nocivos futuros. Claro está que éste debe hacerse dentro de ciertos límites, para evitar que el niño se convierta en un hiperactivo o que desarrolle problemas mediante la actividad física.

Los ejercicios para estos pequeños nunca deben hacerse con cargas (pesas). Las repeticiones deben ser pocas (entre tres y cuatro veces cada ejercicio) y sólo dos veces por semana (máximo tres). Un sobre entrenamiento puede afectar sus cartílagos de crecimiento y producir trastornos en el desarrollo corporal.

Las edades de 5 a 6 años constituyen el grupo terminal de la etapa preescolar. La continuidad del proceso de la actividad motriz iniciado desde el primer año de vida hasta este grupo de edad, debe garantizar que los pequeños adquieran las vivencias y conocimientos elementales que los preparen para la escuela y para la vida.

Lo anterior significa que la preparación del niño(a) no debe centrarse en los grupos finales del preescolar o sea en la etapa anterior a la vida escolar, sino

---

<sup>6</sup> Antología para Docentes de Educación Física año 2011.



desde los primeros años, pues las influencias educativas que se ejercen en cada grupo de edad por las que va transitando el pequeño, tanto en las instituciones infantiles como en el seno del hogar, potencian su desarrollo en todas las esferas: motriz, cognitiva y afectiva. Las vivencias que el niño(a) adquiere en cada uno de los grupos, posibilitan la adquisición de conocimientos y habilidades que son básicos para los años que continúan.

La etapa preescolar es un período sensitivo para el aprendizaje y en la misma se forman los rasgos del carácter que determinan la personalidad del individuo. Las experiencias cognitivas y motrices de que se apropia el niño(a) en estas edades, si además están acompañadas por la afectividad que éste necesita: cariño, buen trato, atención etc. garantizan el desarrollo armónico e integral como máxima aspiración de la educación.<sup>7</sup>

Por la importancia que reviste lo planteado se ha pretendido brindar, mediante una serie de artículos dedicados a la motricidad del niño y la niña desde el primer año hasta el grupo de 5 a 6 años, algunas propuestas metodológicas que propicien informaciones básicas para maestras y padres, que los oriente cómo estimular actividades con los pequeños infantes, sin que peligre una aceleración del desarrollo, sino con el fin de contribuir a que éste ocurra normalmente.

Los niños y las niñas entre los 5 y 6 años dominan todos los tipos de acciones motrices, por tal motivo tratan de realizar cualquier tarea motriz sin considerar sus posibilidades reales: trepan obstáculos a mayor altura, se deslizan por pendientes elevadas, les gusta mantenerse en equilibrio pasando por superficies altas y estrechas, saltan desde alturas de 20 metros, etc.

Comienzan a diferenciar los más diversos tipos de movimientos, a combinar unas acciones con otras: correr y saltar un obstáculo, correr y golpear pelotas, conducir objetos por diferentes planos, lanzar y atrapar objetos, etc. Demuestran gran interés por los resultados de sus acciones y se observa un marcado deseo de

---

<sup>7</sup> Zapata, Oscar. *La psicomotricidad y el niño. Etapa maternal y preescolar*. México. 1991



realizarlas correctamente, aunque no es objetivo de la enseñanza en esta edad que los resultados se logren de forma inmediata y mucho menos que siempre alcancen el éxito, pues los logros se van obteniendo en la medida que el niño(a) se adapta a las nuevas situaciones motrices y va adquiriendo la experiencia motriz necesaria para ir regulando sus movimientos.

La riqueza de movimiento que poseen los pequeños en este grupo de edad no sólo se basa en el aumento de la complejidad y dificultad de las habilidades motrices básicas logradas en la edad anterior (4 a 5 años), sino también en el interés por la realización de actividades que pudieran estar más vinculadas a habilidades relacionadas con actividades en la naturaleza como: orientación y juegos, etc.

Considerando que el avance en la esfera motriz del desarrollo ocurre paralelamente con los logros alcanzados en la esfera cognitiva y afectiva, exponemos a continuación una breve caracterización con relación a estas esferas.

Es necesario aclarar que la referencia que se expone se refiere a niños y niñas con un desarrollo normal y constituyen una aproximación basada en observaciones a grandes grupos, pero no se debe dejar de considerar que aunque existen características comunes a todos los niños en un grupo de edad, hay que tener en cuenta las particularidades individuales que pueden coincidir.

La atención a las diferencias individuales es el mayor reto de la pedagogía, por lo que toda maestra debe ser capaz de tener un diagnóstico de cada niño(a) para intervenir a tiempo en su desarrollo o simplemente respetar y ser paciente con lo que está sucediendo en la evolución de determinados casos, que no siempre están asociados a problemas en el desarrollo.

Con relación a la esfera intelectual, el lenguaje del preescolar de 5 a 6 años es mucho más fluido y coherente que en el grupo de edad anterior, les gusta conversar, expresar lo que piensan, conocer por qué sucede uno u otro fenómeno de la naturaleza o de la vida social, por lo que constantemente preguntan todo lo



que observan. Establecen buena comunicación tanto con los adultos como con otros niños(as) y comprende que hay cosas que puede y que no puede hacer.

Aprecian las variaciones de la forma, el color, el tamaño de los objetos y establecen nociones de contrastes elementales como: alto- bajo, grande-chico, largo- corto, ancho-estrecho, dentro de otros y estas nociones las aplican a las acciones motrices. Ejemplo: Caminan con pasos largos y cortos, saltan lento y rápido, lanzan lejos y cerca, caminan delante o detrás del amiguito.

Participan activamente en las actividades en grupos, de carácter social y también en las del seno familiar y les gusta ser elogiado y que reconozcan sus actuaciones.

El niño(a) es muy independiente, capaz de vestirse solo, realizar sencillas encomiendas laborales como: sembrar semillas y plantas, regarlas, recoger y ordenar objetos y también organizan juegos más complejos, tanto de roles como motrices, imitando en éstos las actividades de los adultos: hacen de chofer, piloto de avión, enfermera, constructor y estos roles se acompañan de un argumento que se mantiene durante un largo tiempo mientras están motivados.

Los ámbitos que trabaja y desarrolla es la motricidad (esquema corporal, orientación espacio-temporal, lateralidad, y otros) adquieren para la Educación Inicial un significado mayor gracias al desarrollo cognoscitivo alcanzado, ejemplo: en el concepto de la lateralidad son capaces de orientarse a la derecha y a la izquierda, no sólo con relación a su propio cuerpo sino también con el de otros niños y con los de objetos a distancia, que con una simple indicación del adulto, son capaces de discriminar su ubicación.

También establecen una mejor relación espacio-temporal, pues se desplazan hacia diferentes direcciones y al mismo tiempo varían el ritmo del desplazamiento realizándolo lento o rápido.

Son capaces de combinar acciones más complejas como lanzar, rebotar y atrapar la pelota, rodar aros por el piso y pequeñas pelotas.



Son capaces de percibir el espacio al saltar una cuerda o lanzar una pelota. También regulan sus movimientos al lanzar a un objeto a distancia y les gusta correr para pasar saltando un obstáculo a pequeña altura. Realizan saltos de longitud, cayendo con semiflexión de las piernas y buena estabilidad.<sup>8</sup>

Aunque los niños pasan por estadios similares a lo largo de su desarrollo, se deben considerar que las características generales expresadas pueden variar en cada niño de acuerdo a sus particularidades individuales.

#### **2.2.4- Plan de Mejora**

##### **Toma de decisiones para el Plan de Mejora.**

Ante la realidad planteada a través de las observaciones y entrevistas realizadas en el centro educativo se analizó la gran necesidad de elaborar un instrumento que oriente a las maestras para hacer amena y práctica la integración de la Educación Física en los preescolares, para lograr un desarrollo integral. Por lo tanto, se debe dar respuesta a la necesidad de facilitar un Programa de Educación Física, Recreación y Deporte, para un desarrollo armónico de la enseñanza, de la Educación Física con los niños y niñas de la Educación Inicial en la Escuela Sagrado Corazón de Jesús.

Estas actividades se pusieron en práctica en los tres niveles de Educación Inicial. La educación en el preescolar es importante, ya que este nivel, es para el niño y la niña, el primer paso de un camino muy largo, y es deber de las maestras, ayudar a que ese primer paso lo dé, pero con confianza y una gran firmeza, ya que debemos ver en ellos, el futuro de nuestro país.

Me motivó realizar cambios en lo que es la educación rural para lograr que las maestras, alumnos, padres de familia y dirección de centro conozcan y dominen lo que es el desarrollo de las capacidades físicas en busca de ejercitar la Educación

---

<sup>8</sup> González de Alvarez, M. L. y Rada de Rey, B. (1996) *La Educación Infantil y su didáctica*.



Física. Todo esto se aplicaría mediante el método de Investigación - Acción, que facilitaría un aprendizaje significativo.

La Investigación - Acción Participativa, es el método de investigación y participación activa de los grupos implicados, que se orienta a estimular la práctica transformadora y el cambio social.

Dentro de los beneficios que aportaría la Educación Física en la Educación Inicial, se puede mencionar que produce un mayor nivel de actividad infantil, aumenta su crecimiento, produce un adelanto en sus movimientos coordinados, permite que el niño se integre a la sociedad, refuerza su responsabilidad, contribuye a desarrollar su rendimiento en el aula. "La actividad de Educación Física constituye entonces un apoyo para la organización de la labor educativa en la Educación Inicial" la ejercitación de las capacidades físicas permitiría conocer y mejorar la realidad de estos niños (as) en la Educación Física dentro del proceso del actuar en cada actividad física.

La Educación Física contribuye a la formación integral de los niños propiciando de modo intencionado y sistemático, la construcción de saberes corporales, motrices, lúdicos y relacionales con la finalidad de enriquecer la relación del sujeto consigo mismo y con los otros, en un determinado contexto sociocultural. Así se presenta como un área curricular cuya intervención pedagógica incide en la dimensión corporal y motriz del sujeto, con la intención de favorecer:

La construcción de su corporeidad. El enriquecimiento de sus posibilidades motrices. El placer y una disposición favorable para la actividad motriz. El disfrute en las tareas y juegos junto a sus padres y maestras. El despliegue de su creatividad y expresividad, la exploración, el descubrimiento, el disfrute, la preservación y el cuidado del ambiente. El desenvolvimiento con progresiva autonomía y confianza en sí mismo.



El aprendizaje de estos saberes debe promoverse a través de experiencias placenteras y significativas que posibiliten a los niños/as avanzar progresivamente hacia la conquista de la disponibilidad corporal y motriz.

Es por eso que se busca contribuir a la solución del problema proponiendo apoyo, por medio de capacitaciones, a las maestras; para que desarrollen las habilidades, técnicas y destrezas que les permitan mejorar el proceso de enseñanza-aprendizaje de la Educación Física, dándose a través de una planificación didáctica, propuestas metodológicas de un Programa, utilización de determinadas estrategias de enseñanza que involucren actitudes y valores en la Educación Física.

Interactuando con la comunidad educativa mediante las visitas continuas, intercambiando y compartiendo conocimientos tanto teóricos como prácticos especialmente con las maestras de Educación Inicial.

Para la correcta aplicación del Programa, es necesario que las maestras de Educación Inicial, tengan un conocimiento básico de las características y el desarrollo evolutivo del niño (a), pues cada quien tiene sus propias cualidades y necesidades que deben de ser atendidas satisfactoriamente en su momento para obtener el desarrollo armónico integral en el alumno.

La Educación Física se da a través del cuerpo y del movimiento. No sólo colabora en los aspectos perceptivos motores, sino que implica además aspectos afectivos y cognoscitivos. La Educación Física tiene un carácter abierto.

Por estas razones, se intervino en el diseño de estrategias constructivistas del aprendizaje e implementación de capacitaciones con enfoque de competencias y contenidos que integran el área de Educación Física a maestras de la Educación Inicial del NER "Sagrado Corazón de Jesús.

También se tomó en cuenta el poco apoyo y la poca participación de los padres en la educación de sus hijos, analizando y comparando los resultados obtenidos en la modalidad de Educación Inicial de manera conjunta, maestros, padres, dirección



del centro y alumnos, con el fin de promover la participación directa de los padres de familia.

Ante esta situación se adquirió un compromiso personal de brindar mayor conocimiento por medio de una capacitación sobre el cómo ejercitar las capacidades físicas en el área de Educación Física y también el cómo planificar la clase, la utilización de su metodología, estrategias, habilidades, y destrezas para el buen uso del conocimiento en los alumnos.

La Educación Física, como disciplina pedagógica, su misión es la de contribuir a la formación integral de los niños desde las capacidades físicas para el fortalecimiento de la motricidad humana. Se considera que al contar con un Programa de Educación Física éste contribuirá al mejoramiento y manejo de lo que se desea instruir en el área de Educación Física y sus alumnos, por lo que un Programa es un conjunto de actividades planificadas sistemáticamente orientado a la Educación Inicial, que inciden en diversos ámbitos de la educación dirigidas a la consecución de objetivos diseñados y orientados a la introducción de mejoras, caracterizándose por su condición de carácter temporal y el empleo de recursos en favor de las necesidades del proceso enseñanza y aprendizaje que justifica lo que se ha contemplado en las estrategias educativas como: los contenidos, los objetivos del Programa, los resultados del aprendizaje, el entorno educativo, la evaluación, así como los estilos y ritmos de aprendizaje del área de Educación Física en cada alumno y la programación del proceso educativo para el enriquecimiento de la enseñanza.

Cabe hacer mención que si bien el desarrollo del niño se lleva a cabo en los distintos ámbitos de la personalidad, el cognitivo, el psico-motriz, el afectivo y social, dicho Programa integraría estos aspectos. Por lo que es necesario comprender que el desarrollo y evolución del niño se encuentra conectado a las áreas mencionadas lo que facilitará a las maestras darse cuenta que éstas constituyen la piedra angular, sobre cuya base se dirige al sistema de conocimiento de la Educación Física, en la Educación Inicial.



En relación a este análisis se comprende que la labor del docente de Educación Física, Recreación y Deporte consiste en proveer al alumno en edad inicial de habilidades de aprendizajes motrices, éstos, al momento de fomentar hábitos relacionados con la salud y los valores, los cuales le permitirán convivir e interactuar armónicamente en sociedad. Teniendo en cuenta estos principios, las actividades a desarrollar para los niños y niñas, serán del tipo que enumeramos a continuación:

No se tratan de actividades distintas desde el punto de vista formal, sino desde la perspectiva para la cual le sirven a la maestra en cada momento.

- 1) **Motivadoras:** Se propondrán actividades que susciten el interés y participación hacia los contenidos que se quieren trabajar con los niños. Dichas actividades nos servirán también para recoger información sobre los intereses, conocimientos previos y nivel de desarrollo alcanzado por los mismos. Dependiendo del cómo se debe motivar estas actividades podrán ser: cuentos, canciones que tengan el ritmo adecuado para los niños, las actividades físicas y los juegos recreativos según su edad.
- 2) **De consolidación:** Son diseñadas por la maestra con el fin de que los niños (as) afiancen el grado de desarrollo en los distintos tipos de capacidades que se pretenden alcanzar, en función de sus necesidades y ritmos de aprendizajes.
- 3) **De prevención:** Son diseñadas por la maestra, junto al equipo de apoyo del centro sobre aquellos temas que se entienden deben trabajarse en el ámbito preventivo de la Educación Infantil.

Actividades a ejercitar de diferentes formas: Formas básicas primarias: caminar, saltar, correr y sus combinaciones.

Formas básicas secundarias: trepar, arrojar, recibir, empujar y hacer equilibrio.

Formas básicas con ayuda de elementos: individuales (aros, pelotas y sogas).

Con aparatos: para favorecer determinados movimientos (colchonetas, escaleras y barras de equilibrio).

Juegos respiratorios: destinados a una buena higiene de la respiración (inflar un globo).



Diálogo tónico: ejercicios destinados a sentir la contracción y la descontracción muscular (elevar un brazo, dejarlo caer, etc.)

### 2.2.5- Matriz de Planificación de la Acción

Actividad	Responsable	Participantes	Fecha de inicio	Recursos	Observaciones
Reunión con las maestras involucradas en la Educación Inicial.	-Padres de familia de los niños involucrados, maestras, directora investigador	Maestras y capacitador-investigador.	Marzo 02 del 2011	Aula de clase de la Educación Inicial marcador, pizarra.	Todo se llevó a cabo conforme a lo planificado por cada actividad en tiempo y forma.
Planificar las actividades y la elaboración del Programa de Educación Física del Pre-escolar.	Lic. Raúl Pastrán	Maestras, capacitador e investigador.	Marzo 17 del 2011	Aula de clase. Pizarra. Marcador. Borrador. Folleto. Papelógrafo	.En esta actividad se ausento una maestra por problema da salud.
Presentación del primer borrador-propuesta de Programa por parte del capacitador.	Lic. Raúl Pastrán	Maestras y capacitador-investigador.	Marzo 24 del 2011	Aula de clase. Pizarra. Marcadores. Folleto.	No se presentó el Programa digitalizado, por lo que ese día no había energía en la escuela base.
Incorporación de sugerencias al Programa de Educación Física en la Educación Inicial.	Lic. Raúl Pastrán investigador	Maestras y capacitador-investigador.	Abril 05 del 2011	Aula de clase. Pizarra. Marcadores. Folleto. Papelógrafo	Una maestra no hizo presencia porque no abordó el transporte en que se trasladaría a la escuela base.
Continuación de	Lic. Raúl	Maestras y	Abril 14	Aula de	Aquí se cumplió



Actividad	Responsable	Participantes	Fecha de inicio	Recursos	Observaciones
la elaboración del Programa de Educación Física.	Pastrán investigador.	capacitador-investigador.	del 2011	clase. Pizarra. Marcadores. Folleto. Data show.	el 100% por lo que todas las maestras se presentaron a la capacitación
Finalización de la elaboración del Programa Educación Física en la Educación Inicial.	Lic. Raúl Pastrán investigador	Maestras, capacitador e investigador.	Mayo 5 del 2011	Aula de clase. Pizarra. Marcadores. Folleto. Data show.	Todo se llevó a cabo al momento de la capacitación por la asistencia de las siete maestras.
Taller de capacitación a las maestras sobre las capacidades físicas en la Educación Inicial.	Lic. Raúl Pastrán investigador	.Maestras, capacitador e investigador	Mayo 12 del 2011	Aula de clase Pizarra marcador Folleto Data show.	Aquí surgió una inconveniencia el no trasladarnos al campo de juego, nos quedamos en el aula de clase del Preescolar.
Capacitación a las maestras de la Educación Inicial del NER Salinas Grandes sobre capacidades físicas.	Lic. Raúl Pastrán investigador.	Maestras, capacitador e Investigador.	Mayo 19 del 2011	Cancha. Silbato. Cronómetro. Traje deportivo. Plan de clase. Grabadora.	Dos maestras no portaban el traje adecuado para realizar actividades de ejercicios para ejercitar las capacidades físicas.



