An overhead photograph of three children in white school uniforms sitting in a circle on a concrete floor. The floor is decorated with several colorful circular markers in red, green, blue, and yellow. The children are looking towards the center of the circle. The image is framed by a red border at the top and bottom.

ORIENTACIONES DE LA

# PRÁCTICA PEDAGÓGICA

LA EDUCACIÓN FÍSICA EN LA ESCUELA

**JUEGA MÁS**

ESCUELAS ACTIVAS



REALIZACIÓN:

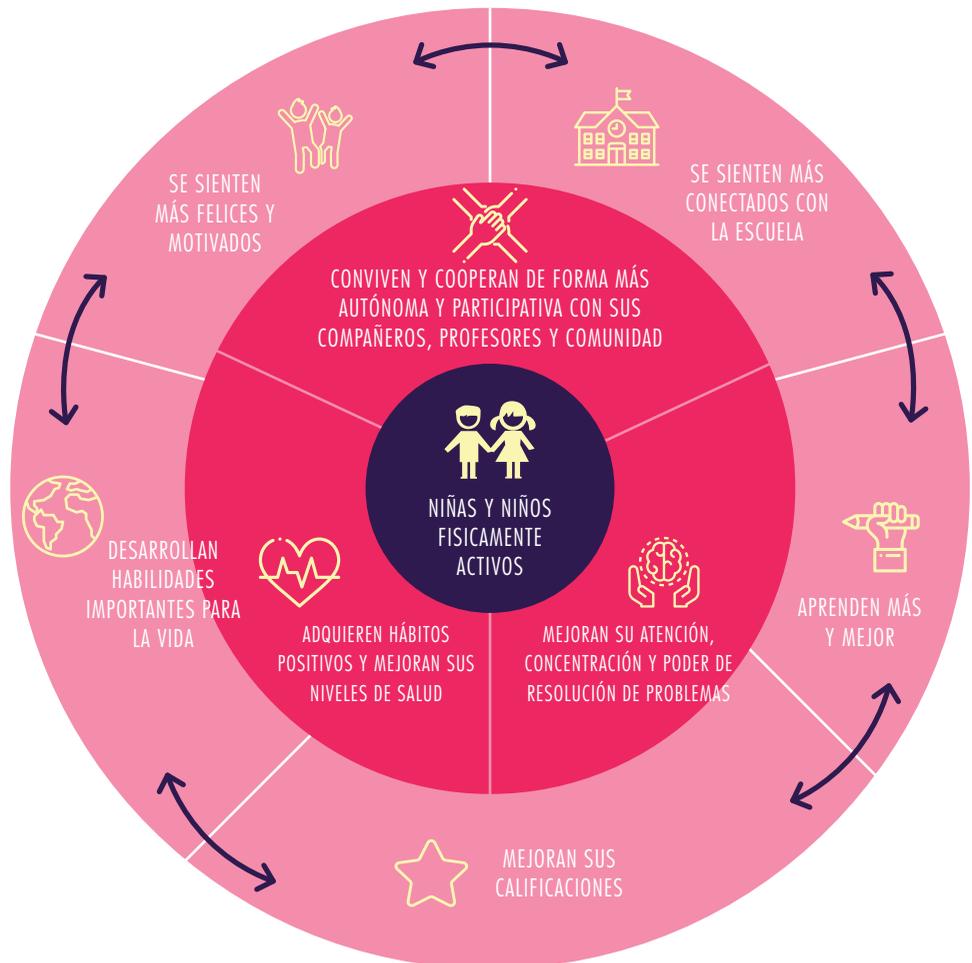
**Hecho para Jugar**

yoquiero  yopuedo  
Facilitamos el desarrollo humano, social y económico

# JUEGA MÁS

ESCUELAS ACTIVAS

es un Programa que promueve el juego, la actividad física y el deporte en primarias públicas de la Ciudad de México para inspirar a niñas y niños a tener una vida más activa, exitosa y más saludable.



## **PRESENTACIÓN**

Yo quiero Yo puedo es una OSC mexicana, fundada en 1985 como Instituto Mexicano de Investigación de Familia y Población (IMIFAP). Trabajamos con áreas de acción clave en línea con los Objetivos de Desarrollo Sostenible para transformar nuestro mundo. Nuestras prioridades se enfocan en la resolución de problemas dirigidos a mejorar la salud, la calidad de la educación, la productividad laboral y la participación social en un marco de igualdad de género. Empoderamos a los individuos, haciendo que desarrollen conductas que le permitan asumir el control de su vida, desarrollando plenamente su potencial. Desde el año 2017, Yo quiero Yo puedo es la organización implementadora del programa Juega Más - Escuelas Activas.

## **FICHA TÉCNICA**

### **REDACCIÓN Y ORGANIZACIÓN:**

Gwendoline Centeno Amaro

Giovanna Escobar Mota

Adriana Elizabeth Islas Govea

Brenda Alejandra González Díaz

---

El contenido de esta Guía fue elaborado en colaboración con el Instituto Esporte & Educação, el Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo en Brasil y con el apoyo de Nike.

3ª edición – 2021



Al servicio  
de las personas  
y las naciones



**Hecho para Jugar**



# ÍNDICE

Presentación del contenido	06
<b>INTRODUCCIÓN</b>	<b>09</b>
<b>CAPÍTULO 1: FUNDAMENTOS DE LA EDUCACIÓN FÍSICA EN LA ESCUELA</b>	<b>10</b>
<b>1.1</b> Alfabetización Corporal y la Cultura Corporal de Movimiento	12
<b>1.2</b> Educación Física y Educación Integral	18
<b>1.3</b> Principios de orientación de la Educación Física	22
<b>1.4</b> Beneficios de la Ludomotricidad en el aprendizaje	24
<b>CAPÍTULO 2: EL JUEGO</b>	<b>27</b>
<b>2.1</b> El juego como recurso pedagógico	28
<b>2.2</b> Las variables pedagógicas del partido	34
<b>2.3</b> Herramientas didácticas para la enseñanza de partidos	38
<b>2.4</b> La enseñanza de actividades y la organización del aula	42
Referencias Bibliográficas	45

**Hola,**

Orientaciones de la Práctica Pedagógica: Educación Física en la Escuela tiene como propósito, compartir experiencias y metodologías dirigidas a mejorar las habilidades, aptitudes y conocimientos de los profesores en el fomento a la participación de niñas y niños en las clases de Educación Física.

Creemos en el movimiento como factor estructurante de una educación integral e inclusiva. En nuestra visión, una escuela en la cual el cuerpo y la mente están conectados, tiene más oportunidades de promover el aprendizaje y contribuir con el desarrollo pleno de sus alumnas y alumnos.

Este Orientaciones, también es producto de la experiencia y los aprendizajes adquiridos en los cuatro años de implementación del programa. Deseamos que el contenido sea una herramienta útil para lograr impartir clases cada vez más interesantes y significativas.

