

27



UNIVERSIDAD NACIONAL AUTONOMA DE MEXICO

ESCUELA NACIONAL DE ESTUDIOS PROFESIONALES
CAMPUS ARAGON

ESTUDIO COMPARATIVO DE LA TEORIA Y LA PRACTICA
DE LA EDUCACION FISICA EN LA ESCUELA PUBLICA

T E S I S

QUE PARA OBTENER EL TITULO DE:
LICENCIADA EN PEDAGOGIA
P R E S E N T A :
CLAUDIA ALEJANDRA GARCIA CABEZA

ASESORA: LIC. ROSALBA NOLLA SAVIÑON

MEXICO, D. F.

DICIEMBRE 1999

272744

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN



Universidad Nacional
Autónoma de México

Dirección General de Bibliotecas de la UNAM

Biblioteca Central



UNAM – Dirección General de Bibliotecas
Tesis Digitales
Restricciones de uso

DERECHOS RESERVADOS ©
PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL

Todo el material contenido en esta tesis esta protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de imágenes, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente donde la obtuvo mencionando el autor o autores. Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.

**ESTA TESIS NO SALE
DE LA BIBLIOTECA**



AGRADECIMIENTOS

A mis padres, *Lupita y Luis* por haberme apoyado a lo largo de toda la vida, esto es uno más de sus triunfos. Dios no pudo elegirme una madre y un padre mejor, se los debo todo y los amo; espero estén orgullosos por que yo lo estoy de ustedes.

A mis herman@s, *Susana y Rubén* que han sido unos verdaderos herman@s, ya que juntos hemos aprendido lo que es apoyarse en familia; cuenten conmigo para todo.

A mis abuelos, *Teresa y Alfonso*, que con su carácter colaboraron para ser lo que soy y espero no estén defraudados; este también es su triunfo, gracias por apoyarnos.

A *Arcelia y Armando* que han sido cómplices en mi vida escolar y sentimental, sin ustedes no hubiera hecho mucho lo que he logrado, los llevo en mi corazón y lo saben.

A mis ti@s, prim@s, amig@s y profesor@s, que en distintos momentos de mi vida han estado apoyando con regaños, consejos, ejemplos, felicitaciones y porras; ustedes forman parte de mi familia.

A *Lily*, que motivas a cuanta persona te conoce, eres ejemplo de fortaleza tenacidad y de amor, gracias por existir y haber venido a nosotr@s.

A *ti* que ahora te has convertido en alguien tan especial en mi vida, gracias por aparecer.

Con amor para tod@s:
Claudia Alejandra

INDICE

AGRADECIMIENTOS

INTRODUCCIÓN.....	I
CAPITULO I	1
1. Fundamentación Contextual.....	2
1.1. Marco Referencial.....	2
1.2. Modernización Educativa.....	4
1.3. Conceptos de Educación Física.....	10
1.4. Enfoque teórico de los programas de educación física en primaria.....	19
1.5. Descripción de l@s alumn@s de primaria.....	22
CAPITULO 2	33
2. Los Programas de Educación Física.....	34
2.1. Curricula de Primaria.....	34
2.2. Propósitos de los programas.....	35
2.3. Estructura de los Programas.....	36
2.4. Contenidos de educación física.....	40
2.4.1. Estimulación perceptivo-motriz.....	40
2.4.2. Capacidades físicas condicionales.....	46
2.4.3. Formación deportiva básica.....	50
2.4.4. Actividades físicas para la salud.....	52
2.4.5. Interacción social.....	56
2.5. Materiales e instalaciones.....	59
2.6. Evaluación.....	60
CAPITULO 3	65
3. Prácticas de la educación física.....	66
3.1. Operación de la Educación Física en las escuelas oficiales.....	66
3.2. Características de la comunidad.....	72
3.3. Procesos de enseñanza y aprendizaje.....	78
3.4. Materiales e instalaciones.....	85
3.5. Evaluación.....	88

CAPITULO 4	92
4. Estudio Comparativo.....	93
4.1. Contenidos de los programas.....	93
4.2. Vinculación entre grados.....	95
4.3. Características del docente.....	96
4.4. Formación docente.....	99
4.5. Características de l@s niñ@s de primaria.....	103
4.6. Materiales e instalaciones.....	111
4.7. Evaluación.....	112
4.8. Sugerencias.....	115
CONCLUSIONES.....	121
BIBLIOGRAFÍA.....	127

INTRODUCCIÓN

INTRODUCCIÓN

El presente trabajo tiene la intención de brindar a ustedes un bosquejo de la situación actual por la que atraviesa la educación física a nivel primaria y al mismo tiempo realizar una evaluación de la metodología que se plantea en los programas y su aplicación en las escuelas.

Antes de iniciar con el esbozo del contenido de esta investigación he considerado necesario aclarar desde aquí la presencia de la arroba (@) a lo largo del escrito; en la búsqueda de equidad de género que plantea la Secretaría de Educación Pública y la valoración del papel de la mujer dentro de las actividades cotidianas que se desarrollan en nuestro país; la Comisión de Derechos Humanos a implementado en su publicación "La Zanahoria"¹ el uso de la arroba para proporcionar a las mujeres en este lenguaje oral y escrito su espacio, ya que hasta la fecha en la mayoría de las publicaciones se siguen empleando términos como "el hombre" para referirse a los hombres y las mujeres, "ellos" para nombrar a un grupo integrado por nueve mujeres y un solo hombre, el concepto de "niños" y "maestros" para referirse a un grupo integrado por ambos sexos, etc. Tal vez al lector o lectora no acostumbrado se le hará un poco difícil pero es una habilidad que hay que desarrollar.

Aclarado el uso de este símbolo, es pertinente adentrarnos en el contenido de esta investigación, por lo que ustedes lector@s encontrarán en el Capítulo I *FUNDAMENTACIÓN CONTEXTUAL*, las referencias de los lineamientos legales bajo los que se ha amparado la educación física, partiendo del Artículo 3° de la Constitución que rige nuestro país, y también se encuentra un breve recapitulado de lo que es la Modernización Educativa. Se han incluido en este capítulo conceptos como "educación física", "educación deportiva", "psicomotricidad", "habilidades perceptivas y físicas",

¹ Amnistía Internacional, Sección Mexicana, Educación en Derechos Humanos, *La Zanahoria*, Querétaro, 1997.

entre otros; con la finalidad de establecer cómo deberán entenderse en este trabajo. Por último se habla de los diferentes enfoques teóricos que han sustentado a la educación física y las características de los niños y niñas de nivel primaria.

El Capítulo II *LOS PROGRAMAS DE EDUCACIÓN FÍSICA*, es el análisis de los programas de educación física elaborados por la Dirección General de Educación Física, y se menciona de manera muy general las características del programa que propone la Secretaría de Educación Pública para que lo trabajen l@s profesor@s de aula. Contiene la descripción de los cinco ejes temáticos: 1) Estimulación Perceptivo motriz, 2) Capacidades físicas condicionales, 3) Formación deportiva básica, 4) Actividades físicas para la salud e 5) Interacción social; además del apartado "Materiales e Instalaciones" donde se menciona lo que debe de tener cada escuela referente a éstos; y por último la propuesta de cómo se evalúa.

PRÁCTICAS DE LA EDUCACIÓN FÍSICA es el Capítulo III donde se encuentra toda la investigación de campo, se da un panorama de la delegación de Xochimilco, así como las características de las escuelas que se observaron; aquí se mencionan los procesos de enseñanza y aprendizaje que se observaron en las escuelas; cuáles son las rutinas de trabajo que desarrollan l@s profesor@s, así como los materiales, instalaciones y tipos de evaluación que emplean con el propósito de evaluar lo que propone la Secretaría de Educación Pública y cuál es la realidad operativa escolar.

El Capítulo IV *ESTUDIO COMPARATIVO* comprende el análisis de los dos capítulos anteriores ya que se compara cuál es la propuesta de educación física y cuál es su realidad, este capítulo permite evaluar el grado de conocimiento y aplicabilidad con que se está llevando a cabo el programa, además de saber cuáles son sus deficiencias y sus aciertos, para al final del capítulo incluir en el apartado de *SUGERENCIAS* algunas recomendaciones prácticas de acuerdo a la problemática detectada, y a favor del mejoramiento del área física que es tan importante en el desarrollo de cualquier individuo.

Dentro de las motivaciones para realizar este trabajo, está la inquietud de analizar algunos de los programas de educación física en un sistema escolarizado, ya que he considerado a lo largo de mi formación profesional y personal que los beneficios de la educación física son muchos, siempre y cuando sean integrados con todas las demás áreas de desarrollo del individuo; ya podemos pensar que l@s alumn@s van a encontrar a través del ejercicio físico una gama valores, actitudes habilidades y hábitos de higiene, disciplina, cuidado del cuerpo que son muy importantes para su salud física y mental. Esto es algo que difícilmente podrá encontrar a nivel superior sino se forma desde pequeñ@ en este aspecto, dadas las condiciones sociales y culturales de nuestro país, en donde muchos de l@s estudiantes de bachillerato y licenciatura se ven en la necesidad de trabajar para mantener sus estudios, y en ocasiones a sus familias. Las conductas de salud que desarrolle en la escuela, como resultado de la enseñanza física, podrá aplicarlas individualmente en su vida cotidiana.

Además encuentro otra razón que me involucra profesionalmente en este tema, y es que en el aspecto científico existen investigaciones que confirman que l@s alumn@s que ejercitan su cuerpo constantemente, tienen mayor capacidad de concentración en sus estudios, por esta razón: el alumno o alumna, cuando se encuentra en el salón de clases, hace que su organismo demande una mayor circulación sanguínea hacia el cerebro. Dicho mecanismo, como bien se sabe, es una exigencia natural del cuerpo. Con el ejercicio físico lo que se logra es mejorar la irrigación en todo el cuerpo y, con ello, el educando puede llegar a su próxima clase con renovada capacidad para captar mejor el conocimiento. Y desafortunadamente cuestiones como ésta no parecen tener importancia, tanto para autoridades educativas como para l@s profesor@s.

Por lo anterior, la materia de educación física es tan importante como las demás, pero existen muchos profesor@s que no le dan el valor que tiene por no encontrarle vinculación, y en realidad la tiene; por ejemplo, su relación con la física es muy estrecha por la utilización de palancas de primero, segundo y tercer género para determinar

movimientos o ejercicios. También con la anatomía, sus relaciones son fundamentales, l@s profesor@s de educación debe conocer y dar a conocer a sus alumn@s la estructura músculo-esquelética del ser humano, así como las articulaciones y sus funciones. De la higiene no se diga, tanto de la corporal como de la mental.

Entre los propósitos implícitos de este trabajo está el dar a conocer que la educación física hace llegar sus bondades a todo el alumnado. Si por sus facultades, algun@s pueden destacar en algún de los deportes, que bueno, pero l@s que no posean la habilidad suficiente no se les niega el conocimiento.

Puede ser que el breve precedente haya servido para apuntar la gran importancia y la complejidad de la educación física como área de la pedagogía, que es, por tanto, una disciplina precisa a pesar de considerársele nueva, y cuyas posibilidades educativas, re-educativas y terapéutica son enormes; ya que la psicomotricidad y el juego son las herramientas de las que l@s niñ@s se valen para conocer el mundo, dominar sus impulsos sin perder iniciativa ni espontaneidad, y para desarrollar relaciones satisfactorias con los demás.

CAPÍTULO I

FUNDAMENTACIÓN CONTEXTUAL

1. FUNDAMENTACIÓN CONTEXTUAL

1.1. MARCO REFERENCIAL

Lo que fundamenta a los programas de educación primaria son los principios que se desprenden del artículo Tercero de nuestra Constitución, tal como procede en cualquier proyecto educativo nacional. El artículo Tercero Constitucional define los valores que deben realizarse en el proceso de formación del individuo así como los principios bajo los que se constituye nuestra sociedad, marcando por tanto, un punto de encuentro entre desarrollo individual y social.

En efecto, el artículo Tercero señala que la educación que se imparta tenderá a desarrollar armónicamente todas las facultades del ser humano; es decir, propone el "desarrollo armónico del individuo" y la "convivencia humana" como la expresión social de éste tendiendo hacia el bien común.

Se ha señalado que: "El artículo Tercero Constitucional formula de la manera más exacta el derecho de las y los mexicanos a la educación y la obligación del Estado de ofrecerla"². La educación enfrenta los retos representados por una población numerosa, con altas tasas de crecimiento y de una gran variedad lingüística, por una geografía difícil y por la limitación de recursos financieros.

El Ejecutivo Federal con base en los avances logrados presentó una propuesta de reforma al artículo Tercero, que establece la obligatoriedad de la educación secundaria, y al aprobarse esta medida, el Gobierno adquirió el compromiso de realizar los cambios congruentes para establecer la continuidad entre los estudios de preescolar, primaria y secundaria.

² Secretaría de Educación Pública. *Plan y programas de estudio*, Educación Básica Primaria. 1993. Pág. 9.

Las acciones principales para mejorar la calidad de la educación consisten en la elaboración de nuevos planes y programas de estudio. Se consideró seleccionar y organizar los contenidos que la escuela ofrecía, obedeciendo a prioridades claras, y estableciendo "la flexibilidad suficiente para que l@s profesor@s utilizaran su experiencia e iniciativa y para que la realidad local y regional fuese aprovechada como un elemento educativo"³.

Por lo que la curricula que se presenta actualmente es producto de un proceso de diagnóstico, elaboración y evaluación en el que han participado profesor@s, padres de familia, centros académicos, y representantes del Sindicato Nacional de Trabajadores de la Educación. Así queda en el entendido de que los programas cumplen una función importante como medio para organizar la enseñanza y para establecer un marco común de trabajo en todas las escuelas. Sin embargo, una acción aislada no puede tener resultados apreciables, si no está articulada con una política general, que, desde distintos aspectos, contribuya a obtener las condiciones necesarias para mejorar la calidad de la educación.

Dice Pescador Osuna: "Estos programas, son resultado de una amplia participación, investigación y exhaustiva planeación, en donde el aporte multidisciplinario fue un común denominador; esfuerzo que refleja el momento histórico que vivimos, en donde los grandes movimientos que se están gestando en el mundo entero también están generando una revolución científica que nos exige y compromete a no tener rezagos educativos y que redunde en un aporte para alcanzar un desarrollo armónico e integral, así como un estado óptimo de salud; propósito prioritario en esta área y precepto indiscutible del artículo Tercero Constitucional y de la Ley General de Educación"⁴.

³ *Ibidem*. Pág. 10.

⁴ Fragmento de la carta dirigida a los docentes de educación física por el Subsecretario de Servicios Educativos para el D.F. José Ángel Pescador Osuna; el 4 de abril de 1994.

El actual plan de estudios y los programas que lo integran tienen como propósito organizar la enseñanza y aprendizaje de contenidos básicos, para asegurar que l@s niñ@s adquieran y desarrollen la habilidades intelectuales (la lectura y la escritura, la expresión oral, la búsqueda y selección de información, la aplicación de las matemáticas) que les permitan aprender cuestiones prácticas de la vida.

Además de que adquieran los conocimientos para comprender los fenómenos naturales, la prevención de la salud, la protección del medio ambiente y el uso racional de los recursos naturales. Otros aspectos relevantes son que conozcan sus derechos y obligaciones, en relación con los demás y como integrantes de la comunidad; y por último, que desarrollen su actitud artística y físico deportiva.

De acuerdo con esto, los contenidos son medio fundamental para que l@s alumn@s logren los objetivos de la formación integral, como definen a ésta el artículo 3° de la Constitución y su Ley Reglamentaria. Se ha procurado atender que en todo momento la adquisición de conocimientos esté asociada con el ejercicio de la reflexión; con esto se pretende superar la enseñanza informativa y se busca el desarrollo de habilidades intelectuales mediante la reflexión relacionada con conocimientos fundamentales.

1.2. LA MODERNIZACIÓN EDUCATIVA

Para el Plan Nacional de Desarrollo 1989 -1994, se realiza una consulta que permite identificar los problemas educativos del país, precisar las prioridades y definir estrategias para su atención. Como resultado de esta etapa de consulta, el Programa para la Modernización Educativa 1989 -1994, establece como prioridad "la renovación de los contenidos y los métodos de enseñanza, el mejoramiento de la formación de

profesor@s y la articulación de los niveles educativos que conforman la educación básica⁵.

A partir de ésta se inicia la evaluación de la curricula general de primaria y se procede a la formulación de propuestas de reforma. En 1990 son elaborados planes experimentales para la educación preescolar, primaria y secundaria, que dentro del programa denominado "Prueba Operativa" son aplicados en un número limitado de planteles, con el objeto de probar su pertinencia y viabilidad. En 1991, surge el documento denominado "Nuevo Modelo Educativo" que remite el Consejo Nacional Técnico de la Educación a la consideración de sus miembros y a la discusión pública, una propuesta para la orientación general de la modernización de la educación básica. El productivo debate que se desarrolla en torno a esa propuesta contribuye notablemente a la precisión de los criterios centrales que orientan la reforma.

Se crea consenso en cuanto a la necesidad de fortalecer los conocimientos y habilidades realmente básicos, (las capacidades de lectura y escritura, el uso de las matemáticas en la solución de problemas y en la vida práctica, la vinculación de los conocimientos científicos con la preservación de la salud y la protección del ambiente y un conocimiento más amplio de la historia y la geografía de nuestro país).

En mayo de 1992, la Secretaría de Educación Pública inicia la última etapa de la transformación de los planes y programas de estudio de la educación básica siguiendo las orientaciones expresadas en el Acuerdo Nacional para la Modernización de la Educación Básica. Las actividades se orientan en dos direcciones⁶:

1ª. Realizar acciones inmediatas para el fortalecimiento de los contenidos educativos básicos; que contemplaba realizar acciones preparatorias del cambio curricular, la reforma integral.

⁵ Secretaría de Educación Pública. *Op. Cit.* Pág. 11.

⁶ *Ibidem.* Pág. 12.

2ª. Organizar el proceso para la elaboración definitiva del nuevo currículo, para septiembre de 1993. Para lo cual, se realiza una consulta referida al contenido deseable de planes y programas, en la que se recogieron y procesaron recomendaciones específicas.

Y en forma paralela, la educación física en nuestro país, tiene algunos de sus antecedentes en "La Carta Internacional de la Educación Física y el Deporte", que emerge como la principal declaración de la Primera Conferencia de Ministros y Altos Funcionarios de la Educación y del Deporte, realizada del 5 al 10 de abril de 1976 en París, en la cual México está representado. El 21 de noviembre de 1978, durante la 20ª Conferencia General de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura, se aprueba la Carta Internacional de la Educación Física y el Deporte para su difusión y aplicación en los Estados miembros.

Creado con los mismos antecedentes el Comité Intergubernamental para la Educación Física y el Deporte de la UNESCO, se da a la tarea de estimular el desarrollo de estas actividades conforme a los principios de la Carta a fin de orientar los planes, programas y estructuras de los Gobiernos, tanto en lo interno, como en el plano de la colaboración internacional. Considerada como una indispensable promoción mundial, el Buró del Comité Intergubernamental para la Educación Física y el Deporte de la UNESCO organiza en 1992 "La Semana Internacional de la Educación Física y el Deporte", estableciendo como objetivo:

"Promover la educación física y el deporte ante la comunidad internacional, exaltando su función educativa, cultural y social para así contribuir a los programas de bienestar social de la población que promueven los Estados miembros".⁷

⁷ Objetivo de "La semana internacional de la educación física y el deporte", emitida por el Comité Intergubernamental para la educación física y el deporte de la UNESCO. 1992

Es por ello que la Secretaría de Educación Pública, por conducto de la Dirección General de Educación Física y de la Comisión Nacional del Deporte, organiza una serie de eventos que promuevan a nivel nacional a la educación física y el deporte, con el propósito de concientizar a la sociedad en general, de la importancia sustancial que estas actividades tienen en la formación del ser humano y de la sociedad misma.

Dentro de los artículos que sustentan a la educación física encontramos en la Carta Internacional de la Educación Física y el Deporte, el artículo 1º:

"1.1.- Todo ser humano tiene el derecho fundamental de acceder a la educación física y al deporte, que son indispensables para el pleno desarrollo de su personalidad. El derecho a desarrollar las facultades físicas, intelectuales y morales por medio de la educación física y el deporte deberá garantizarse tanto dentro del marco del sistema educativo como en el de los demás aspectos de la vida social.

1.3.- Se han de ofrecer oportunidades especiales a los jóvenes, comprendidos los niños de edad preescolar, a las personas de edad, a los deficientes, a fin de hacer posibles el desarrollo integral de su personalidad gracias a unos programas de educación física y deporte adaptados a sus necesidades" ⁸.

En el artículo 2º, encontramos que :

"2.3.- Todo sistema global de educación debe atribuir a la educación física y al deporte el lugar y la importancia necesarios para establecer el equilibrio entre las actividades físicas y los demás elementos de la educación y reforzar sus vínculos" ⁹.

⁸ Carta Internacional de la educación física y el deporte. Conferencia General de las Naciones Unidas para la educación, la ciencia y la cultura. 1979.

⁹ *Ibidem.*

Y en el artículo 3º de esta misma Carta, se declara que:

“3.2.- Dentro de un proceso de educación global, los programas de educación física y deporte han de contribuir, tanto por su contenido como por sus horarios, a crear hábitos y comportamientos favorables a la plena realización de la persona humana”¹⁰.

El Artículo Tercero Constitucional donde se postula como deber educativo del Estado *“desarrollar armónicamente todas las facultades del ser humano”*, por ello la educación física y la recreación constituyen elementos fundamentales en la conformación de aptitudes, capacidades, hábitos y destrezas del educando.

En estas fechas (1984-1988) el impulso a la educación física, el deporte y la recreación se caracterizan por el programa que el Sector ofrece con una amplia variedad de actividades deportivas y recreativas. Se concede atención especial a la educación física en los planteles educativos, a la recreación y al deporte para la juventud y al fomento de éste entre los sectores mayoritarios. El Sector apoya también la realización de actividades deportivas enfocadas al alto rendimiento para lo cual se coordina con los organismos que participan en ellas. No obstante, hasta 1988 no se proporciona una atención satisfactoria a estos aspectos; la ausencia de programas y la falta de profesor@s caracterizan a la educación física en la primaria y la secundaria en esa época.

Así, las actividades físico-recreativas se intensifican en los últimos años. Sin embargo, el acceso y la calidad de estos servicios se han distribuido en forma desigual entre los distintos grupos sociales. Además, no se les ha dado el carácter comunitario que deben tener. En consecuencia, el uso creativo y formativo del tiempo libre está todavía lejos de ser parte de la vida cotidiana de l@s mexican@s.

¹⁰ *Ibidem.*

El artículo Tercero de la Constitución aunque no contiene expresamente la mención del deporte, lo manifiesta cuando define el tipo de educación que se implanta, tenderá a desarrollar armónicamente todas las facultades del ser humano. Luego, como esta es una Ley Orgánica de la Administración Pública Federal, atribuye a la Secretaría de Educación Pública el cumplimiento de los objetivos de la educación que imparte la Federación. Tienen aplicación la Ley Federal de Educación así como el Reglamento Interior de la propia Secretaría y las disposiciones que contiene el decreto de creación de la Comisión Nacional del Deporte.

Estos ordenamientos tienen como propósito, regular la actividad físico-deportiva en tanto servicio público a cargo del Estado; como una obligación gubernamental de fomentar, promover, organizar y conducir la política para que la sociedad canalice esta práctica de libertad y recreación.

En el Plan Nacional de Desarrollo 1995-2000 se expone que la educación física y la práctica del deporte estimulan la formación individual, la salud y el bienestar social de la población. Por ello, se alienta su desarrollo, la ampliación de su cobertura, las nuevas alternativas para la educación física y la búsqueda de la excelencia. Con tales propósitos se diversifican las opciones de desarrollo físico deportivas y recreativas, promoviéndolas desde los centros escolares y puntos de reunión comunitaria, para propiciar una amplia participación social, así como para estimular el deporte de alto rendimiento, que es en sí mismo ejemplo motivador para los jóvenes mexicanos.

Así el Gobierno fortalece la práctica del deporte en las escuelas como parte de la educación integral en todos los niveles educativos, y se promueve actividades deportivas extra-escolares que canalizan el uso del tiempo libre de los niños y jóvenes de todo el país.

1.3. CONCEPTOS DE EDUCACIÓN FÍSICA.

La Ley General de Educación (decretada el 13 de julio de 1993), en su capítulo I de Disposiciones Generales, en parte del artículo 2º define a la educación como sigue:

*"Medio fundamental para adquirir, transmitir y acrecentar la cultura; es proceso permanente que contribuye al desarrollo del individuo y a la transformación de la sociedad, y es factor determinante para la adquisición de conocimientos y para formar al hombre de manera que tenga sentido de solidaridad social"*¹¹.

Y en el artículo 7º de esta Ley, señala que, entre otros fines la educación debe...

"I.- Contribuir al desarrollo integral del individuo, para que ejerza plenamente sus capacidades humanas.

III.- Fortalecer la conciencia de la nacionalidad y la soberanía, el aprecio por la historia, los símbolos patrios y las instituciones nacionales, así como la valoración de las tradiciones y particularidades culturales de las diversas regiones del país.

*IX.- Estimular la educación física y la práctica del deporte,"*¹²

En México la educación preescolar, primaria -y a partir de marzo de 1993- la secundaria, forman parte de la educación obligatoria y gratuita que debe impartir el Estado. Y está será dirigida de acuerdo a lo establecido en el artículo 3º de la Constitución de los Estados Unidos Mexicanos.

Niñ@ o joven aprenden a conocerse a sí mismo mediante la coordinación de su cuerpo. Otro ámbito vinculado a esta disciplina es la posibilidad de que el sujeto conozca los fundamentos deportivos. Por lo que se ha considerado que la educación física

¹¹ Secretaría de Educación Pública. *Ley General de Educación*. 1993. Pág. 16.

¹² *Ibidem*.

contribuye al desarrollo armónico del educando mediante la práctica sistemática de actividades que favorecen el crecimiento sano del organismo y propician el descubrimiento y el perfeccionamiento de las posibilidades de acción motriz. Asimismo, a través de la práctica de juegos y deportes escolares se fortalece la integración del grupo en los que participa los niños y niñas.

Así considerada la educación física es también un medio para promover la formación de actitudes y valores, como la confianza y la seguridad en sí mismo, la conciencia de las posibilidades propias, el respeto a las posibilidades de los demás y la solidaridad con los compañeros.

Es por eso que el concepto de educación puede extenderse demasiado y abarcar infinidad de aspectos; por lo que se ha considerado conveniente dejar el concepto de educación de esta forma general e ir abocándolo a la educación física como parte de ese desarrollo integral y armónico del ser; entonces la educación física se define de la siguiente forma:

Es el conjunto de conocimientos motores, tendientes a la eficiencia del movimiento mediante el desarrollo de las capacidades físicas con la finalidad de propiciar y conservar el equilibrio de la capacidad funcional del educando, de tal manera que favorezca las condiciones de salud que repercutan en sus ámbitos cognoscitivo, afectivo y social.

Tal concepto constituye una abstracción y al mismo tiempo una generalización de las experiencias acumuladas en ese campo a lo largo del tiempo, además constituye una etapa de la evolución de esa noción, siguiendo a la gimnasia, que se utilizó desde la antigüedad hasta el siglo XIX. Actualmente el concepto se enriqueció porque se utiliza cada vez más la noción de educación física y deporte.

Otro concepto de la educación física es el que la considera como disciplina científico-pedagógica que busca formar las capacidades físicas en sus respectivas fases

sensibles, considerando sus efectos internos, así como los externos (higiene, nutrición, medio ambiente y descanso), cuya finalidad es educar al cuerpo a través del movimiento como antecedente a cualquier actividad especializada.