Actividad	Responsable	Participantes	Fecha de inicio	Recursos	Observaciones
Capacitación de: Flexibilidad, Coordinación Equilibrio, Ritmo, Agilidad.	Lic. Raúl Pastrán investigador.	Maestras y capacitador.	Mayo 26 del 2011	Cancha. Silbato. Cronómetro. Traje deportivo Plan de clase. Cuaderno de trabajo. Grabadora y CD`s.	Tres maestras tuvieron dificultades al momento de ejercitar la flexibilidad.  Dos maestras llegaron de pantalones no adecuados para impartir la clase por lo que no se desplazan bien al momento de realizar los ejercicios con los alumnos.



Actividad	Responsable	Participantes	Fecha de inicio	Recursos	Observaciones
<p>Demostración de las estrategias de aprendizaje según lo aprendido en los talleres de capacitación anteriores en las maestras y los niños.</p> <p>Secuencia de las clases impartidas por las maestras de Educación Inicial en la Educación Física. Observada por el capacitador de manera que se integren los diferentes multiniveles sin ninguna discriminación y así poder comprobar la clase.</p>	<p>Lic. Raúl Pastrán investigador y maestras de Educación Inicial.</p>	<p>Maestras, alumnos y capacitador. Padres de familia, directora y capacitador o investigador.</p>	<p>Junio 09 del 2011</p>	<p>Cancha. Silbato. Cronómetro. Traje deportivo Plan de clase. Cuaderno de trabajo. Pelotas. pequeñas Cuerdas. Conos. Plásticos. Tacos pequeños de maderas. Grabadora y CD`s. Data show.</p>	<p>Una maestra no participó por que no le llegó el sustituto que les imparte clase a los niños, cuando ella participa en la capacitación. Las otras seis maestras pusieron sus conocimientos utilizando estrategias para una mejor enseñanza en sus alumnos al momento de impartir la clase práctica.</p> <p>Cuando se les dejaban solas que planificaran una clase de educación física el 90% lo realizan bien y el 10% se les dificultaban. al momento de aplicar los indicadores de logros acorde a los contenidos.</p> <p>Las maestras expusieron que</p>



Actividad	Responsable	Participantes	Fecha de inicio	Recursos	Observaciones
Reunión evaluativa con todos los involucrados en la investigación.					por lo menos aprendieron a planificar e impartir una clase. Cómo aplicar el Programa de Educación Física en los alumnos de la Educación Inicial que integran el multinivel en la zona rural.



### 2.2.6-Plan de Monitoreo

Objetivos	Actividad	Indicador de resultados	Medio de verificación	Responsables
Realizar una intervención pedagógica con las maestras y los niños/as del multinivel de Educación Inicial en Educación Física, que posibilite la mejora de las capacidades físicas infantiles.	Reunión con las maestras involucradas en la Educación Inicial.	Llegar a acuerdos en la fase de intervención mediante la investigación. Mediante la capacitación incorporar en la planificación de las actividades en las capacidades físicas y el buen uso de la herramienta a utilizar.	Planificaciones y cronogramas de actividades. Informes. Registros de asistencia. Encuestas, cuestionarios y entrevistas Informes. Reuniones.	Maestras y capacitador e investigador.
Integrar un Programa de Educación Física que facilite el desempeño de las maestras para la ejercitación de las capacidades físicas, cognitivas y psicosociales, en los niños (as) del multinivel de la Educación Inicial.	Planificar las actividades y la elaboración del Programa de Educación Física del Pre-escolar.	Dar Inicio a la elaboración del Programa de la Educación Física en la Educación Inicial con las maestras que integrarán la capacitación.	Planificaciones y cronogramas de actividades. Informes. Registros de asistencia. Encuestas, cuestionarios y entrevistas. Instrumentos de evaluación. Informes. Análisis. Reuniones.	Maestras, directora padres de familia y capacitador.
	Facilitación de un Programa por parte del capacitador.	Elaboración en conjunto del Programa de Educación Física, de la Educación Inicial junto a las maestras que imparten ese multinivel.	Planificaciones y cronogramas de actividades. Informes. Registros de asistencia. Encuestas, cuestionarios y entrevistas Instrumentos de	Maestras y capacitador e investigador.  Maestras y capacitador e investigador.



			evaluación Informes. Análisis. Reuniones.	
Realizar una intervención con las maestras y los niños/as del multinivel de Educación Inicial en Educación Física, que posibilite la mejora de las capacidades físicas infantiles.	Capacitación de las maestras sobre las capacidades físicas en la Educación Inicial.	Conclusión satisfactoria de los Talleres de capacitación a maestras del Pre-escolar rural.	Planificaciones y cronogramas de actividades. Informes. Registros de asistencia. Encuestas, cuestionarios y entrevistas Instrumentos de evaluación Informes. Análisis.	Maestras y capacitador e investigador.
Realizar una intervención pedagógica con las maestras y los niños/as del multinivel de Educación Inicial en Educación Física, que posibilite la mejora de las capacidades físicas infantiles.	Clase demostrativa	La clase demostrativa por las maestras ante el capacitador, obteniendo éxito mediante la práctica y lo teórico dejando todo claro para poder aplicar esta disciplina a los alumnos que pertenecen a la Educación Inicial de una manera activa y positiva.	Planificaciones y cronogramas de actividades. Informes. Registros de asistencia. Encuestas, cuestionarios y entrevistas Instrumentos de evaluación Informes. Análisis. Reuniones.	Maestras y capacitador e investigador.
Realizar una intervención pedagógica con las maestras y las niños/as del multinivel de Educación Inicial en Educación Física, que	Sesiones de clase, aplicando lo aprendido sobre las capacidades físicas.	Participación total, activa y oportuna de las maestras y los niños de los multiniveles en las clases, con la aplicación del nuevo Programa de Educación Física en	Planificaciones y cronogramas de actividades. Informes. Registros de asistencia. Encuestas, cuestionarios y entrevistas	Maestras, directora, padres de familia y capacitador.



posibilite la mejora de las capacidades físicas infantiles.		la zona rural como es en la comunidad de Salinas Grandes. Integrar a los padres de familia apoyar de forma más activa a la integración de clase y los ejercicios físicos que harán sus hijos y sensibilizando a toda esa comunidad para que participen integralmente en su escuela a la que pertenecen.	Instrumentos de evaluación Informes. Análisis.	
Realizar una intervención pedagógica con las maestras y los niños/as del multinivel de Educación Inicial en Educación Física, que posibilite la mejora de las capacidades físicas infantiles.	Reunión con todos los involucrados en la investigación, padres de familia maestras, directora y capacitador o investigador.	Involucrados satisfechos con los resultados de la intervención.	Registros de asistencia. Entrevistas, aportes de los involucrados en la reunión.	Maestras, directora, padres de familia y capacitador.



### **3. DESARROLLO DE LA PLANIFICACIÓN ESTRATÉGICA.**

#### **3.1 Actividades implementadas.**

La intervención pedagógica que propició dar respuesta a la problemática encontrada se centró en la necesidad de capacitación que presentaban las maestras de Educación Inicial en el ámbito de la Educación Física, para favorecer la ejercitación de las capacidades físicas de los niños en edad Preescolar.

Por lo tanto, durante todo el procedimiento de la acción, las maestras juegan un papel preponderante en la consecución de los objetivos finales: En la planificación, en la elaboración del Programa, en la realización de los talleres, en la aplicación de las nuevas estrategias planteadas en el Programa de Educación Física propuesto, así como en la evaluación de todo el proceso de intervención pedagógica.

Entre las actividades que se realizaron están:

1. Visitas al (NER) con el objetivo de sensibilizar a través del diálogo y observaciones a directora, maestras y padres de familias sobre los problemas más prioritarios en la enseñanza de la Educación Física.
2. Visitar las escuelas que integran el núcleo escolar, para recopilar información del material didáctico necesario para la implementación de las capacitaciones de las maestras del Preescolar.
3. Reunión con el Consejo Directivo de los padres de familias y comunidad educativa de Salinas Grandes, para informar, el ¿por qué? y ¿para qué? de la intervención pedagógica en el (NER).
4. Conformación del grupo que será capacitado e integrado por maestras de los multiniveles, y una maestra empírica que imparte clase al Preescolar en la zona rural de Salinas Grandes.



5. Coordinación con el grupo de acción, investigador y dirección del centro de estudio para la implementación de las capacitaciones, a través de encuentros y seminarios.
6. Organización del Grupo de Acción

En coordinación con la Dirección del (NER) “Sagrado Corazón de Jesús” se delegó a la encargada del multinivel, como responsable de la formación del grupo de acción de la escuela base y sus satélites que serían capacitadas en el área de Educación Física en el multinivel de la Educación Inicial, de las cuales asistieron (7) maestras que imparten clase en el Preescolar de la comunidad rural.

- a) La planificación se llevó a cabo mediante la capacitación en el proceso de aprendizaje–enseñanza basada en los conocimientos de los contenidos que integran el Programa de Educación Física en la Educación Inicial.
- b) Las maestras, identifican los modelos y enfoques educativos para la aplicación de las actividades físicas en los niños.
- c) En conjunto con las maestras se analizan los enfoques y modelos basados en competencias, y su aplicación en la planificación de unidades y sus contenidos basados a la Educación Inicial en el área de Educación Física.



### CONTENIDOS PROPUESTOS PARA EL ÁREA DE EDUCACION FISICA:

Contenidos Programático	Descripción del Contenido	Consideraciones Metodológicas	Recursos Didácticos
Reacción y dominio de las capacidades físicas básicas y motrices.	Camina y corre libremente por el área determinada adoptando diferentes posturas.	Visualizará posturas incorrectas en las posibles alteraciones locomotrices en la reacción visual y auditiva.	Telas de colores y bastones.
Adaptación Sincronización.	Tome el aro con la mano y rueda desde su lugar hacia al frente en un solo impulso.	Observar que el aro salga rodando de atrás hacia adelante.	Aros, cuerdas y bastones.
Orientación Diferenciación.	Lanzar y atrapar objeto	Las indicaciones serán de acuerdo a las posibilidades del niño. Se valorarán las posibilidades del movimiento.	Diferentes objetos que asimilen la clase.
Orientaciones a cerca de las capacidades motrices.	Saltar en diferentes direcciones adelante y atrás en forma de rana y conejo.	Las indicaciones serán de acuerdo a las posibilidades del niño. Observar la ejecución del movimiento.	Cuerdas.
Conocimiento y dominio del cuerpo.	Golpear una pelota con diferentes partes del cuerpo cabeza, mano y rodillas.	Observar el dominio de las parte del cuerpo.	Pelotas u otros objetos.
Ritmo Diferenciación.	Proyectar un bastón u otro objeto hacia el piso.	Proponer estructura rítmica sencilla y escuchar.	Grabaciones y equipo de sonido.



Contenidos Programáticos.	Descripción del contenido.	Consideraciones metodológicas	Recursos Didácticos
Equilibrio Postura Expresión básica.	Caminar y Correr con diferentes direcciones con el cuerpo en líneas rectas.	Visualizará posturas incorrectas. Identificará posibles alteraciones locomotrices.	Cuerdas, tizas de colores, otros materiales.
Adaptación.	Rodar continuamente en un círculo y un aro con la mano.	Observar la continuidad del movimiento que realiza el cuerpo.	Aros plásticos, pelotas pequeñas.
Sincronización Diferenciación.	Lanzar y atrapar una pelota.	Observar el movimiento que realizan las manos y la cabeza observar la ejecución del movimiento hacia arriba y valorar la caída del material.	Pelotas, cajas de cartón.
Diferenciación Orientación.	Saltar de diferentes formas los materiales colocados en forma de obstáculo.	Observar el movimiento de las diferentes partes del cuerpo especialmente pies, manos y brazos.	Pelotas, aros y cuerdas.
Sincronización Orientación.	Golpear con el pie diversas pelotas colocadas en el piso alternando intentando meter la pelota en un círculo o en una caja de cartón.	Observar la ejecución del movimiento predominando su lateralidad.	Pelotas adecuadas a la edad del niño.
Ritmo Orientación.	Colocar un bastón en el piso que produzca sonidos donde el niño pueda diferenciar y al mismo tiempo. Realizar desplazamientos caminar y correr.	Realizar actividades rítmicas por medio de músicas adecuada a la edad del alumno.	Música grabada en disco compacto de lectura, grabadora y equipo de sonido.



### 3.1.1 Desarrollo de las actividades:

Para ejercitar las actividades se debieron tomar en cuenta lo siguiente:

- a) Las sesiones de clase deben ser motivadoras y significativas para los niños de forma que supongan un reto para su competencia personal.
- b) Favorecer la interacción de los niños y las maestras en un clima acogedor, seguro y cálido.
- c) Han de considerar todos los ámbitos de experiencias, los intereses y necesidades de los niños y niñas. Teniendo en cuenta lo anterior, las actividades a ejercitar en los niños y niñas, serán del tipo que enumeramos a continuación. No se tratan de actividades distintas desde el punto de vista formal, sino desde la perspectiva para la cual le sirvan a la maestra en cada momento.

Para tener una buena motivación, se propondrán actividades que susciten el interés y participación hacia los contenidos que se quieren trabajar con los niños. Dichas actividades nos servirán también para recoger información sobre los intereses, conocimientos previos y nivel de desarrollo alcanzado por los mismos. Dependiendo del cómo se debe motivar estas actividades podrán ser: cuentos, canciones que tengan el ritmo adecuado para los niños, las actividades físicas y los juegos recreativos según su edad.

Algunos materiales utilizados:

Libretas de notas

Aula y campo para realizar la clase práctica

Programa

Marcadores

Papelógrafo

Hojas papel bond



Data show

Diapositivas

Ejemplo de Procedimiento de una actividad con las maestras:

#### CAPACITACIÓN:

La capacitación cuenta con actividades teórico-prácticas que se propusieron en la primera intervención pedagógica, las que fueron distribuidas según los grupos formados o en parejas para la reflexión de la acción que serán discutidas en plenario ya sea en el aula de clase o en el en el campo para hacer ejercicios.

#### A DESARROLLAR LOS CONOCIMIENTOS TEÓRICOS Y PRÁCTICOS:

Constata la parte teórica con la práctica de un plan didáctico, a través de la exposición con medios a su alcance hacia las demás compañeras. Analiza los elementos que contiene un plan de clase compartiendo su experiencia en una puesta en común entre las otras maestras.

Valora la importancia del conocimiento de los diferentes enfoques y modelos pedagógicos actuales para el proceso de retro-alimentación en la enseñanza – aprendizaje de la Educación Física, a través de un plenario con la participación de todos.

#### DESARROLLO DE LO PLANIFICADO:

Para este encuentro se diseñaron presentaciones con Microsoft Power Point 2007 las que contenían esquemas de modelos, enfoques de competencias, matriz de planificación didáctica entre otros.

Dicha capacitación se realizaría dos veces a la semana los días martes y jueves el cual consta de tres momentos:

De 8: 00 a.m. a 10:00 a.m. presentación y conferencia

De 10: 00 a.m. a 10: 15 am, refrigerio.

De 10: 15 a.m. a 12:00 conferencia y ejercicios prácticos.



- Presentación de los participantes mediante la dinámica de los ejercicios físicos basados en la Educación Física.
- Conocimientos previos de las maestras mediante la técnica de lluvias de ideas.

Conferencia 1: Los modelos y enfoques de formación docente, a través de presentaciones con Data Show.

- Cada maestra mantiene su atención acompañada con el folleto de apoyo sobre la capacitación.

Conferencia 2: El proceso de aprendizaje - enseñanza basada en competencias.

- Ejemplo de la Matriz de planificación basada en competencias.

### **3.2 Recopilación de la información.**

Para este encuentro se elaboraron documentos (Programas) para cada uno, con los siguientes aspectos. Modelos educativos comunicacionales tales como académico, tecnológico, práctico y el socio crítico. Los modelos de formación a las maestras y la atención a la diversidad: inclusión social y educativa en el currículum y en la propia actividad.

Modelos de formación (orientación: académica, tecnológica, personalista, teórico práctico y socio-crítico).

Proceso de Investigación-Acción

Ejercicios prácticos de reflexiones.

Proceso de planificación didáctico

Proceso de evaluación.

Esta parte teórica se complementó de forma práctica.