Agradecemos las aportaciones de los más de 200 profesores de Educación Física y sus comunidades escolares, que han decidido ser parte de este movimiento.

Saludos,

**Equipo Juega Más - Escuelas Activas.**

## ¿QUÉ ES ORIENTACIONES DE LA PRÁCTICA PEDAGÓGICA?

Orientaciones de la Práctica Pedagógica: Educación Física en la Escuela ofrece contenidos teóricos y prácticos que contribuyen con la intervención didáctica de los profesionales involucrados con la Educación Física de niñas y niños en las escuelas. El objetivo es que esta propuesta metodológica, basada en el juego pedagógico, se convierta en una referencia para la selección de actividades y elaboración de los planes de clase, para así fortalecer el desarrollo de los alumnos en las dimensiones motriz, cognitiva, social y afectiva.

## ¿A QUIÉN ESTÁ DIRIGIDO?

Orientaciones de la Práctica Pedagógica: Educación Física en la Escuela fue elaborado para todos los educadores que trabajan en las escuelas y se dedican a alfabetizar corporalmente a las niñas y los niños en los diferentes grados a nivel primaria. Profesores, estudiantes, pedagogos, agentes comunitarios, entre otros, son los actores invitados a utilizar este material día con día, en los patios escolares y los diferentes espacios donde se practica la Educación Física. Respetando los diferentes contextos de enseñanza e individualidad de cada educador.

Este contenido tiene la intención de cerrar la brecha existente entre los conceptos clave y la diversidad de parámetros teórico-prácticos que puedan orientar los procesos de sistematización, organización y evaluación de la práctica pedagógica.

## ¿CUÁL ES SU CONTENIDO?

Orientaciones de la Práctica Pedagógica: Educación Física en la Escuela empieza con una introducción, que presenta la función social de la escuela y la importancia de la Educación Física, seguida de dos capítulos sobre el juego y referencias bibliográficas.

El primer capítulo abarca los fundamentos de la Educación Física en la escuela, presentando los conceptos de Alfabetización Corporal y Cultura Corporal de Movimiento como base para la promoción de la Educación Integral de niños y jóvenes en los diferentes ciclos de la educación básica. Presenta también principios que orientan a la Educación Física. En el segundo capítulo, las actividades se indican como referencia en la organización de los contenidos que enseñarán por medio de la Educación Física en la escuela, así como las posibles variables que pueden utilizarse como herramientas didácticas para estimular nuevos aprendizajes. Además, presentamos en este capítulo una propuesta de cómo organizar la planeación de clases. Suministramos también 20 tarjetas pedagógicas con sugerencias de actividades y variaciones que permiten la exploración y profundización de los aprendizajes relacionados a la Educación Integral de los alumnos y alumnas.



# INTRODUCCIÓN

La escuela entendida como un centro de educación de los lenguajes, es un espacio colectivo de los más relevantes para aprender a comunicarnos con el mundo. Tiene la función social de crear el puente entre las nuevas generaciones y el conocimiento socialmente construido a lo largo del tiempo en las diferentes áreas de la cultura.

Por medio de los lenguajes (escrito, hablado, matemático, artístico, musical, científico y en este caso, corporal) establecemos la conexión con los demás, los objetos, el mundo y su cultura. En la actualidad la capacidad de comunicarse y establecer contacto es una habilidad fundamental para que todos los individuos puedan obtener la condición de ciudadanía y la conciencia de sus derechos y deberes. Una buena educación escolar es el camino para la emancipación y ejercicio de la libertad, aspectos que contribuyen decisivamente para la vida en comunidad.

Es un hecho que no aprendemos solamente en la escuela,

sin embargo es un espacio universal y de los más relevantes para la construcción del conocimiento. Parece obvio, pero vamos a la escuela para aprender aquello que no se aprende fuera de ella. El Artículo 26 de la Declaración Universal de los Derechos Humanos (1948) se configura como un hito legal e internacional que garantiza el derecho a la educación y a la oportunidad de desarrollo global de todos los ciudadanos.

La valoración de los diferentes lenguajes en el ambiente escolar es esencial para el desarrollo integral de los niños y, en ese contexto, la Educación Física desempeña un papel importante en la promoción de habilidades que incluyen cognición, motricidad, convivencia, cooperación, tolerancia y autonomía, entre otras.

La educación física tiene un papel relevante en el desarrollo integral de las niñas y los niños, y se constituye como derecho humano fundamental. En México, está reconocida como un derecho constitucional del artículo 3° fracc. IV, desde 2011; se cuenta con una Ley General de Cultura Física y Deporte, desde 2013; y se considera desde la perspectiva de salud pública, educación e inclusión, en el Plan Nacional de Desarrollo 2019-2024.



CAPÍTULO 1

FUNDAMENTOS DE LA  
**EDUCACIÓN**  
FÍSICA  
EN LA ESCUELA



# ALFABETIZACIÓN CORPORAL Y LA CULTURA DEL MOVIMIENTO

La Educación Física, presente en los currículos escolares, tiene la responsabilidad de Alfabetizar Corporalmente y desarrollar los patrones motores de las niñas y niños en edad escolar. Integrada y asociada a los demás lenguajes, la Educación Física tiene como objeto de estudio la construcción de aprendizajes a través de circuitos, tareas y elementos combinados de la motricidad. En el caso de la Alfabetización Corporal, los gestos motores son la materia prima del Lenguaje Corporal y con ellos nos comunicamos. Vamos a la escuela para aprender esa forma de comunicarnos, para construir nuestra identidad a partir de la corporeidad que incluye las posturas, expresiones y acciones motrices.

Todas las veces que hemos negado el derecho a la educación corporal, la tendencia es la exclusión, la marginalización y la limitación de nuestra identidad, aquello que es lo

más importante para cada uno de nosotros, es decir, la individualidad.

En la lógica de la Alfabetización Corporal dentro de la escuela, aprendemos que todos los lenguajes se estructuran sobre códigos (símbolos y movimientos). De esa forma, saber comunicarse es saber dar sentido a los mensajes de los diferentes lenguajes. El Lenguaje Corporal también se estructura y se organiza desde algunos códigos - como gestos, patrones y movimientos básicos, a partir de los cuales se construyen las habilidades de manejo, mantenimiento de la postura (estabilización) y de locomoción estableciendo un nivel de competencia motriz. Cuando observamos el desempeño de los alumnos en movimiento, podemos identificar destrezas motrices: naturales, combinadas o complejas en el juego.