Cabe aclarar que existe una diferencia entre la educación física y la deportiva, el concepto recientemente surgido sintetiza nuevas ideas y prácticas diferenciales en cuanto a lo que debe ser esta educación con respecto a la educación física, ya que, como se puede apreciar, una es consecuencia de la otra; la educación física busca el desarrollo armónico de las capacidades físicas en tanto que la educación deportiva busca el perfeccionamiento de las cualidades físicas y la especialización del movimiento de acuerdo a las características de un deporte determinado.

Existe un elemento que con mucha frecuencia se confunde con la educación física y es el desarrollo psicomotor, pero este es un proceso que depende de múltiples factores y se vincula estrechamente con el desarrollo afectivo, psicosocial y cognoscitivo: por ejemplo, los problemas motrices, en especial los del equilibrio corporal, que conforman problemas particulares de actitud y comportamiento o el esquema corporal que determinan el equilibrio del sujeto, tanto el dinámico como el estático ya que el equilibrio es básico para todo tipo de tareas y para la adaptación social.

La psicomotricidad según el vocablo compuesto lo sugiere, una psiquismo y movimiento. Otro modo de expresarlo consiste en que la psicomotricidad atañe a los movimientos organizados corticalmente, voluntariamente orientados; esta definición excluye los movimientos reflejos, los movimientos automáticos y los movimientos rutinarios.

Existe una distinción sutil pero decisiva; una cosa son los singulares saberes motrices o las técnicas que domina el niño o niña y otra, absolutamente dispar, la capacidad para efectuar, precisamente, nuevos aprendizajes motrices. Las técnicas son aprendidas, se modelan; mientras que la destreza (la capacidad mayor o menor para efectuar

aprendizajes psicomotrices) se desarrolla. Unos son resultados, otros instrumentos para lograr aquellos aprendizajes psicomotrices.

La premisa es concebir al niño o la niña como unidad biopsicosocial; unidad donde cada componente juega su rol específico y de este juego resulta el carácter total del sujeto en crecimiento. Hecha la advertencia anterior, queda presentar las grandes líneas de la génesis psicomotriz.

El período preescolar (etapas que, recordemos, cubre el lapso evolutivo entre al año y medio y los seis años) se inaugura cuando un@ niñ@ adquiere dos significativas destrezas motrices: la dirección visual de las manos y la marcha erecta. Cada una de estas dos habilidades se prepara durante todo el período pre-simbólico y no surge, naturalmente, de un momento a otro. La marcha y, en general, las actividades asociadas con la motricidad gruesa (correr, saltar, subir árboles, etc.) como los procesos asociados con la motricidad fina (en lo fundamental, la destreza manual y ocular) maduran ostensiblemente durante este período.

Cuando aquella maduración alcanza tal grado evolutivo que posibilita al niño o niña para jugar cooperativamente y, al mismo tiempo, para los preludios de la lecto-escritura, la psicomotricidad alcanza su siguiente peldaño: la psicomotricidad primaria o escolar propiamente dicha. El período escolar, 7 a 11 años, estará, fundamentalmente, destinado a consolidar las habilidades recién inauguradas, los juegos cooperativos y la lecto-escritura. No sobra indicar que aquellas solas destrezas exigen la puesta en marcha de subprocesos paralelos, tales como la coordinación perceptivo motriz, el ritmo, la fluidez motora, etc. La adolescencia, etapa por definición integrativa, sellará el punto más elevado del potencial psicomotriz humano.

Las formas psicomotrices características de la adolescencia se reflejan mejor que nada, en el deporte y en el arte. No pienso que merezca la pena destacar la complejidad obvia de tales actividades, pero sí vale aprovechar la coyuntura para insistir en que el deporte

y el arte no corresponden a simples ejercicios musculares; son formas que involucran a la totalidad del individuo.

Dentro de estos conceptos existen otros que se deben definir como elementos esenciales de la educación física, por ejemplo el desarrollo perceptivo motriz; en este aspecto se da la estimulación del desarrollo de la percepción y la coordinación motriz (ubicación en el espacio y en el tiempo, equilibrio, lateralidad, y coordinación psicomotriz). Estos se enfatizan en los tres primeros grados de educación primaria y continúan en los grados superiores para estimular las capacidades físicas coordinativas, que comprenden los procesos de estimulación, incremento y mantenimiento de la fuerza muscular, la resistencia cardio-respiratoria, la velocidad y la flexibilidad articular y muscular; donde se consideran los periodos biológicos en los que se presenta cada capacidad, según el ritmo de desarrollo de cada individuo; es lo que los expertos de la educación física llaman *fases sensibles*¹³ que son los períodos en los que el cuerpo es más moldeable y resistente a cierto tipo de actividades.

Durante los primeros grados se utiliza el juego como expresión natural y se continua con actividades predeportivas que incorporan cada vez mayor grado de dificultad motriz y de relación interpersonal en una formación deportiva inicial. Para atender lo anterior, se han determinado como contenidos generales las habilidades motrices, las cuales se subdividen por motivos meramente pedagógicos en: habilidades perceptivas y habilidades físicas.

HABILIDAD PERCEPTIVA.

- **CONTROL CORPORAL** : Se refiere básicamente al dominio que tiene el ser humano sobre su cuerpo al momento de ejecutar una destreza de movimiento. Esta actividad es la resultante de la maduración neuro-motriz, con relación a su ubicación y

¹³ Secretaría de Educación Pública. *Programa de Educación Física*. Dirección General de Educación Física. 1993. Pág. 24 - 28.

orientación en el espacio - tiempo, así como de la manifestación y aplicación de su independencia y predominio motor.

HABILIDADES FÍSICAS.

- **AGILIDAD** : Capacidad del organismo para desplazarse rápidamente, la cual involucra la coordinación de varias articulaciones y la precisión del movimiento.
- **COORDINACIÓN** : Capacidad neuro-muscular que tiene el organismo para movilizar las diferentes masas musculares en forma seleccionada y ordenada (gruesa y fina).
- **EQUILIBRIO** : Capacidad sensorio-motriz del organismo para lograr y conservar el centro de gravedad sobre su base de sustentación, ya sea de manera dinámica o estática.
- **FLEXIBILIDAD** : Capacidad del ser humano para realizar movimientos de gran amplitud con base en la elasticidad de los músculos, ligamentos y cápsulas articulares.
- **FUERZA** : Capacidad del organismo para ejercer con la musculatura una presión o tracción contra cierta resistencia (explosiva, dinámica y estática).
- **RESISTENCIA** : Capacidad del organismo para realizar un movimiento en el menor tiempo posible (de desplazamiento o de reacción).
- **TONICIDAD MUSCULAR** : Es el grado de tensión que presentan los músculos aún durante el reposo, con el esfuerzo físico se ocasiona fatiga, se modifica y se altera.

La motricidad es la resultante de dos funciones del músculo, la función *clónica** y la función *tónica***; la psicomotricidad permite la adaptación del hombre o su medio. El movimiento es la síntesis de tres sistemas, a saber:

- El sistema piramidal, efecto del movimiento voluntario.
- El sistema extra-piramidal, que implica la actividad automatizada.
- El sistema cerebeloso, regulador del equilibrio interno.

* Se refiere al estado espasmódico en que se sucede la rigidez y la relajación parcial del mismo músculo.

** Es la convulsión en que la contracción es continua, por oposición a la función clónica; da vigor y tensión al organismo.

Así, con lo anterior podemos decir en concreto que la psicomotricidad estudia las relaciones que existen entre los movimientos físicos y las funciones mentales, e investiga su importancia, así como el relevante papel del movimiento en la formación de la personalidad y la influencia que éste tiene en los diferentes tipos de aprendizaje, especialmente durante los primeros años de vida y el desarrollo de la infancia, también aborda terapéuticamente problemas o trastornos del aprendizaje, como dislexias, acalculias, disfasias, dispraxias y otras perturbaciones; al tiempo que desarrolla diferentes trabajos reeducativos con niños y adolescentes.

La educación física infantil y la psicomotricidad están íntimamente ligadas, se complementan y apoyan mutuamente en un trabajo educativo integrado. Por medio del movimiento, la educación psicomotriz guía y favorece las diversas etapas del desarrollo infantil, en los aspectos motrices intelectuales y afectivos, lo mismo que en la relación del niño o niña con su medio social y físico; los contenidos de las actividades se adecuan a los intereses y necesidades infantiles. La psicomotricidad es el hilo conductor de todo programa de educación maternal y preescolar, se conforma como la práctica que sustenta y posibilita los aprendizajes escolares.

Al penetrar en el mundo del desarrollo físico del niño o niña, nos encontramos con varios conceptos que deben ser aclarados para la mejor explicación e interpretación del tema. Es frecuente que términos como "desarrollo", "crecimiento" y "maduración" se conciban como sinónimos y se utilicen indistintamente. En este trabajo, *maduración* deberá entenderse como la aparición de cambios morfológicos y de conductas específicas determinadas biológicamente y sin la ayuda de ningún aprendizaje. La maduración es componente necesario pero no suficiente para el desarrollo. Ha de asociarse a lo adquirido a través del aprendizaje, del ejercicio. Esta interacción de la maduración y el aprendizaje da lugar al desarrollo.

Crecimiento, este concepto pertenece al ámbito biológico y se refiere a aquellos aspectos cuantitativos relacionados con el aumento corporal (tamaño, peso y volumen)

en las diferentes etapas del ciclo vital de un organismo. Es un proceso regular, que sigue un ritmo continuo hasta llegar a la adultez; puede referirse a un segmento o a la totalidad del cuerpo; de ahí que el crecimiento se mida en centímetros, kilogramos, pulgadas.

El *desarrollo* hace referencia a aspectos basados y ligados al crecimiento físico; y es la evolución progresiva de las estructuras de un organismo y de las funciones por ellas realizadas hacia conductas de mayor calidad o superiores. Los cambios que constituyen el desarrollo se organizan secuencialmente en períodos, fases o estadios. El desarrollo es considerado así como un proceso de construcción y no como algo dado. El desarrollo origina una gran plasticidad y capacidad adaptativa. Otras características diferenciales de la especie humana es la gran incidencia de los factores afectivos, especialmente en los primeros años, en el desarrollo psíquico e incluso en el crecimiento.

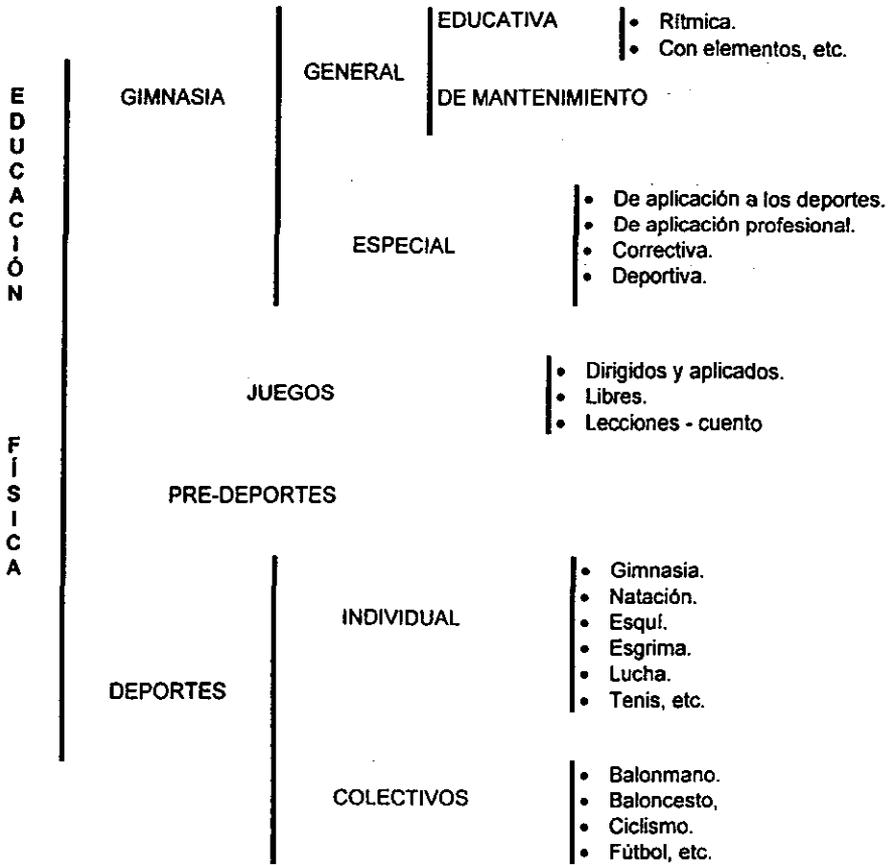
Por otra parte, el desarrollo de la motricidad define cinco tipos de movimientos:

- *LOCOMOTORES O AUTOMATISMOS*. Movimientos gruesos y elementales en que se usa todo el cuerpo.
- *COORDINACIÓN DINÁMICA*. Es la sincronización del movimiento simultáneo de diferentes partes del cuerpo.
- *DISOCIACIÓN*. Es la capacidad de mover voluntariamente alguna o algunas partes del cuerpo, mientras otras permanecen inmóviles.
- *COORDINACIÓN VISO-MOTRIZ*. Es la acción de alguna parte del cuerpo en coordinación con los ojos. Esta precede a la coordinación fina.
- *MOTRICIDAD FINA*. Es el manipuleo de objetos con toda la mano o únicamente usando los dedos.

Para que se comprenda mejor el desglose de niveles que lleva la educación física se presenta el siguiente esquema (A), de donde se deriva los deportes, por lo que existe la gran confusión de considerar a esta clase como la de "deportes"; e incluso se culpe a

l@s profesor@s de educación física del bajo nivel que tienen los deportistas nacionales, sin saber que ell@s no entrenan y que existe la Escuela Nacional de Entrenadores Deportivos (ENED) quienes si son l@s encargad@s de está labor.

ESQUEMA A



1.4. ENFOQUE TEÓRICO DE LOS PROGRAMAS DE EDUCACIÓN FÍSICA EN PRIMARIA

A lo largo de la historia de la educación en México, los enfoques teóricos para encaminar la educación primaria han variado a través del tiempo, según el momento histórico de su desarrollo; atendiendo a las exigencias sociales, culturales, políticas y tendencias educativas de su época; y por ser tan extensos los archivos bibliográficos encontrados, los que poseen más información son desde la década de los sesenta por lo que a partir de esta fecha se hace el análisis de enfoques.

En los sesenta los programas tienen un fuerte acento militarizante, el Enfoque Militar de 1940 tiende a ser caracterizado por la rigidez del trabajo docente, buscando uniformidad de movimiento y enfatizando los ejercicios ordenados y controlados; como ejemplo de esto están las marchas y evoluciones como contenidos relevantes. El Deportivo de 1960, se centra mucho en el aspecto de fundamentos deportivos, limitando a esto el proceso de enseñanza aprendizaje, por lo que selecciona a l@s alumn@s por su aptitud deportiva con un fin competitivo y plantea las actividades recreativas como complementarias.

Entre 1974 y 1988 el Enfoque de la Materia influye positivamente en el crecimiento, desarrollo y maduración correctos y toma como base la corriente psicomotriz, considerada como parte integral de las corrientes que conciernen a la psico-pedagogía del niño o niña. Por lo que sus representantes consideran que no puede haber más que una evolución hacia una concepción general de la educación y, por ende, hacia una eficiencia acrecentada de la acción educativa, que debe en todos los casos proporcionar al individuo los medios para desarrollar al máximo sus posibilidades, así como los de su independencia.

La corriente psicomotriz concibe que el niño o niña en los primeros años de vida, realiza el aprendizaje del mundo con todo su cuerpo, con todo su ser y, por tanto, cuando él o

ella domine su cuerpo podrá aprender de las cosas y establecer relaciones entre ellas, asimismo cuando domine el uso de su "yo", podrá adquirir su independencia frente al mundo de los demás, aceptar ese mundo y establecer las necesarias relaciones con él.

Para 1988 el Enfoque es Orgánico Funcional y da prioridad a que el alumno y la alumna se hagan conscientes y asuman de manera cotidiana el hecho de que la práctica sistemática de actividades físicas es parte de su formación integral, pues es parte del funcionamiento del organismo humano. Se conceptúa la asignatura como disciplina pedagógica que mediante la actividad física tiende a la eficiencia del movimiento: desde las habilidades motrices simples hasta las complejas; a fin de propiciar y conservar el equilibrio funcional del educando para favorecer sus condiciones de salud, mismas que repercuten en sus capacidades cognoscitiva y afectiva; además propone una programación por objetivos, considerando a las habilidades motrices como su contenido general, fragmentando los contenidos de éstas en físicas y de organización del esquema corporal en ocho unidades, buscando el trabajo coordinado entre órganos, aparatos y sistemas; tarea que como se dijo al principio se delega a l@s alumn@s para que construyan, organicen e integren la información segmentada de los contenidos programáticos.

Y por último, el enfoque que se mantiene actualmente en materia de educación física desde 1993 es el Motriz de Integración Dinámica que concibe la formulación de los propósitos, en relación directa con la solución de problemas, por lo que tales propósitos se plantean de manera general, brindando al profesor o profesora la posibilidad de identificar y aprovechar al máximo los beneficios que ofrece la actividad física para el desarrollo de las habilidades, hábitos y actitudes relacionadas con el movimiento corporal; posibilitando que l@s alumn@s participen integralmente en toda situación motriz. Este enfoque evita la fragmentación del conocimiento, ya que no limita la participación del profesor@ y l@s alumn@s al logro de un tema, pues abre la posibilidad de dar un sentido pedagógico a todas las situaciones que se generan alrededor de las actividades físicas, propuestas por el docente o l@s alumn@s, dentro

de la clase; propicia un constante replanteamiento de su quehacer docente a partir de la conjunción del conocimiento y del marco teórico de sustento y la experiencia.

Es definido este enfoque desde dos vertientes: una, la motriz y, otra la de integración dinámica; la primera porque "toma como base al movimiento corporal del educando para propiciar aprendizajes significativos en él, aprovechando al máximo los beneficios que la actividad física tiene para el desarrollo de las habilidades, hábitos y actitudes..."; y la segunda por la constante interrelación que existe entre los ejes temáticos¹⁴.

Es por eso que desde entonces la Secretaría de Educación Pública establece orientaciones generales para la organización de las actividades mencionadas y produce materiales para apoyar su desarrollo. En relación con la educación física, se promueve que además de la actividad general prevista en el plan de estudios y con la colaboración de los organismos especializados, se extienda y fortalezca la práctica del deporte estudiantil, tanto con carácter recreativo como competitivo.

Como apoyo teórico para el programa de educación física, una de las acciones del Acuerdo Nacional para la Modernización de la Educación Básica, consiste en definir como una necesidad la elaboración de apoyos didácticos, como un soporte que contribuya y proporcione al docente elementos teóricos metodológicos a través de los cuales su quehacer se sustente en el análisis y la reflexión de fundamentos que permean los contenidos de aprendizaje.

Al modificarse los contenidos programáticos se hace necesario un documento que guíe a los docentes en la comprensión de los temas a trabajar, así como que les de mayores elementos para realizar procesos de análisis pedagógicos y epistemológicos que les permita reflexionar en el proceso educativo, que para ser integral, deben asumir plenamente su circunstancia de desarrollo. Este trabajo permite al docente encontrar la

¹⁴ Secretaría de Educación Pública. *Programa de Educación Física*. Dirección General de Educación Física. 1993. Pág. 9-10.

respuesta a las interrogantes del qué y cómo de la educación física, de acuerdo al enfoque actual de la disciplina, a fin de facilitar la interpretación, aplicación y manejo del programa.

1.5. DESCRIPCIÓN DE L@S ALUMN@S.

Para entender a que tipo de niñ@s se está atendiendo con estos programas se hace necesaria dar una breve descripción de las características de estos.

L@S NIÑ@S DE 7 AÑOS

Aquí l@s niñ@s ya comienza la escuela formal, ya que antes en algunos casos asiste al preescolar. Los diferentes aspectos de la vida escolar ponen de manifiesto como reacciona el niño o niña ante el proceso del aprendizaje y ante la adquisición de culturas. El niño o niña a esta edad comienza a socializarse, a conocer personas de diferente edad y significación; durante las horas que está en la escuela y fuera de ella conoce personas extrañas; jóvenes maduros, ancian@s amables y otros. Comienza en consecuencia a valorar los conceptos de: bueno y malo; bello y feo; mío y tuyo; viejo y joven, soy bueno, yo soy culpable, etcétera. Comienza a tener y advertir ya el sentido ético. La gran actividad motriz está ya desarrollada, puede correr rápido, subir y bajar escaleras y saltar; allí comienza el trabajo de manejo de su propio cuerpo. Maneja el triciclo, trepa. Le gusta imitar, si la madre está haciendo algo trata de hacerlo para sentirse a la par de ella.

L@s niñ@s de 7 años ya tiene alguna experiencia en la relación con su crecimiento y desarrollo; tiene rasgos sobresalientes de madurez que lo hacen distinto de un niñ@ de 5 ó de 6 años. Est@ niñ@ comienza a ser dueñ@ de sí mism@ y se relaciona con el

ambiente mediante planteos amistosos y efectivos. No admite demasiadas experiencias nuevas le encantan los cuentos y especialmente los de personajes imaginarios y de leyenda. Le agrada y satisface su atención, es apegado a lo que considera "sus cosas". Plantea muchas preguntas y responde a las que se le hacen; es capaz de concentrar su atención sin distraerse, le agrada asumir responsabilidades y privilegios que su edad le permite. Le agrada que lo halaguen y se muestra orgulloso de sus obras. Sus definiciones son prácticas, por ejemplo "El vaso es para beber", "El auto es para pasear".

En esta edad la vida emocional tiene ya ajustes que determinan una conducta. Gran parte de su actividad es el juego, el pasatiempo y la recreación donde revela sus energías y sus intereses espontáneos. Sus dibujos son esquemáticos y con pocos detalles. Sabe reconocer la mano que usa para escribir y la domina. Cuando juega con materiales lo hace con las dos manos. Demuestra un gran interés por los materiales para el trabajo manual. Dibuja, pinta, colorea, recorta y pega. Es feliz cuando hace trabajar sus manos y crea figuras de papel y usa la tijera, aunque este aspecto debe ser siempre controlado.

Cuando l@s niñ@s están bien adaptados a la escuela gustan de actividades programáticas que les permitan libertad de movimientos y juegos libres y dirigidos. Gran parte de la enseñanza de la lectura y el número se deberá relacionar a sus juegos; las letras y los números son signos que se pueden combinar en infinidad de actividades libres y sistematizadas. Las actividades dirigidas l@s maestr@s puede alternarlas con los cuentos y dramatización del tema. Se deben elegir relatos de acción y de frases repetidas y redundantes, gritos de animales, canciones y expresiones exclamativas. L@s niñ@s de esta edad es generalmente muy atento y sincero, le gusta contar lo que ocurre en su casa y lo relaciona con lo que explica el o la maestra.

L@s Niñ@s DE 8 Años

A los 8 años el niño o la niña están expuestos a profundos cambios, desde el punto de vista del desarrollo y crecimiento: crecen rápido y están muy propensos a enfermedades infecto-contagiosas. Gradualmente han ido alcanzando un desarrollo motor que les permite desarrollar actividades como saltos, carreras, escaleras, etcétera. También gustan de jugar con sus padres y con adultos, probar su fuerza, luchar, jugar a la pelota, carreras, saltos, etcétera. Quieren hacerlo todo. Les gusta construir, recortar, armar y pegar.

Si han madurado normalmente tiene destreza en sus manos y coordinación visomotora. Los sentidos sufren también ese cambio total y la vista se agudiza dando lugar a la capacidad de leer y escribir. Tiene gran necesidad de ser activo y sus juegos son tumultuosos; mientras dibujan, exhiben colores o modelan, se mueven permanentemente en su asiento. Todo el organismo se impregna de la emoción de sus actividades.

El pensamiento de esta edad está basado en operaciones concretas que son agrupaciones preparatorias del pensamiento referidas a objetos que pueden manipularse o sean susceptibles de percibirse intuitivamente. En esta edad el pensamiento se produce por la percepción: el niño o niña se guía por las apariencias y no es capaz de controlar sus juicios. Se encuentra entre la individualización y la generalización de los objetos. Los conceptos que elabora son realmente pre-conceptos. Las nociones que se logran a esta edad, son por sucesivas regularizaciones intuitivas: las nociones de cantidad, de tiempo, de espacio y de número. No es capaz de apreciar las nociones de causa y efecto; todas las ideas nacen de sus experiencias reales o imaginarias. La intuición de est@s niñ@s es "egocéntrica" y "fenómenica", porque imita los contornos de lo real, sin corregirlos y porque se halla centrada en sí mismo y en función del momento.

Las operaciones mentales son concretas y no formales, porque no pueden desprenderse de la acción. Est@s niñ@s son capaces de pensar cuando se los invita verbalmente a razonar, condición que el maestro o maestra debe tener en cuenta para el aprendizaje intelectual. A medida que ejercita sus posibilidades, el pensamiento adquiere una agilidad que se vuelve transitiva, reversible y asociativa. Toma entonces los caracteres del pensar "inteligente".

Para que esto ocurra el profesor o profesora estimula las regulaciones y ajustes graduales y paulatinos, que se pueden realizar en el primer período de escolaridad, con una tarea inspirada de la actividad. Así, l@s niñ@s adquieren capacitación para razonar en abstracto. La entrada a la escuela, a 1^{er} grado, es un acontecimiento trascendente en la vida del niñ@.

L@s NIÑ@s DE 9 AÑOS

La diferencia que se puede establecer objetivamente entre el o la niñ@ de 9 años, es en primer lugar, que va perdiendo características angelicales; de ordenado y cómodo se ha vuelto tumultuoso y desordenado; es exigente y explosivo. Los padres y l@s profesor@s advierten este cambio en las actividades y comportamientos de un año y otro. Los cambios somáticos a que se ve sometido, convierten esta edad en una transición. Es un período de nuevos impulsos, nuevos sentimientos, emociones intensas y una gran dosis de la herencia psicológica que comienza a aflorar. Debido al proceso evolutivo, pueden aparecer conflictos surgidos de la incapacidad de elección.

A esta edad, son muy frecuentes las tormentas emocionales, en el hogar l@s niñ@s se enfurecen, gritan, patalean. En esta etapa, el niño o niña concurre a la escuela a 3^{er} grado, y sus características psicológicas se presentan perfectamente delineadas:

- Gran capacidad imaginativa.
- Atracción por lo mágico.

- Atracción por los cuentos de hadas y duendes.
- Vivifica objetos para jugar.
- Corta y recorta papeles.
- Reproduce sus ideas en la pintura.
- Gusta del dibujo.
- Gusta encarnar personajes.
- Gran capacidad creativa.
- Misterioso y dramático.
- Su atención es fluctuante.
- Canta, recita y lee.

Es muy afectivo y los sentimientos prevalecen al intelecto y a la voluntad. Comienza a conocerse y mediante sus triunfos y fracasos, se empieza a valorar. Como es muy susceptible, quiere que lo elogien y aprueben en sus trabajos; que a su vez, le infundan seguridad y confianza. En esta edad, de tantos cambios, el o la niña debe adquirir esquemas fijos de conductas y normas que impliquen experiencias diarias. La escuela debe ofrecerle esa norma; por ejemplo: formarse, izar y arriar la bandera, saludar, entrar a clase en orden, arreglar sus útiles, etcétera. Estas formas rutinarias, son saludables porque crean un clima de norma y de organización. Cuando por alguna circunstancia muy especial, esto no se lleva a cabo, los niños se sienten confundidos y desorientados. En esta edad, se cumple efectivamente el proceso de socialización; aprenden que en la vida hay derechos y obligaciones, relaciones y respeto mutuo, consideración y tolerancia. Es, en suma, aprender a convivir.

