

**Licenciatura en Educación
Preescolar Indígena con Enfoque
Intercultural Bilingüe**

Plan de estudios 2018

Programa del curso

**Educación Física
y hábitos saludables**

Séptimo semestre



SEP
SECRETARÍA DE
EDUCACIÓN PÚBLICA

Primera edición: 2021

Esta edición estuvo a cargo de la Dirección General
de Educación Superior para Profesionales de la Educación,
Av. Universidad 1200. Quinto piso, Col. Xoco,
C.P. 03330, Ciudad de México

D.R. Secretaría de Educación Pública, 2021
Argentina 28, Col. Centro, C. P. 06020, Ciudad de México

Índice

Propósitos y descripción general del curso.....	5
Cursos con los que se relaciona.....	11
Competencias del perfil de egreso a las que contribuye el curso.....	13
Estructura del curso.....	16
Orientaciones para el aprendizaje y enseñanza	17
Sugerencias de evaluación.....	24
Unidad de aprendizaje I. Hábitos saludables.....	27
Unidad de aprendizaje II. Conceptos básicos y contenidos que se desarrollan en la educación física en la Educación Preescolar.....	38
Unidad de aprendizaje III. Referentes para la planeación didáctica de la educación física.....	50
Perfil docente sugerido.....	66

Trayecto formativo: Formación para la enseñanza y el aprendizaje

Carácter del curso: Obligatorio Horas: 6 Créditos: 6.75

Propósitos y descripción general del curso

El curso aporta perspectivas teóricas para que el estudiantado comprenda el papel de la educación física como una forma de intervención educativa que se manifiesta como una práctica social y que utiliza la motricidad desde sus distintas manifestaciones para el logro de sus propósitos en la escuela: el desarrollo integral de los niños y el fomento a la salud.

Además, ofrece herramientas para la intervención pedagógica en la que se promueva el desarrollo motriz del alumnado en preescolar a través de diversas estrategias como el juego motor y actividades ludomotrices. Desde esta perspectiva se busca contribuir a la formación profesional del estudiantado normalista a partir de una visión integradora que articule los aspectos físicos y motrices con la práctica, así como con los aprendizajes y saberes propios del campo disciplinar.

El carácter práctico y reflexivo del curso permite vincular en la aplicación de la educación física temas y acciones dirigidas al desarrollo de competencias que implican el cuidado personal, la conservación de la salud y la prevención de enfermedades con pertinencia cultural y lingüística, lo que contribuye a la formación profesional del estudiantado. La o el estudiante normalista deberá desarrollar capacidades para promover el cuidado en las niñas y los niños, el cuidado de su cuerpo hacia una vida saludable y su desarrollo motriz, desde los primeros años de vida a través del conocimiento y práctica de la educación física.

Durante el curso se promueve el diseño de actividades que favorecen la creación de ambientes de aprendizaje orientados hacia el respeto a la diferencia y la participación mediante propuestas acordes al contexto, las características y demandas del alumnado. Se pretende que estos elementos fomenten el desarrollo de competencias para trabajar la Educación Física en los jardines de niños. Los contenidos propuestos ofrecerán acompañamiento en los procesos formativos para el desarrollo personal y social de las niñas y los niños en edad preescolar vinculados con la Educación Física.

El enfoque intercultural de esta licenciatura requiere de orientaciones que garanticen una formación pertinente para atender a niños y niñas indígenas. La educación física no escapa a ello y es necesario que el trabajo formativo que se define en este curso cuente siempre con espacios previos para conciliar, investigar y analizar la pertinencia de las actividades propuestas en congruencia con las características del enfoque intercultural bilingüe. En este sentido, hay que considerar que el proceso de enseñanza y aprendizaje de la Educación Física en contextos indígenas puede plantear problemas concretos al encontrar visiones sobre el cuidado del cuerpo y el desarrollo motriz que se construyen desde otros referentes y cosmovisiones de parte del estudiantado normalista, por un lado, y por el otro, de niños y niñas de preescolar y sus familias. En este sentido, situaciones complejas, como puede ser el lugar que tiene el cuerpo desde determinadas religiones o el rol de la mujer en determinadas culturas, pueden surgir en las clases de Educación Física en contextos indígenas, por eso se recomienda observar el contexto; reconocer las formas en que el juego, el desarrollo físico y los hábitos saludables se configuran y, a partir de ello, proponer actividades con pertinencia cultural. Otro elemento que debe tomarse en cuenta es la lengua y las formas en que se concibe el conocimiento sobre la educación física.