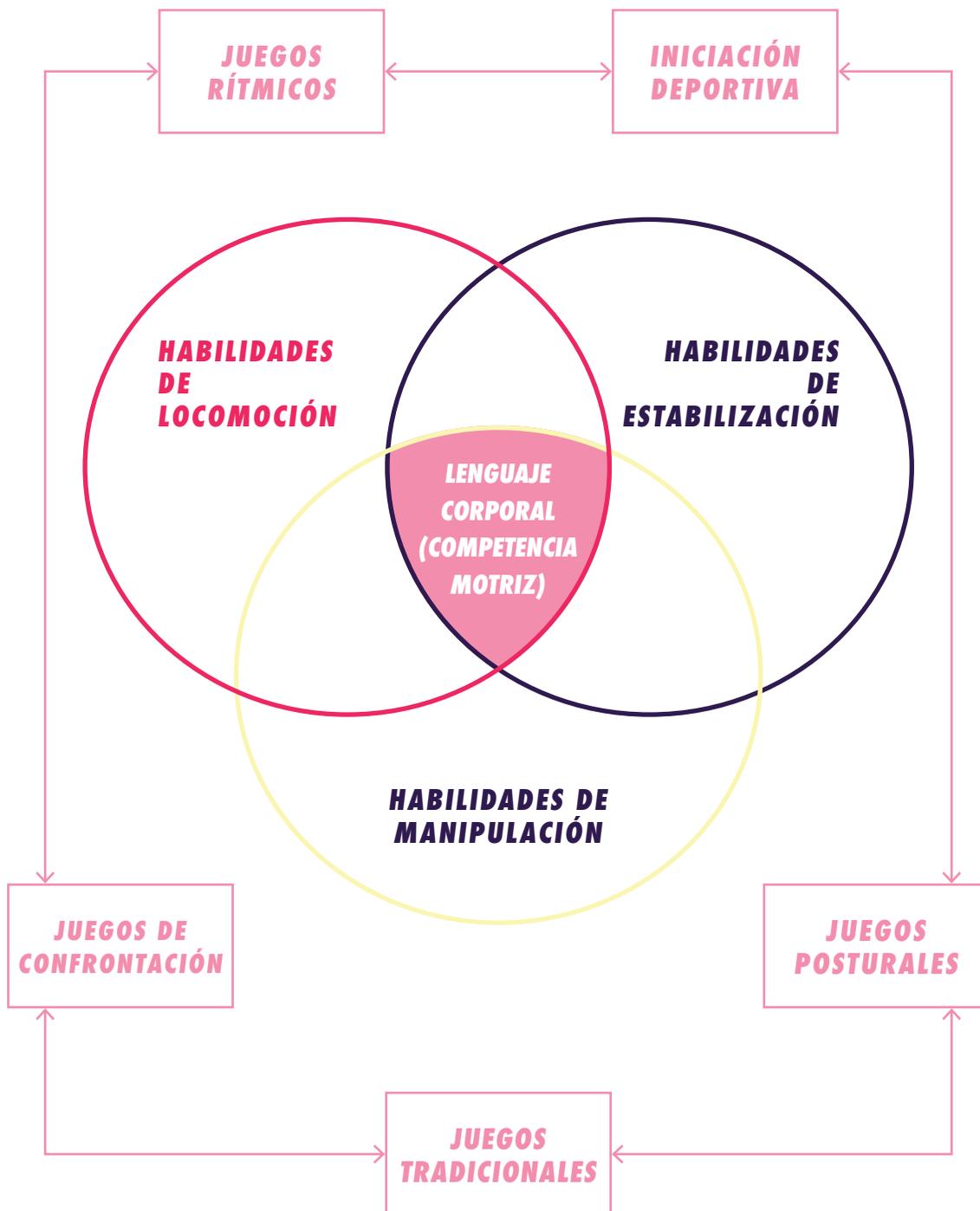


## **CONCEPTO DE ALFABETIZACIÓN CORPORAL**

Denominamos Alfabetización Corporal al proceso educativo que ocurre dentro y fuera de la escuela y que permite la transición de un estado de analfabetismo corporal a etapas cada vez más avanzadas de inteligencia motriz. Partimos del presupuesto que nadie nace más o menos alfabetizado corporalmente y que la motricidad se construye a partir de las interacciones del individuo con el medio ambiente. La calidad de estas interacciones determinará las habilidades y competencias motrices que construirán.

## **CONCEPTO DE COMPETENCIA MOTRIZ**

Es el conjunto de conocimientos, procedimientos, actitudes y sentimientos que intervienen en las múltiples interacciones que se realizan para afrontar problemas motrices con base a las competencias que implican la movilización e integración de distintos saberes: saber hacer y saber ser; y que los alumnos deben adquirir en las clases de educación física.





Los gestos, los movimientos y las habilidades motrices son las “letras” del alfabeto del cuerpo, con las cuales podemos escribir bellos textos corporales y producir cultura. Quienes ya han jugado avioncito sabrán muy bien de que estamos hablando, al utilizar, saltos, giros, lanzamientos, equilibrio, coordinación, dominio del espacio y tiempo son las “palabras” que se transforman en complejos textos corporales. Un niño bien alfabetizado corporalmente es aquel que aprende y se apropia de ese conocimiento para manifestarlo a través de la competencia motriz.

En este sentido, el que sepa comunicarse corporalmente tendrá más posibilidades de inserción y participación social. Eso está relacionado a inclusión y ciudadanía. Cuando el asunto es el cuerpo en movimiento, lo más importante es el desempeño en el espacio y tiempo.

Los gestos, como recursos de comunicación corporal, no son simples movimientos, sino la base estructural de una forma específica de lenguaje que revela nuestra identidad, nuestra cultura.

La Cultura de Movimiento, a su vez, es una de las más significativas producciones humanas, expresándose en prácticas reconocidas por la Educación Física como los juegos de confrontación, rítmicos, posturales, tradicionales y la iniciación deportiva. Valorando las características y los atributos de los diferentes territorios y regiones, entendemos que esas categorías son como códigos que transmiten un conjunto de actividades y/o modalidades que pueden modificarse, es decir, pueden dar origen a otras categorías y posibles variaciones.



## **CONCEPTO DE CULTURA DE MOVIMIENTO**

Se define como toda manifestación corporal construida, adaptada y resignificada por la humanidad, que se transforma a lo largo del tiempo y de los individuos participantes. Es una de las producciones culturales humanas interpretada desde las prácticas reconocidas por la Educación Física en sus manifestaciones corporales.

Las niñas y niños que se apropian del lenguaje en las diferentes manifestaciones de la cultura corporal, elevan su autoestima teniendo más oportunidad de ser “aceptados” socialmente. Participan activamente en la vida escolar, lo que les facilita poder aprender de forma crítica y creativa todo aquello que la escuela y los adultos les enseñan.

Cuando pensamos en la perspectiva de la enseñanza, creemos que, cuanto mayor sea la diversidad de prácticas y/o metodologías utilizadas por el profesor, mayor será la posibilidad de que sus alumnas y alumnos amplíen el conocimiento respecto a los saberes vinculados al Lenguaje Corporal así como el control y dominio de su motricidad. La diversidad es la base de todas las producciones culturales,

incluyendo el conocimiento producido a partir de las experiencias vividas con el cuerpo en movimiento. Las etapas del aprendizaje motor dependen de la diversificación y apropiación por parte de los alumnos, en las diferentes prácticas que componen la Cultura Corporal de Movimiento.