L@s Niñ@s DE 10 Años

L@s niñ@s de 10 años difiere con los de 8 en su serenidad y aquietamiento; tiene largos momentos de calma durante los cuales elabora ideas y relaciona sus

experiencias de antes con las de ahora. Sabe escuchar y le agrada que le cuenten cuentos y que le lean. Exige est@ niñ@ que le respeten sus sentimientos; tiene actividad mental privada y es muy susceptible a las contradicciones. Suele estar silencioso largo rato y de repente irrumpe en algo que él asimiló y pensó. Es preciso escucharlo y en principio no contrariarle, pues como en forma muy lenta está adquiriendo conciencia de sí mismo, todo lo que idea y piensa son grandes descubrimientos.

A esta edad comienzan a ver a la madre desde el otro punto de vista; se acercan a su padre y sienten admiración y cariño por otros mayores. Empiezan a constituir el mundo de sus afectos independientemente de su familia que tiene contornos muy especiales. En la escuela se advierte mucho el proceso de socialización.

Cuando est@ niñ@ juega en grupos, es muy importante observarlo cuando pierde y cuando los otros hacen trampas. En la mayoría de los casos, se retira y prefiere abandonar antes que someterse a la mentira o a la burla. Esta actitud es muy común a esta edad en que el niño o niña es sincer@ y no quiere tolerar la mentira. No quiere llorar delante de sus compañer@s y los ataques de ira van desapareciendo. Le importa la opinión ajena y quiere portarse bien para ser elogiado. Comienza a despertarse en él o ella la idea de la autocrítica y de razonamiento, comprende las situaciones de ética y las comparte con emoción. Su mundo antes cerrado sólo a la familia y a la escuela, se amplía a la comunidad y al universo; tiene una noción del sol, de la luna, de las nubes, del viento, de las tormentas, del frío y del calor. En la escuela no le interesan mucho las noticias sobre razas, sus costumbres, ritos, etcétera.

Con respecto a sus juegos, le interesan los elementos con que ve interpretar las películas y lee aventuras en revistas y diarios. Sabe jugar solo y planifica de antemano lo que va a hacer. Vuelve a recortar figuras, le gusta armar construcciones y colorea sus dibujos. Le interesa coleccionar y agrupar objetos. Le encantan los juegos al aire libre. A esta edad, van a la escuela con gusto; les agrada su profesora o profesor y tienen

con ella o él relaciones más sólidas que en los grados anteriores. El hogar y la escuela se separan. Al niño o niña ya no le gusta que la madre le acompañe a la escuela ni que concurra sin motivo verdadero.

L@s Niñ@s DE 11 Años

Este niño o niña se caracteriza porque la dinámica de su conducta se sintetiza en tres rasgos: velocidad, expansividad y valoratividad. Conoce y vive normas adultas y resulta una persona agradable con quien un adulto puede conversar. Por su aspecto físico, parece más maduro y sus proporciones corporales insinúan los rasgos que sobrevendrán más adelante. Es afecto a juegos bruscos y de alboroto. Come a toda prisa, listo para terminar y salir a correr. Comienza a darse cuenta de su sexo y expone las actitudes correspondientes.

En esta edad, los sexos se separan, pues tienen ambos intereses dispares. Tanto la niña como el varón, tratan de introducirse en grupos de adultos, miran sus expresiones, escuchan lo que hablan y tratan de parecerse a lo que ellos admiran; destacándose la madre, el padre y el docente. En la escuela han alcanzado su primer grado de liberación, tratan de no depender tanto del profesor o profesora y hacen crítica mutua entre sus compañer@s, controlando su propia actividad, sus actitudes y su conducta. Son capaces de esquematizar un club y organizaciones; pero éstas duran poco tiempo; l@s niñ@s discuten mucho y terminan retirándose del grupo si no se los escucha y obedece; finalmente, poco a poco, van modificando su conducta y madurando en un aspecto importantísimo de su socialización, al extremo de tolerar discusiones y aceptar sugerencias de otr@s. A medida que crece, tiene más sentido de la justicia; esto le hace criticar severamente los actos que él o ella consideran injustos, incluso se los presenta a la maestra o maestro y a los padres para escuchar su veredicto.

En el patio de recreos, se adapta fácilmente a los grupos, aceptando las limitaciones de las reglas del juego impuestas por sus compañer@s. Hay diferenciaciones psicológicas entre los sexos, cuando juegan juntos hay un deseo exagerado de ni siquiera tocarse mutuamente. Los niños y las niñas tienen gran animosidad por las relaciones humanas, principalmente a lo que se refiere a la pareja matrimonial. Las niñas juegan con sus muñecas y en ellas experimentan las situaciones de la vida familiar dialogando y refiriéndose a los problemas de índole afectivo y emocional. Les llama la atención las costumbres y la vida de los niños extranjeros; les gusta ver láminas, leer y mirar diapositivas donde sea posible observar el vestuario de gentes de otros tiempos, de otras naciones y de otras razas. Se interesan por saber cómo vive cada uno, cómo viven l@s niñ@s, si van a la escuela, cómo son sus rasgos físicos y sus costumbres. Con respecto al cuidado de sus ropas, es fácil advertir que las niñas son más cuidadosas que los varones; éstos dejan sus prendas al desvestirse, tiradas en el suelo; desgarran sus pantalones, al final del año, comienzan solos a superar este hábito.

Esta edad intermedia está entre la niñez y la adolescencia y se siente siempre muy ocupado para parecerse a l@s adult@s. Todas las habilidades obtenidas hasta esta edad las trata de perfeccionar, trata de hacer trabajos manuales más difíciles y afrontar los que le darán dificultades; esto le agrada y lo hace sentir importante. L@s niñ@s son grandes narrador@s y les gusta conversar con los mayores, expresar sus ideas y que se las apoyen y valoren. Se despreocupan de su aspecto externo generalmente los varones, pues las niñas más cercanas a la pubertad, adoptan otras posturas relacionadas con su femineidad. Entre l@s niñ@s de los dos sexos se establece una especie de vitalidad y ambos tienden a ignorarse. La individualidad trata de reafirmarse y reorganizarse. Un@ niñ@ activ@ no hace demasiado caso a los elogios y se muestra sorprendid@ cuando alguien se los prodiga, pero los acepta de buen grado y complacencia. Es una etapa que el niño y la niña tratan de hallarse a sí mismos. Es veloz para trabajar sin hacer ostentación, especialmente cuando se dedica a una tarea doméstica. Analiza sus movimientos mientras trabaja.

Gusta de mostrar sus colecciones y los objetos que son de su propiedad. En síntesis, trabaja; juega mucho, los varones adoptan posturas de lucha, se golpean activamente con otros. Puede tocar un instrumento musical, bailar danzas folklóricas, interpretar personajes en el teatro escolar, leer obras, aumentarlas y también iniciar una crítica. Generalmente tiende a ser lo que sus padres han querido o ambicionado. Se hace cada vez más responsable, es digno de confiarle menesteres y trabajos a su alcance. Ya *selecciona materias predilectas en la escuela y desprecia las que le desagradan.*

Cuando tiene arranques de cólera se domina y llora poco. Es por naturaleza obediente, planifica lo que realiza y comienzan a notarse en la paciencia y la constancia. Se apasiona por las lecturas o la música y pasa largos ratos entregad@ a esa tarea. Se avergüenza de algunas actitudes anteriores, hace críticas y valora la conducta de l@s demás, los actos de sus seres queridos los compara y lo disgustan o enorgullecen. Sabe ser fiel y se rodea de amig@s a los que quiere y respeta. No tiene términos medios en sus afectos, o quiere o rechaza. Es, en síntesis un@ niñ@ atrayente. Adquiere buenos modales y señala la falta de urbanidad. Se emociona cuando se le narra algo y es fácilmente impresionable cuando ve un accidente, un herido o un enfermo grave. Va adquiriendo seguridad y soltura señalando los rasgos de su personalidad. A veces se tornan molestos, tienen períodos de silencio que pasan normalmente. Su característica es querer servir a los demás. No es muy afecto a entremezclarse con el sexo opuesto y rara vez se juntan para conversar. Se burla con sus amig@s, habla de su novi@ pero todo es fantasía. Muchas veces dos amigos piensan en la misma chica y son amigos y viceversa, tal vez le dicen alguna frase intencionada.

Cada trabajo calificado o cada materia aprobada es para est@ niñ@ una conquista alcanzada. El estímulo del maestro o maestra es la motivación que mueve más sus intereses, vive pendiente de la palabra de él o ella y juzga sus actos como un adulto. Sabe trabajar en grupo, colabora y acepta la colaboración, se muestra impaciente con los más chicos y siente superioridad de su fuerza y capacidad. Es él mismo el que

primero autocrítica sus trabajos, sabe lo que es un método y el que él o ella eligió, interpreta los problemas y prefiere resolverlos por el sistema que acostumbra o le sirve, no le gusta atarse a formas y métodos de otros.

L@s Niñ@s DE 12 AÑOS

A esta edad el niño y la niña han logrado un equilibrio que lo destaca de otras edades anteriores. Su individualidad y su madurez están definidas de tal manera que puede ya considerarse un pre-adolescente. Ya hay marcadas diferenciaciones psicológicas entre los sexos. Entre un varón y una niña de 12 años hay manifestaciones bien claras. Las niñas son reposadas, tranquilas, les gusta la vida de hogar y opinan del matrimonio y de la vida sin mucha certeza: en cambio el varón es también reposado y demuestra dominio de sí mismo pero en sus conversaciones no se define como las niñas. Ya ha consolidado sus habilidades manuales y visuales, si toca algún instrumento ya lo hace bien y pretende la perfección. Le agrada la vida social y es capaz de mantener una conversación con adultos, disiente de problemas sociales, raciales y de trabajo, se enferma y adopta criterios.

Asiste a sexto grado y esto le confiere importancia. L@s profesor@s de este grado deben poner en práctica los recursos y los estímulos que ofrezcan facilidad para el estudio de las ciencias culturales y sociales porque el niño o niña es muy susceptible a esta edad de seleccionar valores morales, éticos o patrióticos. Toma conciencia de lo que significa libertad y valora los esfuerzos de su adquisición. El niño o la niña valoran mucho sus relaciones de grupo, su club, su pandilla. Juzga a sus amigos y también observa con detalle a sus padres; si discuten toma partido por una opinión y opina con sensatez.

Se definen sus rasgos físicos y ya se advierte el futuro hombre y la futura mujer. Cada un@ en su predilección realizan trabajos y labores que son verdadero arte creativo.

Mezclan héroes, con magia y leyenda. Las niñas ya gustan novelas sentimentales a la inversa de los niños que las rechazan. En ellos juega un papel más importante la aventura. La camaradería es una característica de estos niños y la manifiestan con sus compañeros de escuela. No hay gran compañerismo entre ambos sexos aunque les agrada organizar salidas colectivas a otros lugares comunes. Sus sentimientos son fluctuantes, no tienen resentimientos o enemistades duraderas; están siempre dispuestos a perdonar. Cuando las niñas se reúnen conversan de problemas adultos, leen revistas, comentan de sus artistas favoritos. Ya eligen su ropa y seleccionan sus vestidos y equipo deportivo. Ya tienen indicios de su próxima adolescencia, en la escuela son cumplidor@s, no les gusta que les llamen la atención o l@s corrijan sus amig@s o enemig@s, o sus profesor@s. Les agradan las actividades manuales, físicas y visuales, danzan folklore tocan instrumentos y forman equipos. También asisten a lugares socializándose y entablando relaciones con niñ@s de otra edad y sexo.

CAPÍTULO II

LOS PROGRAMAS DE EDUCACIÓN FÍSICA

2. LOS PROGRAMAS DE EDUCACIÓN FÍSICA

2.1. CURRICULA DE PRIMARIA

En el programa de primaria se tiene contemplada a la educación física como asignatura que contribuye al desarrollo armónico del educando mediante la práctica sistemática de actividades que favorecen el crecimiento sano del organismo y propician el descubrimiento y perfeccionamiento de las posibilidades de acción motriz. Incluso sugiere el carácter de dichas actividades; mencionan que serán a través de la práctica de juegos y deportes escolares, además que se fortalecerá la integración del alumno o alumna a los grupos en los que participa. Un aspecto que no se puede dejar de considerar es que la educación física pretende promover la formación de actitudes y valores; como confianza y seguridad en sí mismo, conciencia de las posibilidades propias, respeto a las posibilidades de los demás y solidaridad con los compañeros. Por lo que es un elemento importante que se logre relacionar la actividad física con la afectiva, lo anterior contemplado en el eje V de Interacción Social.

Los programas de educación física tienen características propias, pues sugieren actividades que l@s profesor@s deben seleccionar y organizar con flexibilidad, sin sujetarse a contenidos obligatorios ni a secuencias rígidas. El único principio para organizar el trabajo es que las actividades correspondan al momento de desarrollo de l@s niñ@s y tomen en cuenta las diferencias que existen entre ellos. De acuerdo con estas ideas, la evaluación que realice el o la docente no se guiará por el logro de determinados objetivos sino por la participación e interés mostrado por l@s niñ@s. El punto de partida de la educación física en la escuela primaria es el reconocimiento de las diversas capacidades físicas, las posibilidades de acción motriz y los intereses hacia el juego y el deporte que poseen l@s niñ@s. Este principio orienta a la figura docente para seleccionar actividades destinadas al grupo en su conjunto o a equipos de niñ@s,

que se realizarán en el momento oportuno y en forma adecuada para estimular el desarrollo físico y el perfeccionamiento de actividades.

2.1.1. PROPÓSITOS DE LOS PROGRAMAS

Dentro de los propósitos generales de la educación física tenemos que se debe¹⁵:

- Mejorar la capacidad coordinativa basada en la posibilidad, dominio y manifestaciones eficientes que repercuta en la solución de problemas en los ámbitos cognitivo, afectivo, motriz y social.
- Estimular, desarrollar y conservar la condición física del educando, a través de la ejercitación de las capacidades físicas, atendiendo a las características individuales del mismo.
- Propiciar la manifestación de habilidades motrices a partir de la práctica de actividades físico-deportivas y recreativas que le permitan integrarse a interactuar con los demás.
- Propiciar en el educando la confianza y seguridad en sí mismo mediante la realización de actividades físicas, que permitan la posibilidad de control y manejo del cuerpo en diferentes situaciones.
- Promover la formación y estimular la adquisición de hábitos de ejercitación diaria, higiene, alimentación, descanso y conservación del medio ambiente, con la práctica de actividades complementarias que condicionan su efectiva repercusión en la salud individual y colectiva.
- Fomentar la manifestación de actitudes positivas individuales y grupales, así como la adquisición de valores a partir de aquellas actividades que utilicen al movimiento como una forma de expresión.

¹⁵ Op. Cit. SEP. Programa de Educación Física. Pág. 11-12.

- Incrementar las actitudes sociales favorables de respeto, cooperación y confianza en los demás mediante las actividades físicas grupales que promuevan su integración al medio y su relación interpersonal.
- Fortalecer la identidad nacional al practicar actividades físicas recreativas tradicionales y regionales, que faciliten el fomento de valores culturales relacionados con todo tipo de manifestación motriz.

2.2. ESTRUCTURA DE LOS PROGRAMAS

La organización de los contenidos en los seis grados está agrupada básicamente en cinco campos:

ESTIMULACIÓN PERCEPTIVO-MOTRIZ

- En este aspecto se agrupan contenidos cuyo objetivo es estimular el desarrollo de la percepción y la coordinación motriz (ubicación en el espacio y en el tiempo, equilibrio, lateralidad, coordinación psicomotriz). Estos contenidos se enfatizan en los tres primeros grados de educación primaria y continúan en los grados superiores para estimular las capacidades físicas coordinativas.

CAPACIDADES FÍSICAS CONDICIONALES

- Comprende los procesos de estimulación, incremento y mantenimiento de la fuerza muscular, la resistencia cardio-respiratoria, la velocidad y la flexibilidad articular y muscular. Las actividades que se proponen para este eje se presentan gradualmente, considerando los periodos biológicos en los que se presenta cada capacidad, según el ritmo de desarrollo de cada alumno@.

FORMACIÓN DEPORTIVA BÁSICA.

- En este aspecto se aprovecha el interés y el entusiasmo del alumno o alumna por el deporte para desarrollar movimientos básicos y propiciar su práctica sistemática atendiendo el momento de desarrollo individual. Durante los primeros grados se utiliza el juego como expresión natural y se continúa con actividades predeportivas que incorporan cada vez mayor grado de dificultad motriz y de relación interpersonal en una formación deportiva inicial.

ACTIVIDADES FÍSICAS PARA LA SALUD.

- En este aspecto se agrupan los contenidos cuyo propósito específico es la formación de hábitos. Se considera la actividad física un medio valioso, que junto con la alimentación balanceada, el descanso, la higiene personal y la conservación del medio, condicionan la salud del ser humano.

INTERACCIÓN SOCIAL.

- Este aspecto se refiere a las actitudes y valores culturales.

Los juegos, ejercicios y rutinas que se sugieren en cada grado deben ser seleccionados y organizados por el profesor o profesora, de manera que cumplan propósitos educativos de cada uno de los campos; es importante analizar cómo se hacen las programaciones de dichas actividades y lo veremos en el siguiente capítulo.

Los principios que condicionan la organización del trabajo docente son los siguientes:

- Que las actividades correspondan al momento de desarrollo de l@s niñ@s, es decir, que se aprovechen las fases sensibles por las que el niño o niña atraviesa.
- Que se tome en cuenta las diferencias morfo-funcionales y psicológicas que existen entre l@s educand@s.
- Que se tome en cuenta los procesos de producción de energía del organismo.

- Que se consideren las fases del aprendizaje, como aspectos metodológicos para el aprendizaje motor.

Dentro de la distribución de tiempos de trabajo de 1^{er} y 2^o grado de primaria, la educación física tiene contempladas solamente 80 horas dentro de las 800 planteadas por grado, es decir, solo se toma la clase una vez por semana, lo cual es insuficiente, pensando que el niño y niña casi no recibe de otro lado los elementos de una cultura físico-deportiva correcta; y esto repercute negativamente en el aspecto motor y de disciplina, ya que existen muchos niños con problemas motores que no logran desarrollar estas capacidades, desde aquí vamos planteando categorías que será necesario evaluar en la práctica de las escuelas; si el tiempo de dos horas por semana es suficiente para lograr los objetivos que se tiene planteados.

En cuanto a los tiempos de trabajo de 3^{er} a 6^o grado, ya se han definido más los tiempos por áreas, pero la educación física sigue con un total de 80 horas por ciclo escolar, lo que no permite inculcar en los alumnos un conocimiento reflexivo y analítico de la importancia de la educación física en su nivel escolar y llegan a la secundaria con serias carencias al respecto, que de no tener una guía externa en el ámbito físico-deportivo, cada individuo no habrá desarrollado satisfactoriamente un porcentaje importante del desarrollo integral que menciona el artículo tercero de la Constitución referente a la educación.

Es necesario apuntar que existen dos distribuciones de tiempo, el que se presenta a continuación es el que debe llevar el profesor o profesora de aula y dar solo 40 horas anuales de clase en caso que no halla profesor de educación física en el plantel educativo; en caso de que si exista se reduzcan las horas anuales en las materias de español, matemáticas y ciencias.

EDUCACIÓN PRIMARIA/PLAN 1993

DISTRIBUCIÓN DEL TIEMPO DE TRABAJO/PRIMER Y SEGUNDO GRADO

ASIGNATURA	HORAS ANUALES	HORAS SEMANALES
Español	360	9
Matemáticas	240	6
Conocimiento del medio (Trabajo integrado de Ciencias Naturales, Historia, Geografía, Educación Cívica).	120	3
Educación Artística	40	1
Educación Física	40	1
TOTAL	800	20

EDUCACIÓN PRIMARIA/PLAN 1993

DISTRIBUCIÓN DEL TIEMPO DE TRABAJO/TERCER A SEXTO GRADO

ASIGNATURA	HORAS ANUALES	HORAS SEMANALES
Español	240	6
Matemáticas	200	5
Ciencias Naturales	120	3
Historia	60	1.5
Geografía	60	1.5
Educación Cívica	40	1
Educación Artística	40	1
Educación Física	40	1
TOTAL	800	20

Entonces, el plan de estudio reserva espacios para la educación física como parte de la formación integral de l@s alumn@s. Los programas proponen actividades, adaptadas a los distintos momentos del desarrollo de l@s niñ@s, que l@s profesor@s podrán aplicar con flexibilidad, sin sentirse obligad@s a cubrir contenidos o a seguir secuencias rígidas de actividad.

El programa tiene apartados distintos, uno de ellos es "Énfasis de contenidos por grado en nivel primaria", donde expone por grado los ejes que son más importantes a desarrollar de acuerdo a las "Características generales de l@s niñ@s" que es otro apartado también dividido en los seis grados, con información sobre el desarrollo motor de l@s niñ@s y los factores que se presentarán en cada nivel; tanto psicológicos, sociales y biológicos. Se dan algunas sugerencias que debe tener muy en cuenta el profesor o profesora para no dañar algún aspecto de l@s alumn@s.

2.3. CONTENIDOS DE EDUCACIÓN FÍSICA.

La estructura de los contenidos programáticos se divide en cinco cuadros para su mejor manejo, se contemplan los siguientes:

A continuación se describen los cinco ejes a manera de análisis con los elementos más relevantes que contiene cada uno:

2.3.1. ESTIMULACIÓN PERCEPTIVO-MOTRIZ

En los programas de educación física existen elementos que se trabajan en los seis grados; en el caso específico de la estimulación perceptivo-motriz; el equilibrio, el ritmo, la coordinación, contracción y relajación, y por último la respiración son contenidos predominantes, aunque por lógica se van complejizando en cada nivel; situación que permite aparentemente un buen desarrollo de estos procesos.

Además, aunque de forma menos marcada, en esta área ubicamos la exploración y experimentación del predominio motor y del factor de ubicación espacio-temporal, procesos naturales en los sujetos, aunque siempre será relevante una estimulación temprana adecuada.

Con respecto a los ejercicios que se sugiere realizar para lograr el desarrollo de capacidades físicas en esta área están enfocadas a realizar actividades como:

- Caminar, trotar o gatear y detenerse cuando se indique, eliminando puntos de apoyo.
- Lanzar, manipular, atrapar y rodar un objeto con una y otra mano.
- Saltar, patear y rodar un objeto con uno y otro pie.
- Desplazamiento en forma libre
- Acciones al frente, atrás, cerca, lejos, adentro, afuera en diferentes trayectorias y direcciones a partir del cuerpo.
- Lanzar objetos ligeros hacia arriba y dar una palmada, girar o tocar alguna parte del cuerpo antes de que el objeto regrese a las manos.
- Acostarse, recargarse en una pared, pararse espalda con espalda con otros compañeros.
- Tensar y aflojar partes del cuerpo.
- Tomar aire por la nariz y expulsarlo al gritar un nombre, al silbar o al soplar hacia algún objeto.

- Inflar globos.
- Diferentes formas de desplazamiento en áreas delimitadas por llantas, figuras o líneas marcadas sobre el piso, disminuyendo puntos de apoyo.
- Atrapar, golpear, botar.
- Girar con uno y otro pie, firme y con desplazamientos.
- Saltar la cuerda libremente y/o siguiendo una melodía.
- Desplazamientos: fuera adentro, atrás, adelante, arriba, abajo.
- De pie, sentados, acostados.
- Inspiración y espiración por boca, tratando de mantener un globo o una pluma en el aire al espirar.
- "Las estatuas de marfil" y adoptar posturas convenientes de antemano.
- Acciones que involucren dirección, trayectoria, ubicación, distancia, dimensión y velocidad, interactuando con sus compañeros.
- Saltar una cuerda dos veces, tomarla con una mano y girarla arriba de la cabeza y después por abajo de los pies, saltando.
- Empujar una pared con brazos, piernas o espalda y luego relajar estas partes del cuerpo.
- Ejercicios de inspiración y espiración nasal y bucal.
- Con los ojos cerrados, desplazarse en un área determinada.
- Desplazamientos por tiempos determinados combinando dirección, distancia y ubicación en actividades recreativas.
- Dirigirse hacia un punto determinado con los ojos cerrados, guiándose por el sonido y el tacto.
- Estiramientos del cuerpo al inspirar y relajación al espirar.
- Movimientos simultáneos de piernas, brazos y cadera a un ritmo rápido; estiramiento de brazos y piernas a un ritmo lento o viceversa.
- Desplazamientos caminando, corriendo, saltando al frente, atrás a los lados, en línea recta, curva, zigzag, adentro, afuera, abajo, arriba en situaciones de juego.
- Correr seis metros libres, rodar al frente, saltar con medio giro y regresar al punto de partida.
- Correr describiendo una trayectoria curva, saltar con pies juntos en zigzag, rodar al frente en diferentes posiciones, lanzar un objeto hacia arriba, pisar con uno y otro pie el centro de unas llantas dispuestas en hilera, regresar al punto de partida corriendo hacia atrás en línea recta.

Estos ejercicios son por naturaleza propios de los niños, ya que en juegos que ellos mismos realizan se ven implicadas varias de estas actividades; lo que el o la profesora en su caso debería tener en consideración es justificar el por qué de la importancia de que el o la alumna desarrolle tales actividades. Explicar el por qué es bueno que inspire por la nariz y no por la boca es algo que puede ser del interés de los niños; y existen un sin fin de explicaciones que se pueden proporcionar a los educandos para en verdad formar una educación física.

Aquí es importante destacar el desarrollo de una memoria motriz, ya que ésta tiende a integrar los movimientos vividos a partir de los cuales diferencia, clasifica y selecciona acciones para solucionar problemas motores de su vida cotidiana; pero el beneficio de

mayor repercusión es aquel que se brinda en la personalidad de l@s niñ@s, al proporcionarles confianza y seguridad en lo que piensa, siente y hace.

Este eje programático se compone por tres líneas de las cuales es importante analizar sus conceptos finales:

ESTIMULACIÓN PERCEPTIVO- MOTRIZ	1.- CONOCIMIENTO Y DOMINIO DEL CUERPO	<ul style="list-style-type: none"> • Equilibrio • Postura • Respiración • Tensión • Relajación 	
	2.- SENSO- PERCEPCIONES	<ul style="list-style-type: none"> • Tónica • Táctil • Plantar • Laberíntica • Espacio - temporal 	<ul style="list-style-type: none"> * Reacción * Orientación * Ritmo * Sincronización * Diferenciación * Adaptación
	3.- EXPERIENCIAS MOTRICES BÁSICAS		

Es importante analizar cómo se entienden los conceptos de:

EQUILIBRIO : Es el conjunto de reacciones y relaciones del individuo a la fuerza de gravedad. Se considera como la capacidad para asumir y sostener cualquier posición del cuerpo y para adoptar posturas correctas, gracias a la regulación del tono muscular. También es, a su vez, el resultado de numerosos movimientos ordenados por la acción del cerebro, que procesa los datos propioceptivos y exteroceptivos, permitiendo al individuo ubicar las partes de su cuerpo para contrarrestar la fuerza de gravedad.

POSTURA : Es toda posición o colocación que cada parte del cuerpo o todo el cuerpo, adquiere en el espacio y en el tiempo; se consideran dentro de la postura, todas las posiciones o colocaciones correctas, que el cuerpo adopta en la realización de un movimiento. El tratamiento de la postura correcta en la clase de educación física, se

orienta a fortalecer posturas sanas en diferentes posiciones, contrarrestando en lo posible posturas incorrectas, por vicios o por debilidad muscular. La postura corporal, cambia constantemente es, en realidad, tan sólo una fase momentánea de las muchas que se presentan durante la realización de un movimiento. Todas las formas de conducta motriz constituyen actividades posturales, de ahí la importancia de consolidar sucesivamente la relación de la postura, la respiración, la relajación y el equilibrio como elementos que integran el proceso formativo del conocimiento y dominio del cuerpo, mediante la estimulación motora.