El propósito de esta capacitación, es apoyar a las maestras en su labor pedagógico en el área de Educación Física, proporcionándole Programa para su planificación didáctica en dicha área, de acuerdo a su experiencia en el aula,



tomando en consideración los recursos necesarios para impartir una clase de Educación Física. El propósito de la capacitación es capacitar a las maestras para impartir la clase de Educación Física a los niños y niñas de la Educación Inicial. Esto facilitará al NER que sirve de base a la escuelas que le pertenecen al centro Educativo, porque no cuentan con maestros específicos de Educación Física.

La capacitación tiene una relevancia para el grupo de destino, porque es parte de la educación que debe tener el alumno para que sea habilidoso en ejercitar sus capacidades físicas a través de los ejercicios físicos, es ahí donde el niño va explorando sus psicomotricidades. Esta evaluación se debe dar en un proceso inherente al proceso de enseñanza aprendizaje, en función de la preparación de cada integrante, tomando en cuenta los recursos necesarios para realizar una evaluación de calidad.

Entre ellos tenemos: Programa, documentos, paleógrafos, marcadores, cinta adhesiva, pizarra, cuadernos, cuaderno de anotación, lapiceros, aula de clase para recibir la capacitación (Teoría.), campo para realizar las actividades prácticas, videos, televisor, CDs, Data show, silbato, cuerdas, tacos de maderas, cronometro, traje deportivo, grabadora, pelotas pequeñas y cinta métrica.

Datos básicos de la capacitación.

- El curso se realizó en los meses de Marzo y Junio del año 2011
- Duró 10 semanas
- 4 horas por semana el día Jueves.
- El auto estudio lo realizaron en horas o el momento que ellos podían a través de lo que hace trabajo ese día, donde el capacitador les explica el cómo distribuir su el tiempo.
- Fue necesario acreditarle un Programa de Educación Física al centro de estudio dirigido a la Educación Inicial.
- Contó con sesiones del 40% presencial y trabajo de práctica el 60%



Los módulos que se impartieron en la capacitación formaron parte del curso el cual se dividieron en temas a la semana para obtener una mejor planificación más adaptada al área de Educación Física.

Actividades por semanas con 4 horas cada uno, durante la capacitación

Jueves primero Marzo 2 del 2011.	Jueves Segundo Marzo 17 del 2011.	Jueves Tercero Marzo 24 del 2011.	Jueves Cuarto Abril 05 del 2011.	Jueves Quinto Abril 14 del 2011.
.Presentación del cómo se va a trabajar durante el periodo de la capacitación. Entrega de los materiales y orientación del Programa de Educación Física para la Educación Inicial.	Planificación de una clase. Tiempo por cada periodo de la clase. Orientación del Programa por cada capacidad física.	Desarrollo de las actividades físico general de la gimnasia básica. Ejercicios de desplazamiento.	Orientación del programa por cada capacidad física. Ejercicios de rapidez y de reacción.	Orientación del programa por cada capacidad física. Espacio y tiempo.
Jueves sexto Mayo 5 del 2011	Jueves séptimo Mayo 12 del 2011	Jueves octavo Mayo 19 del 2011	Jueves noveno Mayo 26 del 2011	Jueves décimo Junio 09 del 2011
combinados Agilidad Equilibrio flexibilidad Juego de estudio.	Ejercicios de lateralidades y ritmos. Lanzamientos. Distancia.	juegos populares: Macho parado doña. Ana no está aquí. El baile de la silla. La gallina ciega.	Juegos variados: corre y tira, carreras de números. Salta la cuerda.	Imitación de cosas y animales.



### Diseño de la capacitación

Nombre de la capacitación:	Capacitación a las maestras de la Educación Inicial: Cómo ejercitar las capacidades físicas mediante un Programa del área de Educación Física, para los niños y niñas que integran los centros educativos que pertenecen al NER, Sagrado Corazón de Jesús de la comunidad, Salinas Grandes del municipio de León.
Propósito de la capacitación:	El propósito de la capacitación, es dar cumplimiento a lo que nos hemos propuesto, mediante los aspectos de mayor relevancia y que nos permita favorecer el perfil deseado por las maestras que imparten los multiniveles en la Educación Inicial, ejercitando las capacidades físicas, para que aporten al conocimiento y a la construcción de una enseñanza-aprendizaje por medio de actividades relacionadas al área de Educación Física.
Duración de la capacitación a las maestras, un día por semana Jueves de 8:00 a.m a 12:00 meridiano	4 hora por cada capacitación
Fecha de inicio y fecha final del primer curso:	Entre la primera semana de Marzo inicia la capacitación y finaliza la segunda semana de Junio.
Número mínimo y máximo de participantes;	Mínimo 5, máximo 7
Horas estimadas de la capacitación semanal para las maestras de la Educación Inicial.	4 horas semanales, 40 horas en total.
Requisitos para incorporarse a la capacitación	Que pertenezcan al NER, y que imparta clase a los niños del multinivel de la Educación Inicial.
Conocimientos previos:	Que hayan practicado y conozcan acerca de la Educación Física o no tengan conocimiento. Lo importante es que este impartiendo clase en la Educación Inicial dentro del NER, que pertenece a la escuela base Sagrado Corazón de Jesús.



### **3.3-Planes de clases de Educación Física desarrollados en la puesta de Acción.**

PLANIFICAR UNA CLASE EN EL MULTINIVEL DE LA EDUCACION FIISICA EN LA EDUCACION INICIAL CUENTA CON LO SIGUIENTE:

I – Datos Generales:

- a) Nombre del Centro: Sagrado Corazón de Jesús
- b) Fecha: Marzo 2 del 2011 Nivel: I – II - III. Turno: Matutino
- c) Eje Transversal: Practica y promueve actividades aprendidas en la capacitación a cerca del Programa de Educación Física.

Actividades Implementadas mediante las capacitaciones

Nº 1

Centro de estudio: Sagrado Corazón de Jesús.

Fecha: Marzo 2 del 2011

Multiniveles: I – II – III.

Contenidos:

Presentación del cómo se va a trabajar durante el periodo de la capacitación.

Indicador de logro:

Muestra interés por la teoría de la Educación Física describiendo resultados sobre los temas en estudio.

Actividad de iniciación:

➤ Iniciación:

Mediante una dinámica formar subgrupos para realizar las actividades utilizándolas como una prueba de diagnóstico.

Se le solicita que expliquen lo que entienden por Educación Física.



Que hagan una lista de objetos que conocen para impartir clase sobre la Educación Física.

Actividad de desarrollo:

- Se les orientó a cada subgrupo que haga el uso del material adecuado al momento de ejercitar la actividad de Educación Física.

Que señalen los ejercicios que se pueden realizar con los niños en la clase de Educación Física.

Aplicación de las capacidades físicas que integran el área de Educación Física.

Actividad de culminación:

Se les pregunta ¿qué opinan sobre las actividades que se ejecutaron durante la capacitación? Si aprendieron el cómo aplicar los contenidos en los niños mediante una clase orientada a la Educación Física.

- Recursos:
  - ✓ Programa de Educación Física.
  - ✓ Pizarra.
  - ✓ Papelógrafos
  - ✓ Marcadores.
  - ✓ Data show.
  - ✓ Cuaderno de trabajo
  - ✓ Mesa.
  - ✓ Sillas.

- Evaluación:

Controlar si las maestras hicieron el buen uso de la clase de la Educación Física.

Dominio de los temas a impartir durante la capacitación.

Participación e integración a las actividades.

Analizar el efecto que tiene la actividad en las maestras en la capacitación dentro del área de Educación Física.



Comprobar si existe dominio sobre lo que se observó en la capacitación.

Observación:

Que las maestras conozcan el Programa Educación Física y sus capacidades físicas.

Actividades Implementadas mediante las capacitaciones.

Nº 2

Centro de estudio: Sagrado Corazón de Jesús.

Fecha: Marzo 17 del 2011.

Multiniveles: I – II – III.

Contenidos:

Planificación de una clase de Educación Física con un tiempo determinado por cada periodo de la clase. Orientación del Programa en cada capacidad física.

Indicador de logro:

Demuestra autonomía en diversas situaciones de la vida, al momento de expresar sus sentimientos.

Manifiesta sus características físicas, cualidades personales.

➤ Iniciación:

Se le que explicará el cómo se realizan los planes de clase en le área de Educación Física.

➤ Desarrollo:

Individualmente cada quien hará una planificación de clase orientada a dicha área seleccionando un contenido que favorecerá a sus alumnos.

Aplicación de las capacidades físicas que integran el área de Educación Física.



➤ Culinación:

Se les pregunta ¿qué opinan sobre las actividades que se ejecutaron durante la capacitación?

Si aprendieron el cómo aplicar los contenidos en los niños mediante una clase orientada dirigida a la Educación Física.

➤ Recursos:

- ✓ Programa de Educación Física
- ✓ Pizarra.
- ✓ Papelógrafos
- ✓ Marcadores.
- ✓ Data show.
- ✓ Cuaderno de trabajo
- ✓ Mesa.
- ✓ Sillas.

➤ Evaluación:

Controlar si las maestras hicieron el plan de clase orientado a los niños que recibirán Educación Física.

Dominio de los temas a impartir durante la capacitación.

Participación e integración en cada actividad.

Analizar el efecto que tiene la actividad en las maestras en la capacitación.

Comprobar si existe dominio sobre lo que se que planificó en la capacitación.

- Observación: Que las maestras conozcan el cómo planificar una clase orientándose por el Programa Educación Física.



## Actividades Implementadas mediante las capacitaciones.

### Nº 3

Centro de estudio: Sagrado Corazón de Jesús.

Fecha: Marzo 24 del 2011.

Multiniveles: I – II – III.

Contenidos:

Desarrollo de las actividades físico general de la gimnasia básica. Ejercicios de desplazamiento.

Indicador de logro: Manifiesta sus características físicas, cualidades personales y se representa como es, de diferentes maneras mediante la puesta en práctica del Programa de Educación Física.

➤ Iniciación:

Explicación al grupo capacitando el cómo se deben realizar los ejercicios de desplazamiento para trabajar las capacidades físicas en grupo.

➤ Desarrollo:

Por grupos realizar competencia de juegos relacionados a la edad del alumno utilizando las capacidades físicas. Señalen los ejercicios que se pueden realizar con los niños en la clase de Educación Física.

➤ Culminación:

Las maestras harán ejercicios de relajación para establecer el organismo a su estado normal.

Se les pregunta ¿qué opinan sobre las actividades físicas que se ejecutaron durante la capacitación?

Si aprendieron el cómo aplicar los contenidos en los niños mediante la clase de Educación Física.

➤ Recursos:



- ✓ Programa de Educación Física
- ✓ Pizarra.
- ✓ Traje deportivo.
- ✓ Marcadores.
- ✓ Silbato.
- ✓ Cuaderno de trabajo para planificar la clase.
- ✓ Campo para realizar la clase.
- ✓ Cronómetro.

➤ Evaluación:

Controlar si las maestras hicieron el buen uso de la clase de la planificación de Educación Física.

Dominio de los temas a impartir durante la explicación.

Participación e integración en cada actividad.

Analizar el efecto que tiene la actividad en las maestras en la capacitación de Educación Física.

Comprobar si existe dominio sobre lo que se observó durante la exposición de la clase programada.

- Observación: Que las maestras conozca y dominen el cómo impartir una clase de Educación Física en el multinivel de la Educación Inicial.



## Actividades Implementadas mediante las capacitaciones

### Nº 4

Centro de estudio: Sagrado Corazón de Jesús.

Fecha: Abril 05 del 2011.

Multiniveles: I – II – III.

Contenidos: Orientación del Programa por cada capacidad física.

Ejercicios de rapidez y de reacción.

Indicador de logro:

Manifiesta iniciativa al realizar un Programa de acuerdo el contenido indicado y la elección de cada ejercicio físico para la aplicación en los niños de la Educación Inicial.

#### ➤ Iniciación:

Realizar una breve calistenia para ejercitar el cuerpo y no entrar frío a la actividad. Luego integrar a todas las maestras para que tengan participación en la clase. La importancia de desarrollar juegos libres, trabajar las capacidades físicas en grupos.

Por grupos realizar competencia de juegos relacionados a la edad del alumno.

#### ➤ Desarrollo:

Por pareja realizar competencia de carreras utilizando la reacción y la rapidez, ya sea trasladando objetos, de sentado ponerse de pie y recorre una determinada distancia.

Hacer uso del material adecuado al momento de ejercitar la actividad orientada por cada integrante.

Que señalen los ejercicios que se pueden realizar con los niños en la clase.

Culminación: Las maestras harán ejercicios de relajación para establecer el organismo a su estado normal.



Se les pregunta ¿Qué opinan sobre las actividades que se ejecutaron durante la clase?

Si aprendieron el cómo aplicar los contenidos en los niños mediante la clase orientada a la Educación Física.

- Recursos:
  - ✓ Programa de Educación Física.
  - ✓ Pizarra.
  - ✓ Papelógrafos.
  - ✓ Marcadores.
  - ✓ Data show.
  - ✓ Cuaderno de trabajo
  - ✓ Mesa.
  - ✓ Sillas.

- Evaluación:

Controlar si las maestras realizaron bien la clase de la Educación Física.

Dominio de los temas a impartir durante la actividad.

Participación e integración por cada actividad.

Analizar el efecto que tiene la actividad en las maestras en la capacitación dentro del área de Educación Física.

Comprobar si existe dominio sobre lo que se observó en la capacitación.

- Observación: Que las maestras conozca y dominen el cómo impartir una clase de Educación Física en el multinivel de la Educación Inicial.



## Actividades Implementadas mediante las capacitaciones

### Nº 5

Centro de estudio: Sagrado Corazón de Jesús.

Fecha: Abril 14 del 2011.

Multiniveles: I – II – III.

Contenidos:

Orientación del Programa por cada capacidad física. Espacio y tiempo.

Indicador de logro:

Ejercite su coordinación neuromuscular realizando marchas, carreras, saltos y lanzamientos por medio de la ubicación espacial y corporal.

➤ Actividad de iniciación:

Orientación del Programa de Educación Física en subgrupos para la aplicación del mismo en la Educación Inicial.

➤ Iniciación:

Realizar una breve calistenia para ejercitar el cuerpo y no entrar frío a la actividad, luego integrar a todas las maestras para que tengan participación en la clase.

➤ Desarrollo:

Movilización del cuerpo por medio de la cabeza, tronco y extremidades y las partes que lo componen utilizando las diferentes lateralidades, izquierda, derecha arriba y bajo, dentro y fuera, junto a la ubicación espacial corporal.

➤ Culminación:

Se les pregunta ¿qué opinan sobre las actividades que se ejecutaron durante la capacitación?



Si aprendieron el cómo aplicar los contenidos en los niños mediante una clase orientada a la Educación Física.

➤ Recursos:

- ✓ Programa de Educación Física.
- ✓ Cuaderno de trabajo.
- ✓ Silbato.
- ✓ Cronómetro
- ✓ Traje deportivo.
- ✓ Utilizar el campo para realizar la actividad física.

➤ Evaluación:

Controlar si las maestras hicieron el buen uso de la clase de Educación Física.

Dominio de los temas a impartir durante la capacitación.

Participación e integración en cada actividad.

Analizar el efecto que tiene la actividad en las maestras durante la capacitación de Educación Física.

Comprobar si existe dominio sobre lo que se observó en la capacitación.

➤ Observación:

Que las maestras conozcan y dominen el cómo impartir una clase de Educación Física en el multinivel de la Educación Inicial.



## Actividades Implementadas mediante las capacitaciones

### Nº 6

Centro de estudio: Sagrado Corazón de Jesús.

Fecha: Mayo 12 del 2011.

Multiniveles: I – II – III.

Contenidos:

Ejercicios combinados, agilidad, equilibrio, flexibilidad desarrollando su mayor esfuerzo.

Indicador de logro:

Manifiesta iniciativa, en la elección de juegos y comunica mensajes con las diferentes partes de su cuerpo trabajando las capacidades físicas en grupo.

➤ **Iniciación:**

Formar al grupo de maestras para realizar actividades de calentamiento antes de iniciar las actividades físicas para que el cuerpo entre en calor.

➤ **Desarrollo:**

Orientar a las maestras cómo se deben realizar las competencias de juegos relacionados a la edad del niño, la cual se ejecutarán caminando con la punta del pie y el talón manteniendo el equilibrio en una sola línea, realizando la flexibilidad a través de estiramiento del cuerpo y haciendo reacciones de agilidades de atrapar objetos.

Que señalen los ejercicios que se pueden realizar con los niños en la clase de Educación Física, por medio de todos esos ejercicios y juegos que se impartieron en la clase.

➤ **Culminación:**

Se les pregunta ¿qué opinan sobre las actividades que se ejecutaron durante la actividad del día de hoy?



Si aprendieron el cómo aplicar los contenidos en los niños mediante una clase orientada a la Educación Física.

- Recursos:
  - ✓ Programa de Educación Física.
  - ✓ Campo para realizar la actividad.
  - ✓ Traje deportivo.
  - ✓ Cuaderno de trabajo.
  - ✓ Silbato.
  - ✓ Cronómetro.

- Evaluación:

Controlar si las maestras hicieron el buen uso de la clase de Educación Física.

Dominio de los temas a impartir durante la capacitación.

Participación e integración en cada actividad.

Analizar el efecto que tiene la actividad en las maestras en la capacitación de Educación Física.

Comprobar si existe dominio sobre lo que se observó en la capacitación.

- Observación:
  - Que las maestras conozcan el Programa Educación Física mediante las capacitaciones.



## Actividades Implementadas mediante las capacitaciones

### Nº 7

Centro de estudio: Sagrado Corazón de Jesús.

Fecha: Mayo 12 del 2011.

Multiniveles: I – II – III.

Contenidos: Ejercicios de lateralidades y ritmos, lanzamientos y distancia.