El proceso de Alfabetización Corporal sugiere que la diversificación de las prácticas sea el primer paso para motivar e introducir a los estudiantes a la cultura del movimiento. Por lo anterior, si deseamos formar adultos activos que valoren las prácticas físicas como factor de salud, socialización, convivencia, energía mental, competencia motriz y autonomía intelectual, debemos invertir en el presente de niñas y niños

**LAS ETAPAS DE LA ALFABETIZACIÓN CORPORAL**

<b>ETAPA</b>	<b>CONCEPTO</b>	<b>LENGUAJE CORPORAL</b>	<b>CARACTERÍSTICAS</b>
<p>Conocimiento y diversificación (6 a 10 años)</p>	<p>Conociendo el cuerpo</p>	<p>Comprensión del alfabeto del cuerpo en movimiento</p>	<p>La etapa de la diversificación se caracteriza por la ampliación del acervo de posibilidades de respuestas (repertorio motor) y el primer contacto con la Cultura Corporal de Movimiento. En esta etapa, se presenta todo el conocimiento relevante construido por la humanidad en prácticas como juegos, experiencias pre deportivas, gimnasia y actividades rítmicas y expresivas, entre otras. Se aprende sobre el sentido de los símbolos que componen el Lenguaje Corporal, es decir, como ellos se expresan en las diferentes prácticas.</p>
<p>Producción y transición (11 a 14 años)</p>	<p>Produciendo con el cuerpo</p>	<p>Construcción y resignificación de la cultura de movimiento</p>	<p>Esta etapa se caracteriza por la búsqueda entre la cultura ya preescrita y las posibilidades de resignificación y transformación de las prácticas corporales, ahora en función de los deseos y necesidades del alumno. Es marcada por la posibilidad de dar un “nuevo” significado para los códigos y los símbolos del Lenguaje Corporal. Se adquiere la consciencia para producir cultura corporal.</p>

# EDUCACIÓN FÍSICA Y EDUCACIÓN INTEGRAL

Creemos que “Educación Corporal”, “Lenguaje Corporal”, “Alfabetización Corporal”, “Cultura del Movimiento” y “Competencia Motriz” son algunas de las palabras clave del diccionario escolar. Los educadores — ya sean profesores de Educación Física o generalistas, pedagogos y agentes comunitarios — son todos alfabetizadores corporales y tienen el papel central de promover la Educación Integral como el gran propósito de la Educación Física.

Nos estamos refiriendo a una concepción de educación que considera a los individuos en su condición multidimensional: física, cognitiva, afectiva, social y moral; una visión en la cual la Educación Integral se presenta como una oportunidad para el desarrollo pleno, un principio pedagógico donde el aprendizaje se considera bajo una perspectiva holística.

## **CONCEPTO DE EDUCACIÓN INTEGRAL**

La Educación Integral garantiza el desarrollo de los individuos en todas sus dimensiones — intelectual, física, emocional, social y cultural — y se configura como proyecto colectivo, compartido por niños, jóvenes, familias, educadores, gestores y comunidades locales.







El proceso de Alfabetización Corporal para elevar la competencia motriz, se configura como la base de la Educación Integral, en que el concepto de movimiento se amplía más allá de sus aspectos biológicos e procedimentales.

Las clases de Educación Física, pensadas bajo esta óptica, son espacios en los cuales el movimiento y el juego se constituyen como eje principal de aprendizajes que se desarrollan en las dimensiones cognitiva, motriz, afectiva, social y moral. Agrupados en 4 campos — del Ser, Hacer, Conocer y Convivir —, esos aprendizajes permiten que los alumnos vivan la experiencia de la integralidad.

<b>DIMENSIONES POR DESARROLLAR</b>	<b>CAMPOS DE APRENDIZAJE</b>	<b>¿QUÉ SE APRENDE?</b>
<b>AFECTIVA/ ACTITUDINAL</b>	 <b>SER</b>	Como tratar cada vez mejor las propias emociones, adoptando posturas de diálogo, respeto y tolerancia con los demás en las soluciones de los conflictos que ocurren dentro y fuera del aula.
<b>MOTRIZ</b>	 <b>HACER</b>	Enriquecimiento del repertorio motriz, con libertad de expresión en la locomoción, manejo y equilibrio. Incorporación de una cultura relacionada a la actividad física, el juego, el deporte y a las manifestaciones populares.
<b>COGNITIVA</b>	 <b>CONOCER</b>	Fortalecimiento del pensamiento lógico y estratégico, desarrollo de habilidades para enfrentar los desafíos pertinentes al espacio de la práctica corporal. Comprensión y toma de consciencia de que aquello que ocurre en el espacio de la práctica motriz, que puede ser aplicable para otras situaciones de su vida.
<b>SOCIAL/ MORAL</b>	 <b>CONVIVIR</b>	Reconocimiento y valoración de la cooperación, de diálogos, de la construcción colectiva de reglas, de las discusiones y de las tomas de decisión, como valores y actitudes que contribuyen para la buena convivencia en grupo.

1.3

PRINCIPIOS DE  
**ORIENTACIÓN**  
DE LA  
**EDUCACIÓN**  
**FÍSICA**





La Educación Física, atendiendo al propósito de promover la Educación Integral, debe considerar en sus intervenciones algunos principios de orientación. Éstos contribuyen para una experiencia positiva que refleje los valores universales como inclusión, respeto, colaboración, autonomía y protagonismo.

### **INCLUSIÓN DE TODOS**

Crear igualdad de condiciones y oportunidades para la participación de niñas y niños en el aprendizaje de la Educación Física, desarrollando habilidades y competencias que les permitan comprender, transformar, reconstruir y aprovechar las diferentes prácticas de la cultura corporal.

### **CONSTRUCCIÓN COLECTIVA**

Buscar la participación activa de todos los involucrados en la estructuración del proceso de enseñanza-aprendizaje de la Educación Física, convirtiendo a alumnos, docentes y comunidad escolar en corresponsables y cogestores (planificación, ejecución, evaluación y continuidad) de los proyectos con la cultura física.

### **BÚSQUEDA DE LA AUTONOMÍA**

Transformar la enseñanza de la Educación Física como una herramienta que promueva la autorreflexión crítica y la autonomía, empoderando a niñas y niños para que analicen, evalúen, decidan, promuevan y organicen su participación y la de otros, en las diferentes prácticas físicas que ocurren dentro y fuera de la escuela.

### **RESPECTO A LA DIVERSIDAD**

Percibir, reconocer y valorar las diferencias entre las personas respecto a raza, color, religión, género, biotipo, niveles de habilidades, niños con necesidades educativas especiales, etc., entendiendo la diversidad como una oportunidad de aprender con las diferencias, diversificando las metodologías de enseñanza, favoreciendo la convivencia y el aprendizaje compartido.