RESPIRACIÓN: Es una de las funciones vegetativas más importantes; es un automatismo adquirido desde los primeros segundos de vida que se realiza a través de un proceso que inicia con la ventilación pulmonar mecánica. La inspiración y la espiración son los momentos en los que se renueva el aire en los alvéolos, mediante estos dos movimientos. La práctica respiratorio sistemática debe orientarse integralmente, hacia el fortalecimiento del músculo diafragmático y hacia el aumento de la capacidad pulmonar. L@s profesor@s deben de considerar que el tejido pulmonar antes de los siete años no alcanza su desarrollo completo y que el organismo en crecimiento requiere un suministro elevado de oxígeno a los tejidos; por ello es que en particular se resalta la importancia de los ejercicios físicos de respiración al aire libre, que activen los procesos metabólicos de los gases.

RELAJACIÓN: Es la capacidad de controlar el tono muscular de manera consciente, con el propósito de tener todas las partes del cuerpo, en un grado armonioso de tensión muscular, en relación con el reposo, la acción o el gesto que se pretende realizar. La relajación se estimula mediante un proceso que, en primera instancia, permite al niño o niña explorar su acción corporal, vivenciando sensaciones de tensión y soltura que le faciliten de manera progresiva, desarrollar su capacidad de interiorizar sensaciones corporales, siempre asociándolas con su respiración; con la finalidad de llevar al niño o niña, al control corporal y al equilibrio emocional que favorezca su estabilidad. La relajación contribuye a que el educando adquiera el conocimiento de su propio cuerpo y

sus funciones; disminuye su gasto calórico y tensión nerviosa; ayuda a que su fátiga se retrase y que al sentirse tranquilo tenga mejores relaciones interpersonales.

ORIENTACIÓN : Es la capacidad del individuo de apropiarse del espacio que le rodea a partir de la organización de su propio cuerpo, llevándolo a cabo de manera progresiva, mediante su vivencia motriz, en la que se objetivizan la percepción visual, auditiva y táctil kinestésica al adquirir una significación espacio temporal de distancia, dirección, forma, volumen, duración y ritmo.

RITMO : Es la capacidad para poder dividir las fases del movimiento en el tiempo y en el espacio, de manera ordenada, registrando y reproduciendo en la ejecución del movimiento el ritmo dado exteriormente, integrándolo al propio ya interiorizado, al enfocarlo hacia una tarea objetivo que depende de la percepción, principalmente, de estímulos acústicos (voces, palmadas, instrumentos musicales) y de estímulos visuales, referidos a movimientos básicos. El propósito al respecto en los primeros grados de la educación básica, es ampliar el repertorio de experiencias rítmicas que favorezcan, más tarde el desarrollo de la capacidad de ritmo. Desde la perspectiva pedagógica, la educación rítmica debe ser enfocada y adecuada hacia los ritmos espontáneos y naturales de los niños, para que una vez interiorizados, sean base de una integración de estímulos rítmicos variados a su capacidad de movimiento.

DIFERENCIACIÓN : Capacidad coordinativa que se distingue por las informaciones cinestésicas de los órganos de los sentidos para que con la estimulación correcta se dé el movimiento con su respectiva fuerza.¹⁶

SINCRONIZACIÓN : Es la capacidad para mover cada articulación con orden; las partes del cuerpo trabajan eslabonadamente y en secuencia durante el movimiento.¹⁷

¹⁶ Secretaría de Educación Pública. Programa de Educación Física. Dirección General de Educación Física. 1993. Pág. 247.

¹⁷ *Ibidem*. Pág. 252.

ADAPTACIÓN : Es la capacidad de poder cambiar de un movimiento a otro, obteniendo una mejor posición y colocación modificando la idea programada y originando una nueva.¹⁸

Y como podemos ver en los siguientes cuadros, afortunadamente las actividades que se realizan cada ciclo escolar aparentemente son consecutivas; aunque no se especifica si se requiere de la práctica de una para poder realizar la del ciclo escolar siguiente.

PRIMER GRADO	SEGUNDO GRADO
<ul style="list-style-type: none"> • Exploración de diferentes formas de equilibrio corporal. • Exploración de posibilidades de movimientos con uno y otro lado del cuerpo. • Experimentación del ritmo interno. • Exploración de trayectorias y direcciones. • Coordinación de movimientos combinados. • Conocimiento de posturas adecuadas para que la columna vertebral mantenga posición vertical. • Contracción y relajación de diferentes partes del cuerpo. • Manifestación de la respiración torácica. 	<ul style="list-style-type: none"> • Identificación del equilibrio. • Manifestación de movimiento con uno y otro lado del cuerpo. • Experimentación del ritmo interno y estimulación del externo. • Orientación en el espacio y el tiempo. • Coordinación de movimientos secuenciados. • Identificación de posturas del cuerpo para evitar lesiones. • Relajación y contracción muscular utilizando estímulos visuales y auditivos. • Respiración abdominal.

TERCER GRADO	CUARTO GRADO
<ul style="list-style-type: none"> • Equilibrio corporal en diferentes planos usando el tacto, el oído y la vista. • Experimentación del predominio motor. • Experimentación del ritmo interno y externo en forma alternada en juegos tradicionales como "las sillas" y "las ardillas en el bosque". • Estructuración del espacio y el tiempo. • Movimientos secuenciados con diferentes partes del cuerpo • Conocimiento y diferenciación de la contracción y la relajación. • Respiración mixta (torácica y abdominal). 	<ul style="list-style-type: none"> • Ejercicios para mantener el equilibrio corporal sin emplear la vista. • Percepción de la contracción y relajación al ejercitar la respiración. • Experimentación del ritmo externo en acciones que involucren orientación y sincronización. • Adopción de posturas corporales adecuadas.

¹⁸ *Ibidem*. Pág. 245.

QUINTO GRADO	SEXTO GRADO
<ul style="list-style-type: none"> • Experimentación del equilibrio corporal empleando el tacto y el oído sin que intervenga la vista. • Percepción de la contracción y relajación al respirar. • Sincronización de movimientos que involucren orientación, trayectoria, dirección y ubicación, siguiendo un ritmo propio o externo. • Ejercicios de ubicación y orientación que contengan los elementos de distancia, dirección y trayectoria, en actividades de iniciación deportiva. 	<ul style="list-style-type: none"> • Consolidación del equilibrio corporal con ejercicios combinados. • Manifestación de la relajación como parte importante de la respiración. • Ejecución de movimientos involucrado sincronización, orientación, trayectoria, dirección y ubicación combinando ritmo interno y externo.

2.3.2. CAPACIDADES FÍSICAS CONDICIONALES

En este aspecto se pretende que l@s niñ@s desarrollen su fuerza, velocidad, resistencia y flexibilidad; durante los seis grados se va complejizando, ya que en 1º y 2º se habla de que el niño o la niña "manifieste" estas capacidades; en 2º, 3º y 4º utilizan términos como "manifestación" y "estimulación"; y en 5º y 6º, se propone el "fortalecimiento". A mi consideración esta bien planteado, ya que se van dando los espacios necesarios, para que el niño o niña tengan una evolución de requerimientos graduada.

Sus ejercicios consisten básicamente en:

- Jalar y empujar objetos grandes y ligeros, diferente volumen con diversas partes del cuerpo.
- Los juegos de: "Doña Blanca", "A la rueda de San Miguel", "Policías y ladrones", "Mar y tierra", "Relevos", "Lanzaderas", "La roña", "Los encantados" sin bases, "Piñas y sandías", "Manitas calientes", "Acitrón de un fandango", "El pañuelo", "Robar bandera", "Pásala".
- Imitar movimientos de animales.
- Sentarse con las piernas separadas, tratando de tocar el piso con la frente.
- Movimientos circulares con los brazos extendidos.
- Flexiones, torsiones, extensiones y rotaciones con extremidades superiores, inferiores y tronco.
- Ejercicios ligeros por tiempos cortos de tres a cinco repeticiones.
- Reptar, salto de rana, lagartijas.
- Sentados o acostados, mover brazos y piernas con rapidez durante diez segundos; sentados en una silla o banca, golpear alternada y rápidamente el piso con los pies, durante diez segundos.
- Desarrollo de la habilidad en el manejo de cuerdas, listones y aros.
- Actividades recreativas individuales, por pareja o equipo que impliquen jalar y empujar, saltar y lanzar.
- Carreras de quince a veinte metros.
- Tres saltos y una rodada, tres pasos y un giro.

- Sentados en una silla golpear alternadamente el piso con los pies lo más rápido durante quince segundos.
- Trotar variando direcciones.
- Movimientos de reflexión, torsión en cuello, brazos, tronco y piernas.
- De piernas, abdomen, brazos y torso.
- Movimientos rápidos de siete a nueve repeticiones.
- Desplazamiento en cuatro puntos de apoyo durante treinta segundos, con treinta segundos de descanso.
- Carreras de veinte metros en un mínimo de tiempo.
- Tres saltos y una rodada, tres pasos y un giro, bicicletas de quince segundos.
- De trote, caminata y carrera en superficies y planos diferentes durante siete minutos.
- De pie con las manos entrelazadas, pasar una pierna y luego la otra entre los brazos y regresar a la posición inicial.
- Ejercitación de músculos abdominales e inter-costales para fortalecer la respiración.
- Carreras de veinte a veinticinco metros en un mínimo de tiempo.
- Juegos que impliquen carreras cortas: relevos, béisbol.
- Caminar, trotar, correr en áreas y superficies diferentes sin parar, durante diez minutos.
- Estimulación de la flexibilidad en ejercicios que hagan trabajar músculos y articulaciones de todo el cuerpo.

En la mayoría de los casos l@s niñ@s tienen esas capacidades físicas a las que se refiere este aspecto de desarrollo de la educación física, pero no todos, entonces qué sucede con aquel o aquella alumna que tenga una discapacidad; ¿cómo se le atiende?, ¿se le habilita en otr@s competencias?. La discapacidad no está considerada dentro del programa, ya que implícito se encuentran definidas las características físicas de l@s niñ@s que serán educad@s, y no hay a simple vista mención alguna cuando el profesor o profesora se enfrente a un caso de discapacidad.

Además, el objetivo de esta área es el de desarrollo de las capacidades; pero ¿hasta qué momento?, pues hasta convertirlas en habilidades o competencias propias de cada sujeto, ya que están genéticamente determinadas y son susceptibles de ser desarrolladas mediante la ejercitación física y su óptimo nivel influye en las características morfológicas y funcionales del organismo.

Es importante tener claro qué se entiende y cómo se debe interpretar en los programas los términos de:

FUERZA : Es la capacidad física condicional del sujeto para levantar, soportar o vencer un peso o masa mediante la acción muscular. Para fines metodológicos se distinguen la fuerza en rápida, de resistencia y explosiva¹⁹.

- **Fuerza rápida**, es la capacidad del sistema neuro-muscular para superar la masa o peso con una alta velocidad de contracción y relajación muscular; este tipo de fuerza se estimula desde los cinco años de edad sin forzar la capacidad de l@s alumn@s que de hecho ya practican desde antes al vencer la fuerza que opone su propio peso corporal.
- **Fuerza de resistencia**, es la capacidad condicional que permite incrementar el rendimiento del organismo contra el cansancio por soportar esfuerzos prolongados; este tipo de fuerza, la practican l@s alumn@s de manera natural al realizar esfuerzos para controlar el propio peso corporal.
- **Fuerza explosiva**, es la capacidad de realizar un incremento súbito de fuerza en el menor tiempo posible, es decir, que el aspecto dominante es el aumento de fuerza por la unidad de tiempo; por las exigencias músculo-esquelético no se recomienda el trabajo de esta fuerza antes de los 12 años de edad.

VELOCIDAD : Es la capacidad física condicional que permite al ser humano realizar contracciones y relajaciones musculares en el menor tiempo posible. Esta se divide además en velocidad de reacción, velocidad acíclica, máxima velocidad cíclica o locomotora y frecuencia de movimientos.

RESISTENCIA : Es la capacidad del organismo de oponerse al agotamiento por periodos prolongados de tiempo; la resistencia garantiza la ejecución de un ejercicio de medio o alta intensidad por un tiempo prolongado. Y respetando las *fases sensibles*^{***} del educando, en la educación física sólo se estimulará la resistencia de media duración

¹⁹*Ibidem*. Pág. 217-218

^{***} Periodos biológicos que presenta una persona de forma ordenada y que varía según la edad y el género.

FLEXIBILIDAD : Es la movilidad articular que permite mantener un nivel óptimo de movimiento en los grupos articulares sin miras a un trabajo específico. Esta también se denomina flexibilidad especial, que es la movilidad que se realiza con miras a la ejecución de un movimiento específico.

PRIMER GRADO	
<ul style="list-style-type: none"> • Manifestación de la fuerza general. • Manifestación de velocidad de reacción. • Manifestación de resistencia en acciones continuas. (caminar, trotar, correr sin detenerse) por tres minutos. • Flexibilidad en movimientos amplios que involucren articulaciones y músculos de todo el cuerpo. 	<ul style="list-style-type: none"> • Manifestación de fuerza en diferentes partes del cuerpo: brazos, piernas, abdomen y torso. • Manifestación de velocidad en carreras cortas (quince metros). • Estimulación de la resistencia en acciones continuas de tres minutos. • Estimulación de la flexibilidad en movimientos amplios.

SEGUNDO GRADO	
<ul style="list-style-type: none"> • Fortalecimiento de la fuerza en brazos, piernas, abdomen y torso. • Fortalecimiento de la velocidad en carreras cortas. • Estimulación de la resistencia en acciones continuas durante cinco minutos en juegos tradicionales. • Estimulación de la flexibilidad en movimientos amplios involucrando articulaciones y músculos de todo el cuerpo. 	<ul style="list-style-type: none"> • Manifestación de fuerza enfatizando grupos musculares, brazos, piernas, abdomen y torso. • Manifestación de la velocidad en movimientos variados. • Estimulación de la resistencia con trote continuo durante cinco minutos. • Estimulación de la flexibilidad en articulaciones y músculos del cuerpo.

TERCER GRADO	
<ul style="list-style-type: none"> • Manifestación de fuerza en diferentes grupos musculares. • Manifestación de velocidad. • Estimulación de la resistencia en actividad constante. • Estimulación de la flexibilidad movilizand las articulaciones y músculos de todo el cuerpo. 	<ul style="list-style-type: none"> • Fortalecimiento de la fuerza en diferentes grupos musculares. • Desarrollo de la velocidad. • Estimulación de la resistencia en la actividad constante

2.3.3. FORMACIÓN DEPORTIVA BÁSICA

En esta área se pretende brindar al niño y la niña la posibilidad de integrarse al deporte como parte de una formación integral del sujeto, donde por medio del conocimiento y ejercicio físico, retroalimenta y mejora su nivel de vida; ya que conociendo su estructuración y estando consciente de la importancia de su salud, difícilmente la perjudicará. Además, concibiendo a ésta como un fenómeno social que en muchos de sus casos ha sido difundido por los medios de comunicación, por lo que el niño y la niña no desconocen totalmente la existencia del deporte.

Las actividades que se proponen que l@s niñ@s obtengan durante sus seis años de educación elemental física son:

- Caminar, correr, saltar, lanzar, trepar, patear, botar, girar, atrapar, reptar, con globos, pelotas de vinil o de papel.
- Manipulación de pelotas de vinil similares a las que se usan en el fútbol, volibol y béisbol.
- Combinación de movimientos como caminar, correr, lanzar, patear, saltar, atrapar en juegos pre-deportivos.
- Juegos organizados y pre-deportivos utilizando material no reglamentario.
- Combinaciones de movimientos de movimientos con pelotas, dirigidas a la formación de cuatro fundamentos de los deportes básicos: botar y pasar, conducir y patear, saltar y bloquear, girar y lanzar.
- Reafirmación de la técnica de caminar y correr al participar en juegos pre-deportivos.
- Práctica de juegos organizados y pre-deportivos que desarrollen en el alumno habilidades técnicas para la práctica de los deportes básicos.
- Botar un balón con mano derecha e izquierda sin desplazamiento y con desplazamiento: caminando, luego trotando para terminar corriendo.
- "Botibol", volibol por tercias, "el que mete su gol para", "Minibol".

Dentro de esta formación deportiva, ¿se le muestran a l@s alumñ@s prácticas profesionales de diversos deportes, en los que ellos se puedan interesar o simplemente se le deja a la "cultura deportiva" de nuestro país que dé su versión de lo que para ella es el deporte?. Considero importante aclarar que no se ha visto que a l@s alumñ@s se les dé una adecuada orientación, y aunque no es el propósito que todos l@s niñ@s sean deportistas profesionales, si es necesario que conozcan y desarrollen algún tipo de actividad que les permita tener un desarrollo integral de mente y cuerpo.

Aquí los conceptos que hay que rescatar y destacar son:

MOVIMIENTOS BÁSICOS : A partir de las formas básicas de movimiento, l@s alumn@s experimentan y reconocen toda la gama de posibilidades de movimiento que posteriormente afinarán para la realización de tareas específicas dentro de la actividad que lo irán conformando hacia una formación en el aspecto deportivo.

JUEGOS PRE-DEPORTIVOS : Actividad física de conjunto en la que se combinan elementos técnicos de diferentes deportes, con la aplicación de las reglas fundamentales o modificadas para su realización; su tarea específica es propiciar el aprendizaje y formación previa a la participación del alumnado.

INICIACIÓN DEPORTIVA BÁSICA : Es la formación y estructuración de los juegos variados y los fundamentos técnicos deportivos dentro de las dos primeras fases del aprendizaje motor (ideo-motora y gruesa). A partir del manejo de una gran variedad de objetos y/o implementos de diversas características que no necesariamente deben tener relación directa con algún deporte en específico y la aplicación de estos fundamentos en situaciones similares a las de los deportes.

SINCRONIZACIÓN : Es la capacidad de poder transmitir en forma progresiva y simultánea, la fuerza o esfuerzo que se produce en cada una de las partes del cuerpo que participan en el movimiento, logrando así, una multiplicación geométrica de la fuerza, que en los momentos de inercia de cada masa muscular, acumulan mayor energía motriz.

DIFERENCIACIÓN : La posibilidad de destacar en el movimiento la participación ordenada de diversos grupos musculares indistintamente, es requerida para que el individuo que efectúa una acción, logre rapidez, exactitud y economía en su ejecución. La diferenciación tiene como resultado, el regular la velocidad de contracción muscular de cada músculo agonista y antagonista en el movimiento que se realiza.

DEPORTE ESCOLAR : Actividad física, individual o de conjunto, cuya reglamentación, instalaciones y equipo son adaptados a las características de niñ@s y jóvenes en edad escolar, de carácter eminentemente formativo, favorecedor de aprendizajes, habilidades y actitudes.

DEPORTES BÁSICOS Y REGIONALES : Son aquellos que en su realización participan las formas básicas de movimiento en forma natural y que por sus características, en el ámbito escolar, propician el desarrollo de habilidades y destrezas físicas; en cuanto a la regionalización del deporte escolar obedecerá a las características de la región y a los intereses de l@s educand@s.

PRIMER GRADO	SEGUNDO GRADO
<ul style="list-style-type: none"> Realización de movimientos básicos para la iniciación al deporte. 	<ul style="list-style-type: none"> Juegos organizados para la iniciación en la práctica del deporte. Movimientos básicos identificados como fundamentos deportivos.

TERCER GRADO	CUARTO GRADO
<ul style="list-style-type: none"> Estructuración de fundamentos deportivos. 	<ul style="list-style-type: none"> Formación de fundamentos deportivos. Deporte escolar.

QUINTO GRADO	SEXTO GRADO
<ul style="list-style-type: none"> Formación de fundamentos deportivos. Práctica de deportes básicos, de conjunto e individuales, en los que se utilicen los fundamentos deportivos adquiridos y se apliquen las reglas del juego. 	<ul style="list-style-type: none"> Práctica de juegos organizados y pre-deportivos Ejecución de fundamentos deportivos en situaciones de juego.

2.3.4. ACTIVIDAD FÍSICA PARA LA SALUD

Estar sano representa para el individuo un buen funcionamiento de órganos y sistemas, que lo mantienen dispuesto para realizar sus actividades cotidianas, con mayor energía

y menos tensiones. En la infancia, el mantenimiento de la salud posibilita, además, el que los procesos de crecimiento y desarrollo se den en mejores condiciones. Para estar sano, el organismo presenta necesidades de alimentación, considerada como la fuente de captación de nutrientes de donde el cuerpo obtiene la energía necesaria para su crecimiento y desarrollo. En el área de salud; se pretende que el niño y la niña adquieran y estructuren, mediante procesos de investigación e indagación, los conceptos de:

HIGIENE : Este elemento adquiere gran importancia dado que considera el aseo personal para reducir la presencia de microbios, bacterias y gérmenes que alteran el buen estado y funcionamiento físico del cuerpo (piel, orejas, cabello, pies, uñas) que pueden ser dañados e infectados a tal grado que se convierten a mediano plazo en una enfermedad, la cual coadyuva a disminuir la capacidad física de su cuerpo. Es necesario que el profesor o profesora orienten a l@s alumn@s en la manera de asearse para que su organismo esté sano. Por otra parte l@s alumn@s tomará conciencia sobre las precauciones para evitar accidentes como son: el quitarse las pulseras, anillos, relojes, diademas, aretes, collares y tener las uñas cortas de manos y pies, ya que pueden provocar lesiones a l@s mism@s alumn@s o a sus compañer@s.

ALIMENTACIÓN : Se entiende como el proceso mediante el cual se llevan al organismo las sustancias del medio externo para realizar la nutrición y ésta abarca los estudios de los alimentos, su composición y los efectos en el organismo, así como los procesos a través de los cuales este mismo transforma e incorpora a sus propios tejidos y células las sustancias contenidas en ellos, denominadas generalmente nutrientes y que son indispensables para satisfacer la necesidad energética y plástica (construcción, reparación y protección de tejidos del cuerpo humano).

DESCANSO : Durante los periodos de tiempo en que el organismo permanece sin movimiento, las células y los órganos bajan en su funcionamiento; y por el contrario, el exceso de ejercicio tiene repercusiones tan violentas que se pueden producir mareos, desmayos y vómito como síntomas extremos y posteriores al cansancio y la fatiga. El

profesor o profesora deberán orientar sobre los periodos de recuperación dentro de la clase; así como algunas formas de relajación muscular, que favorezcan la adopción del tono muscular. Por otro lado la misma clase de educación física favorece la descarga emocional que permite mantener el buen estado de funcionamiento del sistema nervioso.

CONSERVACIÓN DEL MEDIO : Los efectos que se han revertido sobre el hombre y la mujer por la falta de conciencia influyen directamente en su organismo y así mismo en la forma en que tiene que realizar su actividad física como parte de la conservación y fortalecimiento de su salud, ya que de no hacerla en condiciones adecuadas repercute en forma desfavorable. L@s profesor@s al respecto deberá orientar a l@s alumn@s para lograr gradualmente formar conciencia de la responsabilidad que implica la conservación del medio en el que se desenvuelven. El compromiso se inicia con la adecuación del lugar en el que se desarrollan la clase de educación física y se va haciendo extensiva hasta abarcar el total entorno en el que se desenvuelve.

EFFECTOS DEL EJERCICIO FÍSICO EN EL ORGANISMO : La práctica de la actividad física produce cambios benéficos en el organismo al estimular sus funciones. El efecto va dirigido en forma específica a cada uno de los sistemas, lo que lógicamente influye sobre los demás por ser el organismo un sistema único. Las acciones del profesor para fortalecer el sistema músculo-esquelético, son activar el funcionamiento cardio-respiratorio y favorecer la maduración del sistema nervioso; entre otros beneficios debe estar plenamente orientada por un conocimiento detallado de la forma en cómo se desarrollan dichos procesos para orientar consecuentemente a l@s alumn@s en la identificación progresiva de los beneficios que a corto y largo plazo se obtienen con la práctica sistemática del ejercicio, e intentar que sea capaz de regular, controlar y dosificar sus esfuerzos por sí mismo en el hábito que la educación física trató de formar en l@s alumn@s.

PROTECCIÓN DE LA SALUD : Tiene muchos aspectos que rescatar en la práctica ya que el programa hace interesantes propuestas de iniciar con l@s niñ@s una educación de la salud que conlleve múltiples beneficios en favor del sujeto y por consiguiente de una nueva sociedad; haciéndola a ésta consciente del grave problema al que la sociedad de hoy día se está enfrentando; sin hallar el punto preciso de intervención para sanearla, que a mi consideración es justo en esta área de educación física y de la salud donde se puede comenzar a resolver los problemas; que ya todos conocemos como contaminación, alcoholismo, drogadicción, nutrición, etcétera.

PRIMER GRADO	SEGUNDO GRADO
<ul style="list-style-type: none"> • La educación física como actividad saludable y de diversión. • Importancia de la higiene después de la práctica de ejercicios o deportes. • Importancia del descanso para recuperar energía. • Importancia de cuidar el lugar donde se realiza la actividad física. 	<ul style="list-style-type: none"> • La actividad física como medio para conservar la salud. • Importancia de la higiene para la conservación de la salud. • Importancia de cuidar el medio. • Importancia del descanso para recuperar energía. • Cuidado del espacio en el que se realiza la actividad.

TERCER GRADO	CUARTO GRADO
<ul style="list-style-type: none"> • La actividad física como una forma de liberar la tensión nerviosa. • Importancia de la higiene personal antes y después del ejercicio físico. • Importancia del cuidado del medio ambiente para conservar la salud. 	<ul style="list-style-type: none"> • Cambios que experimenta el organismo durante y después de la actividad física: frecuencia respiratoria, pulso y sudoración. • Importancia de la higiene personal antes y después de la actividad física. • Acondicionamiento de áreas para realizar la actividad física.

QUINTO GRADO	SEXTO GRADO
<ul style="list-style-type: none"> • Identificación del pulso. • Importancia de la higiene personal y la higiene en la escuela. • Saltar en un mismo lugar, y cuando se indique, buscar y encontrar el pulso. 	<ul style="list-style-type: none"> • Importancia del ejercicio para ayudar al desarrollo físico del cuerpo. • Importancia de la higiene personal y de la higiene en la comunidad. • Importancia de mantener en condiciones adecuadas el lugar donde se realiza la actividad física.

2.3.5. INTERACCIÓN SOCIAL

Se refiere a toda aquella comunicación verbal y no verbal, que se establece entre dos a más integrantes de un grupo. La interacción social es importante dentro de los ejes de la educación física en primarias; se entiende por ésta la relación dinámica entre un grupo social a través de la comunicación y el tipo de relación y la calidad de éstas; es uno de los elementos que constituyen el marco referencial de la educación nacional, cuyo propósito axiológico****, considera la fuerte influencia que ejerce en el sujeto: la familia, el grupo de amig@s y los medios de comunicación básica a los que se tiene acceso. Todo ello, genera una amplia gama de interacciones, que hace, en este sentido, muy complejo el proceso educativo.

El niño o niña como parte inminente de este proceso, requiere para su desarrollo integral de las experiencias significativas que se generan de la relación que se establece con sus congéneres. La variedad de actividades características de la educación física, representan un espacio pedagógico óptimo para favorecer una influencia social de calidad entre maestr@, alumn@, compañer@, trascendiendo en la comunidad a la que pertenece. Pensar en la participación de la familia y la comunidad en forma integradora, consiste en atender desde una primera instancia a un ejercicio de derechos humanos, que se debe brindar a todos la posibilidad de desarrollar y preservar libremente sus facultades físicas, intelectuales y morales; por lo que se debe garantizar la posibilidad de acceder a la educación física como parte fundamental del proceso educativo.

Ser congruentes con este principio, implica asumir un sentido democrático y de respeto a la libertad de los otros, ya que en el marco de una sociedad en proceso de la democracia se debe plantear lineamientos en los que la educación física garantice igualdad de oportunidades y oriente el aprendizaje de múltiples habilidades, procurando

**** Axiológico, relativo a los valores.

el desarrollo de la persona como ser creativo, participativo, libre, autogestor de su propio destino. La interacción social es tan plural que los mismos componentes y elementos que integran este eje deben ser regionalizados e individualizados dentro del sistema educativo nacional y específicamente en el movimiento corporal.