Indicador de logro: Ejercite su coordinación neuromuscular realizando marchas, carreras, saltos y lanzamientos utilizando las lateralidades de izquierda y derecha

➤ **Iniciación:**

Formar al grupo de maestras para realizar actividades de calentamientos ante de iniciar las actividades físicas para que el cuerpo entre en calor.

➤ **Desarrollo:**

Realizar ejercicios dirigidos con desplazamientos lanzando por la izquierda y después por la derecha, lanzar pelotas hacia una determinada distancia, utilizando ritmo de animación para todo el grupo de clase.

➤ **Culminación:**

Se les pregunta ¿qué opinan sobre las actividades que se ejecutaron durante la capacitación?

Si aprendieron el cómo aplicar los contenidos en los niños mediante la clase orientada a la Educación Física.

➤ **Recursos:**

- ✓ Programa de Educación Física.
- ✓ Pizarra.
- ✓ Pelotas pequeñas
- ✓ Grabadora.



- ✓ C-D.
- ✓ Cuaderno de trabajo
- ✓ Silbato.
- ✓ Cronómetro.
- ✓ Traje deportivo.

➤ Evaluación:

Controlar si las maestras hicieron el buen uso de la clase de Educación Física.

Dominio de los temas a impartir durante la capacitación.

Participación e integración en cada actividad.

Analizar el efecto que tiene la actividad en las maestras en la capacitación de Educación Física.

➤ Observación:

Que las maestras conozca el Programa Educación Física mediante las capacitaciones.

Actividades Implementadas mediante las capacitaciones

Nº 8

Centro de estudio: Sagrado Corazón de Jesús.

Fecha: Mayo 19 del 2011.

Multiniveles: I – II – III.

Contenidos:

Juegos populares. " Macho parado", " Doña Ana no está aquí ", "el baile de la silla" "La gallina ciega".

Indicador de logro: Valorar el esfuerzo realizado durante la ejecución del juego con entusiasmo, al participar en los ejercicios de las diferentes actividades.

➤ Iniciación:



Formar al grupo de maestras para realizar actividades de calentamientos antes de iniciar las actividades físicas para que el cuerpo entre en calor.

➤ Desarrollo:

Cantar con el grupo: Doña Ana no está aquí, anda en su vergel, abriendo la rosa y cerrando el clavel. Después se seleccionan cuatro niños y cinco sillas. Cuando se detiene la música cada niño se sienta y el que queda de pie sale. También se retira una silla y así hasta que quede sólo uno que es el ganador.

➤ Culminación:

Se les pregunta ¿qué opinan sobre las actividades que se ejecutaron durante la capacitación?

Si aprendieron el cómo aplicar los contenidos en los niños mediante la clase orientada a la Educación Física.

➤ Recursos:

- ✓ Programa de Educación Física.
- ✓ Grabadora.
- ✓ C-D.
- ✓ Traje deportivo.
- ✓ silbato.
- ✓ Cuaderno de trabajo.
- ✓ Cronómetro.
- ✓ Sillas.

➤ Evaluación:

Controlar si las maestras hicieron el buen uso de la clase de la Educación Física.

Dominio de los temas a impartir durante la capacitación.

Participación e integración en cada actividad.



Analizar el efecto que tiene la actividad en las maestras en la capacitación de Educación Física.

Comprobar si existe dominio sobre lo que se observó en la capacitación.

➤ Observación:

Que las maestras conozca el Programa Educación Física mediante las capacitaciones.

#### Actividades Implementadas mediante las capacitaciones

##### Nº 9

Centro de estudio: Sagrado Corazón de Jesús.

Fecha: Mayo 26 del 2011.

Multiniveles: I – II – III.

Contenidos:

Juegos variados: corre y tira, carreras de números y salta la cuerda.

Indicador de logro:

Muestra dedicación de superación con el estudio constante en cada clase sobre la práctica de las carreras, saltos y tirar objetos.

➤ Iniciación:

Organización del grupo de maestras para realizar actividad de calentamiento antes de entrar a las actividades específicas, donde se harán estiramiento del cuerpo, flexiones y extensiones.

➤ Desarrollo:

Las maestras ejecutarán acciones conforme los contenidos que se aplicarán mediante la capacitación poniendo en práctica el cómo correr al mismo tiempo tirar pelotas u objetos; luego se harán carreras de números donde cada maestra obtendrá un número en cualquier parte de su cuerpo, después saltarán la cuerda.



Siempre se deben poner en práctica los conocimientos adquiridos en la capacitación, a través de competencia con las demás maestras para ver si hay dominio de lo aprendido.

➤ **Culminación:**

Se les pregunta ¿qué opinan sobre las actividades que se ejecutaron durante la capacitación?

Si aprendieron el cómo aplicar los contenidos en los niños mediante la clase orientada a la Educación Física.

➤ **Recursos:**

Cuaderno de trabajo.

Silbato.

Cuerdas.

Pelotas.

Traje deportivo.

➤ **Evaluación:**

Controlar si las maestras hicieron el buen uso de la clase de Educación Física.

Dominio de los temas a impartir durante la capacitación.

Participación e integración por cada actividad.

Analizar el efecto que tiene la actividad en las maestras en la capacitación de Educación Física.

Comprobar si existe dominio sobre lo que se observó en la capacitación.

➤ **Observación:** Que las maestras conozcan el Programa Educación mediante las actividades que se realizan.



## Actividades Implementadas mediante las capacitaciones

### Nº 10

Centro de estudio: Sagrado Corazón de Jesús.

Fecha: Junio 21 del 2011.

Multiniveles: I – II – III.

Contenidos: Imitación de cosas y animales.

Indicador de logro:

Desarrolle su creatividad y expresión corporal imitando sonidos, movimientos de cosas, animales, expresiones de sentimientos y algunas actividades que realizan las personas.

➤ Actividad de iniciación:

Las maestras se formarán de diferentes formas, filas columnas, hileras y en círculos, al momento de realizar las actividades, harán un calentamiento previo a la actividad prevista.

➤ Actividad de desarrollo:

Las maestras harán sonidos musicales, movimientos libres. Integrar a todas sus compañeras para poner en práctica la clase de Educación Física.

Utiliza su cuerpo para imitar movimientos de personas, animales y otros elementos. Juegue a la naturaleza con movimientos corporales en donde las maestras imitarán diferentes elementos como la lluvia, el viento, el movimiento del agua, de los árboles, otros.

Realice juegos con las niñas y los niños sobre los diferentes medios de comunicación que conocen y se encuentran en su comunidad. Puede utilizar variados materiales para que los representen y los pongan en práctica.

Realice ejercicios de imitación por ejemplo: Imite con todo el cuerpo el movimiento y sonido que hacen las ramas y hojas de un árbol con viento suave, fuerte, muy



fuerte, haga la imitación individualmente, después en parejas, luego en grupos y por último todos al mismo tiempo.

➤ Actividad de culminación:

Las maestras harán ejercicios de recuperación haciendo respiraciones profundas inhalando, exhalando, inclinación del tronco hacia arriba y abajo con las manos levantadas hacia arriba, estiramiento con los pies juntos.

➤ Recursos:

- ✓ Cuaderno de trabajo.
- ✓ Traje deportivo.
- ✓ Silbato.
- ✓ Cronómetro.
- ✓ Grabadora.
- ✓ C-Ds.
- ✓ Campo para realizar la actividad.

➤ Evaluación:

Verificar si las maestras hicieron las actividades propuestas para ese día de la clase en Educación Física.

Dominio de los temas a impartir durante la actividad que integran la capacitación.

Participación e integración por cada actividad.

Analizar el efecto que tiene la actividad en las maestras en la capacitación de Educación Física.

Comprobar si existe dominio sobre lo que se observó en la capacitación

➤ Observación:

Que las maestras conozca el Programa Educación Física mediante las actividades que se realizan durante las capacitaciones.

Breve panorama de las capacitaciones que se realizaron con las maestras de la Educación Inicial de la escuela Sagrado Corazón de Jesús.



Actividades que realizaron en el plan de acción

Taller de capacitación de las maestras sobre las capacidades físicas en la Educación Inicial.

Se impartió en el taller de capacitación las siguientes capacidades físicas: Flexibilidad, Coordinación Equilibrio, Ritmo, Agilidad.

Demostración de las estrategias de aprendizaje, según lo aprendido en los talleres de capacitación a las maestras y niños.

En la siguiente frecuencia de clase, con los niños de Educación Inicial de manera que se integren a la clase de Educación Física de los diferentes niveles, sin ninguna discriminación y así poder comprobar si existe dominio.

El proceso fue de acompañamiento y motivación. Se les explicó algunos formatos, como: la matriz de planificación didáctica, actividades de aprendizaje, cuestionarios de observación, entre otros, y que fueron validados por el grupo de acción. Además, se les orientó el día y la hora que se iba a impartir la capacitación dirigida a las capacidades físicas.

El impacto que ha tenido la investigación se demuestra con los cambios que realizaron las maestras al momento de la participación en la planificación de una clase de Educación Física con los niños cuyos resultados se vieron en la demostración de habilidades por parte de las y los alumnos como son el trabajo cooperativo; un cambio de actitud al momento de practicar los ejercicios relacionados a la Educación Física, logrando así la integración y el entusiasmo.

Esto se fundamenta por los hechos compartidos entre el investigador y el grupo de acción, lo que se describen a continuación:

Durante los encuentros se fomentó la confianza, comprensión, una actitud crítica y de flexibilidad, esto originó en ellos los alumnos una adaptación de cambio y la validación de la intervención como positiva, por lo que ellas las maestras siempre estuvieron dispuestas a participar y cumplir con las actividades sugeridas en las



capacitaciones, mediante un Programa de Educación Física que fueron viables por el grupo de acción.

En la capacitación se presentaron 7 maestras, algunas tuvieron problemas al no presentarse la maestra sustituta que estarían con los niños en el aula de clase.

De los 10 encuentros en 3 faltaron 2 maestras por ese mismo problema que ya se mencionó anteriormente. Las maestras no sabían cómo impartir la clase, cómo orientar el tiempo, las capacidades físicas que se deben ejecutar para que los alumnos no se encuentren desmotivados en su mayoría.

Las maestras al inicio tenían problemas al impartir la clase, por lo que al momento de orientar la clase a los niños, pocos lo entendían. No usaban un lenguaje adecuado para los tipos de ejercicios o actividades realizadas y también tenían dificultades para organizar, dirigir y orientar los tipos de juegos así como la elección de los métodos y técnicas (por falta de conocimiento de las capacidades físicas).

En el transcurso de las capacitaciones ellas fueron mejorando y quedando claras de la situación presentada al inicio, ahora tienen los conocimientos de cómo impartir, planificar una clase, motivar, dirigir, organizar y orientar pedagógicamente los ejercicios y sus capacidades físicas.

Con esto se aportó a la solución de problemas, obstáculos y deficiencias que presenta la Educación Inicial en el área de Educación Física, en la zona rural.

Con respecto a este Programa de Educación Física está orientado para ejercitarse mediante diferentes estrategias que apoyen a las maestras en la preparación de una clase de Educación Física adaptada a la edad y necesidades de los niños y niñas de Educación Inicial, con la finalidad de contribuir a su desarrollo físico-afectivo-social e intelectual por medio de la comunicación, hábitos corporales, autonomía personal, convivencia, y relaciones sociales de los alumnos con el medio que lo rodea.



Con el dominio de las actividades físicas de las maestras, existe una buena comunicación y relación, entre maestras–alumnos. Los variados ejercicios físicos, la motivación y la integración en los juegos, habrá menos deserción escolar.

Durante la acción, en la creación de un Programa de Educación Física, hizo que las maestras cambiaran su forma de actuar y de comunicarse con sus alumnos propiciándoles un buen ambiente de relación, afecto, cariño y amor para la ejercitación de las capacidades físicas en la Educación Inicial.

La consecutiva capacitación a las maestras del Preescolar rural, convirtió las clases más amenas, mejoró el proceso de enseñanza y se facilitó el desarrollo integral de los niños/as. El proceso fue de acompañamiento y motivación, por lo que, se les explicó algunos formatos, tales como, la matriz de planificación didáctica, actividades de aprendizaje que fueron validados como viable por el grupo de acción, además, se les explicó el día y hora que podía intervenir con los niños dándoles tutorías.

La acción capacitadora permitió el acceso a innovaciones, muchas veces complejas de llevar a la práctica. Con este trabajo, se pretende la formación sistemática de las maestras en el área de la Educación Física. Es decir, que ellas sean capaces de planificar actividades en las que los/as alumnos/as descubran los nuevos conocimientos.



## 4. REFLEXIÓN Y EVALUACIÓN

### 4.1 Resultados de la acción.

La Educación Física contribuye a la formación integral de los niños, propiciando la construcción de saberes corporales, motrices, lúdicos y relacionales con la finalidad de enriquecer la relación del sujeto consigo mismo y con los otros, en un determinado contexto sociocultural y momento histórico. Así se presenta como un área curricular cuya intervención pedagógica incide en la dimensión corporal y motriz del sujeto con la intencionalidad de favorecer al desarrollo evolutivo del alumno que pertenece al multinivel de la Educación Inicial.

Es necesario visualizar el papel de cada maestra acorde a sus demandas en el sentido de facilitar la educación basada en las capacidades físicas en la Educación Física, para organizar y dinamizar cada situación que se le presenta al momento de enseñar cualquier actividad física, trabajando en equipo, afrontar deberes, buscar su propia formación continua que tiene como finalidad facilitar el desarrollo personal y profesional.

Para el o la que labora como maestro (a) del área de Educación Física, Recreación y Deporte en la Educación Inicial debe sustentarse sobre un conocimiento claro y concreto de las características biológicas, psicomotrices y afectivas de los niños, lo cual dependerá el acierto o fracaso en la proposición de objetivos, la elección de los contenidos y las tareas de movimientos a realizar. Debe centrarse en el niño para actuar sobre sus necesidades y posibilidades, conductas e intenciones; logrando también la protección de la salud como verdadero equilibrio entre actividades y temas desarrollados en la práctica y los niveles de aptitud física y mental.

También es necesario que las maestras comprendan que los factores afectivos relacionales como la creatividad, la confianza, afectos, rechazos, alegrías, enfados y las capacidades de socialización permiten la expresión global del niño en el que puede reflejar sus estados de ánimo, sus tensiones y sus conflictos, al desarrollar los aprendizajes en el contexto de Educación Física, como un espacio propicio



para la observación de los comportamientos más genuinos, así como de las relaciones que tienen los niños entre ellos.

Nuestra capacidad también está relacionada a las capacidades físicas que desarrollan los alumnos de las modalidades Primaria y Secundaria, e interactúa con estos factores a cada instante en nuestro entorno. Por lo tanto una enseñanza adecuada a través del uso de un Programa dirigido al contexto de la Educación Inicial del área de Educación Física, dependerá de la competencia del Programa como instrumento de apoyo a las maestras y del conocimiento que integre dicho programa (Piéron, 1985), Con todo esto, ciertamente no se trata de imponer actividades y Programas al azar, sino de planear las situaciones, problemas y obstáculos que se presentan en el área en mención ya que es en esta actividad donde el niño se desarrolla físicamente, afectivamente y socialmente, de ahí la importancia de elaborar un Programa de Educación Física, para la Educación Inicial de las escuelas que pertenecen al núcleo de base Sagrado Corazón de Jesús de la comunidad de Salinas Grandes.

Con la realización del recorrido por las distintas etapas que conformaron esta investigación, adquirí una visión integradora de las necesidades de la práctica pedagógica del grupo de acción y todos los acontecimientos ocurridos durante la misma.

Existen modelos y enfoques educativos actuales como recursos tecnológicos que las maestras deben de saber, para ponerlos en práctica con sus alumnos que participan en el proceso de enseñanza–aprendizaje en el área de Educación Física.

Mediante la reflexión del grupo de acción y el investigador se diseñaron nuevas actividades de aprendizajes que contribuyeron a que las maestras y alumnos construyeran su propio aprendizaje y se autoevalúen, despertando en ellos una actitud positiva y renovadora.



Por ello, este estudio cualitativo de Investigación – Acción condujo a comprender, analizar, explicar e interpretar el proceso de enseñanza – aprendizaje ejercido por las maestras.

Esta interpretación conlleva acciones de análisis que vinculan y confrontan los aspectos significativos que están en juego en el texto.

Conforme a lo anterior, a manera de cierre en esta etapa donde se repite el ciclo desde lo previsto y lo deseable, se generan nuevas alternativas para la mejora del proceso enseñanza–aprendizaje, por lo que se detallaron las siguientes valoraciones:

1. Participación, compañerismo, orden y disciplina en el desarrollo de las actividades.
2. Desempeño de las maestras en la resolución de las actividades.
3. Cada maestra tuvo la oportunidad de poner en práctica nuevas estrategias de enseñanza desde el ámbito de la Educación Física.

Observación durante la Puesta en Acción.

Esto se fundamenta por los hechos compartidos entre el investigador y grupo de acción, los que se describen a continuación:

Durante los encuentros se fomentó la confianza, comprensión, una actitud crítica y de flexibilidad, esto originó en los alumnos una adaptación de cambio y la validación de la intervención como positiva, por lo que las maestras siempre estuvieron dispuestas a participar y cumplir con las actividades sugeridas en las capacitaciones.

El proceso fue de acompañamiento y motivación, por lo que, se les explicó sobre la importancia que tienen las capacidades físicas, algunos formatos, tales como, la planificación didáctica, actividades de aprendizaje de los ejercicios físicos, cuestionarios de observación sobre la realización de la clase, mediante un Programa específico de Educación Física que fueron viables por el grupo de acción, además, se les consultó qué día y hora podía visitarlos para impartir la



clase de Educación Física. El impacto que ha tenido la investigación se demuestra con los cambios que realizaron las maestras participantes y cuyos resultados se vieron en la demostración de habilidades por parte de los alumnos como son el trabajo cooperativo y un cambio de actitud hacia el entusiasmo.