1.4

BENEFICIOS DE LA  
**LUDOMOTRICIDAD**  
EN EL **APRENDIZAJE**





Uno de los mayores retos de los educadores físicos es motivar y alentar a los alumnos a superar las dificultades que se les presentan cada vez que proponen la ejecución de tareas motrices que desafíen sus habilidades. La propuesta de Juega Más, parte del método lúdico como una estrategia que brinda experiencias positivas de aprendizaje a través de diversas actividades y juegos que pueden ser utilizados en las sesiones de educación física con un fin formativo integral. En este sentido, la ludomotricidad es un medio para desarrollar dominios motores-cognitivos-emocionales que resulten significativos.

Es importante que los educadores físicos establezcan un trabajo sistematizado con una adecuada dosificación de contenidos con el propósito de atender características e intereses de las niñas y niños con quienes trabajan para generar secuencias, situaciones y unidades didácticas que faciliten los aprendizajes esperados para cada grado escolar.

Con base a lo anterior, es de vital importancia que los docentes tengan y proyecten una actitud positiva y lúdica que motive a realizar las actividades y juegos motores para ejemplificar, guiar y acompañar las actividades de los alumnos, y de esa manera propiciar:

- Resolución de problemas utilizando los saberes
- Autorreflexión individual y colectiva
- Conformación de la corporeidad
- Aprendizaje cooperativo

Cabe destacar que en la medida en que la ludomotricidad como herramienta logre mejorar las experiencias motrices de los alumnos en cada sesión, mayores serán los alcances de impacto en otras áreas de su vida escolar y cotidiana, lo que paulatinamente transformará su desempeño e impactará en la comunidad escolar transformándola en una comunidad cada vez más hábil y activa.





CAPÍTULO 2

# EL JUEGO

# EL JUEGO COMO RECURSO PEDAGÓGICO

Cuando pensamos en la Cultura de Movimiento, la enseñanza basada en la diversidad propone que la elección y selección de los contenidos debe incluir, siempre que sea posible, todas las manifestaciones de esta cultura: actividades físicas, juego y deportes.

En ese sentido, atendiendo al desarrollo integral y potencializando el desarrollo de los individuos en sus dimensiones física, motriz, cognitiva, social y afectiva, creemos en el juego como herramienta fundamental para abordar los contenidos para enseñar los contenidos de Educación Física y otras asignaturas. El juego se configura como el recurso pedagógico más interesante para alfabetizar corporalmente a los alumnos, ofreciendo la oportunidad para que tengan acceso a las diferentes prácticas de la Cultura del Movimiento.

El juego ejerce una gran fascinación en nuestra cultura. Sus diferentes formas de expresión incluyen emociones, conflictos, solución de desafíos, construcción de estrategias, toma de decisiones, convivencia, cooperación, competencia, diferentes situaciones y experiencias que representan la complejidad del ser.

Entre las diferentes expresiones del juego, nuestro enfoque se centra en el juego pedagógico como un recurso que moviliza todas las dimensiones del aprendizaje y del desarrollo humano. La imprevisibilidad, el consenso de las reglas, la inteligencia creativa, la imaginación y el símbolo, la curiosidad, el raciocinio lógico, todas características de la actividad, son aspectos presentes en las manifestaciones del mismo.



La actividad física es la “madre” de todas las formas de expresión de la Cultura de Movimiento. Los juegos de confrontación, rítmicos, posturales, tradicionales y la iniciación deportiva, son considerados como contenidos básicos de la educación física escolar y sus contextos. La escuela es un espacio de alfabetización corporal en el se pueden enseñar todas esas formas de expresión, a través de metodologías lúdicas que promuevan la creatividad, imaginación y motivación.

## **EL BUEN JUEGO:**

### **OFRECE LA POSIBILIDAD DE QUE TODOS PARTICIPEN ACTIVAMENTE:**

Durante el juego es recomendable que los jugadores estén siempre en movimiento. Evitar la elección de juegos donde esperen mucho para participar, haciendo filas o excluyendo a los participantes. La clave para una buena actividad es la inclusión. Todos los esfuerzos del profesor deben converger para que los alumnos participen activamente en las actividades.

### **OFRECE LA POSIBILIDAD DE ÉXITO A LOS PARTICIPANTES:**

El juego no debe ser muy fácil o muy difícil sino que tiene que representar desafíos adecuados a las características de los jugadores. Por otra parte una intervención adecuada del profesor, significa pensar en el nivel de competencia que poseen los alumnos y el que obtendrán con la ayuda de terceros. Un buen juego permite completar la tarea. El buen juego siempre deja ganas de "quiero más".

#### **SUGERENCIA:**

Evite dinámicas que propicien vergüenza o humillación.

#### **SUGERENCIA:**

Valore el esfuerzo personal de los alumnos, apreciando de manera positiva su empeño y sus logros.

## **OFRECE LA POSIBILIDAD DE MODIFICAR LA ACTIVIDAD POR LOS PARTICIPANTES:**

Por privilegiar las relaciones de intercambio entre los niños y la construcción colectiva, la actividad puede co-construirse promoviendo la cooperación y autonomía. Con el transcurso del tiempo, el profesor debe interferir lo mínimo posible en la actividad de los alumnos. Ellos deberán aprender a administrar el espacio de la actividad, desde su preparación hasta la acción de jugar. Cuando es necesaria la intervención constante del profesor, incluso después de un tiempo de práctica, algo no está bien. En cada clase los alumnos deben mostrar más independencia y autonomía en la administración de las actividades.

### **SUGERENCIA:**

Nadie nace cooperativo, se aprende al llegar a acuerdos para solucionar desafíos y conflictos inherentes al juego.