La Ley General de la Educación, señala el mandato que se establece como orientación para tod@s aquell@s que de alguna u otra manera ejercen en el campo de la educación, que es considerar el artículo 7, párrafo X que dice *"desarrollar actitudes solidarias en los individuos, para crear conciencia sobre la preservación de la salud, la planeación familiar y la paternidad responsable sin menoscabo de la libertad y el respeto absoluto a la dignidad humana; así como propiciar el rechazo a los vicios"*²⁰.

Por lo anterior, la función de la figura docente es la de crear y recrear valores que sirvan para fundir y amalgamar la necesidad social del movimiento, ya que éste promueve una convivencia colectiva con un alto sentido humanista y conserva y fortalece la salud de la población ofreciéndole mejor calidad de vida.

Por tanto se considera que para lograr la interacción social, el niño o niña debe experimentar inminentemente el proceso educativo, brindándole experiencias significativas mediante las actividades que realiza y proporcionándoles satisfacción.

A continuación se presentan los componentes que conforman este eje temático:

ACTITUDES : Tiene su base en la formación de valores; la actividad física genera actitudes y valores de respeto, participación, disciplina, cooperación, solidaridad; haciendo de lado las negativas que son contrarias a los valores que se deben inculcar a l@s alumn@s.

²⁰ Diario Oficial, 13 de Julio de 1993, México D.F. pág. 43.

ACTITUDES SOCIALES : Es la interacción que se produce entre los sujetos, llevando siempre consigo los valores fomentados desde niñ@s.

VALORES CULTURALES : Corresponden a un carácter regional al rescatar los juegos, cantos, danzas, bailes y deportes propios del lugar y que generalmente están determinados por las condiciones de la localidad, aunque no se excluye la cuestión nacional.

PRIMER GRADO	SEGUNDO GRADO
<ul style="list-style-type: none"> • La participación espontánea, libre y creativa del alumno en actividades motrices que le proporcionen seguridad en sí mismo. • Actividades recreativas que permitan la integración del niño o niña al grupo sin perder su libertad. • Practicar cantos, juegos y rondas propios de su región. • Utilización de bailes regionales y danzas. 	<ul style="list-style-type: none"> • Actividades motrices con reglas sencillas que permitan descubrir valores como el respeto y la honestidad. • Permitir descubrir la cooperación y colaboración en grupos. • Juegos tradicionales que satisfagan al niño y niña. • Importancia del baile regional y el interés de l@s niñ@s. • Expresiones de danzas propias del país y regiones.

TERCER GRADO	CUARTO GRADO
<ul style="list-style-type: none"> • Importancia de la observación de las reglas que rigen un juego, asegurando el respeto a la integridad. • Participación de l@s alumn@s en actividades y juegos que le permitan identificar en resultados la importancia de colaborar en equipo. 	<ul style="list-style-type: none"> • Fomentar la responsabilidad, la autogestión, la auto - disciplina y permita la posibilidad de manifestarlas en la co-evaluación. • Favorecer la cooperación, participación y buena integración en equipos y en grupo.

QUINTO GRADO	SEXTO GRADO
<ul style="list-style-type: none"> • La importancia de la autoestima como resultado del conocimiento de las capacidades y limitaciones. • Importancia del respeto a la participación de los compañeros en actividades deportivas. 	<ul style="list-style-type: none"> • Importancia de la autoestima y el aprecio por uno mismo. • La importancia de fomentar el respeto al contrincante y la solidaridad con su grupo. • Importancia de mantener los juegos tradicionales, así como los bailes. • Importancia de la practica de deportes regionales y las diferencias.

2.4. MATERIALES E INSTALACIONES

De acuerdo a las actividades que se proponen realizar los programas, se debe contar con el siguiente material:

- Balones de Volibol
- Balones de Basketbol
- Balones de Fútbol
- Pelotas
- Láminas del cuerpo humano
- Cajas de cartón
- Llantas
- Globos
- Pelotas de vinil o papel
- Grabadora y cassettes
- Espejos de cuerpo entero
- Colchonetas
- Listones
- aros
- Papel
- Popotes
- Banderillas
- Objetos de diferentes pesos y tamaños
- Cronometro
- Redes de Volibol
- Barra de equilibrio

Es importante señalar en este rubro que la Secretaría de Educación Pública no da indicaciones respecto del material que deben tener las escuelas, sino que de los programas los profesores tienen que deducir qué tipo de herramientas requiere para desempeñar su labor, de acuerdo a las actividades y orientaciones que se les da. Por lo que en esta lista están todos los materiales que se utilizan para llevar a cabo las actividades propuestas por los programas.

También es necesario anotar que la Secretaría de Educación Pública no distribuye materiales para esta clase, y al referirme a materiales quiero decir, pelotas, balones, aros, etcétera. Pero estos gastos se tienen contemplados dentro de los presupuestos que se le asignan a cada escuela; para que de acuerdo a los requerimientos de número de alumnos, se le sea destinada la cantidad para adquisiciones.

En el caso de las instalaciones, estos son los espacios para realizar las actividades sugeridas. Así, lo que se requiere para el correcto cumplimiento de todos los objetivos es necesario que las escuelas cuenten con:

- Vestidores
- Regaderas
- Pista
- Gimnasio
- Cancha de Vólibol
- Cancha de Béisquetbol
- Cancha de Fútbol

Aunque no necesariamente con todo, ya que como se mencionó al principio del capítulo todo tiene un grado de flexibilidad y se pueden adaptar espacios para realizar distintas actividades; por ejemplo, marcar dentro de la cancha de baloncesto una de vólibol, pues dadas sus medidas cabe dentro de la primera; y alrededor de estas marcar carriles de la pista.

Las demás instalaciones se colocarán de acuerdo a los espacios con que cuente cada escuela; y es importante mencionar que la mayoría de las escuelas públicas cuentan con terrenos muy amplios, aspecto que favorece a la clase de educación física.

2.5. EVALUACIÓN

La evaluación del aprendizaje en las escuelas públicas se conceptualiza como un proceso en el que se reúne información relacionada con lo aprendido por el estudiante, con el fin de que el evaluador formule un juicio de la eficiencia del proceso de aprendizaje y de sus resultados, para tomar las decisiones pertinentes encaminadas a mejorarlos. Así la evaluación tiene como principal función procurar mejorar el propio aprendizaje. Esto se logra mediante una acción fundamental: el *diagnóstico*, a través del cual se pretende conocer hasta qué punto se han conseguido los propósitos educativos formulados por el profesor, con fundamento en el programa de educación física, considerando como elemento las características de crecimiento y desarrollo que presentan los alumnos, lo que facilita la toma de decisiones para mejorar el aprendizaje.

Este diagnóstico se efectúa por medio de la técnica de observación y/o la aplicación de pruebas. La observación se comprende como las apreciaciones o juicios que el profesor realiza del alumno con relación a las ejecuciones de movimientos y manifestación de conocimientos, hábitos, actitudes y valores planteados en los contenidos educativos de la materia. Los juicios derivados de las observaciones, están sustentadas por la experiencia y preparación profesional del docente, los cuales son elementos insustituibles para valorar el procedimiento del aprendizaje.

ALUMNO@:						
FECHA DE NACIMIENTO:						
DATOS						
NOMBRE	CURSO	EDAD	PESO	ESTRUC.	ESTRUC.	ESTRUC.
PRUEBAS						
TEORÍA			PRÁCTICA			
CLASIFICACIÓN DE APTITUDES GENERALES						
APTITUD	1	2	3	4	5	6
Agilidad						
Flexibilidad						
Resistencia***						
Coordinación						
Equilibrio						
Velocidad						
Fuerza						
Progreso general						

La evaluación del aprendizaje constituye un proceso a efectuarse en forma *permanente*; sin embargo sólo con fines didácticos, se han considerado los siguientes momentos para su aplicación. La evaluación encaminada a indagar la situación del alumno o alumna antes de iniciar; lo que se pretende que debe aprender, se le conoce con el nombre de evaluación inicial. Para el registro de las observaciones ha realizar tanto para la evaluación *inicial* como para la *permanente*, se utilizan instrumentos

* Tiempo de Recuperación TR.

** Según peso, talla, edad y resultados obtenidos en las pruebas.

*** Hasta niños de 12-13 años es poco significativo.

diversos tales como: registro anecdótico, escalas estimativas, listas de control y entrevistas. Esta observación deberá estar considerada por l@s profesor@s de educación física como una de las técnicas de mayor valor en la realización del diagnóstico, ya que le permite identificar el nivel de aprendizaje que poseen l@s alumn@s en torno a los propósitos educativos en los diferentes momentos de los procesos de enseñanza y aprendizaje.

Otra de las técnicas fundamentales que permiten acercarse al diagnóstico de los aprendizajes de l@s alumn@s, son las pruebas, las cuales podrán ser de diferentes tipos, dependiendo del propósito educativo a valorar: pruebas de conocimiento y/o pruebas de capacidades físicas. En su aplicación será pertinente el empleo de diferentes formas, ya sean escritas, verbales, de ensayo o de ejecución práctica, todas ellas en forma individual o colectiva.

Y como evaluación *final* l@s profesor@s de educación física deberá asignar una calificación numérica a cada alumn@ que se registrará en la boleta de calificaciones; además de concentrar todas las observaciones pasadas, de hecho la evaluación *final* es el resultado de las dos anteriores. Los rubros que aparecen bajo el término de indicadores, son los que l@s profesor@s debe evaluar en cada eje:²¹

INDICADORES	
EJE I	Se evalúa la capacidad coordinativa manifestada por las y los educandos. Como resultado de la estimulación perceptivo motriz referida al conocimiento y dominio del cuerpo; la sensoperceptiva y las experiencias motrices básica.
EJE II	Se evalúa la condición física lograda por las y los educandos, producto de la ejercitación de la fuerza muscular, la flexibilidad articular, la resistencia al esfuerzo y la velocidad de ejecución en movimientos acordes a las fases sensibles de desarrollo de l@s educandos.
EJE III	Se evalúa la destreza motriz manifiesta en la eficiencia de ejecución de los diferentes patrones motrices condicionada por la actividad grupal a nivel de juego, predeporte o deporte escolar.
EJE IV	Se evalúa la adquisición de hábitos por la actividad física que se manifiesten en l@s educandos como resultado de la comprensión de los factores que condicionan los

²¹ Secretaría de Educación Pública. *Programa de Educación Física*. Dirección General de Educación Física. Pág. 168-169.

	efectos benéficos del ejercicio físico para la salud.
EJE V	Se evaluarán las actitudes positivas y valores mostradas por l@s educand@s, hacia sí mismo y hacia los demás, en las actividades generadas por la dinámica de las clases de educación física. Así mismo, en el respeto, comprensión y participación en actividades recreativas físicas tradicionales de nuestro pueblo acordes a la edad y que fortalezcan su identidad nacional.

Es necesario añadir que el programa cuenta con una propuesta de evaluación de la enseñanza, que consta de un cuestionario que deben resolver l@s profesor@s, aunque no es de forma obligatoria, este puede proporcionarle al docente, parámetros que le permitan hacer correcciones a su programación anual, al tipo de conocimientos con que debe contar para seguir trabajando a la vanguardia de la educación; y logrando conseguir esos fines de educación de calidad que tanto se menciona en el Plan de Desarrollo 1995-2000; y se realizan las siguientes preguntas:

- 1.- ¿Brindé una amplia estimulación sensorial que propiciará la exploración, identificación y dominio de las posibilidades motrices de l@s alumn@s?
- 2.- ¿Propuse actividades motrices sistemáticas en el manejo de pesos, distancias, tiempos, repeticiones que respetarán las fases sensibles por las que atraviesan las y los educandos?
- 3.- ¿Propicié el análisis y la reflexión de la posibilidad de control y manejo de las partes del cuerpo en diferentes situaciones espacio-temporales?
- 4.- ¿Proporcione una amplia variedad de experiencias motrices, susceptibles de ser practicadas en el tiempo libre de l@s alumn@s?
- 5.- ¿Aporté información escrita, visual y oral sobre los beneficios que la práctica del ejercicio físico reporta al individuo?
- 6.- ¿Aporté información escrita, visual y oral sobre las actividades que complementan el ejercicio físico y condicionan su efectiva repercusión en la salud?
- 7.- ¿Propicie la participación de l@s alumn@s en experiencias motrices de exploración libre y guiada, que favorezcan la creatividad y la confianza y seguridad en sí mismo?
- 8.- ¿Propicié situaciones donde l@s alumn@s pudieran intercambiar impresiones y experiencias conmigo y con sus compañer@s sobre sus logros y expectativas relacionadas con su movimiento corporal?

9.- ¿Propuse actividades físicas formales y lúdicas donde se resaltó la importancia del respeto, la cooperación y la confianza en sus compañer@s?

10.- ¿Resalté la importancia del respeto a las reglas del juego como propiciadoras de la participación en igualdad de circunstancias y oportunidades?.

A contestar con cuadros como:

Grupos de 1°			Grupos de 2°			Grupos de 3°			Grupos de 4°			Grupos de 5°			Grupos de 6°		
SI	MED	NO															

ALTERNATIVAS DE SOLUCIÓN:

CRITERIOS:

SI = Si, totalmente

MED = Si, con dificultades o medianamente

NO = No se logro realizar el propósito

CAPÍTULO III

PRÁCTICAS DE LA EDUCACIÓN FÍSICA

3. PRÁCTICAS DE LA EDUCACIÓN FÍSICA

3.1. OPERACIÓN DE LA EDUCACIÓN FÍSICA EN LAS ESCUELAS PÚBLICAS

Este capítulo está dedicado a la observación de la práctica que se desarrolla en las escuelas de nivel primaria; con el fin de analizar qué actividades desarrollan los profesores en las clases y su evaluación, cómo está considerada la asignatura, desde la importancia que le brindan los profesores de aula al asignarle su horario correspondiente, hasta las actividades extra-académicas que puedan tener las escuelas o demás situaciones que puedan obstruir el desarrollo de la actividad de educación física.

Además se observan las características de las escuelas con el propósito de ver las adecuadas o inadecuadas condiciones con las que cuentan estas para desempeñar este tipo de clases; los materiales, las instalaciones recreativas y espacios, así como los uniformes o vestimenta que se utilizan para realizarlas. También se ha considerado necesario averiguar sobre la formación y actualización con que cuentan los profesores de esta área como parte de este enfoque de parte de la Secretaría de Educación Pública de educación de calidad.

El estudio de campo correspondiente a este trabajo se realizó en la delegación de Xochimilco; el cual cuenta actualmente²² con ciento once (111) escuelas de nivel primaria; ubicadas en los más de noventa y ocho (98) barrios, pueblos y colonias que lo conforman; se eligen éstas por sorteo, por lo que no se contemplan parámetros prejuiciados por criterios externos o personales.

²² Consideración para el año de 1997.

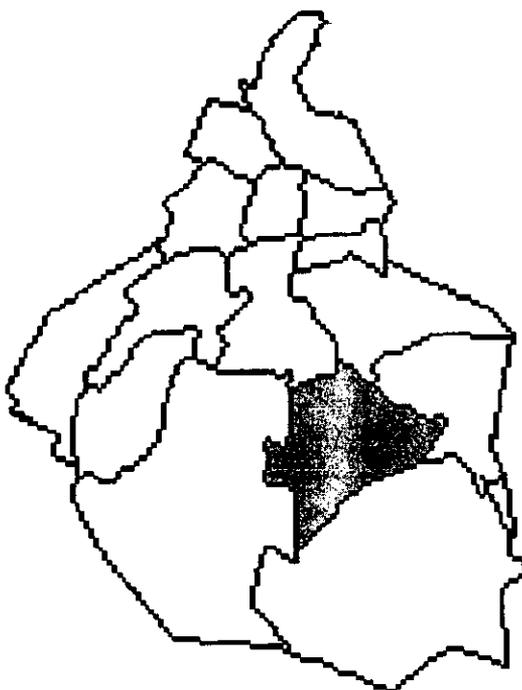
La metodología que se utilizó fue la recolección de información por medio de entrevistas con profesor@s, padres de familia, alumn@s y autoridades educativas; con el fin de saber su posición respecto al tema; se realizaron visitas a diversas escuelas de la delegación, todas de un mismo sector; el criterio que se empleó para elegir las fue ver si dentro de una misma zona se pueden encontrar tantas diferencias o similitudes; la zona escolar dentro de Xochimilco está considerada como de clase media según el INEGI, cuestión que nos permite no llegar a conclusiones irreales o extremas, con esto las consideramos la muestra representativas por sus características (agrícolas, comerciales y de dispersión).

Dentro de este trabajo los puntos principales fueron los referidos a las características de la comunidad (situación económica, social y cultural); el perfil docente existente en las instituciones, las características de l@s niñ@s atendidos, los procesos de enseñanza aprendizaje que se llevan a cabo, los materiales e instalaciones con los que cuenta cada una de estas escuelas, y cómo se evalúa todo -incluido el inferir si se evalúa la enseñanza- el proceso.

Y como principio, considero importante enmarcar los aspectos principales de esta delegación: La delegación de Xochimilco tiene una superficie de 125.17 kilómetros cuadrados, mismos que representan el 8.4% de la extensión total del Distrito Federal. El 20% de la totalidad del territorio de la delegación corresponde a suelo urbano y representa el 3.3% de las zonas urbanas del Distrito Federal.

Los límites geográficos de la delegación son: al norte, las delegaciones Tlalpan, Coyoacán, Iztapalapa y Tláhuac; al este, la delegación Tláhuac; al sur, la delegación Milpa Alta y al oeste, la delegación Tlalpan. Xochimilco está integrado por 17 barrios localizados en la cabecera delegacional, 14 pueblos, 46 colonias, 21 unidades habitacionales, 6 ejidos y 4 tierras comunales.

DELEGACIONES



El clima predominante es el templado sub-húmedo con bajo grado de humedad, con una temperatura media anual de 16° C y una precipitación pluvial que varía entre 700 y 900 mm. anuales.

Entre los principales recursos naturales con que cuenta Xochimilco se encuentran: El subsuelo que tiene las reservas de agua más importantes del Valle de México; sus 189 kilómetros de canales; el área boscosa en la zona de la montaña; el agua tratada para la agricultura en cantidad que supera los 1,200 litros por segundo; el nuevo parque ecológico cuya función no sólo es de atractivo turístico, sino que contribuye a regular los excedentes de agua de la zona lacustre, además de reactivar la producción agrícola mediante el sistema hidro-agrícola tradicional de las chinampas.

En la delegación de Xochimilco el uso de suelo predominante es el agrícola que representa el 58.4% de su superficie territorial, le sigue en magnitud el habitacional (que junto con los espacios abiertos, usos mixtos, asentamientos urbanos y equipamiento), representan el 18.9% y el 22.7% restante se destina al uso industrial, pecuario, forestal y equipamiento urbano. La comparación con la distribución del uso de suelo en el Distrito Federal se presenta en el siguiente cuadro.

DISTRIBUCIÓN DE SUELO²³

	AGRÍCOLA	PECUARIO	FORESTAL	INDUSTRIAL	ESPACIOS ABIERTOS	HABITACIONAL
Xochimilco	58.4 %	8.0 %	13.6 %	0.9 %	0.2 %	18.9 %
D.F.	12.9 %	2.5 %	34.2 %	2.0 %	4.4 %	44.0 %

²³ Fuente: ANUARIO ESTADÍSTICO DEL DISTRITO FEDERAL 1993, INEGI

Xochimilco es una de las delegaciones que destina mayor parte de su superficie territorial a las actividades primarias, el 80%, mientras que el Distrito Federal destina el 49.6% de su superficie a dichas actividades.

La densidad de la población de la delegación Xochimilco en 1990, fue similar a la registrada en promedio para el Distrito Federal, con 108.3 habitantes por hectárea.

La población total de la delegación Xochimilco según las cifras arrojadas por el censo de población y vivienda elaborado por el Instituto Nacional de Estadística Geografía e Informática (INEGI) en 1990, era de 271.151 habitantes, que representan el 3.29% del total del Distrito Federal. En el siguiente cuadro (4 - C) se presenta la evolución de la población desde 1970, así como las tasas de crecimiento anual correspondiente y su comparación con el Distrito Federal:

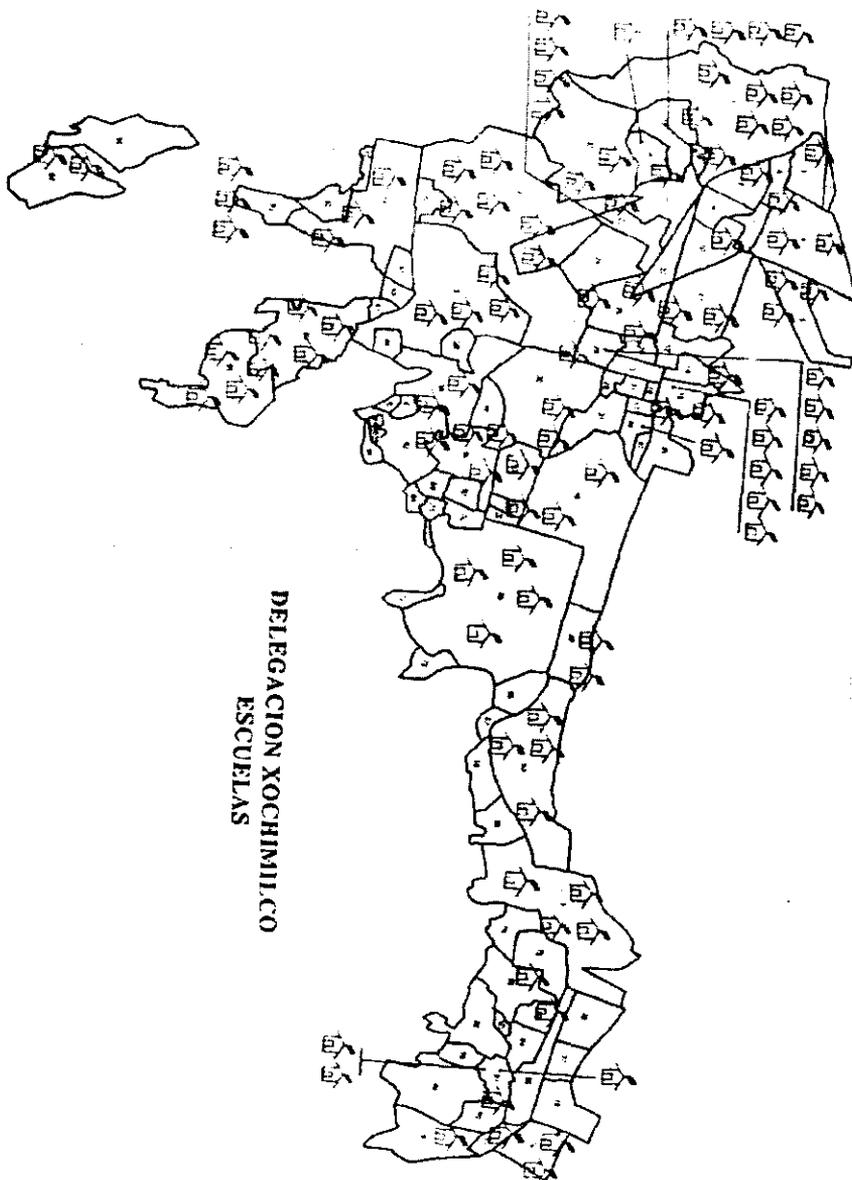
EVOLUCIÓN DE LA POBLACIÓN.²⁴

	1970	1980	1990	70-80	80-90	70-90
Xochimilco	116,493	217,481	217,151	6.4 %	2.2 %	4.3 %
D.F.	6'874,165	8'831,079	8'235,744	2.5 %	-0.7 %	0.9 %

La población de la delegación Xochimilco está conformada por un alto grado de personas jóvenes entre -0 y 24 años- destacando el segmento de 15 a 19 años, y en particular las mujeres del mismo.

²⁴ Fuente: IX, X Y XI CENSOS GENERALES DE POBLACIÓN Y VIVIENDA 1970, 1980 Y 1990, INEGI.

POBLACIÓN EN XOCHIMILCO.



Por su volumen poblacional Xochimilco se ubica como la décima segunda delegación más poblada del Distrito Federal; a su vez, supera en residentes a las ciudades de Chilpancingo, Guanajuato, Pachuca, Oaxaca, Villahermosa y Zacatecas entre otras.

Lo anterior es de gran importancia, pues revela una demanda constante de educación básica en el mediano plazo y una fuerte presión en los ciclos de los niveles educativos medio y medio superior, así como la generación de nuevas plazas de trabajo para las y los jóvenes que se integran al mercado laboral.

Otro de los grandes temas sobre los cuales el censo de población proporciona información, es el que se refiere a las características económicas de la población, a través de ellas conocemos el número de personas que desarrollan actividades económicas, sus ocupaciones principales, así como las de aquellas personas que económicamente son inactivas.

En el Distrito Federal la población económicamente activa está formada por 2,9 millones de habitantes de estos el 3 % viven en Xochimilco; es decir, en la delegación hay poco más de 91 mil residentes incorporados a quehaceres productivos. Predominan en esta población los varones, ya que de cada diez trabajadores que habitan en la delegación, 7 son hombre y 3 mujeres.

3.2. CARACTERÍSTICAS DE LA COMUNIDAD ESCOLAR

Para este trabajo como muestra se tienen consideradas cuatro primaria públicas; por lo que la investigación y observaciones se realiza en las siguientes escuelas en el turno matutino y vespertino:

Por distintas razones se prefiere no mencionar los nombres de las escuelas que apoyaron en esta investigación; por lo que se le designan iniciales. La Escuela Primaria "R", atiende a una población total de:

TURNO MATUTINO

140 niñ@s de primer grado,
82 niñ@s de segundo grado,
99 niñ@s de tercer grado,
110 niñ@s de cuarto grado,
105 niñ@s de quinto grado,
112 niñ@s de sexto grado.

TURNO VESPERTINO

77 niñ@s de primer grado,
71 niñ@s de segundo grado,
59 niñ@s de tercer grado,
45 niñ@s de cuarto grado,
49 niñ@s de quinto grado,
48 niñ@s de sexto grado.

POBLACIÓN TOTAL: 648**POBLACIÓN TOTAL: 349**

Esta escuela cuenta con los servicios de agua, luz, teléfono, drenaje, instalaciones de baños, cancha de basquetbol, fútbol y cancha de usos múltiples.

En el turno matutino cuenta con dos profesores de educación física, y cada uno atiende a nueve grupos dos veces por semana con clases de 50 minutos. Además cuenta con dieciocho profesores académicos, tres profesores adjuntos, un profesor de artes plásticas, uno de educación musical, una de USAER, una secretaria y la directora.

En el turno vespertino al principio del año contaban con dos profesores, pero una de las profesoras dejó sus grupos por causas que no pudieron explicar; y estos grupos equivalen a la mitad de la población estudiantil. Además se tienen dentro de su nómina las siguientes figuras académicas y administrativas: diecisiete profesores académicos, un profesor de artes plásticas, un profesor de taller, tres auxiliares y tres personas administrativas; cabe señalar que en este ciclo no tienen director@.

La Escuela Primaria "X", atiende a una población total de:

TURNO MATUTINO

129 niñ@s de primer grado,
118 niñ@s de segundo grado,

TURNO VESPERTINO

79 niñ@s de primer grado,
70 niñ@s de segundo grado,

119 niñ@s de tercer grado,
118 niñ@s de cuarto grado,
111 niñ@s de quinto grado,
123 niñ@s de sexto grado.

62 niñ@s de tercer grado,
73 niñ@s de cuarto grado,
66 niñ@s de quinto grado,
50 niñ@s de sexto grado.