En base a estos argumentos, creo necesario elaborar capacitaciones de formación a las maestras de la Educación Inicial.

Considero que debemos compartir nuestros conocimientos para la mejora del proceso de enseñanza – aprendizaje en la ejercitación de las capacidades físicas que integran el área de Educación Física, creando actividades de formación para maestras donde pongan en práctica los enfoques de competencias y metodologías constructivistas.

#### **4.2 Evaluación del proceso.**

Con el propósito de valorar el impacto de las capacitaciones se aplicaron cuestionarios a directora y maestras que participaron en las acciones y cuyos resultados se detallan a continuación:

Lo que se obtuvo de la directora:

¿Qué opinión le merece la intervención pedagógica que se está ejecutando en su centro educativo?

La directora manifestó estar satisfecha de la capacitación brindada a las maestras para que se aclaren dudas y algunas metodologías para impartir la clase de Educación Física.

Además, ayuda al desarrollo de nuestro cuerpo al realizar actividades físicas en nuestra vida diaria, es importante porque contribuye al mejoramiento del desarrollo evolutivo en los niños y niñas con lo cual se obtienen buenos resultados al momento de ejecutar la clase. Al mismo tiempo mantiene a los niños y niñas atentos, motivados y dinámicos frente a otras disciplinas lo cual evita muchos problemas en el rendimiento académico.



Ha sido evidente el cambio y las modificaciones en sus planes de clases, algo que sería ideal para que todas las maestras capacitadas trabajaran con las unidades que contiene el Programa; pues a través de su aplicación obtendrán mejoras en el proceso de Enseñanza – Aprendizaje.

Las capacitaciones han tenido impacto porque, las maestras aclararon dudas en los contenidos con los cuales fueron capacitadas; el nivel de aprendizaje de los alumnos mejoró. Ya no ven la Educación Física con temor, sino que la aplican con gran confianza.

Las capacitaciones se están poniendo en las prácticas por las maestras, pues, todas aseveran que las acciones aplicadas ayudan a mejorar la participación de los niños en todos los momentos del período escolar.

#### **Resultados de las maestras capacitadas:**

1. ¿Qué opinión le merece la intervención pedagógica mediante la capacitación sobre la Educación Física en la Educación Inicial para las escuelitas que pertenecen al NER, de la escuela base Sagrado Corazón de Jesús?

- El capacitador debe adaptar las capacitaciones a la actual transformación curricular con la creación de actividades de aprendizaje del multinivel de los alumnos de la zona rural.

- Las maestras debemos estar dispuestos siempre al cambio en el uso de nuevas estrategias de enseñanza para la mejora del proceso enseñanza – aprendizaje de la Educación Física.

La Educación Física tiene un gran valor en la vida cotidiana por ser ordenada en su teoría y práctica, además, es una materia dinámica dominante para los niños que integran la Educación Inicial y sus maestras.

#### **4.2.1 Logros:**

La intervención realizada reveló que se producen muchos elementos positivos con la implementación del Programa diseñado para alumnos de Educación Inicial rural; dichos logros se pueden agrupar de la siguiente forma:



### **Logros desde el punto de vista de la intervención:**

- La comunidad educativa del (NER) siempre mostró atención y disposición sobre la intervención efectuada en el centro de estudio.
- Las capacitaciones se prestan para una educación integral porque los nuevos conocimientos permiten mejorar la calidad del proceso enseñanza – aprendizaje de la Educación Inicial de la zona rural.
- Durante las acciones se les brindó confianza al grupo participante en cuanto a sus debilidades, lo que permitió que hubiera comprensión y una actitud de cambio entre ellos al momento de la capacitación.
- Las maestras del grupo acción tienen una vasta experiencia en su quehacer educativo, crean alternativas de solución para aquellas dificultades que surgen al momento de impartir la clase.
- Las maestras están muy satisfechas e interesadas por el esfuerzo y dedicación realizado por el investigador, las acciones son de mucha importancia y gran valor para su realidad.

### **Logros que implican cambios en las estrategias implementadas para la Educación Física:**

- Se aclararon dudas, tanto en lo pedagógico como en los conocimientos teóricos y prácticos. De esta manera se contribuyó a la mejora del aprendizaje de los niños.
- La guía se ha constituido un referente teórico y un medio permanente de consulta para la construcción curricular del área de Educación Física por parte de las maestras que han participado en los procesos de capacitación para el manejo del sistema.
- La mayoría de las veces se crea condiciones ambientales adecuadas al impartir la clase de Educación Física, promoviendo el uso de técnicas de las capacidades físicas y la organización con los alumnos.



- Las maestras identificaron los medios virtuales como una estrategia y como un medio de formación permanente, que contribuye a mejorar la calidad de la Educación Física en la Educación básica y en la Inicial.

Los medios tecnológicos virtuales contribuyen a mejorar la comunicación, el intercambio de conocimientos y la construcción de proyectos colectivos entre los maestros de Educación Física.

- Existen más maestras que quieren participar en esta nueva metodología de aprendizaje.

### **Logros que supone la existencia de una guía de trabajo en Educación Física:**

- La guía curricular, como sistema, para la formación de las maestras en Educación Física, se convierte en una estrategia de capacitación permanente que potenciará la reflexión de la práctica educativa como un insumo para el desarrollo de procesos de investigación que generarán los conocimientos necesarios para promover una educación encaminada hacia el mejoramiento de las capacidades físicas en los alumnos.
- La guía está fundamentada básicamente en la corriente integradora de la Educación Física de formación integral, bases teóricas la misma área, motricidad, potenciación de las capacidades humanas, como la autonomía, la autoestima, la solidaridad, la creatividad, y su orientación pedagógico-metodológica, evaluativa y didáctica se apoya en las pedagogías activas.
- Los contenidos fundamentales de la guía en el sistema están estructurados en las bases conceptuales, metodología y evaluación.
- En la fundamentación teórica y conceptual se consideran las capacidades psicomotoras, el socio motoras, el físico- motor, las perceptivas motoras y las coordinativas; las habilidades motrices, las orientaciones generales sobre Educación Física, la competencia motriz, y elementos básicos sobre la educabilidad y la enseñabilidad.
- En el campo de la metodología de la Educación Física se realiza un tratamiento específico de los métodos y de los estilos de enseñanza de la



disciplina, expuestos en unidades didácticas, y en el área de la evaluación se consideran los conceptos de evaluación, los logros, los indicadores, las competencias y los criterios de evaluación, en tanto, en bases legales se atiende a planes de desarrollo y a legislación en el área.

- En síntesis, la guía se estructura con la pretensión de constituirse en un soporte para que las diferentes comunidades educativas desarrollen procesos de análisis y de reflexión orientados a potenciar competencias formativas, cognitivas, sociales, tecnológicas e investigativas, y así empoderarse de la construcción y del diseño curricular de la Educación Física en la Educación Básica, como un elemento indispensable que se requiere para la construcción de un sistema que responda a los intereses, a las motivaciones y a las necesidades que presenta la Educación Inicial.

#### **Logros que favorecen el desarrollo integral de los alumnos/as de Educación Inicial:**

- Ahora las maestras realizan atención individualizada a los alumnos que presentan mayores dificultades en la enseñanza de los ejercicios físicos, generando un mayor ambiente de trabajo y colaboración..
- Casi siempre se hace cierre de las actividades de manera conjunta, retroalimentando a los alumnos en los contenidos. Además, las actividades planteadas permite el logro del aprendizaje en el tiempo establecido que corresponde a la Educación Inicial.
- Siempre se promueve la expresión corporal entre los niños y se fomenta la autoestima entre ellos.

#### **Los logros que se obtuvieron durante las capacitaciones:**

- ✓ Logros en el lenguaje, conducta afectiva dominio en los ejercicios físicos, en las capacidades físicas, el uso y manejo del Programa de Educación Física, planificación de la clase en el área mencionada.



- ✓ Con el desarrollo de los movimientos y las acciones, se desarrolla el lenguaje. Gracias a los desplazamientos y manipulaciones con los objetos, el niño(a) va adquiriendo vivencias que le permiten conocer el mundo que les rodea, todo lo cual posibilita el desarrollo intelectual y en consecuencia pasa del lenguaje pasivo al activo.
- ✓ Al alumno le facilito la posibilidad de de realizar movimiento y hacer contacto con el medio, le trasmite experiencias y afecto que tanto necesita para lograr la disposición y el estado emocional favorable que permita la asimilación de los conocimientos en los ejercicios físicos.
- ✓ La atención a las diferencias individuales de los niños, es el mayor reto para la pedagogía y metodología aplicada mediante la acción.
- ✓ La planificación se llevó a cabo positivamente, mediante la capacitación en el proceso de aprendizaje – enseñanza basada en los conocimientos de los contenidos que integran el Programa de Educación Física para la Educación Inicial.
- ✓ En conjunto con las maestras se analizaron los contenidos basados en competencias, y su aplicación en la planificación de unidades.
- ✓ La comunidad educativa del (NER) siempre mostró atención y disposición sobre la intervención efectuada en el centro de estudio.
- ✓ Las capacitaciones se prestaron para una educación integral, porque los nuevos conocimientos permiten mejorar la calidad del proceso enseñanza – aprendizaje de la Educación Inicial de la zona rural.
- ✓ Las maestras están muy satisfechas e interesadas por el esfuerzo y dedicación realizado por el investigador; las acciones son de mucha importancia y gran valor para su realidad.
- ✓ Se aclararon dudas, tanto en lo pedagógico como en los conocimientos teóricos y prácticos, de esta manera se contribuyó a la mejora del aprendizaje de los niños.
- ✓ Siempre las maestras realizan atención individualizada con los alumnos de la Educación Inicial que presentan mayores dificultades en la enseñanza de los ejercicios físicos, generando un mayor ambiente de trabajo y colaboración.



- ✓ Además, las actividades planteadas permite el logro del aprendizaje en el tiempo establecido que corresponde a la Educación Inicial.
- ✓ La mayoría de las veces se crearon condiciones ambientales adecuadas al impartir la clase de Educación Física, promoviendo el uso de técnicas de las capacidades físicas y la organización con los alumnos.
- ✓ Se aplicaron estrategias para enseñar clases explicativas y demostrativas, por las maestras y por los mismos alumnos.
- ✓ El nivel de aprendizaje de los alumnos ha mejorado. Ya no ven la Educación Física con temor, sino que la aplican con gran confianza.

#### **4.2.2 Limitaciones:**

Las limitaciones presentadas durante el transcurso de este trabajo investigativo están basadas principalmente en obstáculos que interfirieron en el desarrollo de la intervención pero que a pesar de todo no impidieron la consecución de los objetivos del estudio.

Entre las principales limitaciones en el proceso de la investigación se encuentran las siguientes:

Limitaciones relativas a las condiciones ambientales, materiales y/o personales de las maestras de la intervención:

- Buscar el momento de encuentro para no afectar a las maestras en sus labores orientadas por el MINED.
- Para la planificación diaria de las maestras involucradas se orientó el uso de contenidos dirigidos a la didáctica de planificación. A las maestras se les dificultó un poco la elaboración de la misma.

#### **Limitaciones relativas al investigador:**

- Debido a la poca experiencia en la realización de este tipo de investigación, hacerla de forma individual significó una seria dificultad, tanto en la organización de las etapas como escoger el modelo a seguir, para ponerlo en acción con el grupo de trabajo.



- Se requiere de dotación y de capacitación de medios tecnológicos modernos que permitan a las maestras acceder a nuevas formas de capacitación y formación de Educación Física.
- Las capacitaciones necesitan de muchos recursos financieros y materiales para su ejecución, lo que permitirá que los beneficiarios directos, en este caso, las maestras y los niños del N.E.R “Sagrado Corazón de Jesús” las puedan obtener fácilmente, para la mejora del proceso enseñanza – aprendizaje.
- Factor tiempo disponible por parte del investigador para la ejecución de la tesis, debido al cumplimiento de jornadas laborables; la distancia a recorrer y el acceso al transporte destino la escuela base Sagrado Corazón de Jesús de la comunidad Salinas grandes del municipio de León.
- La falta de recursos financieros, pues no cuento con un salario disponible para el desarrollo de estos proyectos o actividades para la mejora del proceso enseñanza aprendizaje.



## 5. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

### 5.1 Conclusiones:

La Educación Física básica requiere una transformación que tenga en cuenta los avances científicos y tecnológicos de la disciplina, una transformación en la cual exista una interacción permanente con otras áreas del conocimiento, y, a la vez, con los intereses y las necesidades de las comunidades educativas.

Para lograr la transformación se requieren maestras actualizadas con acceso a formación y a la información para adquirir los conocimientos fundamentales del área mencionada que facilite la aplicación de un Programa pertinente a la realidad que vive la Educación Inicial.

El Programa de Educación Física Recreación y Deporte es de suma importancia, para un desarrollo armónico de la enseñanza, como apoyo para los multiniveles rurales y así lograr fortalecer nuevas experiencias en la materia en estudio.

Con la facilitación de este Programa, las maestras se fortalecieron en los conocimientos, enriqueciéndose en el proceso de enseñanza aprendizaje basado en las capacidades físicas, Aprendieron cómo impartir clases de Educación Física, cómo distribuir el tiempo al momento de realizar las actividades con los niños de Educación Inicial con el apoyo y la participación de los padres. Desarrollaron habilidades para la implementación de actividades libres y recreativas en desarrollo físico y cognitivo.

Con la mejora y transformación de la educación de esos niños que pertenecen a los multiniveles, fundamentalmente del área rural, aparece un mayor nivel de actividad infantil, adelanto en los movimientos coordinados en los alumnos, permite que el niño se integre a la sociedad, refuerza su responsabilidad y contribuye a desarrollar su rendimiento en el aula.

El Programa a su vez beneficia al niño/a porque permite seguir paso a paso el proceso de aprendizaje y maduración de cada uno de ellos. Así, podemos detectar



los posibles desequilibrios, desajustes o déficit que se vayan produciendo durante el proceso de enseñanza. La clase o el área de Educación Física están concebidas en función de las necesidades de los niños. Ofreciendo mayores posibilidades para la ejercitación, manipulación y exploración de los contenidos, tiempo, equilibrio, ritmo y espacio.

La implementación del Programa de Educación Física en los niños de la Educación Inicial facilitó la motivación, atención, concentración y la participación tanto grupal como individual, la autorregulación de su desarrollo, cuyos resultados se vieron en la demostración de habilidades por parte de las y los alumnos como son el trabajo cooperativo, un cambio de actitud al momento de ejercitar los ejercicios relacionados a la Educación Física, logrando así la integración y el entusiasmo.

Entonces se puede dar como cierre a este trabajo diciendo que la incorporación de las actividades físicas y la ejercitación de las capacidades físicas mediante la elaboración de este Programa es el reflejo de todo un enfoque coherente y consistente, asociado a una visión desde el aprendizaje de los alumnos y a una concepción de la enseñanza determinada bajo la tutela de las maestras.



## 5.2 RECOMENDACIONES:

### En base a las conclusiones anteriores cabe recomendar a:

Revalorizar en los alumnos las actividades física y juegos dirigidos a esa edad en el nivel de la Educación Inicial, con su maestra que cumplen el papel de garantizar la clase de Educación Física en ellos, esto es fundamental en el que hacer educativamente en todos los que integran el multinivel, también se debe tomar en cuenta el apoyo incondicional de los padres de familia para que sus hijos crezcan sanos y saludables, a través de los ejercicios físicos que realizan, es asique estas actividades de recreación les favorecerá en el proceso de desarrollo y crecimiento del niño/a

Hay que brindar las mejores oportunidades por parte de la dirección del (NER), dirigidas a las maestras para que conozcan y dominen todas las actividades que se dan por medio de las capacitaciones que imparte el MINED a maestros que imparten clase de Educación Física que vayan alusivas al área y que le sirvan, como un medio para (diagnosticar, enseñar, orientar y dirigir actividades motrices y en lo psicomotor a los niños que tienen a cargo en el multinivel de la para que tengan confianza y enriquecer cada actividad física en los alumnos de la Educación Inicial que integran el Sistema Educativo.

Continuar capacitando constantemente por la dirección del colegio Sagrado Corazón de Jesús y el Ministerio de Educación (**MINED**), por medio de los TEPCES o capacitaciones que se realizan cada mes a las maestras para que adquieran más conocimientos sobre el área de Educación Física, la cual se presta para una educación integral en los niños del Preescolar.

Motivar a las maestras por parte del Ministerio de Educación para que haya una mejor enseñanza en el nuevo componente y una buena relación entre los participantes que reciben e imparten clase de Educación Física, en los multiniveles de la zona rural, y que obtengan los conocimientos necesarios sobre el área, para mejorar la calidad de enseñanza - aprendizaje en la Educación Inicial. Con esto



puedan facilitar el interés y brindar los conocimientos aplicándolos junto a los métodos, estrategias aplicadas al área ya mencionada, manteniéndose en contacto con la preparación de sus estudios para enfrentar la vida del niño dentro del área de Educación Física.

La consecutiva capacitación a las maestras de los multiniveles del Preescolar rural apoyada siempre por las máximas autoridades dirección del (NER) Sagrado Corazón de Jesús y del propio (MINED), municipal de León.

Estas recomendaciones están dirigidas específicamente a las personas que intervinieron en la investigación-acción como fueron la dirección del centro educativo "Sagrado Corazón de Jesús", las 7 maestras de Preescolar, integrantes de este (N.E.R), el Ministerio de Educación (M.I.N.E.D) y los padres de familia de la comunidad de Salinas Grandes; por la importancia que vieron en la Educación Física para el desarrollo psicomotriz de los niños y niñas de Educación Inicial, especialmente en los multiniveles de la Educación Inicial.