## **OFRECE LA POSIBILIDAD DE ADAPTACIÓN Y DE NUEVOS APRENDIZAJES:**

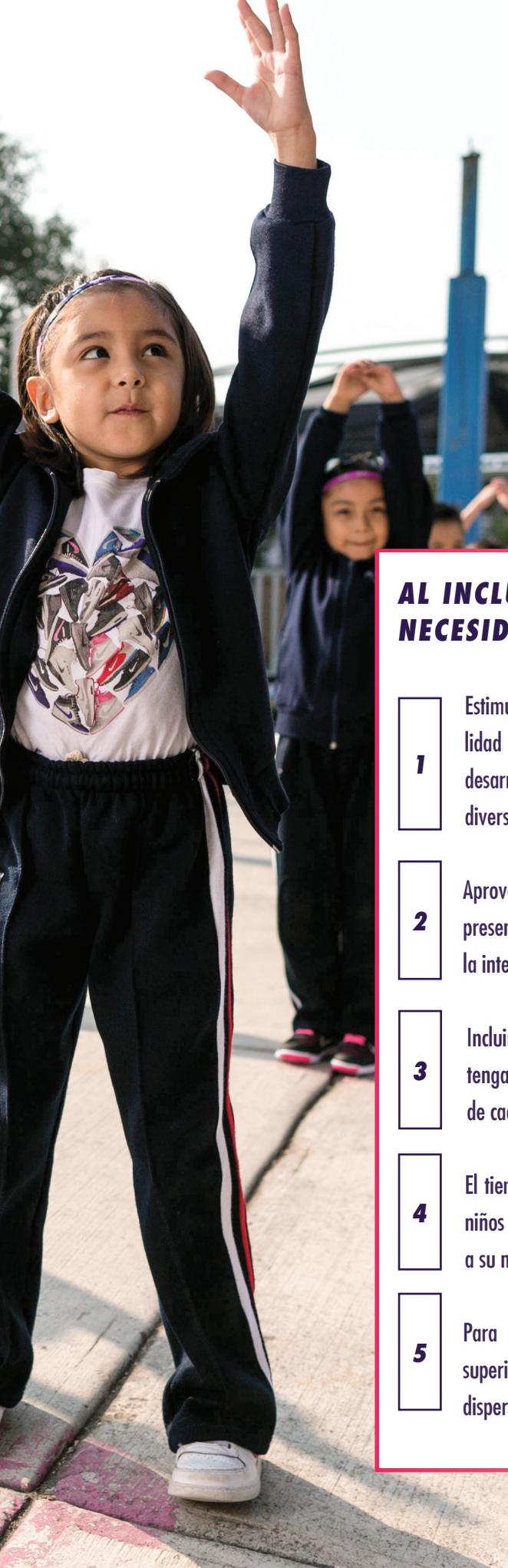
“Equivocándose se aprende”. Es responsabilidad del profesor crear condiciones para que los participantes tengan tiempo y espacio para probar y repetir las habilidades motrices involucradas en el juego. Con el transcurso del tiempo, los niños deben sentirse seguros para probar y correr el riesgo de equivocarse. La buena jugada es aquella en la cual el jugador demuestra haber aprendido a jugar y de manera competente consigue un logro. Este aprendizaje a menudo nace de los errores y de los intentos para acertar. En este constante ir y venir, entre aciertos y errores, el jugador actualiza sus esquemas de acción, realiza las adaptaciones necesarias y aprende a jugar.

### **SUGERENCIAS:**

Incentive a que los niños prueben las diferentes maneras de hacer. En el juego, el desafío de lograr la meta es el mismo para todos, pero los caminos son muchos y diferentes.

Proponga siempre situaciones problema que no se solucionen en el primer intento. Los buenos desafíos sugieren un tiempo para pensar y probar las posibilidades de superación.





La Educación Física escolar debe comprometerse con la inclusión de alumnos con discapacidad y necesidades especiales de educación. Se deben realizar adaptaciones al juego para que todos tengan acceso y puedan participar activamente.

### **AL INCLUIR ALUMNOS CON DISCAPACIDAD Y NECESIDADES ESPECIALES DE EDUCACIÓN:**

**1**

Estimular e incluir a quienes tengan alguna discapacidad o menor habilidad para desempeñar una tarea. Todos deben tener la oportunidad de desarrollarse en términos de mejorar su competencia motriz y habilidades diversas.

**2**

Aprovechar las orientaciones y consejos de adaptación de las actividades presentadas en este contenido, como forma de favorecer la participación y la integración de todos en el grupo.

**3**

Incluir significa crear condiciones y realizar adaptaciones para que todos tengan las mismas oportunidades, respetando las limitaciones y alcances de cada participante.

**4**

El tiempo es muy importante. Considerar un mayor tiempo para que los niños con discapacidad puedan realizar tareas más complejas de acuerdo a su necesidad.

**5**

Para garantizar que las actividades se realicen, no proponga metas superiores a los límites de la capacidad de los alumnos; esto evita la dispersión, el agotamiento y el abandono del juego.

# LAS VARIABLES PEDAGÓGICAS DEL JUEGO

La intervención especializada del profesor en las variables que componen y estructuran la práctica de los diferentes juegos puede estimular en los alumnos aprendizajes significativos e interesantes. Las variables pedagógicas que conforman un sistema se integran por: personas, recursos, reglas, tiempo, espacio, gestos y funciones, donde los profesores diversifican sus saberes para enseñar y los alumnos se adaptan para aprender. Todas las veces que observemos a alumnos dentro de su zona de confort, es el momento de provocar un conflicto positivo a través de la diversificación en las variables pedagógicas.





En la medida que el profesor logra realizar intervenciones en las diferentes variables del juego, podrá percibir que no siempre es necesario enseñar una infinidad de actividades o una actividad diferente en cada clase. El juego o la actividad propuesta se van modificando, proporcionando nuevos desafíos y aprendizajes a los alumnos. Es importante recordar que los desafíos y diversificaciones deben centrarse en los objetivos de aprendizaje que el profesor espera lograr con los alumnos.

Esta tabla ofrece sugerencias de cómo intervenir en las variables de la actividad y cómo las diversificaciones estimulan aprendizajes en las dimensiones del ser, hacer, conocer y convivir:

<b>VARIABLES</b>	<b>TEMAS PARA ORGANIZAR LA CLASE DEL PROFESOR</b>
 <b>PERSONAS</b>	<p>Pensar sobre los alumnos: ¿Quiénes son? ¿Qué características físicas tienen? ¿Cómo será la organización del grupo? ¿Qué ya conocen sobre la actividad?</p>
 <b>RECURSOS</b>	<p>Pensar sobre el material: ¿Qué es necesario para la actividad? ¿Qué tengo? ¿Qué será necesario producir o conseguir? ¿Cómo el material puede proporcionar nuevos desafíos o tareas motoras?</p>
 <b>REGLAS</b>	<p>Pensar en las relaciones y en la convivencia: ¿Cómo favorecer la buena convivencia? ¿Cómo estimular la cooperación y construcción de reglas positivas para el grupo? ¿Cómo se pueden aplicar en la vida cotidiana?</p>
 <b>TIEMPO</b>	<p>Pensar en la duración: ¿Cuál es el tiempo para realizar la actividad o el juego? ¿Cuántas clases se utilizarán para lograr los aprendizajes esperados? ¿En cuánto tiempo los alumnos podrán lograr la tarea?</p>
 <b>ESPACIO</b>	<p>Pensar en el lugar: ¿Dónde será la clase? ¿Cómo será la estructura de la actividad? ¿El espacio es seguro? ¿Cuáles son las posibilidades de modificar el espacio para el juego? ¿Cuántas áreas son posibles montar en el mismo espacio?</p>
 <b>GESTOS</b>	<p>Pensar en los movimientos o patrones básicos: ¿Cuáles son las habilidades motrices involucradas en la actividad? ¿Cuáles son las posibilidades de experimentar gestos motores diferentes? ¿Cuáles son los patrones que se pueden mejorar?</p>
 <b>FUNCIONES</b>	<p>Pensar en roles: ¿Cuáles son las características de cada participante? ¿Cómo se dividirán las funciones en las diferentes actividades? ¿Cuáles serán las responsabilidades de cada uno? ¿Qué funciones asumirá el profesor en el juego?</p>