POBLACIÓN TOTAL: 718

POBLACIÓN TOTAL: 400

Esta escuela cuenta con los servicios de agua, baños, luz, teléfono; y con instalaciones de cancha de basquetbol y espacios de usos múltiples. En el turno matutino hay dos profesoras de educación física que atienden los dieciocho grupos. En su registro de recursos humanos del turno vespertino, no tiene considerado a ningún profesor de educación física durante un periodo de un mes; ya que la profesora tiene permiso del 16 de febrero al 16 de marzo; ella sola atiende a los 17 grupos del turno. Es necesario comentar que la observación de esta escuela en el turno vespertino no fue permitida por las autoridades del plantel y obviamente no proporcionan información sobre la situación de l@s alumn@s al no tener clase de educación física; no puede saberse las alternativas de solución que dan ante la ausencia del docente de dicha materia.

Escuela Primaria "Q"; atiende a una población de:

TURNO MATUTINO

119 niñ@s de primer grado,
79 niñ@s de segundo grado,
79 niñ@s de tercer grado,
78 niñ@s de cuarto grado,
109 niñ@s de quinto grado,
94 niñ@s de sexto grado.

TURNO VESPERTINO

62 niñ@s de primer grado,
54 niñ@s de segundo grado,
54 niñ@s de tercer grado,
72 niñ@s de cuarto grado,
43 niñ@s de quinto grado,
57 niñ@s de sexto grado.

POBLACIÓN TOTAL: 558

POBLACIÓN TOTAL: 342

Esta escuela cuenta con los servicios de agua, baños, no hay regaderas, teléfono e instalaciones de canchas de basquetbol, espacio de usos múltiples. En su registro de recursos humanos, tienen considerados a una profesora para el turno matutino con quince grupos para ella sola; y dos profesores para el vespertino, divididos en cinco para la profesora y diez para el profesor; es necesario mencionar que la profesora que

atiende el primer turno es la misma del segundo; ya que l@s docentes, sean del área que fuese, tienen que cubrir un mínimo determinado de horas de veintidós por semana, por lo que tienen que distribuir estas horas en el mejor de los casos en una o dos escuelas, pero existen casos en que tienen que completar su mínimo en varias escuelas.

Obviamente ésto no es lógico, ya que se piensa que en el mejor de los casos es que se le asigne a cada docente un plantel base, para que se cree en ellos mayor compromiso con su plantel, pues como comentan l@s profesor@s:

“Yo trato de cumplir con mis horas y no me quedo más tiempo porque tengo que llegar a la otra escuela”

“En ocasiones me pide el director que le de a los otros grupos, pero esas horas las necesito para trasladarme a mi otro trabajo”

Escuela Primaria “M”, atiende a una población total de:

TURNO MATUTINO

125 niñ@s de primer grado,
128 niñ@s de segundo grado,
161 niñ@s de tercer grado,
149 niñ@s de cuarto grado,
121 niñ@s de quinto grado,
122 niñ@s de sexto grado.

TURNO VESPERTINO

96 niñ@s de primer grado,
67 niñ@s de segundo grado,
69 niñ@s de tercer grado,
63 niñ@s de cuarto grado,
76 niñ@s de quinto grado,
46 niñ@s de sexto grado.

POBLACIÓN TOTAL: 806

POBLACIÓN TOTAL: 417

Esta escuela cuenta con los servicios de baños, agua, luz, teléfono, canchas de usos múltiples y de basquetbol. En su registro de recursos humanos, tiene considerados a dos profesores para el turno matutino con veinte grupos entre los dos; y dos para el turno vespertino con diecinueve grupos entre los dos.

Con esto podemos ver que la mayoría de las escuelas tienen un profesor de educación física por diez grupos. Y por lo tanto, cada grupo toma dos horas de clase a la semana.

Si consideramos el cuadro²⁵ de la "Guía de protección ambiental en la escuela" que al llegar a los 101 imecas* resulta no recomendable que se haga ejercicio, y en 1997 hubo de cinco a siete días en estos niveles de contaminación; disminuye considerablemente el número de clases de educación física en el ciclo escolar que realmente toman los niños; además sobre todo en el caso del turno vespertino en temporada de lluvias o mal clima durante el año es de casi dos meses en que no se puede realizar ninguna actividad al aire libre; se hace necesario revisar esta guía de medidas escolares antes de que se presente un caso de contingencia atmosférica, ya que contiene información básica sobre la contaminación ambiental; la metodología de trabajo en aulas y actividades y planes de clase, así como recomendaciones, cómo evaluar este tipo de actividades y un anexo de cantos, juegos y elaboración de materiales didácticos.

NIVEL DE IMECAS	CONSIDERACIÓN	MEDIDA DE PREVENCIÓN
0 - 100	Satisfactoria	Ninguna
101 - 200	No satisfactoria	Suspensión de actividades al aire libre en la zona afectada.
201 - 300	Malo	Suspensión de actividades al aire libre en el total de las escuelas en el D.F.
301 - 500	Muy malo	Suspensión de actividades escolares

Debemos anotar que regularmente en la zona metropolitana se mantiene un nivel de imecas arriba de 100; y no se dejan de dar las clases en las zonas afectadas. Además durante las visitas de observación, se puede notar que en una de las escuelas no cuentan con director, pero al parecer esto no afecta el desempeño regular de la organización administrativa y académica de la institución; porque existen otras instancias que resuelven diversas problemáticas que se presentan; pero qué sucede en el caso de que falte un profesor; en el caso que ya se mencionó de la escuela a la

²⁵Guía de protección ambiental en la escuela. SEP. Dirección General de Educación Física. pág. 14.

* IMECA.- Índice Metropolitano de la Calidad del Aire, término empleado por la Comisión Ambiental Metropolitana.

que se negó el acceso no se puede evaluar las repercusiones que conlleva el que una escuela con población de 400 alumn@s no cuentan con clases un mes, el mismo planteamiento se puede emplear para la escuela que quedó sin profesora casi al inicio del ciclo, ¿qué sucede con los alumn@s, ya que no hay nadie que los atienda en el aspecto de nuestro interés?

Y comenzando una lista de dificultades con las que se topa la educación física, es justo el que los docentes del aula no participen en la educación corporal de sus alumnos y aporten mayor peso al conocimiento "mental" que brindan en el salón, pero el conocimiento del esquema, la ubicación del tiempo y el espacio, la lateralidad, no son considerados como aspectos relevantes dentro de los procesos de enseñanza y aprendizaje del nivel primaria. Podría por lo tanto considerarse que existe un deslindamiento entre los propósitos que persigue tanto el docente de aula como el de patio, por llamarle así al profesor o profesora de educación física, el primero considera como primordial e indiscutible que la o el alumno adquiera conocimientos abstractos, por llamarlos de alguna forma, ya que al hablar por ejemplo de las antiguas culturas mexicanas, no se comentan sus características físicas, sino su situación científica, económica y social.

Probablemente a poc@s profesor@s se les a ocurrido relacionar temas como éste con la materia de educación física; pueden explicar el sistema de correo, pero ¿se habrán detenido en el perfil de estos extraordinarios mensajeros que recorrían miles de metros para entregar encargos o mensajes?. Todo esto posiblemente puede llevar a más reflexiones de cómo establecer una vinculación entre áreas de aprendizaje, sin embargo, esto tendremos que dejarlo a est@s docentes. Y retomando la lista que se menciona párrafos atrás nos encontramos con un nuevo elemento a considerar como obstáculo del florecimiento de una cultura física del Distrito Federal y, es el concentrado de clases a cubrir en el ciclo de la asignatura de educación física, hablamos de 80 horas; sin embargo, este dato también es muy variable ya que dadas las condiciones

ambientales en las que vivimos en la Ciudad de México, existen días que no se puede realizar ninguna actividad física al aire libre.

Aún con este contratiempo me percaté que l@s alumn@s de dicha institución no recibieron la clase de educación física, por lo que obviamente el tiempo perdido no se puede recuperar completamente, no hubo un suplente ni profesoras de aula que sacaran al grupo a esta clase, ni siquiera en el formato que tiene establecido la Secretaría de Educación Pública, por lo tanto, estos grupos no culminarán lo programado en el área.

3.3. PROCESOS DE ENSEÑANZA Y APRENDIZAJE.

En la impartición de la clase, se ven características muy particulares: en la ropa de profesor@s y alumn@s, todos llevan pants o shorts; l@s profesor@s cargan libretas donde registran asistencia, no se pudo observar si traen ahí sus programaciones de clase, pero no realizan anotaciones en ellas, por lo que hace conjeturar que solo portan dichas listas; y anotan compromisos adquiridos del grupo, como aportaciones de material. No se pudo analizar ninguna programación dado que en los días de visita, ninguno la portaba consigo, cuestión que se enfrenta con lo planteado por la Secretaría de Educación Pública; a no ser que cada profesor@ recuerde los avances de cada uno de sus alumn@s, para saber que contenidos debe impartir considerando lo siguiente como mínimo:

- Tipo de actividad por grado.
- Qué se trabajó la clase pasada.
- Qué planeó como objetivo a corto plazo con el nivel o grado.
- Consideraciones especiales del grupo o algún alumno en particular.
- Actividad a desarrollar en ese día de trabajo

**ESTA TESIS NO SALE
DE LA BIBLIOTECA**



Luego se establecieron rangos de acción en las clases de todos l@s profesor@s, no importando grado, horario o condición atmosférica, por lo que las podríamos clasificar en tres momentos:

1. Introducción: Reunión del grupo en el área de trabajo. Calentamiento.
2. Desarrollo de la clase: Actividades encaminadas al eje I, II, III.
3. Cierre: Pase de lista. Concentración de material usado.

Hago mención al horario porque no se presenta ningún momento sobre el que l@s profesor@s analicen las consecuencias que tiene realizar ejercicios a determinadas horas del día, y podríamos mencionar los siguientes ejemplos:

HORARIO	CAUSA	E J E R C I C I O	EFEECTO
8:00	Niñ@s sin desayunar		Desmayo
11:00	Después del recreo y recién comidos, o peor sin nada de alimento.		Vómito, desmayo.
12:00	Al final de la jornada escolar.		Fatiga, desánimo
14:00	Niñ@s recién comidos. Niñ@s sin buena alimentación durante todo el día.		Vómitos, mareos. Fatiga, desmayos, desánimo.

Además hay preferencia por l@s profesor@s de sacar más temprano a l@s niñ@s más grandes en el turno matutino y en sentido inverso, es decir, primero los grados inferiores. No existe un motivo justificado, l@s profesor@s expresaron que es "como una tradición".

Como segundo punto de análisis se registró más específicamente las rutinas dentro del proceso y, son las siguientes:

- Va el profesor o profesora por el grupo hasta el salón.
- Revisa uniforme
 - Hay profesor@s que por experiencias negativas -accidentes, resbalones- no sacan a los alumnos que no cuenten con el uniforme adecuado.
 - Hay profesor@s que tienen la posición de sacar a todo el grupo aunque traigan falda, zapatos, tenis inadecuados; porque explican que l@s alumn@s se sienten incómodos y que procuran llevar el uniforme correcto.
- Dan instrucciones sobre el calentamiento que se realizará:
 - Correr alrededor de la cancha de 5 a 7 minutos.
 - Trotar con movimientos circulares de brazos.
 - Desplazamientos laterales.
 - Arrancones.

- Estiramiento de piernas, brazos, cuello.
- Caminata en cuclillas.
- Alinear al grupo y explica el profesor o profesora el tipo de actividad que van a realizar, en conjunto se observaron acciones de volibol, basquetbol, salto de bastones, trabajo con aros, partidos de fútbol (sólo hombres), pases de pelotas de vinil (sólo mujeres). Esta actividad es la que se lleva aproximadamente 35 ó 40 minutos de clase.
- Se reorganiza al grupo para guardar el material.
- Se pasa lista de asistencia y se tratan asuntos generales como algún castigo, regaño por uniforme o comportamiento en la clase

Lamentablemente ninguna de las sesiones de trabajo observadas de la asignatura, aporta elementos del eje IV que se refiere a las actividades físicas para la salud, sobre todo atendiendo el propósito de promover los hábitos de ejercitación, higiene y alimentación adecuados en el niño o niña, todo se limita a la realización de ejercicios pero sin explicación del por qué estos repercuten en beneficio del individuo, más aún, no se registra ningún comentario sobre la buena alimentación que debe llevar el niño y la niña en cada etapa de desarrollo, ¿cuáles son los requerimientos vitamínicos, proteicos, etcétera, que deben consumirse de acuerdo a la actividad propia de la edad?

Tampoco se observa que l@s profesor@s dejen tareas complementarias a las realizadas en clase, como alguna investigación de reglas de algún deporte, por ejemplo. Todo se concreta al tiempo asignado a la clase y ahí se desarrollan los procesos de enseñanza - aprendizaje de la educación física.

Es necesario definir que además de los programas de educación física editados por la Dirección de Educación Física, l@s profesor@s cuentan con el apoyo de otro instrumento en su labor docente, me refiero a la guía de protección ambiental, donde se menciona que dentro del plan anual de trabajo l@s profesor@s deben considerar las contingencias, pero, dado el agravamiento al respecto en nuestra ciudad, podríamos

estar hablando de un 15 % de clases preparadas bajo estos lineamientos; sin embargo, de entre las anotaciones a clases que se pudieron observar, no hay ninguna que fuese dentro de los salones o alguna que implique la preparación de algún tema de salud; por lo que se responde a la pregunta de si se brinda un desarrollo integral...; podemos decir lamentablemente que el programa de educación física carece de impulso efectivo en el eje IV, ya que es un elemento que se trabaja más en el aula y como bien lo menciona la Guía de protección, tanto el eje IV como el V no tienen problemas en caso de contingencia dado su carácter informativo-formativo; que dicho sea de paso está ausente dentro de la regular impartición de la materia.

Definitivamente el término de educación física, está más enfocado hacia el movimiento, y la prueba es que cuatro de sus cinco ejes se dedican a él, mientras que el único que se remite al estudio, investigación y reflexión es el de salud, donde se propone el descanso como componente en el que el estudiante comprenderá la importancia, y donde los elementos de alimentación, efectos del ejercicio en el organismo no se han abordado mínimamente; teniendo un poco de más éxito la higiene y la conservación del medio donde l@s docentes mencionan superficialmente su importancia sin permitir que se genere en l@s niñ@s el más leve sentimiento de curiosidad; ya que un ejemplo tocante al tema fue sobre la importancia de usar la ropa adecuada para realizar ejercicio; y se captan comentarios y situaciones como las siguientes:

Profesor@ : "Ya les he dicho que traigan sus calcetas de algodón blancas; que el uniforme no es ese". (Señala a un@ niñ@ con playera de algodón negra estampada con caricaturas).

Dicho de esta forma no se obtiene ninguna reacción por parte de l@s alumn@s, sólo asumen el comentario como regaño, cuestión que es muy desconcertante al observar que muchas niñas calzan tenis de suela extra-delgada y sin arcos adecuados, a lo que l@s profesor@s responden que no tienen l@s niñ@s dinero para comprar tenis

adecuados para realizar actividades como correr y saltar; que pueden ocasionar graves lesiones en el cuerpo. Y entonces la cuestión queda en si se está cuidando realmente la salud de l@s alumn@s al no reflexionar por ambas partes lo importante y básico de calzar tenis adecuados, y preocuparse por cuestiones posiblemente secundarias de la ropa de l@s alumn@s, aunque claro que la educación física también contiene una intención de disciplina, pero se debe priorizar, tal vez en cuestión de poco tiempo en consenso l@s profesor@s apoyan la idea de que dos horas por semana no son suficientes para fomentar en l@s alumn@s una cultura deportiva positiva y objetiva dentro de la ideología que maneja el discurso de la Secretaría de Educación Pública; y que personal dedicado al ámbito educativo se ha apropiado, sin analizar las verdaderas dimensiones del discurso.

Sin embargo no se a echado mano de las aportaciones más cercanas, por ejemplo: las escuelas en la que se realizó esta investigación pertenecer al área de Xochimilco y más específicamente se encuentran a pocos pasos del deportivo de dicha delegación, el cual cuenta con instalaciones suficientes para poder realizar varios deportes, como atletismo, natación, fútbol soccer y americano, gimnasia; sin embargo son poco utilizadas por la comunidad aledaña.

Obviamente ésto queda en la creatividad de los docentes preocupados por fortalecer la legitimidad de su materia, ver cómo promover en sus alumn@s el gusto por la práctica del deporte no es tarea fácil y por lo tanto se debe contar con el apoyo de profesor@s, autoridades, madres y padres de familia. Otro punto a favor que se encuentra en los registros de observación es la buena disponibilidad de algun@s profesor@s por apoyar a grupos que no tienen asignado responsable de la materia; esto considerando específicamente el tiempo dedicado por semana a la actividad, es de aproximadamente entre noventa y cien minutos. Han permitido dar paso a dinámicas que permitan agiliza y apoyar la clase, estas estrategias se refieren a reunir grupos por grado, siempre y cuando tengan las siguientes características:

- Poc@s alumn@s, en un promedio de 15 por grupo.

- Espacio y participación del profesor o profesora de aula.
- Cooperación del profesor o profesora y, verdadero compromiso por el objetivo perseguido por su disciplina.
- Apoyo de las autoridades directivas del plantel.

Estas condiciones se presentan regularmente en el turno vespertino por los índices de deserción y ausentismo propios y característicos del turno; los motivos varían y no es asunto del tema tratado, sin embargo, lo mencionaré brevemente: Condiciones ambientales, situación laboral de l@s alumn@s y familias, condición económica de la población que asiste al turno, ya que se indagó y la mayoría vive lejos del plantel, específicamente en los montes y cerros periféricos.

Sobre los comentarios que se rescatan de las entrevistas realizadas a las madres de familia se reporta un total desconocimiento de los propósitos que persigue la clase; entre los comentarios que se encuentran son muy significativos las respuestas generales que se dieron a las siguientes preguntas:

¿Qué hacen l@s niñ@s en la clase de educación física?

1. *"Yo no se que hacen en esa clase".*
2. *"Pues yo se que salen a jugar".*
3. *"Pues le dan deportes de varios".*

¿Realizan excursiones, investigaciones, campamentos o actividades extra-escolares como incorporarse a algún equipo?

1. *"No, no hace nada de eso, solo juega"*
2. *"Yo metí a mis hijos, como complemento, pero no por la escuela".*
3. *"No tengo tiempo, se quedan en la casa viendo la televisión y haciendo la tarea".*

Esto enciende un foco en resaltar la desinformación que tienen las madres y padres de familia sobre la materia; al parecer el único contacto que tienen con ésta es cumplir con

enviar a l@s niñ@s con el uniforme de "deportes" y, en ocasiones comprar balones, aros y pelotas para cooperar con la escuela. El análisis de la segunda pregunta nos da cuenta de que el propósito de fomentar esta cultura física no está teniendo resultados y, sólo la conciencia de algunas familias les indica intuitivamente la importancia de que l@s niñ@s realicen algún tipo de actividad, que como mencionan los padres *"les ayuda a no estar todo el tiempo en la televisión", además "se vuelven más disciplinados" y "les ayuda a desarrollarse mejor"*.

Y l@s niñ@s también opinan en resumen que es la clase que más les gusta y, que les *"ayuda a crecer más sanos", "con más fuerza";* y muchos de ellos (siete de cada diez alumn@s entrevistad@s) afirman pertenecer a equipos de fútbol soccer, fútbol americano, karate, natación, pero en una cantidad menor, las niñas dicen pertenecer a equipos de basquetbol o natación; cuestión muy interesante a revisar en la separación de género, pero que sin embargo no se puede abordar en este trabajo dada su extensión y polémica.

3.4. MATERIALES E INSTALACIONES

Las escuelas en su mayoría tienen por materiales el siguiente:

- Balones de basquetbol
- Balones de volibol
- Balones de fútbol
- Balones de fútbol americano
- Pelotas de vinil
- Aros de plástico
- Cuerdas de 15 metros
- Cuerdas individuales
- Bomba de inflar
- Pelotas de esponja
- Pelotas de esponja con resorte
- Redes de basquetbol
- Biceras
- Casacas
- Redes de volibol
- Coladeras
- Colchones
- Zancos



Las instalaciones de la escuela "Q" son suficientes para el número de alumn@s al que da asilo, cuenta con canchas de basquetbol y, el espacio necesario para que l@s niñ@s se desenvuelvan libremente, no hay regaderas, ni gimnasio; pero l@s profesor@s se ingenian para aprovechar las áreas con las que cuentan. Una profesora comenta que: *"sí sería necesario contar con colchones, viga de equilibrio, ropa adecuada para la actividad, todo un gimnasio completo; como elementos de primera utilidad"*, ya que no cuenta actualmente con nada de lo anterior; y que para comenzar la formación deportiva no es suficiente con balones de basquetbol, volibol o fútbol; se necesitan otros elementos que le permitan a l@s alumn@s conocer deportes diversos; con esto se puede decir que la gama de deportes que se le dan a conocer a l@s alumn@s en primaria es muy limitado, aún dentro de su mismo regionalismo.

En relación a la escuela "R", cuenta con cancha de basquetbol y se adecúa para volibol, además tiene espacio suficientemente grande para adaptarlo como canchas de fútbol y un espacio de actividades múltiples que es donde hacen los honores a la bandera; en ambos turnos l@s profesor@s cuentan con diversos materiales, pero no los suficientes para desempeñar una clase de calidad dadas las limitaciones con que se enfrentan.

La primaria "X" promueve la obtención de materiales por parte de l@s alumn@s, afirman las profesoras que *"no hay otra forma, sino no habría nada"*. Lo cual nos indica el desinterés por parte de autoridades en la adquisición de estos materiales; sin importar la estrategia, se valida la obtención de recursos y se comprende el desánimo docente; pues reflexionemos en la situación de los docentes de aula si no contasen con los libros de texto, por ejemplo, obviamente se dificultaría el trabajo y posiblemente no se lograría culminar los propósitos de aprendizaje.

La escuela "M", reporta por su parte los mismos problemas que las otras; y en forma particular exigen a l@s alumn@s que *"cooperan"* con el material, la elección depende tal vez de la destrucción de mobiliario escolar o material que tenga desperfecto durante la clase de educación física.

Por su parte los padres de familia, no están de acuerdo en que se pida a este tipo de aportaciones a l@s niñ@s, ya que dicen que *"la escuela debe de ser responsable de comprar el material que se necesita"*, otros mencionan que *"mientras sea una pelotita para que trabajen mejor, esta bien"*.

En conclusión la manifestación recurrente de l@s profesor@s es que no cuentan con el material suficiente para desempeñar su clase como lo programan; y por lo tanto es muy difícil desarrollarla.



El uniforme de educación física como material de trabajo es indispensable, y un 20 % de l@s niñ@s no lo llevan, por lo que en muchas ocasiones es el pretexto para no entrar a la clase, ya sea por convicción propia o por indicación del profesor o profesora a forma de reprimenda.

3.5. EVALUACIÓN.

La evaluación que se les realiza a l@s alumn@s es un aspecto de importante relevancia dentro del proceso que lleva la educación física; en la escuela "Q", la profesora realiza tres tipos de evaluación, en la inicial, refiere que solicita un examen médico de l@s alumn@s y aplica pruebas de ejercicios físicos de los cinco ejes a

desarrollar, para diagnosticar cómo se encuentran cada uno de l@s niñ@s y el grupo en general; además de concentrar datos personales como peso, edad y estatura.

Mensualmente registra un concentrado de asistencia, puntualidad y cumplimiento del uniforme de l@s alumn@s y, muy ocasionalmente aplica examen de conocimientos que consiste en preguntar las medidas oficiales de ciertas instalaciones deportivas (canchas de basquetbol, volibol, fútbol, etcétera). Finalmente, al concluir el ciclo escolar reúne las dos primeras evaluaciones y adjudica una calificación. En ningún momento deja tareas o investigaciones.

Todos l@s profesor@s expresan que piden un examen médico a l@s alumn@s; los evalúan a principio de año para ver las capacidades que poseen; durante el año califican uniforme, asistencia, participación y desempeño; y al final reúnen lo de todos los meses para asignar una calificación numérica.

Ninguno hizo mención a tareas, investigaciones, pláticas, cuestionarios o exámenes de conocimientos.

Por lo que l@s profesor@s tienen diagnósticos médicos de cada grado, aunque no consideran los contenidos que tuvieron antes y cuáles necesitan después por grado. Refiere el Departamento Técnico Pedagógico del Sector de Xochimilco: *"No se sabe con exactitud qué contenidos se deben de evaluar por grado, y eso es un problema"*.

Con respecto a la evaluación y dadas sus características, la educación física utiliza como técnicas primordiales la observación constante y las pruebas de aptitud física, cuyos resultados se registran en una ficha de seguimiento, donde se dosifica la carga de trabajo adecuado por cada grupo; aunque se hacen anotaciones de casos especiales de algun@s alumn@s.



La escuela debe concebirse como un instrumento para desarrollar plenamente todas las facultades de la personalidad del niño o la niña. La fase evolutiva que comprende la etapa escolar, es un período de inmensos cambios, que implica crisis de maduración, con avances y retrocesos, en una búsqueda constante por lograr el equilibrio y la adaptación entre los distintos procesos de asimilación del mundo exterior y la acomodación de los esquemas y estructuras con que se cuenta.

Ello exige del educando un conocimiento cabal de las principales características evolutivas en los niveles biológicos, psicológicos y social, de modo que la educación no obstaculiza el desarrollo, la capacidad creadora ni la libertad espontánea propia del niño o la niña en esta etapa tan plástica de la vida.

Se indaga entre las madres de familia sobre si cada año se pide una constancia de salud, a lo que contestan que no, pero en ocasiones algun@s profesor@s como ya conocen a l@s niñ@s que tienen algún tipo de problema lo toman en consideración y piden a las madres o los padres que informe de cualquier indicación que intervenga en el desarrollo de una "clase normal". Pero generalmente las madres que tienen est@s hij@s con problemas de salud o motores son las que se acercan a la profesora o profesor a comentar la situación de éste.

CAPÍTULO IV

ESTUDIO COMPARATIVO

4. ESTUDIO COMPARATIVO

4.1. CONTENIDO DE LOS PROGRAMAS

En este análisis cabe hacerse algunas preguntas para comparar lo que plantean los programas de educación física y su práctica real. Entonces habrá que dar respuesta desde los dos puntos de vista a la siguiente interrogante: ¿Cuál es la función de la educación física?. Antes que nada, debemos decir que el objetivo del programa escolar se ha distorsionado, pues hay desde quienes critican que los profesores y profesoras de educación física sólo dan una pelota para que jueguen los escolares, hasta los que exigen que formen deportistas de alto rendimiento. Se pueden tener alumnos y alumnas con este perfil, pero el objetivo es otro. Actualmente, se forma a los educadores y educadoras físicas para que sean potencialmente hábiles en el mayor número de gamas deportivas, pero bajo las tres principales esferas básicas de la educación: la cognoscitiva, la socio-afectiva y la psicomotriz.

Su función en la práctica real del deporte escolar está como una materia aislada y marginada de los procesos de enseñanza y aprendizaje escolar. Y es que en los diversos planteamientos oficiales de educación, hablan de estimular la disciplina del ejercicio y la práctica del deporte, pero sin considerar ambas como parte integral de los aspectos cognoscitivos, efectivos y sociales de los escolares.

Hasta la fecha se han realizado importantes esfuerzos tendientes a lograr que las actividades deportivas que se practican en la escuela primaria cumplan una función auténticamente eficiente; los resultados obtenidos no han estado a la altura de estos esfuerzos, y se puede atribuir a las dificultades de formulación motivadas por la educación física tradicional; ya que hasta ahora los programas propuestos estaban constituidos por series de ejercicios que amenazaban convertirse en un fin en sí mismos, de modo que al profesor le resultaba difícil apreciar su relación con el conjunto

de la tarea educativa. Por mi parte, creo que la educación física no ocupará el lugar que le corresponde en la escuela primaria hasta tanto el profesor no se haga cargo de que, asociada con otros medios educativos, permita un aprendizaje más fácil de las habilidades básicas que el niño debe adquirir en la escuela, tales como lectura, escritura matemáticas, capacidad de interacción con los demás, aprecio de la naturaleza, etcetera; con esto quiero decir que se requiere de todo el conjunto de habilidades de conocimiento y motrices para lograr una educación integral.