### **5.3 Re planificación:**

La finalidad principal de un curso es la transmisión de nuevos contenidos de carácter científico, técnico y pedagógico en cada encuentro.

Si tomamos en cuenta que la adecuada y suficiente formación de las maestras es uno de los pilares básicos de la mejora de la calidad de la enseñanza, es necesario apoyar al equipo de coordinación del (NER) Sagrado Corazón de Jesús de la comunidad Salinas Grandes, para que se mejore el plan de formación en el centro educativo, donde se tome en cuenta el área de Educación Física dirigido a la Educación Inicial. El plan deberá estar incluido en la programación general anual. De la misma manera, deberá reflejarse en la memoria de fin de curso, una evaluación de ese plan de formación de centro.



## PROPUESTA DE PLAN DE ACCIÓN PARA UN NUEVO CICLO

Actividad	Lugar	Estimula	Uso
Subir y bajar de la silla; reptar por debajo de una secuencia de llantas,	Aula de clase o patio de recreo.	Cualidades físicas.	Dominio del cuerpo.
Juego simbólico, ejercicios de postura, rondas, pintar, conocer el cuerpo, teatro.	Aula de clase o patio de recreo.	Esquema corporal.	Conocimiento de las posibilidades del cuerpo.
Marchas, paso de obstáculos pequeños de diferentes formas, juego individual.	Aula de clase o patio de recreo, coliseo, aula máxima.	Destrezas elementales.	Desempeño cotidiano y preparativo al aprendizaje por el movimiento.
Agarrar, reptar, rodar, gatear, caminar, lanzar, carreras cortas, salto.	Aula de clase o patio de recreo, coliseo, aula máxima.	Patrones de movimiento.	Desempeño cotidiano, seguridad motriz.
Montar en juegos de parques infantiles, paso de cuerda para trabajar: arriba abajo, adelante atrás, lejos cerca, izquierda derecha, fuerte suave, rápido lento.	Aula de clase o patio de recreo, coliseo, aula máxima, parque de juegos.	Estructura tiempo espacio.	Adaptación a su entorno, autoconocimiento, desempeño cotidiano.



UNIDAD	CONTENIDO	TIEMPO	TEMAS	FRECUENCIA
I.Unidad Ejercicios de desarrollo Físicos generales.	Ejercicios corporales básicos.  Ejercicios creativos.	Estas clases se pueden realizar en un periodo de 35 minutos por cada clase.	Desplazamientos saltos de competencias caminatas, agilidad formación y giros carreras libres ejercicios variados Brazos-tronco-piernas. Ejercicios con pelotas. Equilibrio-filas-hileras flexibilidad, orden y control. Exploración de movimiento Imitación de animales y actividades.	Se pueden ejecutar dos veces por semanas de igual como se imparte en la modalidad Primaria.
II Unidad Juguemos y aprendamos activamente	Sensoriales  Tradición y bufos.  De correr y Saltar.		¿Que toco? ¿Quién falta? ¿Quién es? ¿Dónde estoy? El sabueso. La rayuela. El congelado Doña Ana no está. Aquí. La gallinita ciega. El baile de la silla. Carreras de número. Quita y ponga. Corro y atrapo. ¿Quien es más rápido? El gato y el ratón. Busca tu número. Ida	



			y vuelta. Cruzando el río. Corro saltando la cuerda y figuras.	
III Unidad Con balón y pelotas	Juegos de lanzo y atrapo.		Macho parado. Tiro al blanco. Lanzo y recibo pelota, llenar el canasto, rodar en círculo. Relevo de lanzadores.	

#### 5.4 Consideraciones a tomar al momento de ejecutar las actividades:

#### 5.5-Descripción de cada paso

- ⊕ La motivación es necesaria en el desarrollo de toda la clase, pero el momento más importante para hacerla es al iniciar ésta. Tiene que efectuarse en medio minuto con el lenguaje más claro y conciso posible. Lo mejor es utilizar ejemplos concretos sobre temas que interesan a los niños.
- ⊕ El calentamiento es imprescindible al iniciar la clase. Son movimientos suaves y progresivos que hacen los alumnos para acondicionar el movimiento fuerte. Si se efectúan actividades bruscas, violentas, por ejemplo, sin previo calentamiento, se corre el peligro de que los músculos se lesionen.
- ⊕ Explicación del juego. Se hace en forma breve, procurando que todos los alumnos entiendan las orientaciones.
- ⊕ Demostración del juego o ejercicio. Esta se hace con toda calidad y esmero posible procurando que todos y cada uno la aprecien bien. Es la parte más importante del proceso.
- ⊕ Ensayo. Inmediatamente que la maestra demostró el juego o ejercicio los alumnos lo ejecutan a manera de tanteo, oportunidad que se aprovecha para corregir los errores. Se hacen varios ensayos.
- ⊕ Ejecución competitiva. Una vez que los alumnos puedan ejecutar correctamente un juego, se procede a realizar este forma competitiva, si los



grupos están equilibrados, dichas competencias serán bien reñidas y parejas, procurando suspender el jugo cuando ambos equipos estén empatados e interesados en la actividad.

- ⊕ Tratándose de ejercicios, se efectúan bastantes repeticiones a fin de que sea bien mecanizado el movimiento. Por supuesto, el ejercicio resulta más interesante si se hace a manera de competencia.

Evaluación de la actividad con los alumnos. Es importante la autoevaluación de parte de los niños porque esos les permiten ser críticos y autocríticos; además eso desarrolla la expresión oral y ayuda a quitar la timidez.



## 6- BIBLIOGRAFÍA.

- Antología para Docentes de Educación Física año 2011.
- Arribas, T. Lleixá. (1993). La Educación Física de tres a ocho años. Editorial, Paidotribo, Barcelona, España.
- Camacho, Hipólito. (2004). Neiva Grupo acción, El imaginario del adolescente ante la clase de Educación Física motriz.
- Carr y Kemmis- 1968, Investigación – Acción
- Döbler Erika y el Dr. Hugo. (1996). Juegos menores. Un Manual para Escuelas y asociaciones deportivas. Ministerio de Educación. Compilado y redactado Editorial, Pueblo y Educación.
- González de Álvarez, M. L. (1996) La Educación Infantil y su didáctica. Habana, Cuba. Universidad de Ciego de Ávila. Cuba.
- IPN. (2004). Manual para el diseño de los planes y programas en el marco del nuevo modelo. Educativo y académico.
- Jean William Fritz Piaget- Monografías de Infancia y Aprendizaje, 2, 1981
- Latorre, Antonio. (2007). La investigación-Acción. Conocer y cambiar la práctica educativa. Barcelona, España.
- Lleixá Arribas, T. (1993) La Educación Física de tres a ocho años
- «Ley de la doble formación» o «ley genética general del desarrollo cultural». M.P (Enero 2010, )
- López Hermenegildo. (2002). Programas para la Educación Física. Universidad de Ciego de Ávila. Cuba.



- Méndez, G. Antonio y Carlos. (2002). Guía, 1,000 Juegos para el desarrollo motor. 4ta edición. Los Juegos en el Currículum de la Educación Física.
- Ministerio de Educación, MINED. (2011). Antología para Docentes de Educación Física. Managua, Nicaragua.
- Ministerio de Educación. (1996). Programa de Educación Física de primaria primer grado, Ministerio de Educación Física, Managua, Nicaragua
- Ministerio de Educación (1991). Guía Metodológica de Educación Física de primer grado, Ministerio de Educación Física, Managua, Nicaragua.
- Pérez Campanero, M.P. (1994). *Cómo detectar las necesidades de intervención socioeducativa*. Madrid, España: Ediciones Narcea.
- Pérez Serrano, M<sup>a</sup>.Gloria (1990). Investigación-acción: Aplicaciones al campo social y educativo. Madrid: Dykinson.
- Reglamento de la educación física. (Unidad por el bien común 2011).
- Zapata, Oscar. (1991). (Manual) La psicomotricidad y el niño. Etapa maternal y preescolar. México.
- Bejerano González, Fátima. (2009). Características generales del niño y la niña de 0 a 6 años. Artículos relacionados (CV) Instituto de Enseñanza Secundaria "El Greco". Recuperado el 18 de Mayo del 2012, de:  
[www.eumed.net/rev/ced/05/fbg2.htm](http://www.eumed.net/rev/ced/05/fbg2.htm)
- Hernández, Pedro (2012, 7.de Junio). Foro de psicomotricidad. Instituto de Enseñanza. "El Greco". (Artículos relacionados). Publicado por: pedrohernandez en 10:22, Recuperado el 9 de junio de 2012.  
[profepedroelectronica.blogspot.com/2012/06/httpwww\\_9669](http://profepedroelectronica.blogspot.com/2012/06/httpwww_9669).



- Incarbone, Oscar. (2002,03/07). Juguemos en el jardín. Av. Independencia 3124.  
Telefax: 4931-1180. Argentina: Buenos Aires.

[stadium@-stadium.com.ar](mailto:stadium@-stadium.com.ar) <http://www.e-stadium.com.ar>

- Read the publication, Download; Share. (27 Mayo 2011). Capacidades motoras,  
formativas. Recuperado el 18 de Mayo del 2012, de:

<http://www.capacidades123.galeon.com/index.html>.



## 7. ANEXOS

# ANEXOS



## Anexo 1

### ENTREVISTA PARA LOS PADRES DE FAMILIA

Estimadas (os) Padre de familia:

Para obtener un conocimiento más de cerca del área de Educación Física y sus capacidades física, la cual enriquecerá el proceso de Enseñanza – Aprendizaje en la Educación Inicial, le estoy solicitando lo siguiente.

Nivel Académico: \_\_\_\_\_ sexo: \_\_\_\_\_

Profesión u oficio: \_\_\_\_\_

Fecha: \_\_\_\_\_

- 1.- ¿Ha tenido alguna experiencia con hijos recibiendo Educación Física en la edad preescolar? (¿Qué le pareció?)
- 2.- ¿Tiene usted conocimiento como padre de familia, en qué momento y tiempo imparten la Educación Física a los niños de la Educación Inicial?
- 3.- ¿Usted conoce si las maestras tienen dominio sobre el desarrollo de las capacidades físicas orientada en el área de Educación Física?
- 4.- ¿Cree usted que se debería impartir la clase de Educación Física a los niños y niñas en el preescolar? (fundamental)
5. - ¿En qué le favorecería la Educación Física a su hijo(a) preescolar?
- 6.- ¿Qué no se debería hacer en la clase de Educación Física con los preescolares, según su opinión?
- 7.- ¿Cree que las maestras deberían tener conocimientos de cómo impartir la clase de Educación Física en la Edad Preescolar?
- 8.- ¿Cómo apoyaría a su hijo para que participe en la clase de Educación Física?
- 9.- ¿Qué actividades desarrolla su hijo(a) en su casa? ó ¿Qué hace el niño(a) normalmente cuando llega de la escuela?



## Anexo 2

### ENTREVISTA A LA DIRECTORA

Apreciada Directora:

Le estoy solicitando su apoyo para contestar esta entrevista la cual me permitirá contribuir al desarrollo de la tesis agradeciéndole de antemano su colaboración.

Con el objetivo de fortalecer las capacidades físicas a los niños y niñas del centro.

- 1) ¿Qué sabe usted sobre la Educación Física en la Educación Inicial?
- 2) ¿Ha tenido usted la oportunidad de observar o impartir una clase de Educación Física en niños de Educación Inicial?
- 3) ¿Piensa usted que se obtendría algún beneficio si se efectúa la Educación Física con niños de la escuela?
- 4) ¿Piensa usted que se produciría algún perjuicio si se ejercitaran la Educación Física con niños de Educación Inicial?
- 5) ¿Cree usted que sería de gran utilidad un Programa de Educación Física que oriente las maestras de Educación Inicial?
- 6) ¿Qué aspectos, cree usted, deberían ser contemplados en un Programa de Educación Física para niños de Educación Inicial?
- 7) ¿Qué aspectos, cree usted, no deberían ser contemplados en un Programa de Educación Física para niños de Educación Inicial?
- 8) Considera que la Educación Física es importante para el desarrollo del niño y la niña en la Educación Inicial.
- 9) ¿En qué contribuye la Educación Física en los niños y niñas en la Educación Inicial?

Gracias por el apoyo que me ha brindado



### Anexo 3

#### ENTREVISTA A LAS MAESTRASQUE ATIENDEN LA EDUCACION INICIAL

Estimadas maestras:

Para obtener un conocimiento más de cerca del área de Educación Física y el desarrollo de las capacidades físicas en los niños y niñas, con el objetivo de enriquecer el proceso de Enseñanza – Aprendizaje en la Educación Inicial, le estoy solicitando lo siguiente.

Comunidad Educativa: \_\_\_\_\_

Modalidad que atiende: \_\_\_\_\_

Nivel Académico: \_\_\_\_\_

Fecha: \_\_\_\_\_

Cargo: \_\_\_\_\_

No. De participantes: \_\_\_\_\_ (mujeres) \_\_\_\_\_

Tiempo que durara la observación \_\_\_\_\_

Hora de Inicio \_\_\_\_\_ Hora de salida \_\_\_\_\_

1- ¿Qué sabe usted sobre la Educación Física en la Educación inicial?:

- ✚ En qué momento y tiempo imparten la Educación Física a los niños de la Educación Inicial.
- ✚ Usted como maestra ¿tiene algún dominio sobre el desarrollo de las capacidades físicas orientada en el área de Educación Física en los niños y niñas de la Educación Inicial?
- ✚ ¿Cuál es el manejo de las actividades recreativas orientada a los niños de la Educación Inicial en el área de Educación Física que usted conoce?
- ✚ ¿Qué conocimientos previos tiene usted sobre las capacidades física en el desarrollo de la Educación Física en los niños y niñas de la Educación



Inicial?



- 2- ¿Ha tenido usted la oportunidad de observar o impartir una clase de Educación Física en niños de Educación Inicial?
- 3- ¿Le gustaría impartir el área de Educación Física a los niños de la Educación Inicial?
- 4- ¿Piensa usted que se obtendría algún beneficio si se efectúa la Educación Física con niños de Educación Inicial?
- 5- ¿Piensa usted que se produciría algún perjuicio si se desarrolla la Educación Física con niños de Educación Inicial?
- 6- ¿Cree usted que se le dificultaría realizar la clase de Educación Física, sin la obtención de un Programa específico de dicha área.
- 7- ¿Tiene conocimiento de algún Programa específico del área de Educación Física de 3 – 6 años en la Educación Inicial? ¿Le gustaría que existiera un Programa de Educación Física específico para la Educación Inicial?
- 8- ¿Qué aspectos, cree usted, deberían ser contemplados en un Programa de Educación Física para niños de Educación Inicial?
- 9- ¿Qué aspectos, cree usted, no deberían ser contemplados en un Programa de Educación Física para niños de Educación Inicial?

Gracias por el apoyo que me han brindado





# **Programa de Educacion Fisica**

## **Para La Educaci3n Inicial**



**ESCUELA SAGRADO CORAZ3N DE JES3S DE LA COMUNIDAD RURAL SALINAS GRANDE DEL MUNICIPIO DE  
LE3N – NOVIEMBRE- 2011**

Lic. Ra3l de la Concepci3n Pastr3n Mairena



## **INTRODUCCIÓN.**

### **DIRIGIDO A LA EDUCACIÓN INICIAL**

Este Programa de Educación Física está dirigido a la Educación Inicial, con el propósito de contribuir a que los niños y niñas tengan una educación integral en el desarrollo de sus capacidades físicas, psicosociales y cognoscitivas.

El uso de este Programa constituye una valiosa herramienta en la enseñanza de la Educación Física, Recreación y Deporte ya que colabora en el ámbito de la Educación Inicial con el desarrollo infantil en general.

Hoy en día no existe ningún Programa de Educación Física dentro de la Educación Inicial que facilite la orientación apropiada para los niños/as de 3 a 6 años. Con el mismo se pretende mejorar la calidad educativa de las maestras en este nivel.

Es necesario que las maestras se apropien de las orientaciones básicas que integra dicho Programa, pues le permitirá desarrollar las características y capacidades físicas que están inmersas en el niño durante su evolución como unidad bio-psicosocial.

El alumno en esta área, aprende a reconocer sus posibilidades y limitaciones, así como el control progresivo del movimiento, a comunicarse y expresarse, a cuidar su cuerpo, desarrolla confianza en sí mismo y en sus esquemas corporales, vive el placer del movimiento y conoce su entorno.

La elaboración de este programa obedece a la importancia que tiene la Educación Física, Recreación y Deporte y la incidencia que tiene dicho área en el proceso educativo del alumno de la Educación Inicial. Se debe aclarar que al no



existir ningún documento orientado por el MINED (Ministerio de Educación) Con este Programa se pretende enriquecer el ámbito de la Educación Inicial en los multiniveles en las zonas rurales,

Desde los 3 hasta los 6 años, se necesitan aspectos de desarrollo físico y de crecimiento como grupos de destrezas básicas que los niños tienen que trabajar. Son las destrezas locomotrices, las destrezas manipulativas y las destrezas no locomotrices.

Por ejemplo las destrezas locomotrices son aquellas donde el niño se desplaza en todo el espacio donde él trabaja, juega se divierte al correr, brincar, saltar, galopar, caminar. Dichas actividades son parte de las destrezas locomotrices porque trabajan músculos grandes del cuerpo y ayudan a que el niño quemar calorías, utilice todo su cuerpo y conozca su cuerpo dentro del espacio de su entorno.

Es en el área de la Educación Física, Recreación y Deporte que el alumno se educaría física, psicológica, pedagógica y fisiológicamente, contribuyendo al desarrollo de estos grupos de destrezas básicas.