## POSIBLES DIVERSIFICACIONES PARA ESTIMULAR NUEVOS APRENDIZAJES

## APRENDER MÁS SOBRE COOPERACIÓN Y CONVIVENCIA EN GRUPO

<p>Jugar individualmente, en parejas, en tríos, en cuartetos, en quintetos, hasta llegar a grandes grupos.</p>	 <b>CONVIVIR</b>	<p>Aprender más sobre cooperación, convivencia en grupo y con los diferentes integrantes.</p>
<p>Jugar con materiales diversificados en las categorías: peso, tamaño, volumen, forma, textura, color y densidad.</p>	 <b>HACER</b>	<p>Aprender y desarrollar sus habilidades y funciones motrices y cognitivas.</p>
<p>Jugar con reglas flexibles que incentiven el protagonismo, la inclusión y la cooperación entre los alumnos.</p>	 <b>SER Y CONVIVIR</b>	<p>Aprender sobre la importancia de las reglas como elemento que permite la participación en grupo y la posibilidad de jugar juntos.</p>
<p>Jugar realizando ajustes que incluyan variables como ahora y después; rápido y lento; ayer, hoy y mañana.</p>	 <b>CONOCER</b>	<p>Aprender a solucionar conflictos y situaciones problema a través del pensamiento lógico y coherente.</p>
<p>Jugar realizando ajustes que incluyan variables como arriba o abajo; dentro y fuera; cerca y lejos.</p>	 <b>CONOCER</b>	<p>Aprender a tomar conciencia de su "cuerpo"/"yo" en el espacio de los objetos con relación a los demás.</p>
<p>Jugar realizando ajustes que incluyan variables en los movimientos de locomoción, manipulación y estabilización.</p>	 <b>HACER</b>	<p>Aprender como ampliar su repertorio motriz para expresarse y comunicarse corporalmente.</p>
<p>Jugar representando y realizando papeles y funciones de jugador, árbitro, técnico, porra, etc.</p>	 <b>SER</b>	<p>Aprender a ser más protagonista y asumir responsabilidades que fomenten la autonomía e independencia.</p>

2.3

# HERRAMIENTAS DIDÁCTICAS PARA LA ENSEÑANZA DE JUEGOS

¡Alumnos que permanecen mucho tiempo sentados aprenden a quedarse sentados! ¡Alumnos que permanecen mucho tiempo en filas aprenden a quedarse en filas! ¡Alumnos que no juegan, no jugarán nunca!

¿Qué deseamos enseñar?



Para potencializar la relación entre la enseñanza y el aprendizaje, es fundamental que el profesor de Educación Física utilice diversas estrategias que incluyan los diferentes predomios de aprendizaje (visual, auditivo y kinestésico) de los alumnos. Cuanto más variada es la forma de enseñar, mayor es la oportunidad de que aprendan.

Las formas, los modos y las estrategias de enseñanza se convierten en herramientas didácticas. El conjunto de herramientas didácticas forma la “caja de herramientas” del profesor. El desafío de todo profesor comprometido con el aprendizaje está en llenar y actualizar constantemente su “caja de herramientas”.

A continuación, vamos a conocer algunas de esas herramientas didácticas que pueden aplicarse durante la planeación y conducción de actividades físicas, juegos o deportes:

## **EL HABLA**

El habla es una herramienta indispensable y poderosa que utilizamos para enseñar. En las clases de Educación Física, generalmente realizadas al aire libre o en espacios cerrados, es necesario saber usarla bien. Considerar la elección de las palabras y frases, así como el volumen y la entonación para interesar, motivar y desafiar.

### **SUGERENCIAS:**

Utilizar el habla para incentivar a sus alumnos, hacerlos reflexionar, involucrarlos y ayudarlos a comprender.

Elegir palabras adecuadas que expresen de forma clara sus intenciones, ideas y cuestionamientos.

## **LAS INTERPRETACIONES**

Todo profesor es un actor que interpreta papeles. En algunos momentos somos más directivos, en otros somos más flexibles, en otros somos muy cuestionadores, en otros dejamos que los alumnos solucionen los problemas y solamente observamos. Esos cambios de papeles por parte del profesor ayudan al aprendizaje de los alumnos.

### **SUGERENCIA:**

Explorar al máximo su condición de interpretar y sorprenda a sus alumnos con formas diferentes de tratar un mismo contenido de aprendizaje.

## UNA BUENA PREGUNTA

Las “buenas preguntas” generan reflexiones, pensamientos y cuestionamientos para la toma de decisiones. Durante una clase de Educación Física, una buena pregunta es una herramienta didáctica importantísima para generar detonantes de movimiento y desafíos motores. Los profesores de Educación Física pueden y deben aprender a realizar buenas preguntas. Buenas preguntas resultan en buenos aprendizajes.

### **SUGERENCIAS:**

Hacer preguntas que generen reflexión e involucramiento de los alumnos en las actividades de la clase. Por ejemplo: ¿Cuáles fueron sus dificultades? ¿Qué fue lo más fácil? ¿Pueden contarnos cómo llegó a esa solución? ¿Cuáles fueron las estrategias utilizadas? ¿Cuáles funcionaron? ¿Harían algo diferente?

Cuidado con preguntas en que las respuestas sean solamente “sí” o “no”.

## LAS REFLEXIONES INDIVIDUALES Y COLECTIVAS

¿Cómo enseñar de una manera en la que todos sean capaces de aprender, a su manera y tiempo? Reflexionar individualmente y/o conversar con los compañeros y con el profesor sobre sus aciertos y dudas, es sano para que los alumnos puedan avanzar en la construcción de nuevos conocimientos. Se debe dar un “tiempo” para que, durante la clase, los alumnos puedan reflexionar y pensar sobre las mejores estrategias y los mejores caminos para superar los desafíos propuestos.

### **SUGERENCIAS:**

Cuidado con preguntas que no generen reflexiones constructivas.

Estimular la búsqueda de soluciones, en algunos momentos individuales, entre pares y colectivos.

## EL ESCENARIO

Organizar el espacio de trabajo y preparar bien el escenario antes de la clase. Los ambientes educativos necesitan ser atractivos para los alumnos. Espacios seguros, limpios, inspiradores, desafiantes y con múltiples posibilidades de aprendizaje son el escenario ideal para generar aprendizaje significativo.

### **SUGERENCIAS:**

Cuidar el espacio de enseñanza e involucrar a los alumnos en el proceso de montaje. Anticipar el escenario de acuerdo a su planeación. Crear escenarios físicos que incentiven la imaginación diversificando los materiales y espacios disponibles (como tableros de básquetbol con diferentes alturas y tamaños de aros, pelotas de diferentes tamaños, red de voleibol de diferentes alturas, etc.).