Sobre las capacidades físicas se deben buscar actividades que sean atractivas ya que el niño por naturaleza juega, entonces se deben planear actividades que vayan planteando una serie de problemas donde él tenga que intervenir para resolver el problema de movimiento y se puedan relevar las capacidades físicas; por lo que se necesitan actividades globales, es decir, donde se empleen el aspecto cognitivo y motriz, un ejemplo es ponerle atrapar una cuerda, para lo cual tiene que pensar en cómo lograr mantenerse en el nivel cada vez que avance y además requerirá de fuerza muscular y destreza; así se puede expresar una integridad de conocimientos cognitivos y motrices. Hay gran variedad de actividades como juegos y circuitos que son definidos como procedimientos de organización didáctica de tal manera que lo programan y se realiza en un área determinada del campo de trabajo. Se integran estaciones, es decir, cada ejercicio es una actividad diferente. Puede ser de una manera individual y grupal y permanecen determinado tiempo y luego se cambian, lo cual permite a su vez que se tenga una preocupación del individuo ya que las actividades se alternan entre trabajo y pausa de recuperación.

La propuesta al respecto es que se les deben de proporcionar a las niñas y niños elementos (aros, pelotas, ligas) que les permitan ver su dominio sobre éstos; y les permitan presentar su capacidad espacio-temporal; que realicen actividades motoras que les permitan posteriormente una preparación deportiva; que se promueva la resolución de problemas como propósito de educación física, con la revelación de sus

capacidades como auxiliares de esta solución; y ver las capacidades como parte de la socialización que consiste en la cooperación dentro del deporte.

4.2. VINCULACIÓN ENTRE GRADOS

Con la educación física se pretende trabajar el descubrimiento del esquema corporal a través de un diálogo tónico y del juego corporal global y segmentario; el descubrimiento de los objetos y del mundo exterior, a través de la organización del espacio amplio, manipulativo, gráfico y de la estructuración del tiempo; y el descubrimiento de los demás niños, a través del conocimiento y de la comunicación corporal con ellos.

Antes de plantearse cómo emprender la educación física en el niño y la niña hay que comprender dos aspectos: El primero es la realidad en el periodo escolar; ésta corresponde a la fase de introducción de una materia relativamente nueva, que de momento sin tener mucho éxito con los esfuerzos por brinda una integridad educativa, se trata como una entidad separada del resto de materias y que, aún reconociéndose su importancia, suele considerársele como adicional, como rato de esparcimiento, pensando que ella concierne a ciertos aspectos de la evolución del niño que es conveniente trabajar, pero que no se sabe a ciencia cierta cómo.

El segundo aspecto ¿Cómo querríamos que estuviese enfocada toda la educación en el niño?, creo que la manera óptima de enfocar la educación del niño en la escuela no es segmentándola por materias sino globalizándola. Ésta es la concepción que comparte el proceso madurativo, ya que el niño complementa armónicamente los descubrimientos motóricos con la adquisición de conocimientos y con los intereses hacia el mundo que le rodea. Ello no significa que el trabajo en la escuela no persiga

objetivos bien determinados y tratar las correspondientes tareas específicas, pero hay ratos en los que se realiza claramente un juego motórico.

Reflexionando en torno a estos puntos se puede decir que cada grado de la primaria debe contemplar los antecedentes y precedentes de los aspectos biopsicosociales de alumno y alumna, y solo así se comprende y logra tanto una educación de calidad, como un desarrollo integral, tomando en cuenta las otras materias (español, matemáticas, sociales, naturales, artística, tecnológica) e incluso los demás niveles como preescolar y secundaria.

Lamentablemente no se han definido objetivos o propósitos por grado que nos indiquen el nivel de competencia que debe tener la niña y el niño para avanzar al próximo, obviamente que entendemos las diferencias entre los sujetos y que al establecer dichos parámetros tendrían que ser flexibles en cierto grado. La graduación de intensidad de ejercicios y actividades de la materia en efecto se van complicando por grado, pero de acuerdo a las observaciones hechas en las primarias, los criterios los aplica el profesor de acuerdo a su experiencia, por lógica y las fases sensibles que explican implícitamente en el programa en cada grado las características de los niños.

4.3. CARACTERÍSTICAS DEL DOCENTE.

Se hace necesario, que el profesor y profesora conozcan y profundicen en el origen del modelo educativo actual, para que promueva situaciones didácticas significativas, donde el alumno sea el centro de atención del proceso. Para lograr este propósito, los planteamientos teóricos al respecto requieren de un mayor apoyo metodológico, que asegure una aplicación enmarcada con criterios para la organización de la clase, la sistematización de las actividades físicas, y la orientación de los aprendizajes motores.

La observación de estos principios determina una actitud más respetuosa del profesor hacia el alumno, quien en los momentos de emitir juicios de evaluación debe manifestarse considerando no sólo el nivel de eficiencia motriz, sino también la participación, la creatividad y la motivación mostradas por el alumno, sobre todo en los primeros grados de la educación básica.

La educación física cubre una función socialmente relevante, cuyo éxito está condicionado en la medida en que el profesor aprovecha las preferencias de los niños y jóvenes por la práctica del ejercicio físico a orientar estas inclinaciones hacia una mayor y mejor participación en diferentes actividades motrices especializadas y, resaltar el valor de la actividad física, como una opción para el uso adecuado del tiempo libre, el cual es un generador de salud y de bienestar individual y social.

De acuerdo a lo observado, se hace necesario recalcar que aunque los profesores realizan planeaciones anuales, hace falta que se involucren más en el proceso; por ello, las expectativas de la política educativa actual pretenden dar respuesta en este ámbito, donde se complemente necesariamente una propuesta metodológica integral, que considere procedimientos para llevar a cabo importantes acciones, que en la actualidad, son derecho y responsabilidad del docente, como trabajos de calidad en cuestión de:

- **PREPARACIÓN DEL TRABAJO.**- Mediante la realización del plan anual y diario de actividades.
- **EJECUCION DEL MISMO.**- Mediante la organización y desarrollo de la clase a partir de las actividades planificadas.
- **CONTROL DE RESULTADOS.**- Mediante la verificación y valoración del aprendizaje en función de las actividades desarrolladas en la clase, así como de la dinámica en la enseñanza y de cuyos resultados dependerá el replanteamiento de la planificación.



Estas acciones, aunque relacionadas entre si por el fin educativo que favorecen, se presentan de manera particular en cada grupo, escuela o profesor@, y con el propósito de resaltar la necesidad de tratamiento ordenado y sistemático presentan puntos de partida para el análisis y reflexión para los profesores y profesoras.

La planificación implica una acción previsoras que tiene como propósito asegurar las condiciones indispensables para alcanzar con precisión los fines, en plazos determinados y etapas definidas. Su desarrollo ordenado, en el campo de la educación física implica un conocimiento del para qué, por qué y qué, del proceso educativo de la especialidad. Asimismo, la necesidad de considerar el tiempo establecido por las disposiciones oficiales y, además lo referente a horas perdidas por los motivos que se expusieron en el capítulo III sobre causas de contingencia ambiental y factores climatológicos excluidas hasta el momento dentro del año escolar, es fundamental para poder integrar en este campo de educación física los contenidos y las actividades.

Conforme a las opiniones de vari@s profesor@s y apegándose a los lineamientos de los programas, los objetivos generales que al entender de todos ellos debe tener un educador físico, para orientar su labor en este nivel, son los siguientes:

- Promover el desarrollo integral y armónico de la personalidad del niño.
- Estimular el desarrollo psicomotriz mediante actividades que permitan satisfacer las necesidades físicas para obtener una vida sana y feliz.
- Favorecer el aspecto intelectual con actividades que estimulen el desarrollo del pensamiento, que permitan la comprensión de la realidad y que fomenten la capacidad creadora propia de los niños.
- Cultivar la capacidad de asombro, investigación y experimentación en el conocimiento de la naturaleza, el medio social y la cultura humana.
- Integrar en la acción educativa a la familia del niño y a su comunidad.

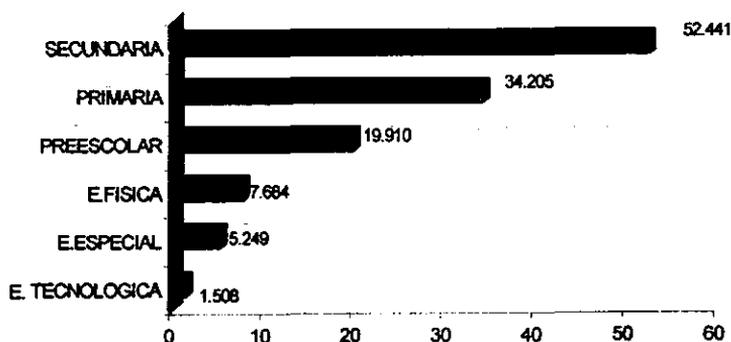
4.4. FORMACIÓN DOCENTE

Actualmente existe una tendencia a extender la educación; esta tendencia se manifiesta en el esfuerzo por cubrir educativamente a una cantidad cada vez mayor de niños, por incorporar a la escuela a niños de menor edad. Y paralelo a esta tendencia social, surge una concepción del proceso educativo que exige a los profesores abandonar las viejas prácticas y adoptar los nuevos planteamientos curriculares y pedagógicos del nuevo plan de estudios de 1994, encargada de procurar el desarrollo dinámico del niño, y orientada fundamentalmente a satisfacer sus necesidades e intereses.

¿Cómo entender a partir de ahora la educación física? En el nivel de la educación básica (primaria), la práctica deportiva queda incluida dentro de los propósitos más amplios de la educación física. Concebida ésta como una disciplina pedagógica

formativa con objetivos específicos, resulta consecuente que su atención quede en manos de profesores especializados. En la práctica esa consideración se convierte en un problema debido al déficit entre la insuficiente oferta y la amplia demanda de ese tipo de recursos humanos.

- ALUMNOS DE EDUCACIÓN NORMAL POR TIPO EDUCATIVO²⁶



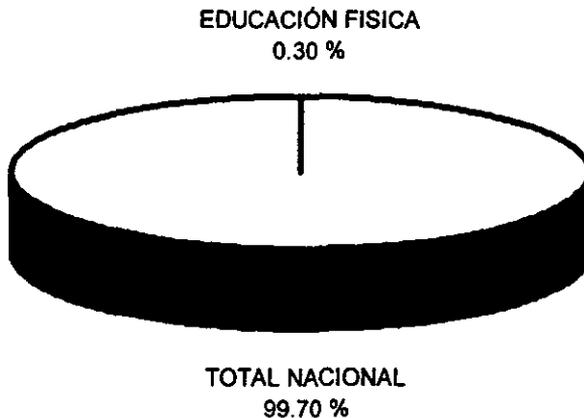
Como muestran los datos, aun en el caso poco probable de que todos los alumnos que actualmente cursan la carrera de Educación Física en las escuelas Normales del país (Gráfica) completen sus estudios y puedan sumarse a los profesionistas en ejercicio (Gráfica), en conjunto llegarían a 13 mil 305. Cantidad notoriamente insuficiente para atender a los 749 mil 126 grupos²⁷ que aproximadamente existen en educación básica a nivel nacional, tan sólo en el sector público. En otros términos, esto significa que cada profesional de educación física le correspondería la imposible tarea de atender a poco más de 56 grupos; y esto sin considerar la cuestión institucional que no ofrece las plazas para cubrir mínimamente esta cantidad de alumnos por profesor.

²⁶ Datos básicos de la educación superior, Agenda, ANUIES, México, 1994.

²⁷ Módulo de indicadores Educativos Municipales, SEP-SPC-DGPPP.

A esto cabe hacer la pregunta ¿En qué situación se encuentra realmente la formación de docentes de la educación física? En la práctica, las aspiraciones de atención en este renglón se reducen necesaria y drásticamente, pues ni siquiera es posible asignar un profesor para cada una de las 106 mil 703 escuelas públicas del nivel antes señalado. Una aproximación a las cifras reales de cobertura en la atención a la demanda en educación física de los escolares permite ver las limitaciones existentes para pensar en las posibilidades de lograr un pronto y amplio desarrollo físico entre la juventud que estudia.

**PORCENTAJE DE PROFESIONISTAS EN EDUCACIÓN FÍSICA Y DEPORTES
CONTRA EL TOTAL NACIONAL DE PROFESIONISTAS**



¿Cómo son afectados l@s niñ@s, conociendo lo anterior? Las cifras sobre cobertura de la demanda en educación física que arroja este cuadro, indican, con bastante elocuencia, que la mayoría de l@s niñ@s y jóvenes estudiantes mexican@s no están siendo atendidos en sus requerimientos de educación en este importante aspecto. El caso de la primaria, nivel en el que se registra el mayor porcentaje de atención (36.7%), más que servir de consuelo, mueve a preocupación, ¿acaso la disminución de la atención en los niveles posteriores (secundario y medio superior) se debe a que los esfuerzos se concentran en l@s alumn@s que han demostrado tener aptitudes para el deporte? o, por el contrario, ¿la disminución responde a insuficiencia de presupuesto que obliga a establecer prioridades en las escuelas de modo que la educación física se ve relegada?.

ALUMN@S ATENDID@S²⁸

NIVEL	ALUMNOS ATENDIDOS	ALUMNOS NO ATENDIDOS	SELECCIÓN
PREESCOLAR	3,092.800	174.968	4.78
PRIMARIA	14.574.200	5.257.359	36.07
SECUNDARIA	4.493.200	372.689	8.27
MEDIO SUPERIOR	1.936.400	2.131	0.10
TOTAL NACIONAL	24.096.600	5.780.147	23.98

Piensan que es importante seguirse capacitando, sobre todo en el aspecto pedagógico de la disciplina y creen que es importante reconsiderar la labor que se lleva en las escuelas de formación de profesor@s de educación física como lo son la Escuela Nacional de Entrenadores Deportivos (ENED) y la Escuela Superior de Educación Física (ESEF) principalmente; muchos de ellos siguen tomando cursos de actualización en las diferentes ramas de la educación física; las escuelas que dan esta constante

²⁸ Primer Informe de Gobierno, Poder Ejecutivo Federal, México, 11 de Septiembre de 1995. Corresponde a la cantidad de niños atendidos a nivel nacional en educación física en el sistema educativo escolarizado.

capacitación son: Escuela Nacional de Entrenadores Deportivos (ENED), la Escuela Superior de Educación Física (ESEF), la Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM).

Con respecto a la preparación que tienen est@s profesor@s en el ámbito educativo dirigido a nivel primaria, comentan que la formación que se imparte en las escuelas de educación física referente al grado de desarrollo que tiene el niño o la niña de 6 a 12 años es suficiente; considerando este término como lo más elemental que se debe saber de l@s niñ@s; ell@s no tienen ninguna capacitación para tratar con niñ@s especiales, por ejemplo.

Todo parece indicar que esta segunda posibilidad, lamentablemente, es la que resulta más real. Una alternativa para mejorar e incrementar la educación física y el deporte escolar pudiera darse con el funcionamiento de tres organismos que menciona el Programa de Educación Física y Deporte 1995-2000, estos son: el Consejo Nacional para el Desarrollo del Deporte en Educación Básica (CONDEBA), el consejo Nacional para el Desarrollo del deporte en la educación Media Superior (CONADEMS) y el Consejo Nacional del Deporte Estudiantil para la Educación Superior (CONDDE). Estos organismos fueron concebidos para operar en una estructura federalizada, por lo cual serán creadas representaciones en cada estado. El proceso todavía no culmina.

4.5. CARACTERÍSTICAS DE L@S NIÑ@S DE PRIMARIA

Como apoyo teórico complementario al programa he considerado importante rescatar lo siguiente de varios autores y de las observaciones realizadas, que definen características de l@s niñ@s de nivel primaria en escuelas oficiales; enfocados al aspecto físico escolar, ya que este es un aspecto recomendable no solo para l@s

profesor@s, sino para todas aquellas personas que tengan vinculación con el desarrollo y educación de l@s niñ@s en todos sus niveles y que lamentablemente no se ha podido llevar a cabo una investigación más profunda de niñ@s mexican@s al respecto. Así, cuestiones como las que menciono a continuación son poco trabajadas por algun@s profesor@s; otros en el transcurrir de sus actividades rutinarias dejan de reflexionar sobre elementos como éstos.

La edad escolar comienza con la entrada "oficial" y obligatoria del niño y la niña en la escuela y termina con los primeros síntomas de la pubertad, entre once y doce años para las niñas y doce y trece para los varones. Durante esta edad continúa el crecimiento, pero ahora el aumento es en peso y anchura, dando proporciones físicas más favorables y mejores relaciones de fuerza, con gran excedente de energía. Todo ello convierte esta época de la evolución en una edad muy indicada para la educación física.

Las condiciones de la etapa anterior siguen vigentes en parte, sobre todo en los primeros años de la edad escolar. Pese a la "pujanza vital"²⁹ de este momento, el consumo que exige el metabolismo de crecimiento continúa siendo grande; por ello deben evitarse los ejercicios muy violentos o prolongados, que excedan las posibilidades energéticas del alumno o alumna, aunque muchas veces sea éste quien reclame el ejercicio.

²⁹ Se refiere a la gran vitalidad que tienen los niños de los 6 a los 13 años; pese a que su cuerpo consume además otra cantidad importante de energías para su crecimiento.



Tendrá que prestarse en esta edad atención especial a la región del tronco: pecho, espalda y abdomen, con ejercicios flexibles y no localizados en exceso, que supongan poca dificultad y que no se adelanten a la edad del sujeto. En esta etapa inicial sigue siendo fácil la corrección de gestos deformados; de desagradables consecuencias.

El crecimiento en grosor (músculo, huesos y articulaciones) facilita el movimiento, que es ahora fluido y armonioso, con una gran riqueza de matices que permiten y ayudan al desarrollo de nuevas aptitudes motrices. En efecto, es la etapa de mayor aprendizaje: el sentimiento del propio poder, que se acrecienta con la educación física; su espíritu emprendedor, ya que el niño o niña no se desanima fácilmente en los procesos iniciales; el afán de conocer cosas, su actividad incansable, etcétera. Todas estas características le convierten en un sujeto propicio y abierto a la enseñanza.

Es éste el momento de iniciarle en algunas especialidades gimnásticas y deportivas; se logrará así que el niño o niña se familiarice con los deportes y aprenda las técnicas

elementales. En los primeros momentos de esta etapa, la misión de la educación física consiste en facilitar la transición del párvulo al niño escolar, en compensar por medio del movimiento libre la obligación de quedarse sentado, y, por el juego, la actitud de trabajo. Hacia los ocho-nueve años, las condiciones sufren un cambio. Hay un predominio en los rasgos diferenciales de sexo, lo cual requiere un tratamiento especial para las niñas, sin renunciar a actividades conjuntas (juegos, bailes, danzas). En esta edad ya hay amistades duraderas y pueden formarse grupos deportivos; pero el docente debe procurar no ser demasiado estricto en la aplicación de las reglas de juego, dejando un amplio margen de libertad.

Al varón interesa de sobremanera la fuerza, resistencia y agilidad. La niña, además de la ejecución de los movimientos, tiene aspiraciones estéticas. Más adelante entre los diez y once años, el niño mide su capacidad, la compara y valora el resultado. Es el momento de la competición. Los movimientos pierden la gracia anterior, son más pausados y rígidos, y hay cierta economía de esfuerzo. Las niñas llegan antes a la pubertad y aventajan en ocasiones a los varones en aptitudes físicas; ello da lugar a situaciones de entrenamiento, típicas de esta edad.

CARACTERÍSTICAS POR NIVELES Y ACTIVIDADES ADECUADAS

En los cuadros que siguen se señalan las características psicosomáticas de cada etapa y los ejercicios físicos más adecuados a cada una, así como la forma de llevarlos a cabo.³⁰

Cuadros que por su aporte teórico y como formato pudiera resultar de gran ayuda a los profesores como recordatorio práctico de las características de los niños y las actividades que pueden desarrollar sin perder de vista la finalidad de la etapa.

³⁰ Estos cuadros resumen las ideas de varios autores, entre ellos Annemarie Seyboid-Brunnhuber, M.C.B. de Marazzo, Rafael Chaves y C. Eric Pearson.

Anticipadamente podemos decir que las capacidades físicas es uno de los aspectos importantes a considerar ya que el desarrollo de estas es muy nutrido ya que se deben de poner actividades que sean atractivas por naturaleza; ya que se tiene un desarrollo psicológico, motriz, fisiológico, biológico y estructural; y así se cumple con el propósito de desarrollo integral ya que en la medida que el ejercicio sea atractivo va a atrapar emocionalmente al niño o niña, de tal forma que ya él por hábito desarrolle una vida sana y eso va a permitir que se encamine hacia actividades negativas que día con día están presentes y no olvidar que la resolución de problemas permite hacer al sujeto práctico.

PRIMER GRADO Y SEGUNDO GRADO

CARACTERÍSTICAS	ACTIVIDADES FÍSICAS	FINALIDAD
<ul style="list-style-type: none"> • Columna vertebral más rectilínea que en adultos. • Se corrige fácilmente cualquier deformación. • Corazón: se fatiga rápidamente. Dificil recuperación. • Músculos: en estado de desarrollo inicial. Los grandes músculos están más desarrollados que los pequeños. • La vida nerviosa tiene su centro en la médula. El cerebro no tiene desarrollo funcional total. • Edad del cuento de Hadas. • La atención la mantiene poco tiempo. • Imaginación, imitación y dramatización, muy importantes. • Curiosidad. • Sensibilidad al elogio. • Deseo de trabajo libre. • Le place el éxito y se siente recompensado por el esfuerzo. • Activos: placer incansable por el movimiento. • Gran sentido: Kinestésico, rítmico y espacial. • El profesor es el centro del grupo es juego. 	<ul style="list-style-type: none"> • Ejercicios en que intervengan las diferentes partes del cuerpo. • No utilizar ejercicios de fuerza o resistencia. • Alternancia y limitación de ejercicios, cuidando las diversas regiones: columna vertebral, torax, hombros. • Progresión regular de acuerdo con el desarrollo fisiológico. • Periodos cortos con cambios frecuentes, por inestabilidad de la atención. • Ejercicios físicos poco ordenados. A partir de aquí, cierta reglamentación de horarios, lugar y programas. • El juego debe ser el eje de la actividad deportiva. • Paseos, cantos, bailes con danzas investadas, utilizando instrumentos de percusión (pandero, triangulo), voces y música infantil. • Ejercicios básicos: correr, saltar, trepar, esquivar, equilibrio; correr en espiral, en círculo. • Ejercicios de representación y a base de imitaciones (lección - cuento), con atención a equilibrios, elasticidad, destreza y coordinación. • Juegos en grupos pequeños, con gran libertad de acción, que permitan crear o inventar. Identificarse con las cosas y personas (circo, vaqueros, aviador, granjero). Trabajo: serrar, clavar. Utilizar elementos variados: curdas, zancos, escaleras y árboles. 	<ul style="list-style-type: none"> • Orientación física general y perfeccionamiento de las asociaciones psicomotrices.

CARACTERÍSTICAS	ACTIVIDADES FÍSICAS	FINALIDAD
<ul style="list-style-type: none"> • Periodo de buena salud. • Crecimiento en peso y anchura. Fortalecimiento de músculos, articulaciones. • Vitalidad incansable. • Edad de aventuras. • Atención fija. • Observa atentamente. • Audaz, seguro de si mismo. • Concepción analítica que va sustituyendo a la global. • Interesado en su desarrollo físico y destreza deportiva. • Deseo de obrar. Myor voluntad. • Movimiento fluido y funcional. • Conciencia de su postura. • Compañerismo.. 	<ul style="list-style-type: none"> • Ejercicios naturales, que copien lo que el chico hce de forma espontanea. • Actividades básicas: corres, saltar, suspensiones, apoyo, rodar, trepar, empear, equilibrios. • Combinaciones: correr y girar, rodar y empujar, lanzar y trepar. • Ejercicios suaves de fuerza y agilidad. • Movimientos de gran contenido consciente sobre pies, manos y cuello. • Juegos variados (pueden inventarlos los propios niños). • Juegos ritmicos, por parejas o grupos. • Paseos, excursiornes yu marchas. • Natación • Alternar en la clase actividades diversas que atraigan la atención. 	<ul style="list-style-type: none"> • En los chicos formación física general; favorecer el desarrollo; fuerza y actuación. En las niñas, formación física, pero también preocupan los fines esteticos: ritmo, música y danza.

QUINTO GRADO Y SEXTO GRADO

CARACTERÍSTICAS	ACTIVIDADES FÍSICAS	FINALIDAD
<ul style="list-style-type: none"> • Huesos, músculos, corazón y pulmones crecen aceleradamente. • Las coordinaciones psico motoras se hallan en una etapa de gran desarrollo. • Culminación de energías físicas y vitalidad. • Periodo de mayor salud. • Consciente de su propia fuerza. Le gustan los ejercicios de fuerza y agilidad. • Le interesa el cuidado de su aspecto. • Sentido competitivo. • Desarrollo mental muy importante. Periodo de mayor aprendizaje. • Curiosidad. • Diferencia entre sexos: las muchachas más maduras y altas. Antagonismo. • Deseos de independencia y colaboración; juegos con jefe; pertenecer a grupos y ser aceptados; aprobación en su actuar. • Sensible al elogio. Crítico. • Aprecia el valor, la justicia y la responsabilidad. 	<ul style="list-style-type: none"> • Fluidez en plan de educación física. • Gimnasia educativa, de ejercicios naturales. • Actividades intensas y vigorosas, sin llegar a la fatiga. • Ejercicio de cierta complicación: lanzamientos a distancia, equilibrio, agilidad. • Combinaciones de movimientos: trepar, carreras, relevos, natación, saltos energicos. • Actividades para niños y niñas separadas y conjuntas en ocasiones; danza, parejas. • Ejercicios ritmicos en grupo con instrumentos de percusión. • Juegos de cooperación: baloncesto, adaptados a sus edades. • Competiciones: carreras sobre distancia cortas, saltos. • Paseos y excursiones. • Predeporte, de aplicación a especialidades determinadas. • Cross reducidos que aumentan progresivamente. • Colaborar en el planteamiento, dirección y control de resultados (auxiliar de jueces y árbitros, anotadores, encargados de material). • Actividades en que el grupo sea protagonista y obtenga reconocimientos como tal. 	<ul style="list-style-type: none"> • En los chicos: formación física general e iniciación a los deportes, de manera elemental. • En las niñas además la formación estética y rítmica, gracia de movimiento.

4.6. MATERIALES E INSTALACIONES

Por lo general, y boicoteando el proceso natural de búsqueda, l@s niñ@s se ven rodeados de una serie de juegos pensados para una sola y determinada finalidad que relegan a un segundo plano sus facultades de iniciativa y creatividad. No es de extrañar, pues, que una vez que ha satisfecho la curiosidad por el nuevo juego, se dedique a inspeccionar cómo está construido, a mirar qué es lo que tiene dentro, a descubrir por qué funciona solo, etc. en la mayoría de los casos la destrucción consiguiente es fruto de la curiosidad de experimentar todo aquello que le rodea.

Trasladando estos datos al ámbito de la clase, se constata la necesidad de dotar al niño y la niña del mayor número de medios que permitan el cumplimiento de vivencias tanto en el plano motriz como en el del manipuleo. En este proceso la función del docente, de la familia, es encuadrar la actividad del niño o la niña en una afectividad bien dirigida, en el sentido de potenciar un ambiente en el cual él o ella se sientan seguros. Ello no significa mimo ni sobreprotección sino una ayuda que le permita hallar distintas y nuevas formas de descubrirse a sí mismo y a su mundo.