En el niño la importancia de dicho área se centra en el hecho de que por medio de las actividades de juego reproduce e imita las actividades cotidianas. El juego es acción, es armar, discutir, atrapar, correr. Así como es la Educación Física del movimiento. Tal materia debe centrarse en el niño para actuar sobre sus necesidades, conductas e intenciones logrando también la prevención de la salud como verdadero equilibrio entre actividades y temas desarrollados en la práctica, así como los niveles de aptitud física y mental.

. Estará en mejores condiciones para realizar actividades complejas. La intervención del docente en la Educación Inicial debe proponer un medio rico y variado en cuanto a espacio y materiales, alentando conductas en las que la acción motriz genere vivencia, iniciativa y toma de decisión en los educandos de nuestra nación nicaragüense.



## **OBJETIVOS GENERALES DEL PROGRAMA DEL ÁREA DE EDUCACIÓN FÍSICA**

Desarrolle habilidades motrices y físicas que le permitan un crecimiento gradual equilibrado y óptimo de su organismo.

Coordine sus partes corporales al efectuar diferentes movimientos básicos.

Adquiera hábitos higiénicos y posturales con la práctica sistemática de actividades físicas.

Ejercite su creatividad y expresión corporal a través de distintas acciones físico-recreativas.

Demuestre amistad, respeto y normas de cortesía con todo el grupo, en las diferentes actividades físicas y recreativas en las que participe.

### **MISIÓN, VISIÓN Y PROPÓSITOS DE LA EDUCACIÓN INICIAL**

#### **1. MISIÓN**

Favorecer el desarrollo integral de las niñas y los niños de 3 hasta los seis años (3-6) potenciando permanentemente su desarrollo emocional, afectivo, sensorial, social y en valores con aprendizajes significativos de acuerdo con sus características, intereses, necesidades y fortalezas, tomando en cuenta la diversidad étnica, lingüística, de género y de los grupos vulnerables, fortaleciendo el rol educativo de la familia y de otros sectores sociales para vivir plenamente la etapa en que se encuentran y las que prosiguen.

#### **2. VISIÓN**

Niñas y niños desde los 3 hasta los seis años (3-6) con un desarrollo integral, logran aprendizajes significativos o sea para la vida, en la etapa en que se encuentran, con la participación de la familia, la escuela y la comunidad.

#### **3 PROPÓSITOS**

Favorecer el desarrollo personal mediante la confianza básica, seguridad, iniciativa, autonomía, identidad, autoestima, expresión y creatividad, propiciando ambientes humanos y físicos adecuados tomando en cuenta las particularidades de las niñas y los niños.



Estimular las diferentes formas de expresión y respetando sus características propias, que les permitan comunicarse con los demás; expresar sus emociones, vivencias, sensaciones, necesidades, sentimientos e ideas.

Favorecer el descubrimiento y reconocimiento de las potencialidades sensoriales y corporales para el conocimiento de sí mismo/a como sujeto transformador de su entorno.

## ORGANIZACIÓN DEL PROGRAMA DE EDUCACIÓN FÍSICA

### 1. Métodos y procedimientos para la enseñanza de la Educación Física en la Educación Inicial

Actuación de la maestra respecto a la metodología: Se abarca una gran cantidad de estrategias didácticas por lo que “La actuación de la maestra durante la planificación de la tarea educativa será significativa al tomar en cuenta la técnica didáctica apropiada al aplicar una serie de variables establecidas en el Programa como: los objetivos, las actividades infantiles a desarrollar y el logro de los aprendizajes, considerando el nivel educativo, respecto a la edad evolutiva del educando.

### 2. Consecución de objetivos e indicadores de logros en la propuesta del Programa.

### 3. Actividades sugeridas para la evaluación.

Determinadas en el plan de actividades a desarrollar, en función de los logros de aprendizajes.

Actividades sugeridas (Se pueden enriquecer y adecuar por parte de maestra).

### 4. Orientaciones a la maestra en el proceso de enseñanza.

La maestra debe realizar demostraciones de acciones que conlleven al alumno a un mejor aprendizaje.



## PASOS FUNDAMENTALES PARA LA ENSEÑANZA DE UN JUEGO O EJERCICIO

Para la enseñanza de un juego o un ejercicio se realizan los siguientes pasos:

- Motivación de la actividad explicando al alumno en forma breve y sencilla, con ejemplo si es posible, función y práctica del juego o ejercicio es logrando el aprendizaje a desarrollar mediante la clase en los niños.
- Ejercicios de calentamiento.
- Explicación breve del juego o ejercicio.
- Demostración.
- Ejecución competitiva o formal
- Evaluación de la actividad con los alumnos.
- Relajación.

### Descripción de cada paso

- La motivación es necesaria en el desarrollo de toda la clase, pero el momento más importante para hacerla es al iniciar ésta. Tiene que efectuarse en medio minuto con el lenguaje más claro y conciso posible. Lo mejor es utilizar ejemplos concretos sobre temas que interesan a los niños.
- El calentamiento es imprescindible al iniciar la clase. Son movimientos suaves y progresivos que hacen los alumnos para acondicionar el movimiento fuerte. Si se efectúan actividades bruscas, violentas, por ejemplo, sin previo calentamiento, se corre el peligro de que los músculos se lesionen.



- Explicación del juego. Se hace en forma breve, procurando que todos los alumnos entiendan las orientaciones.
- Demostración del juego o ejercicio. Ésta se hace con calidad y esmero posible, procurando que todos y cada uno aprecien bien esta parte importante del proceso.
- Ensayo. Inmediatamente que el maestro demostró el juego o ejercicio, los alumnos lo ejecutan a manera de tanteo, oportunidad que se aprovecha para corregir los errores y re enseñar. Se hacen varios ensayos
- Ejecución competitiva. Una vez que los alumnos puedan ejecutar correctamente un juego, se procede a realizar esta forma competitiva. Si los grupos están equilibrados, dichas competencias serán bien reñidas y parejas, procurando suspender el juego cuando ambos equipos estén empatados e interesados en la actividad.
- Tratándose de ejercicios, se efectúan bastantes repeticiones a fin de que sean bien mecanizados los movimientos. Por supuesto, el ejercicio resulta más interesante si se hace a manera de competencia.
- Evaluación de la actividad con los alumnos. Es importante la autoevaluación de parte de los educandos porque eso les permite ser críticos y autocríticos; además desarrolla la expresión oral y ayuda a quitar la timidez.
- Relajamiento. Resulta imprescindible realizarlo a fin de que el desarrollo orgánico sea armónico y normal. Además, si los alumnos penetran al salón de clase agitados y con mucho ánimo, puede haber indisciplina, se sube la temperatura del cuerpo y todos comienzan a sudar y subir la voz, lo que afecta el desarrollo regular del trabajo educativo.

Los ejes o esferas de desarrollo de la Educación Física son: Habilidades motrices básicas como caminar, cantar, lanzar, atrapar, etc. Capacidades físicas fundamentales: coordinación, equilibrio, percepción kinestésica, percepción espacial, percepción temporal, flexibilidad, agilidad, ritmo y organización.



Se toman en cuenta por lo que están inmersas en las capacidades físicas; se ejecutan pero generalizadas, no como las específicas que deben realizar los niños como las de equilibrio, ritmo, organización, agilidad y flexibilidad.

Valores, actitudes y comportamientos: Espíritu de paz y alegría, solidaridad, carácter democrático, autocontrol, altruismo, autoestima, honestidad, responsabilidad y socialización.

Hábitos higiénicos, de buena postura, saber ganar y perder.

### **Las primeras clases**

En las tres primeras sesiones de clase se aprovecha para explicar con lenguaje claro y sencillo que la Educación Física es una disciplina muy importante porque nos ayuda a formar nuestro cuerpo y nuestro carácter, calma nuestros nervios, nos da alegría y nos permite eliminar grasa. Se les explica cómo se va a trabajar la materia y no confundirla con el recreo. Para hacer cómodamente las actividades, juegos de ejercicios, es conveniente usar ropa, por ejemplo, shorts y zapatos tenis adecuados para la clase. Quien expresa tener alguna enfermedad que les impida recibir la clase momentánea o indefinidamente, se les pide venir con sus padres. Debe tomarse nota de aquellos estudiantes que expresen que no les gusta el juego, a fin de atenderlos especialmente.

Para ellos es conveniente preparar un cuaderno o un listado que nos permita ir observando, registrando el avance y comportamiento de cada estudiante en esta disciplina. Ese control constituye un proceso de evaluación formativa que permitirá al docente controlar el desarrollo biológico y la formación de la personalidad de sus alumnos.

Los procedimientos de evaluación son una guía clara de lo que esperamos que el educando adquiera. Al respecto, la Educación Física es un medio óptimo para la práctica y formación de valores, actitudes comportamiento y hábitos deseables. La, maestra debe explorar a lo máximo, por lo que debe llevar ese control de manera constante.



La evaluación sumativa con base a los logros de aprendizaje propuestos es importante, pero es mucho más significativa la evaluación formativa. Al efectuar las propuestas debe realizarse previamente trote suave en una distancia de 30 a 40 mts. Esa actividad constituye calentamiento general que es ineludible efectuarlo antes de cada clase de Educación Física.

Hacer movimientos de rotación con todas las articulaciones empezando por la cabeza hasta llegar a los tobillos es otra forma de calentamiento o lubricación que se puede utilizar (se hacen 3 movimientos hacia la izquierda e igual hacia la derecha con cada articulación del cuerpo).

Exploración del movimiento Se hace calentamiento general a base de trote, luego se explica en forma breve que nuestro cuerpo se puede mover en distintas direcciones. Que podemos mover casi todas las partes del cuerpo voluntariamente. Cuando nos movemos mucho el cuerpo se perfecciona.

**Se les dice:**

“Hoy vamos a averiguar cada uno de nosotros cuantos movimientos podemos hacer con cada parte de nuestro cuerpo”.

Toque su frente ¿Qué movimientos podemos hacer con la frente?

Tanto en este tipo de ejercicios como en los de imitación se procura que sean los que descubran los movimientos. Si el educador los hiciera antes que ellos se limitarían a imitarle, y la posibilidad de que desarrollen iniciativa y creatividad se perdería.

**Imitación de cosas y animales**



Igual que los anteriores, el educando debe hacerlo todo estimulado por el educador. Debe generarse un ambiente alegre que propicie el deseo de hacer y elogiar a quien haga muchas imitaciones aunque éstas no sean acertadas. Es conveniente permitir la risa y la alegría pero no la burla porque inhibe a los imitadores. Se les explica que las personas que tienen el don de hacer reír y gozar a los demás son importantes; para que no teman hacer el ridículo al imitar cosas, animales y actividades.

Resulta fácil para los niños imitar la forma de caminar del bebé, a la maestra, animales, el viento, la lluvia y a sus propios padres. El mismo alumno es quien imita.

Ejercicios de organización: Este tipo de ejercicio es instrumental. Es decir, muy útil para ordenar y organizar rápidamente al educando en cada clase de Educación Física.

Conviene realizar las actividades en forma competitiva animándoles y haciéndoles ver que ganará la hilera, fila o círculo que se forme correctamente primero. En este tipo de ejercicio se usa una voz clara y enérgica a fin de que todos los estudiantes ejecuten el movimiento rápidamente y sin error, con una concentración absoluta, en forma sincronizada, especialmente en los giros "izquier", y se dejan pasar varios segundos antes de decir "da" cuando tiene algo de dominio el lapso entre la voz preventiva y la ejecutiva se va acortando poco a poco, Es bueno para fomentar el autodomínio.

### **Desplazamiento**

Al desplazarse queda cubierta la necesidad de movimiento del educando.

La pierna izquierda debe oscilar con la mano derecha y viceversa al caminar.

No debe pasarse a un ejercicio sin haber ejecutado correctamente la anterior.

Se debe tener pleno dominio de todo el grupo y para esto se utiliza un área de juego que no sea tan grande.



Se debe corregir inmediatamente en forma colectiva y constante, pero sin perjudicar el grado de motivación del grupo.

### **Ejercicios Variados**

Se ubica a los estudiantes de tal forma que al hacer sus movimientos no obstruyan a los demás. Para esta clase de ejercicio la maestra se sitúa al frente.

Tener habilidad para hacer los ejercicios al ritmo de un instrumento musical a manera de ejercicios aeróbicos. La clase resultará muy agradable y efectiva. Si no lo hace así procure que se muevan a un mismo ritmo de manera sincronizada.

No debe olvidar que al situarse en frente del grupo debe actuar a manera de espejo.

El principio de alternabilidad debe trabajarse con mucho celo en estos ejercicios.

En cuanto a los ejercicios con pelota es conveniente que los estudiantes manejen el criterio de que pelota es cualquier cosa redonda que se pueda lanzar y atrapar.

La mayoría no tienen habilidad con la pelota, no debe desesperarse ya que este tipo de aprendizaje es lento, es un buen momento para enseñar autodominio y superación personal.

### **Juegos Sensoriales**

En este tipo de juegos el niño tiene la tentación constante de hacer trampas utilizando, sobre todo la vista. Es una gran oportunidad para trabajar el autodominio, la honestidad y la responsabilidad. Se les pide al principio discriminar cosas que son bien diferentes: un nancite, un banano, un jocote, etc., pero se termina discriminando entre una mandarina, limón dulce, naranja, limón agrio y naranja agria, etc.



Se puede auxiliar con monitores, la actividad resulta mejor, pero hay que ingeniarse para cambiar constantemente y que participen todos. Puede complementarse el juego auditivo. ¿Quién soy con el juego? ¿Qué sonido es éste? Para jugar este último se pide a los estudiantes que cierren los ojos y guarden absoluto silencio. Detrás de todo el grupo, alguien dejar caer una moneda, un borrador de madera, una regla y pregunta: ¿Qué ruido es éste? Se hacen distintos ruidos y el grupo tiene que identificar.

El docente puede sustituir los juegos si dispone de otros que son mejores y permiten el logro de aprendizaje.

### **Juegos Tradicionales y Rondas**

Se incluye en estos juegos por lo que queremos rescatar los valores culturales ya que son muy importantes y están relacionados con los ejercicios de creatividad.

La versión de “Doña Ana” que aquí incluimos el propósito de que participen todos de manera constante. Doña Ana se sustituye en el juego cuando un varón pasa al centro por “Don Juan” cantando: “Don Juan no está aquí, anda en un vergel” abriendo la rosa y serrando el clavel.

“El Chorrillo” obedece al propósito de mostrar a la maestra cualquier canto infantil que puede ser convertido en ronda a fin de facilitar la creatividad de los niños y permitirles ejercitar sus capacidades físicas y su expresión corporal. De igual manera puede procederse con cantos como: “Los Pollitos”, “Salta mi Conejito” “El Pollito Pobre”, etc. Para el salto de cuerda debe procurarse que cada estudiante tenga su cordel individual.

### **Juegos de Saltar, Correr y Lanzar**

Son los juegos más atractivos para el niño y mediante ellos desarrolla todo su organismo en forma amena. Cuando juega el estudiante es auténtico, se expresa y conduce en forma espontánea y por eso se muestra tal como es. Es el



momento para cultivar su carácter, su personalidad, propiciando la práctica de valores, actitudes, comportamientos y hábitos positivos ayudándole a canalizar correctamente sus emociones.

Las capacidades físicas básicas son condiciones internas de cada organismo, determinadas genéticamente, y permiten realizar actividades motoras finas y gruesas.

### **Capacidades físicas condicionales:**

La coordinación más o menos intensa de una persona es un factor importante para su velocidad de ejecución.

Estas cualidades físicas están desarrolladas de forma diversa en cada persona de acuerdo con el esfuerzo que debe realizar diariamente o en su actividad deportiva, en conjunto determinan la condición física de cada niño.

**Las capacidades físicas coordinativas:** consiste en la acción de coordinar, es decir, disponer un conjunto de cosas o acciones de forma ordenada, con vistas a un objetivo común. Según algunos autores, la coordinación es "el acto de gesticular las interdependencias entre actividades".

La capacidad de acoplamiento o sincronización: Es la capacidad para coordinar movimientos de partes del cuerpo, movimientos individuales y operaciones entre sí.

La capacidad de orientación: Es la capacidad para determinar y cambiar la posición y el movimiento del cuerpo en el espacio y en el tiempo.

La capacidad de diferenciación: Es la capacidad para lograr una alta exactitud en su movimiento.



La capacidad de equilibrio: Es la capacidad del cuerpo para mantenerlo en una posición óptima según las exigencias del movimiento o de la postura.

La capacidad de adaptación: Es la capacidad para situarse adecuadamente en una situación motriz, implica responder de forma precisa.

La capacidad rítmica (Ritmo): Es la capacidad de comprender y registrar los cambios dinámicos característicos en una secuencia de movimiento, para llevarlos a cabo durante la ejecución motriz.

La capacidad de reacción: Es la capacidad de iniciar rápidamente y de realizar de forma adecuada acciones motoras en corto tiempo a una señal.

Las cualidades o capacidades físicas son los componentes básicos de la condición física y por lo tanto elementos esenciales para la prestación motriz y deportiva, por ello para mejorar el rendimiento físico, el trabajo a desarrollar se debe basar en el entrenamiento de las diferentes capacidades. Aunque los especialistas en actividades físicas y deportivas conocen e identifican multitud de denominaciones y clasificaciones las más extendidas son las que dividen las capacidades físicas en: condicionales, intermedias y coordinativas; pero en general se considera que las cualidades físicas básicas son: Resistencia: capacidad física y psíquica de soportar la fatiga frente a esfuerzos relativamente prolongados y/o recuperación rápida después de dicho esfuerzo. Fuerza: capacidad neuromuscular de superar una resistencia externa o interna gracias a la contracción muscular, de forma estática (fuerza isométrica) o dinámica (fuerza isotónica). Velocidad: capacidad de realizar acciones motrices en el mínimo tiempo posible. Flexibilidad: capacidad de extensión máxima de un movimiento en una articulación determinada. Todas estas cualidades físicas básicas tienen



diferentes divisiones y componentes sobre los que debe ir dirigido el trabajo y el entrenamiento. Siempre debemos tener en cuenta que es muy difícil realizar ejercicios en los que se trabaje puramente una capacidad única ya que en cualquier actividad intervienen todas o varias de las capacidades pero normalmente habrá alguna que predomine sobre las demás, por ejemplo en un trabajo de carrera continua durante 30 minutos será la resistencia la capacidad física principal, mientras que cuando realizamos trabajos con grandes cargas o pesos es la fuerza la que predomina y en aquellas acciones realizadas con alta frecuencia de movimientos sería la velocidad el componente destacado. Por lo tanto la mejora de la forma física se deberá al trabajo de preparación física.