## EL MATERIAL

El material utilizado en las clases de Educación Física debe ser lo más variado posible. Además de los materiales convencionales que ya tiene la escuela (pelotas, aros, conos, etc.), existe una enorme posibilidad de recursos que podemos construir, considerando siempre el rango de edad, el nivel de desarrollo y la motivación de los alumnos. Pelotas de diferentes tipos, pesos, colores, tamaños y texturas, conos o bolos de botella PET pintadas de diferentes colores, cuerdas, aros, bastones, barreras, tapas, entre otros, son materiales interesantes y que motivan la participación de niñas y niños en las clases.

### **SUGERENCIAS:**

Diversificar el material a todos sus usos posibles para solucionar de manera creativa los retos motores de la clase.  
Utilizar materiales disponibles en su escuela, comunidad y región para producir recursos pedagógicos.

## 2.4

# LA ENSEÑANZA DE ACTIVIDADES Y LA ORGANIZACIÓN DE LA CLASE

No basta hacer que los alumnos jueguen, es necesario saber intervenir y organizar las clases en parte inicial, principal y final. Es fundamental que profesores y alumnos organicen colectivamente una rutina de clase en la cual prevalezca el diálogo y que todos tengan claros los objetivos del juego y las expectativas de aprendizaje. Para ello, sugerimos que las clases se estructuren didácticamente en tres momentos:

### 1º MOMENTO: INICIAL

La sugerencia es iniciar las clases de Educación Física con una ronda de conversación. Ese es un espacio privilegiado para realizar acuerdos, explicar qué se realizará durante la clase, oír opiniones, fortalecer las alianzas, estimular el diálogo y, principalmente crear un ambiente positivo y seguro para oír y hablar entre profesor y alumnos.

### **SUGERENCIAS:**

Valorar el diálogo, construir colectivamente, crear un ambiente que favorezca la participación de todos.

Este es un buen espacio para ejercer las buenas preguntas, procurando no exceder el tiempo de la ronda para que no se haga fastidiosa.



### **2º MOMENTO: CENTRAL**

Es la parte central de la clase que implica mayor tiempo, donde los alumnos practican, prueban y juegan. Se puede identificar como el espacio donde se construyen y evalúan los aprendizajes esperados.

#### **SUGERENCIAS:**

Estar atento para que todos los niños tengan las mismas oportunidades de participación. Evitar filas y espacios donde los alumnos permanezcan mucho tiempo inactivos. Diversificar los espacios para que todos jueguen al mismo tiempo.

### **3º MOMENTO: CIERRE**

Es importante que aunado a las actividades de vuelta a la calma, la clase también termine con una ronda de conversación. Revisar lo que se ha aprendido, los acuerdos, los desafíos individuales y colectivos, los avances y también proyectar la próxima clase.

#### **SUGERENCIAS:**

Estar atento para que todos tengan la oportunidad de hablar, resaltar los logros obtenidos, incentivarlos a persistir y continuar practicando. Enfatizar que el error es una oportunidad de aprender.





# REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ARMBRUST, Igor; SILVA, Sheila Aparecida. Pluralidade cultural: os esportes radicais na educação física escolar. *vz z zzvzvzvzz* p. 281-300, 2012.

BETTI, Mauro. Educação Física e Cultura Corporal de Movimento: Uma perspectiva fenomenológica e semiótica. *Revista da Educação Física, UEM*, v. 18/2, p. 207-217, 2 sem. 2007.

BETTI, Mauro; FERRAZ, Osvaldo Luiz; DANTAS, Luiz Eduardo Pinto Basto Tourinho. Educação Física Escolar: Estado da arte e direções futuras. *Rev. bras. Educ. Fis. Esporte*, v. 25, n. esp., p. 105-115, dec. 2011.

BETTI, Mauro; ZULIANI, Luiz Roberto. Educação Física Escolar: Uma Proposta de Diretrizes Pedagógicas. *Revista Mackenzie de Educação Física e Esporte*, p. 73-81, 2002.

CENPEC. Guia Políticas de Educação Integral. Conceito de Educação Integral. Disponível em: <<http://www.observatoriodopne.org.br/uploads/reference/file/516/documento-referencia.pdf>>. Acesso em 26 fev. 2017.

CLARK, Jane E.; METCALFE, Jason S. The mountain of motor development: a metaphor. *Motor development: Research and reviews*, p. 163 – 190, 2002.

COSTA, Caio Martins; ARMBRUST, Igor; TERAMOTO, Willian. Qualificação da educação física curricular: reflexão e sistematização da prática pedagógica nas escolas. São Paulo: Instituto Esporte & Educação, 2014.

D'ANGELO, Fabio Luiz. Alfabetização corporal, jogo e qualidade de vida. *Triade que fundamenta*

o conceito e a prática do “Se movimentar”. Revista Pré-Univesp, 2014.

FREIRE, João Batista. Pedagogia do futebol. Londrina: Midiograf, 1998.

FREIRE, João Batista. O jogo: entre o riso e o choro. Campinas, SP: Editora Autores Associados, 2002.

FREIRE, João Batista. Ensinar esporte, ensinando a viver. Porto Alegre: Mediação, 2012.

FREIRE, João Batista et al. Oficinas do Jogo. São Paulo: Avercamp, 2013.

FREIRE, Paulo. Conscientização. São Paulo: Editora Cortez, 2016.

HUIZINGA, J. Homo Ludens. 4<sup>ª</sup> ed. São Paulo: Perspectiva, 2000.

MASSCHELEIN, Jan; SIMONS, Maarten. Em defesa da escola: uma questão pública. Belo Horizonte:

Autêntica Editora, 2013.

MOSER, Ana Beatriz; D’ANGELO, Fabio Luiz (Org.). Guia da prática pedagógica: oficinas do esporte. Porto Alegre: Editora Mediação, 2014.

ORGANIZAÇÃO das Nações Unidas (ONU). Declaração Universal dos Direitos Humanos. Disponível em: <<http://www.onu.org.br/img/2014/09/DUDH.pdf>>. Acesso em 22.04.2017

PEREIRA, D. W.; ARMBRUST, I. Pedagogia da Aventura. Jundiaí/SP: Fontoura, 2010.

ROSSETTO JÚNIOR, Adriano José; D’ANGELO, Fabio Luiz; COSTA, Caio Martins. Práticas pedagógicas reflexivas em esporte educacional: unidade didática como instrumento de ensino e aprendizagem. São Paulo: Phorte, 2008.

ROSSETTO JÚNIOR, Adriano José et al. Jogos Educativos: estrutura e organização da prática. São Paulo: Phorte, 2009.

**Hecho para Jugar**  


yoquiero  yopuedo  
Facilitamos el desarrollo humano, social y económico