Cada vez que l@s niñ@s descubren una forma de relación con su cuerpo y con los objetos es preciso encontrar la manera de que su adquisición no caiga en el vacío, que no se pierda por considerársela sin importancia. Hay que interiorizar y hacer propio todo aquello que se va descubriendo. Para ello el niño y la niña deben de saber trabajar fijándose en lo que hace, debe de hacer hallazgos individuales para después compartirlos con l@s otr@s niñ@s y crear así colectivamente nuevas posibilidades.

Por lo que al respecto de materiales e instalaciones es necesario que los planteles cuenten con los elementos necesarios para desarrollar su trabajo, si bien es posible instalar un gimnasio en cada una de las escuelas, por lo menos que se les dote de los

materiales indispensables con los cuales se pueda cumplir con el ejercicio o la actividad que se requiere realizar.

De acuerdo a lo indagado por lo menos debe de haber en cada escuela, la cantidad de materiales suficiente para la clase y considerar las reposiciones y que muy probablemente al mismo tiempo se llevan a cabo clases simultáneas de dos, tres o hasta cuatro grupos, es decir, en el caso de balones de basquetbol por lo menos debe una escuela con un promedio de 30 alumn@s por grupo, tener setenta balones, de forma que sea, cual fuere la actividad que cada profesor@ desee realizar, la falta de material no sea un obstáculo para llevarlo a cabo.

Las instalaciones en la mayoría de las escuelas son deficientes en cuanto a que las canchas tienen una superficie irregular o en mal estado, el espacio en todas es al pleno sol, las canastas no cuentan con el mantenimiento que deberían, no hay redes en buen estado, en ninguna de las escuelas se cuenta con regaderas y muchos menos alberca (por lo que se refiere a la realización de actividades acuáticas).

4.7. EVALUACIÓN

La labor educativa debe apoyarse totalmente en las necesidades e intereses de la personalidad infantil, considerando las diferencias individuales y tratando de integrar todos los niveles de desarrollo de la personalidad, sus objetivos deben ser flexibles y evaluarse constantemente, de manera que puedan manejarse.

Debemos reflexionar sobre cada uno de los aspectos del desarrollo que influyen en los demás, y en cada experiencia vivida que condiciona total o parcialmente el desarrollo.

Los distintos aspectos del desarrollo el biológico, el intelectual, el social, el psicomotriz y el emocional se interrelacionan y, por lo tanto, se modifican mutuamente.

El curso de la escuela debe entonces impulsar el desarrollo de la personalidad infantil en su totalidad, proporcionando a l@s niñ@s una gran variedad de experiencias que les permitan agudizar sus sentidos y las vivencias de su entorno. Y así convertir a la educación física y el juego en herramientas de las que el niño y la niña se valga para conocer el mundo, dominar sus impulsos sin perder iniciativa ni espontaneidad para desarrollar relaciones satisfactorias con los demás.

La evaluación del aprendizaje se conceptualiza como un proceso sistemático en el que se reúne información relacionada con lo aprendido por el estudiante, con el fin de que el evaluador formule un juicio de la eficiencia del proceso de aprendizaje y de sus resultados, para tomar las decisiones pertinentes encaminadas a mejorarlos. Esto se logra mediante una acción fundamental: el diagnóstico, a través del cual se pretende conocer hasta que punto se han conseguido los propósitos educativos formulados por el docente, con fundamento en el programa de educación física, considerando como elementos las características de crecimiento y desarrollo que presenten l@s alumn@s, lo que facilita la toma de decisiones para mejorar el aprendizaje.

Ese diagnóstico puede ser efectuado por medio de la técnica de observación y/o la aplicación de pruebas. La observación se comprenderá como las apreciaciones o juicios que el profesor profesora realiza del alumno o alumna con relación a las ejecuciones de movimiento y manifestación de conocimientos, hábitos, actitudes y valores planteadas en los contenidos educativos de la materia, sin embargo estos criterios no están claros por falta de precisión en los contenidos. Los juicios derivados de las observaciones, están sustentados por la experiencia, y preparación profesional del docente, los cuales son elementos insustituibles para valorar el proceso del aprendizaje, y así se comprobó.

En la evaluación de acuerdo al Secretaría de Educación Pública, será necesario, una vez que el docente ha realizado el diagnóstico sobre el nivel en que se encuentra el o la alumna con relación a los propósitos de aprendizaje, se podrán formular juicios para la toma de decisiones encaminadas a mejorar el proceso enseñanza aprendizaje, tanto en lo concerniente a los métodos de enseñanza, y las experiencias de aprendizaje más apropiadas que se deben ofrecer a l@s alumn@s, los recursos didácticos, el ajuste de tiempos y cargas de trabajo pertinentes para cada contenido de aprendizaje considerando las fases sensibles de desarrollo de l@s alumn@s, pero todo lo anterior se ve en muy pocas ocasiones lamentablemente, y esto por la desmotivación de la mayoría de los docentes.

La guía que proporciona al docente elementos teóricos metodológicos a través de los cuales el que hacer educativo se sustenta en el análisis y reflexión de los fundamentos que permean los contenidos de aprendizaje sirve como apoyo didáctico, es un instrumento de consulta para el docente; pero no representa el punto de partida de trabajo permanente de actualización e investigación para enriquecer la labor educativa en la búsqueda de más y mejores alternativas ante el reto de contribuir a cualificar el servicio de la especialidad y reorientar la función de la educación física en el contexto de la educación básica, a través de los ejes temáticos.

Los programas toman en cuenta las condiciones de trabajo y organización de los grados y están pensados para que el docente pueda llevarlos a la práctica. Sin embargo, no cumplen con los propósitos de la educación si no se sitúa al niño o la niña como centro del proceso educativo. Difícilmente puede el docente identificar el lugar de l@s niñ@s como parte importante del progreso educativo si no posee un sustento teórico y no conoce cuáles son los aspectos más relevantes que le, citan entender cómo se desarrollan l@s niñ@s y cómo aprenden, es por esto que ha tenido un peso determinante en la fundamentación del programa la dinámica misma del desarrollo del niño o la niña, en sus dimensiones física, afectiva, intelectual y social.

En conclusión, la evaluación se integra en el desarrollo normal de la clase y sirve para que el profesor o profesora comprueben periódicamente si los progresos realizados por sus alumn@s se adaptan a lo previsto en el planteamiento general. Como mínimo debe hacerse un reconocimiento médico a l@s alumn@s al comenzar el curso y otro al finalizar. El profesor o profesora harán el reconocimiento morfológico: altura, peso, envergadura, observaciones, etcétera. Todo ello se anota en una ficha deportiva, incluyendo también en ella los progresos y realizaciones en educación física del alumno o alumna a lo largo de su vida escolar.

4.8. SUGERENCIAS

La educación física en nuestro país tiene que recuperar las circunstancias sociales y culturales de la región, al igual que la riqueza de movimiento, alegría y sentido del juego de l@s niñ@s. Si consideramos que la proporción de la población infantil tiene un efecto multiplicador, podemos pensar que el lugar privilegiado para que la educación logre sus objetivos se encuentra en el sistema escolar. Los objetivos básicos que son posibles alcanzar en nuestra realidad por medio de la educación física se puede sintetizar en los siguientes: la construcción de la identidad y la personalidad del niño o la niña, y el desarrollo socio-emocional, motor, del pensamiento y la creatividad.

Hay aspectos que se deben considerar, por ejemplo el entusiasmo del docente, si dispone de instalaciones, equipo, elementos y de condiciones de práctica, y poner en claro sus propósitos o sus metas y mantiene a los estudiantes en una práctica entusiasta, habrá resuelto gran parte de los problemas de aprendizaje. El y la estudiante necesitan motivación, deben tener una idea a grandes rasgos de lo que intentan hacer y necesitan contar con tiempo de práctica y equipo sin que esto les traiga complicaciones. En esas condiciones el y la alumna aprenderá, aunque las

instrucciones dadas por el profesor o profesora no siempre sean las mejores. El aprendizaje ve sus resultados, reajusta sus ensayos y aprende por medio de la motivación, de la práctica y del conocimiento de los resultados; esto se debe en buena parte a que el docente ha fomentado condiciones de práctica adecuadas, no solo dentro de la escuela, sino promoviendo actividades deportivas extra escolares, esto como una de las sugerencias.

Tanto l@s niñ@s como sus familias son parte importante en la contribución de la educación en México, por lo que se debe que tener más vinculación con ellos; fomentar la creación de mesas de trabajo en la que se analice las expectativas que tienen los padres ya que ellos son lo que más tiempo conviven con los niños y niñas, y saben que requiere su hijo o hija de acuerdo a un proyecto de vida que hasta este período ellos han encaminado.

Los materiales con que cuenta la institución es un grave problema y la solución igualmente compleja, al respecto no podemos saber si realmente el presupuesto que se asigna a la adquisición existe o se emplea en otro tipo de cuestiones.

Hacer que l@s alumn@ conozcan otros tipos de deportes es tarea de l@s profesor@s, tanto de "aula" como los de "patio"; y convertirse en gestores de medios que apoyen al desarrollo de l@s niñ@s siempre serán reconocidos. El establecer relaciones interinstitucionales donde cuenten con instalaciones deportivas que l@s alumn@s puedan aprovechar en actividades extra escolares, fomentar la integración de equipos, torneos, siempre en beneficio de una cultura y educación de calidad.

Realizar observaciones de uniforme que sean realmente importantes como el calzado adecuado en primera instancia y ya en segunda una cuestión más de disciplina como la playera negra; la consideración de posibles accidentes por estas cuestiones es un problema que se debe resolver de fondo y la pregunta girará en torno a que es menos riesgoso, que l@s niñ@s no cuenten con el uniforme adecuado en el sentido de

prevención de lesiones o que no tengan la clase y no se estimule este aspecto de su desarrollo; la respuesta creo que es, obvio, las dos cosas tiene su importancia y van de la mano.

Ahora para ser más precisa en las sugerencias presento un esquema de los problemas más graves a mi consideración, y puedo plantear las siguientes propuestas que de forma general abarcan:

- a) Material
- b) Vinculación entre grados
- c) Vinculación entre materias
- d) Evaluación
- e) Organización institucional y gubernamental
- f) Fomento de la cultura deportiva

Con la intención de apoyar el **fomento de la cultura deportiva**, la escuela pudiese ser la primera instancia para hacerlo. Si l@s profesor@s en cooperación con los padres y madres de familia formaran equipos deportivos extra-escolares y se comprometieran a llevar a cabo todos los lineamientos que la disciplina elegida exigiera, se podría reformular gran parte del programa de educación física. Y esto puede considerarse como propuesta viable ya que como mencione en páginas atrás, por lo menos la delegación de Xochimilco cuenta con su deportivo y este con las instalaciones necesarias para que se de un uso como el propuesto aquí.

Esta sugerencia la retomo de la experiencia de ver grandes grupos de niñ@s en parques y deportivos de la ciudad formando agrupamientos de exploradores, mejor conocidos como "boy scouts", o equipos de basquetbol, fútbol soccer; estos últimos posiblemente sin el apoyo de madres, padres, profesor@s y autoridades, pero si con el ánimo de l@s niñ@s que es un elemento vital.

Bien, posiblemente dado lo anterior, queda resolver la **organización de autoridades institucionales y gubernamentales**; esto con afán de permitir el uso y explotación de espacios recreativos como módulos deportivos, ciudades deportivas, e incluso clubes del sector privado. Establecer convenios de apoyo en favor de la educación y el deporte, donde se permita hacer uso de instalaciones que la mayoría de las veces se encuentran abandonadas o que el uso está restringido, es otra de las propuestas que pongo a consideración. Me baso en el hecho de que específicamente el Club Deportivo de los Electricistas en Coapa perteneciente a la Compañía de Luz y Fuerza, estuvo prestando sus instalaciones a escuelas públicas en el año de 1997, para que se impartieran clases de natación, aportando cada niño un peso (\$1.00) por día de clase, para colaborar con el mantenimiento de las instalaciones, situación que permite corroborar el hecho de que si se pueden realizar este tipo de acciones.

Los profesores contando ya con elementos como los anteriores, es decir, el apoyo de autoridades, padres y madres de familia, e instalaciones queda contemplar los aspectos más de índole educativo, que son los contenidos, la evaluación y muy ligado a ambos la vinculación entre grados.

Los contenidos han sido diseñados del Programa de Educación Física procurando tener una secuencia lógica, aunque debido a la incertidumbre de saber cuáles son los contenidos a evaluar, se ha dificultado el que hacer del docente, por lo que, para facilitar el manejo del programa se sugiere plantear "ejes cualitativos de evaluación", esto quiere decir que deben de marcarse criterios a evaluar que considerando los esquemas del desarrollo de los niños según lo menciona Piaget, se cumplan con esas cualidades propias de cada edad, considerando, además que todo proceso de desarrollo y aprendizaje es propio ya que sabemos que cada sujeto es diferente a otro; pero que, sin embargo, existen características que los engloban en un periodo.

Para evaluar las cualidades de los niños y niñas de cada grado de primaria es necesario tener en consideración lo que aprendió el ciclo escolar pasado y lo que

avanzó en el presente año, esto lo podemos ver con el examen de habilidades y capacidades que se pide al niño y la niña que desarrollen al principio y al fin del ciclo, o bien llevar un registro de avance de cada niñ@ como el siguiente:

NOMBRE DEL ALUMN@. _____

CICLO ESCOLAR	PROFESOR@	HABILIDADES, CAPACIDADES Y COMPETENCIAS ADQUIRIDAS.
1ª		
2ª		
3ª		
4ª		
5ª		
6ª		

En la columna de capacidades, habilidades y competencias, se pueden hacer tantas divisiones como las hay de períodos de exámenes de conocimiento y de calificaciones para ser más específicos en los avances que logre cada niño y niña del grupo.

Sobre los **materiales** de acuerdo a las entrevistas realizadas a madres y padres de familia ellos están dispuestos a cooperar con la compra de materiales siempre y cuando sea en beneficio de sus hij@s; y no perdiendo de vista que debe de existir un presupuesto asignado a tales compras y que cada institución debe ser responsable de j cuidado de los materiales e instalaciones con las que cuenten, por lo tanto si es posible tener materiales. Además se debe de hechar mano de la creatividad de l@s profesor@s de educación física para elaborar materiales que propicien el mismo conocimiento y destreza motora que algún aparato que no se pueda conseguir.

Otro aspecto que debo de sugerir es la vinculación entre materias y grados, la primera promoviendo la aplicación de conocimiento del área de educación física en materias como el español con la lectura de reglamento de algunos deportes, por ejemplo; o con las matemáticas con la relación de medidas de instalaciones con las que deben de contar o el número de las lagartijas o sentadillas, que deben hacer. Con las ciencias encontramos la relación del medio ambiente y el conocimiento de las tradiciones y costumbres de cada entidad por ejemplo los bailes, danzas, deportes regionales y nacionales.

Es necesario por último reconocer que el programa de educación física se refiere a las niñas y los niños cuando menciona el género masculino, sin embargo en esta investigación si he querido ser más explícita dado que hay actividades que las niñas no consideran como propias de su género, pero que si pueden y deben realizar, ya que tienen las mismas capacidades de los niños y aún no se hacen notorias las diferencias biológicas de la adolescencia.

CONCLUSIONES

CONCLUSIONES

El interés por evaluar los programas de Educación Física y su aplicación práctica en las escuelas, deja muchas situaciones por resolver, ya que es un tema muy amplio, sin embargo puedo redactar algunas conclusiones; una de ellas es que l@s profesor@s conciben que existe una relación mínima entre el aprendizaje mental y físico, por ello en la actualidad se le dan aún muy poco valor a la educación física y esto se refleja en el poco estudio que se le ha brindado al enfoque del programa, así como la casi nula investigación mexicana que existe sobre el tema.

Respecto al enfoque teórico de la materia, se puede decir que después de haber ensayado distintos métodos para la puesta en práctica de los aprendizajes motrices, la conclusión que puede elaborarse es que ninguno de ellos es absolutamente válido ni absolutamente rechazable, todos contienen aspectos dignos de tenerse en cuenta, en mayor o menor escala. Sin embargo, la metodología que más nos ha convencido es aquella que valora en todo momento la creatividad individual y colectiva, los intereses de l@s niñ@s y los del grupo, y colabora a que los primeros aprendizajes escolares (lectura y escritura) sean motivados a partir del juego libre de l@s alumn@s.

Son numerosos l@s niñ@s que presentan problemas de aprendizaje y que son sometidos en razón de ello a clases extras de re-educación, además de su actividad escolar normal: si nos detuviéramos a pensar el por qué de las dificultades en lectura y escritura -que son los aspectos en los que más encallan l@s niñ@s- se manifiestan con tanta frecuencia, encontraríamos las causas, en la mayoría de las veces, fuera de l@s niñ@s mism@s (problemas familiares, rechazo a la escuela, etc.). Para poder determinar con exactitud la naturaleza de su origen sería necesaria una exposición extensa y profunda, pero aquí no puedo hacer una enumeración detallada. Sin embargo, lo que puede afirmarse es que cuando se presentan dichas dificultades y tienen una base motriz o psicomotriz, han de tratarse a este nivel para poder superar

los problemas de simbolización que ellas implican. Y entonces justificamos la importancia de la educación física.

Por consiguiente sin pretender entrar en la complicada madeja de las definiciones existentes sobre la educación, sino partiendo de la práctica diaria que permite el trabajo en la escuela, puede decirse que la verdadera educación es aquella que tiene en cuenta las distintas etapas evolutivas y de maduración de l@s niñ@s y que es, necesariamente, vivida por ell@s. Ello implica no saltarse ninguna estas etapas por las que ha de pasa el niño o la niña ni sacrificarlas en aras de un aprendizaje escolar mecánico, considerado, quizá, más brillante, pero por el cual el niño o niña no muestra interés y cuyo logro no está asegurado.

Dejando vivir a l@s niñ@s sin coacción aseguramos su plena maduración física, psíquica, social y reforzamos los cimientos de una formación sólida, que muy difícilmente precise de ningún remiendo posterior como la reeducación. Sin embargo no se puede dejar de lado la consideración de que en 1950 ó 1960, se recibían alumn@s con un cierto nivel psicomotriz, en la actualidad nuestr@s escolares son sedentari@s. Obviamente antes no estaban expuestos, por ejemplo, al peligro de ser atropellados; pero el crecimiento de las ciudades ha sido una agresión al espacio lúdico natural de l@s menores y todas esas actividades físicas, las realiza ahora en casa, que por otro lado suele ser un palomar.

La elaboración y puesta en práctica de la educación física debe partir de una revisión de los aportes pedagógicos, médicos, psicológicos e incluso ecologistas y; de una revisión de la organización curricular del nivel preescolar y escolar; de la re-elaboración de la propuesta para lo cual debemos conocer a su destinatari@, y tener en cuenta sus necesidades.

La educación física es una relación que existe entre el razonamiento (cerebro) y el movimiento, de carácter reversible. Otra definición de la educación, interpretando a

Antoine Porot^{*}, es que las funciones psíquicas y las funciones motrices son los dos elementos fundamentales de la actividad social y del comportamiento individual del hombre y la mujer. Primarias ambas en el momento del nacimiento, pero que evolucionan durante la infancia y se desarrollan estrechamente conjugadas. Experimentan luego integraciones de creciente jerarquización y se diferencian en sectores perfeccionados. Pero tanto una como la otra continúan sometidas a interacciones recíprocas que, a pesar de sus respectivas especializaciones, conservan una solidaridad profunda.

La educación física es entonces una disciplina cuyos medios de acción pueden ejercer una importante influencia en el niño y la niña, sobre todo en lo referente a su rendimiento escolar, su inteligencia, su afectividad y, que se dan a lo largo de toda su vida.

Encuentro interesante que la actitud de l@s mexican@s hacia el movimiento corporal dependa de la calidad de la educación física recibida y que ésta se haya brindado a partir de una teoría filosófica bien fundamentada, el hábito del ejercicio físico como parte de la cultura mexicana, depende de factores sociales, económicos, profesionales, etc., que abren un abanico muy amplio de posibilidades para averiguar el por qué alguien realiza o no algún deporte.

De acuerdo a entrevistas realizadas a las madres de familia, profesor@s y expert@s en el área, la actividad física, genera actitudes positivas y valores (culturales, morales, físicos, sociales, etc.), propios de la calidad de educación que buscan las políticas educativas vigentes, así como el seno familiar.

^{*} Manuel alphabétique de Psychiatrie (Manual alfabético de psiquiatría) bajo el título de *Psicomotricidad, perturbaciones y síndromes psicomotores*

El aprendizaje motor avanzará con mayor rapidez si el niño o niña desea aprender y tiene al menos una idea general de la ejecución de lo que esta tratando de aprender. Esta idea a grandes rasgos se suele obtener cuando se observan buenos modelos en plena acción. Por suerte, algunos de los deportes son tan comunes en la vida diaria de la mayoría de la gente que el niño y la niña tiene la posibilidad de ver con frecuencia la práctica que intenta aprender, sin embargo es necesario fomentar e invitar a l@s alumn@s a conocer otros deportes que no son tan regionales o nacionales; como el ajedrez, alpinismo, excursionismo, etcétera y no caer en el error de creer que por la condición económica o social del individuo no tiene derecho a conocer que existen tales disciplinas, no importa si lo pueda practicar o no.

En el marco de la organización de las instituciones educativas debe ser clara la captación y mantenimiento de los recursos necesarios para desempeñar todas las actividades propias del nivel; y al subrayar "todas", se quiere hacer hincapié en tener más en cuenta tanto las actividades artísticas, como físicas.

Esto sobre todo considerando que contamos con los espacios necesarios como menciono en las sugerencias y que debemos aprovechar al máximo, a favor de nuestras niñas y niños escolares. El esfuerzo que realizan l@s profesor@s de esta materia son dignos de reconocimiento dados los obstáculos a los que se enfrentan para dar su clase, sin embargo se necesita más.

Así, el principio fundamental de la educación moderna es la búsqueda del óptimo desarrollo del niño o de la niña como ser social integral. La escuela por tanto deberá contribuir a asegurar el florecimiento de la personalidad individual, absteniéndose de inculcar a l@s alumn@s una cultura abstracta, que en la mayoría de los casos llega a ser puramente verbal, y tratar, por el contrario, de afianzar su desarrollo integral. El objetivo concreto de la escuela y desde el análisis de esta investigación, no debe ser tan sólo el de permitir al individuo salir airoso de exámenes y competencias, sino, por sobre todo, favorecer el desarrollo armónico con actividades que estimulen el

pensamiento, que permitan la comprensión de la realidad y que fomenten la capacidad creadora propia de l@s niñ@s de esta edad escolar y por qué no decirlo también de los demás niveles educativos anteriores y posteriores**; además, satisfacer el desarrollo afectivo y emocional, y colaborar en el proceso de socialización, generando un clima escolar de afecto, reconocimiento, seguridad, autonomía e independencia, e introducir a l@s niñ@s en actividades grupales que les permita aprender a interactuar y convertirse en miembros cooperativos de los grupos con el apoyo en conjunto del núcleo familiar.

He aquí el motivo por el cual, durante el transcurso de la enseñanza, y junto con las materias básicas de lectura, escritura y matemáticas, se debería conceder un lugar de preferencia a la educación fundada en el movimiento y la actividad física del individuo. Por tanto, las actividades estéticas y deportivas no pueden estar desfasadas de las materias científicas, humanísticas y de las ciencias sociales.

Como pedagoga considero primordial la educación física, pues las tareas del movimiento estimulan a l@s niñ@s y comprometen a la personalidad de los mismos en su totalidad, además, ésta tiene los mismos fines globales de la educación en general, y no integrarla o correlacionarla con las demás disciplinas escolares equivale a impartir una enseñanza incompleta, y a desperdiciar esta importante fase del desarrollo infantil que es el motriz; sin menospreciar las razones científicas de la importancia de ésta como beneficio dentro del mismo proceso y aprovechamiento escolar que fueron mencionados en la introducción de este trabajo.

** La educación básica (considerando preescolar, primaria y secundaria) asociada con juegos y actividades deportivas, constituye un medio educativo esencial que debería ocupar un lugar de privilegio en la enseñanza de los niños de 4 a 15 años. Por lo que dentro del contexto educativo en México, la educación física debiera constituir asimismo un importante medio de prevención de los problemas de inadaptación social y escolar, entre cuyos aspectos más frecuentes hallamos la dislexia, la disgrafía y la disortografía.

BIBLIOGRAFÍA

BIBLIOGRAFÍA

- **Amnistía Internacional.** Sección Mexicana. Educación en Derechos Humanos. *La Zanahoria*. Querétaro, 1997.
- **Ander-Egg,** Ezequiel. *Técnicas de investigación social*. Buenos Aires, Humanitas, 1982. Pág. 195-242.
- **Aquino,** Francisco; **Zapata,** Oscar. *Psicomotricidad de la educación motriz en la juventud*. Editorial Trillas.
- **Baena,** Guillermina. *Instrumentos de investigación*. Ed. Calypso. México 1988. 134 p.p.
- **Barabtarlo,** Anita, et, al. *La investigación participativa en la docencia. Dos estudios de caso*. Revista Perfiles Educativos. CISE. UNAM. Núm. 2. Julio-Septiembre 1983. México. Pág. 17-24.
- **Bohumil,** Kos; **Teply Zdeňek.** *Gimnasia para la condición física*. Editorial Stadium.
- **Comisión Nacional del Deporte.** Ley de estímulos y fomento al deporte. Secretaría de Educación Pública, 1994.
- **Danoff,** Judith, et, al. *Iniciación con los niños*. Ed. Trillas. México 1990. 254 p.p.
- **Diario Oficial de la Federación.** *Plan nacional de desarrollo 1995-2000*. Mayo 1995
- **Diario Oficial de la Federación.** Secretaría de Educación Pública. *Ley General de Educación*. Lunes 4 de julio de 1994. Tomo CDXC N° 2.

- **Diario Oficial de la Federación.** Secretaría de Educación Pública. *Ley General de Educación.* Martes 13 de julio de 1993.
- **Gaceta Oficial del Distrito Federal.** *Ley del Deporte para el D.F.* 6 de Noviembre 1995.
- **Goetz, J.P., et, al.** *Etnografía y diseño cualitativo en investigación educativa.* Ed. Morata. Madrid 1988. 279 p.p.
- **Instituto Nacional de Estadística, Geografía e Informática.** *Censo General de Población y Vivienda del D.F.*
- **Le Boulton, Jean.** *La Educación por el Movimiento en la edad escolar.* Paidós Educación Física Fundamentos. México 1992.
- **Ogbu, John u.** *Etnografía escolar: un modelo de múltiples niveles.* E.U. 1980. Ensayo.
- **Rueda, Beltrán Mario, et, al.** *La etnografía en educación.* Panorama, prácticas y problemas. Ed.
- **Secretaría de Educación Pública.** *Educación básica Primaria. Plan y programas de estudio 1993.* Educación física.
- **Secretaría de Educación Pública.** *Programa Nacional de Educación, Cultura, Recreación y Deporte 1984-1988.* Poder ejecutivo federal.
- **Sefchovich, Galia; Waisburd, Gilda.** *Expresión corporal y creatividad.* Editorial Trillas.
- **Tasset, Jean Marie.** *Teoría y práctica de la psicomotricidad.* Paidós psicomotricidad.

- **Torre**, Villar Ernesto de la, et. al. *Metodología de la investigación bibliográfica, archivística y documental*. México. Mc Graw Hill, 1981. Pág. 151-161.
- **Universidad Nacional Autónoma de México**. *Gaceta UNAM*.
- **Vogt**, Werner. *Estimulación del movimiento*. Interduc/Schroedel Preescolar. Actividades deportivas.
- **Zapata**, Oscar A.; Aquino, Francisco. *Psicopedagogía de la educación motriz en la Adolescencia*. Editorial trillas.
- **Zapata**, Oscar A.; Aquino, Francisco. *Psicopedagogía de la educación motriz en la juventud. Etapa del aprendizaje escolar*. Editorial Trillas.
- **Zubiri**, Miguel y Julián de. *Fundamentos de la pedagogía conceptual*. Julio 1989. Colombia.