Respete el predominio del cuerpo de las niñas y los niños (derecha o izquierda) recuerden que esto obedece a la estructura cerebral. Esto puede ocasionar confusión e inseguridad.

Propicie espacios donde las niñas y los niños se expresen libremente al nombrar las partes del cuerpo, incluyendo los genitales, cuide que se use los términos científicos.

Amplíe sus conocimientos sobre los aprendizajes esperados y contenidos relacionados con la competencia en las Orientaciones Pedagógicas los que le proporcionarán otras ideas. Puede hacer uso del programa como guía: El aprendizaje a través del cuerpo para realizar las diferentes actividades haga uso de espacios como: el patio, el aula de clase, el área donde se imparte la Educación Física bajo los árboles o lugares que haya sombra.

Favorezca la participación y la integración tanto de niñas como de niños en todas las actividades, así como, la cooperación, el respeto, la imaginación y la buena práctica de hábitos personales.

Ver lo que contiene el cuadro siguiente.



<p>Manifiesta iniciativa, en la elección de juegos, materiales, grupos y lugares de trabajo.</p>	<p>Importancia de desarrollar juegos libres.</p> <p>Capacidad de trabajar en grupo.</p>	<p>Propone juegos para realizar con el grupo.</p> <p>Inventa sus propios juegos con materiales adecuado a la Educación Física.</p> <p>Elige cómo organizarse, el lugar y los material para la realización de juegos y actividades.</p> <p>Usa adecuadamente los lugares destinados a diferentes funciones.</p> <p>Realiza sus trabajos con gusto, orden, aseo y creatividad.</p> <p>Coopera con responsabilidad en las actividades que se realizan de manera individual y grupal.</p> <p>Participa en diferentes actividades dentro y fuera de los salones de clase.</p>
<p>Establece comunicación con las y los demás, utilizando lenguaje gestual en diferentes contextos.</p>	<p>Gestos y mímicas.</p> <p>Interpretación de estados de ánimo, contenidos de cuentos, canciones y poemas.</p>	<p>Interpreta gestos y mímicas en la comunicación con las y los demás.</p> <p>Imita a distintos personajes reales o imaginarios.</p> <p>Expresa con gestos o mímicas lo que más le gustó de un cuento.</p>



		<p>Inventa sus gestos y mímicas para interpretar canciones.</p> <p>Hace gestos para comunicar sus estados de ánimo.</p> <p>Utiliza adecuadamente gestos y mímicas al recitar poemas.</p>
<p>Expresa mediante la música, sus sentimientos, emociones y vivencias.</p>	<p>Sonidos musicales, ecos y sonidos onomatopéyicos. Movimientos libres. Ritmos. Canciones infantiles. Sensaciones. Sentimientos y emociones.</p>	<p>Reproduce sonidos musicales con su cuerpo. Sigue el ritmo de la música con movimientos libres.</p> <p>Canta con distintos matices.</p> <p>Inventa canciones sencillas con temas de su interés.</p> <p>Comunica sensaciones y sentimientos que le produce la música que escucha.</p> <p>Interpreta canciones conocidas que le gustan. Imita con creatividad los sonidos de los animales de su entorno.</p>



## ACTIVIDADES SUGERIDAS

Organice juegos de imitación como: El espejo en donde una niña, un niño, frente a otra, otro, realiza diferentes gestos y mímicas con las partes de su cara y resto del cuerpo, que su compañera o compañero imita.

Entone cantos como Caracolito Bailando, La pájara pinta, Pin Pon es un muñeco, Cinco monitos, La niña Magnolia, Los pajaritos que van por el aire vuelan, vuelan, vuelan... en los cuales se ejecutan diversos gestos y mímica.

### UNIDAD I: EJERCICIOS DE DESARROLLO FÍSICO GENERAL

INDICADORES DE LOGROS	CONTENIDOS BASICOS	ACTIVIDADES SUGERIDAS PARA EL ESTUDIANTE	RECURSOS DIDACTICOS	PROCEDIMIENTOS DE EVALUACION
<p>Manifiesta sus características físicas, cualidades personales y se representa como es, de diferentes maneras.</p> <p>Demuestra autonomía en diversas situaciones de la vida cotidiana.</p> <p>Manifiesta iniciativa, en la elección de juegos.</p>	<p>Trabajar las capacidades físicas en grupo.</p> <p>La Importancia de desarrollar juegos libres.</p> <p>Movimientos corporales.</p>	<p>Ritmo</p> <p>Equilibrio</p> <p>Agilidad</p> <p>Flexibilidad</p> <p>Organización</p> <p>Por grupos realizar competencia de juegos relacionados a la edad del educando.</p> <p>Integrar a todos los niños en la participación de la clase.</p> <p>Utiliza su cuerpo para imitar movimientos de personas, animales y otros elementos.</p>	<p>Cuaderno de asistencia.</p> <p>Campo adecuado para realizar la clase.</p> <p>Silbato</p> <p>Cronómetro</p> <p>Cinta métrica</p> <p>Traje deportivo para realizar la actividad.</p>	<p>El nivel de participación.</p> <p>El Esfuerzo por cada prueba realizada en cada alumno.</p> <p>El respeto a los demás.</p> <p>La práctica de buenos hábitos de postura e higiene.</p> <p>El nivel de desenvolvimiento psico-social.</p> <p>El nivel de desarrollo</p>



Comunica mensajes con las diferentes partes de su cuerpo.				psico-motor.  Reconoce los mensajes corporales con las diferentes partes de su cuerpo.
		<p>Caminan dispersos por el patio de juegos. Formando dos filas para realizar la actividad según la estatura.</p> <p>Luego de formar recogen piedras, basuras (cualquier cosa que estorbe o ensucie el ambiente o campo de juegos), para formarse rápidamente en hileras, filas o círculos, según la indicación del docente.</p> <p>Realice juegos donde las niñas y los niños practiquen diferentes ejercicios motrices.</p> <p>Juegue a La Naturaleza con movimientos corporales en donde las niñas y los niños imitarán diferentes elementos como la lluvia, el viento, el movimiento del agua, de los árboles, otros.</p> <p>Realice juegos con las niñas y los niños sobre los diferentes medios de comunicación que conocen y se encuentran en su</p>		



		<p>comunidad. Puede utilizar variados materiales para que los representen y los pongan en práctica.</p> <p>Expresa de forma creativa las diferentes partes del cuerpo.</p>		
--	--	--	--	--

## UNIDAD II: EJERCICIOS DE IMITACIÓN

INDICADORES DE LOGROS	CONTENIDOS BÁSICOS	ACTIVIDADES SUGERIDAS PARA EL ESTUDIANTE	RECURSOS DIDACTICOS	PROCEDIMIENTOS DE EVALUACIÓN
<p>Desarrolle su creatividad y expresión corporal imitando sonidos, movimientos de cosas, animales, expresiones de sentimientos y algunas actividades que realizan las personas</p>	<p>Imitación de cosas.</p>	<p>Realice ejercicios de imitación.</p> <p>Imite con todo el cuerpo el movimiento y sonido que hacen las ramas y hojas de un árbol con viento suave, fuerte, muy fuerte.</p> <p>Haga la imitación individualmente, después en parejas, luego en grupos y por último todos al mismo tiempo.</p> <p>Imite de la misma manera el sonido de un avión, los movimientos de un robot.</p>	<p>Cuaderno de asistencia.</p> <p>Campo adecuado para realizar la clase</p> <p>Silbato</p> <p>Cronómetro</p> <p>Cinta métrica</p> <p>Traje deportivo</p>	<p>Valorar cualitativamente en los estudiantes.</p> <p>El nivel de participación y de creatividad.</p> <p>El esfuerzo por realizar las actividades.</p> <p>El respeto a los demás.</p> <p>La Práctica de buenos hábitos de posturas e higiene.</p> <p>La práctica de normas de cortesía.</p>



		<p>Imite los movimientos que realice el docente en cuanto a las posturas que se deben mantener al andar:</p> <p>Cabeza erguida y mirada hacia delante.</p> <p>Hombros no muy caídos.</p> <p>Cuerpo recto sin encorvarlo, ni inclinarlo hacia el frente.</p> <p>Sin arrastrar los pies.</p> <p>Balanceo moderado de los brazos.</p> <p>Evitar excesiva lentitud o precipitación.</p> <p>Reconoce los mensajes corporales que emiten otras personas.</p> <p>Juegue con las niñas y los niños al zoológico donde cada uno representará diferentes animales con movimientos de su cuerpo.</p>		<p>Nivel de desenvolvimiento psicosocial.</p> <p>El nivel de desarrollo psicomotor.</p>
--	--	---	--	---



### UNIDAD III: COORDINACIÓN DE MOVIMIENTOS

INDICADORES DE LOGROS	CONTENIDOS BÁSICO	ACTIVIDADES SUGERIDAS PARA EL ESTUDIANTE	RECURSOS DIDACTICOS	PROCEDIMIENTOS DE EVALUACION
<p>Coordina sus movimientos usando sus motricidades gruesa y fina en distintas situaciones.</p> <p>Ejercite su coordinación neuromuscular realizando marchas, carreras, saltos y lanzamientos.</p>	<p>De organización.</p> <p>Formaciones en fila hilera y círculo.</p> <p>Capacidades sensoriales.</p> <p>Partes y órganos del cuerpo: Cabeza, tronco y extremidades y las partes que lo componen (codos, rodillas, talón, otros).</p> <p>Lateralidad: izquierda y derecha.</p> <p>Ubicación espacial corporal.</p> <p>Coordinación motora gruesa.</p>	<p>Practican diferentes ejercicios de organización por ejemplo caminan en dispersos por el patio de juegos. Formando dos filas, según la estatura.</p> <p>Luego de formar recogen piedras, basuras (cualquier cosa que estorbe o ensucie el ambiente o campo de juegos), para formarse rápidamente en hileras, filas o círculos, según la indicación de la maestra.</p> <p>Realice juegos donde las niñas y los niños practiquen diferentes ejercicios motrices.</p> <p>Juegue a la naturaleza con movimientos corporales en donde las niñas y los niños imitarán diferentes elementos como la lluvia, el viento, el movimiento del agua, de los árboles, otros.</p> <p>Realice juegos con las niñas y los niños sobre los diferentes medios de comunicación que conocen y se encuentran en</p>	<p>Cuaderno de asistencia.</p> <p>Campo adecuado para realizar la clase.</p> <p>Silbato</p> <p>Cronómetro</p> <p>Cinta métrica</p> <p>Traje deportivo</p>	<p>El orden y la disciplina. La coordinación y rapidez de movimientos. Coordina sus movimientos usando su musculatura gruesa y fina en distintas situaciones</p> <p>Se desplaza en diferentes direcciones y formas, de acuerdo a sus características.</p> <p>Muestra control y equilibrio en juegos al aire libre o de exploración de espacios.</p> <p>Identifica las capacidades que tiene su cuerpo para realizar diferentes movimientos.</p> <p>Realiza movimientos simultáneos con las manos.</p>



	<p>Coordinación motora fina.</p> <p>Coordinación ojo-mano.</p> <p>Movimientos manuales (a dedo, vertical, horizontal.</p> <p>Giros</p> <p>Desplazamientos</p> <p>Marcha libre y dirigida.</p>	<p>su comunidad. Puede utilizar variados materiales para que los representen y los pongan en práctica.</p> <p>Expresa de forma creativa las diferentes partes del cuerpo. Diferencia las partes del cuerpo. Identifica el lado izquierdo y derecho de su cuerpo.</p> <p>Identifica en su cuerpo las nociones, arriba, abajo, adelante, atrás, derecha e izquierda.</p> <p>Organice con las niñas y los niños expresiones corporales iniciando con calentamiento, involucrando todas las partes del cuerpo, con los ojos cerrados que exploren todo el cuerpo.</p> <p>Si cuenta con recursos necesarios para utilizar la aplicación educativa en donde las niñas y los niños pueden practicar ejercicios sobre los sentidos.</p> <p>Para reforzar los conocimientos sobre las</p>		<p>Identifica las posibilidades que tiene su mano para realizar diferentes actividades.</p> <p>Demuestra precisión y coordinación al realizar actividades manuales.</p> <p>El esfuerzo realizado.</p> <p>La atención a las voces de mando. La práctica de valores como solidaridad, honestidad, autodisciplina.</p> <p>La habilidad para ubicarse.</p> <p>Observar y registrar.</p> <p>La atención a las voces de mando.</p> <p>La coordinación y rapidez de movimientos. La valoración de su esfuerzo y el de los demás.</p>
--	---	--	--	---



		<p>partes del cuerpo puede utilizar la aplicación del mismo permite reconocer correctamente las partes que lo conforman como son: cabeza, tronco, extremidades.</p> <p>Hay que hacer el ejercicio a manera de juego para que resulte más divertido. Se forman dos hileras, filas o círculos, después tres, luego cuatro, etc.</p> <p>En formación de hileras o en filas levante la mano izquierda o la derecha a una señal. Ve hacia la izquierda o derecha según le indiquen; gire el cuerpo, por último:</p> <p>En formación de hileras se desplace rápidamente hacia la izquierda o la derecha, volviendo a formarse.</p> <p>En varias hileras a la voz de "izquierda" o "derecha" giren tomándose de la mano para formar un círculo. A una señal se dispersen corriendo alrededor del área y al escuchar la otra señal formen otra vez la hilera. Gana la hilera que se forme mejor y</p>		
--	--	---	--	--



		<p>más rápido.</p> <p>Ejecute ejercicios de desplazamiento, por ejemplo:</p> <p>Camine con paso normal y tome un objeto. Regrese al punto de partida, vuelva a poner el objeto en su lugar pero no lo hagan caminando. Invente otras formas.</p> <p>Camine con la punta de los pies, con los talones, con el borde exterior e interior del pie.</p>		
--	--	---	--	--



**Unidad IV: JUGUEMOS Y APRENDAMOS ACTIVAMENTE**

LOGROS DE APRENDIZAJES	CONTENIDO BÁSICO	ACTIVIDADES SUGERIDAS PARA EL ESTUDIANTE	RECURSOS DIDACTICOS	PROCEDIMIENTOS DE EVALUACIÓN.
<p>Mejore su coordinación neuromuscular mediante actividades de carrera con saltos.</p> <p>Ejercite su agilidad mediante desplazamientos rápidos en tramos cortos.</p> <p>Valorar el esfuerzo realizado durante la ejecución del juego.</p>	<p>Juegos Sensoriales</p> <p>Con balones, Tradicionales y bufos.</p> <p>De correr y Saltar.</p> <p>Con balón y pelotas</p>	<p>Formados en filas, realice la siguiente actividad:</p> <p>El río es un rectángulo de papel, cartón, chagüite, madera, etc. que mide 40cm de ancho y está ubicado frente a cada fila, a 10m de ésta.</p> <p>Al recibir una señal, uno por uno en cada fila correrán hacia el río saltándolo de ida y regreso, ganando un punto para su equipo quien no caiga al agua, es decir, quien no toque el rectángulo al saltarlo.</p> <p>Gana la fila que haga más puntos.</p> <p>Macho parado Tiro al blanco Lanzo y recibo pelota Llenar el canasto Rodar en círculo Relevo de lanzadores</p>	<p>Cuaderno de asistencia</p> <p>Campo adecuado para realizar la clase</p> <p>Silbato</p> <p>Cronómetro</p> <p>Cinta métrica</p> <p>Traje deportivo</p>	<p>El reforzamiento de la autoestima, mediante la forma de animar a sus compañeros de equipo (hacerles barras). Saber ganar sin menospreciar al adversario.</p> <p>Valorar el esfuerzo realizado durante la ejecución del juego. Observar en los estudiantes:</p> <p>Que todos participen.</p> <p>La práctica de normas de cortesía.</p> <p>El ejercicio de la honestidad para jugar limpio.</p> <p>Valorar la capacidad para rectificar por sí mismo al cometer errores (saber perder) y de no culpar a otros por sus propias faltas.</p> <p>Muestra control y equilibrio en juegos al aire libre con o sin balón.</p>



				<p>Identifica las capacidades que tiene su cuerpo para realizar diferentes movimientos con balones.</p> <p>Realiza movimientos simultáneos de pelotas con las manos.</p> <p>Identifica las posibilidades que tiene para realizar diferentes actividades con balones.</p> <p>Demuestra precisión y coordinación con pelotas.</p>
--	--	--	--	---

Grupo de maestras, que imparten clase en los multiniveles de la Educación Inicial, que pertenecen al (NER) Sagrado Corazón de Jesús de la comunidad rural de Salinas Grandes, participando en la Investigación-Acción por medio de las capacitaciones desarrolladas.





Ejemplificando otra clase de Educación Física a los niños de la Educación Inicial en una de las 7 diferentes escuelas con las cuales se trabajó.



EJERCITANDO LAS CAPACIDADES FÍSICAS EN NIÑOS Y NIÑAS DE LA EDUCACIÓN INICIAL RURAL.