Se considera como punto de partida para el desarrollo de estas competencias “considerar que la salud, el bienestar y el desarrollo integral de los niños en edad preescolar implica reconocer que el país enfrenta un cambio en el perfil epidemiológico en los niños y jóvenes, pues se registran cada vez más casos asociados a las enfermedades no transmisibles, accidentes y violencia. Junto con ello, se siguen presentando los padecimientos comunes como son las diarreas y enfermedades respiratorias, al mismo tiempo que los padecimientos adquiridos o emergentes como son la diabetes mellitus, el sobrepeso y la obesidad, las adicciones, el VIH/SIDA, los problemas mentales y emocionales, el suicidio, la violencia, los homicidios y los accidentes” (Norma Oficial Mexicana NOM-009-SSA2-1993, para el Fomento de la Salud del Escolar, 1993).

Es necesario hablar sobre el contexto en el que se desarrolla el Plan de estudios 2018 para formación de docentes de educación preescolar. A comienzos del

2020, en nuestro país se detectaron los primeros casos de la cepa de un virus hasta ahora desconocido, el SARS-CoV-2 (COVID 19). Este virus ha conseguido obtener el grado de pandemia, obligando a todo el mundo a un autoconfinamiento y a tomar medidas de protección que las personas jamás nos imaginaríamos vivir. Todas las actividades económicas, educativas y de recreación se suspendieron, obligando al mundo a adaptarse en el confinamiento a su relativa continuidad. Evidentemente, esta “continuidad” obligo a las escuelas a desarrollar alternativas para que millones de estudiantes, de todos los niveles de estudio y condiciones socioculturales atendieran sus responsabilidades académicas desde diversas propuestas.

En este contexto, el área de la Educación Física ha sido una de las más afectadas, porque si bien ya se reconocía el problema de la falta de actividad física, los trastornos alimenticios y la ausencia de una cultura de prevención de la salud para una mejor calidad de vida, el trabajo formativo se ha tenido que supeditar también a un confinamiento, por lo que se ha quebrantado y acrecentado los problemas antes mencionados, aun con los enormes esfuerzos de docentes de todos los niveles educativos que intentan de todas las maneras posibles dar continuidad al trabajo con esta disciplina para la formación integral de las y los estudiantes.

Es por esto que las configuraciones sobre el ser docente se encuentran en un momento de posibilidades porque esta terrible situación obliga a cambiar los procesos de formación inicial y la intervención educativa, con todo lo que puede implicar esto. Lo que se ha venido aprendiendo tendrá que replantearse ante eventos que sacuden de forma contundente. Hará del todo visible que el hecho educativo siempre se ve intervenido por incidentes críticos que requieren del desarrollo de pensamiento complejo y disruptivo en los docentes.

Atender al desarrollo de hábitos de vida saludable desde la Educación Física implica construir conocimiento a partir de los referentes más actuales de su desarrollo. Vamos por un desarrollo integral de los estudiantes, pero desde un enfoque que permita reconocer la diversidad en las condiciones de vida y de los recursos con los que cuenta. Por lo que el enfoque intercultural es vital para

reconocer desde dónde se construye la idea de salud y los referentes culturales, económicos, históricos, políticos y socioemocionales que caracterizan nuestros centros escolares. La idea de escuela como espacio físico se amplía para ayudarnos con tecnologías de todo tipo, actividades y aliados, para poder atender a la formación docente y, en consecuencia, a la educación primaria.

La pandemia, sin la menor duda, ha venido a cuestionar la pertinencia de la formación docente, y del desarrollo y contenidos de los cursos y, en consecuencia, este curso, aun cuando tenga una propuesta específica de contenidos tendrá que mantener un enfoque formativo que permita, al estudiantado normalista, cuestionar los contenidos desde contextos específicos y en términos prácticos deberá reconocer los diversos contextos culturales, sociales, físicos y económicos en que se desarrolla la vida cotidiana de los niños, niñas y adolescentes.

Aunado a esto, la reflexión en torno al vínculo que se puede establecer con las familias de las y los estudiantes ha definido nuevas perspectivas para promover la Educación Física con un ámbito más allá del grupo escolar y entender la complejidad de la formación de hábitos saludables. Este panorama en la formación de docentes de las escuelas normales permitirá un tránsito de enorme riqueza para reflexionar sobre la Educación Física y su vínculo con el desarrollo de hábitos saludables como docentes de educación preescolar.

La educación del siglo XXI, en todos los ámbitos, presenta cambios de paradigmas con respecto a lo que se consideraba como normal, esta tendencia global y apegada a una construcción teórica guiada por instancias mundiales impacta en la Educación Física. Bokova (2015) afirma que la Educación Física es esencial para una vida sana debido a que tiene un impacto positivo en el rendimiento académico, al ofrecer una plataforma amplia para la inclusión social, esto se logrará al exponer a los estudiantes con experiencias que permitan desarrollar habilidades y conocimientos necesarios para aprovechar todas las oportunidades que existen hoy y dar formas de ciudadanía global. El egresado de las Escuelas Normales debe ser capaz de afrontar los retos que en este siglo se presentan, así como identificar la influencia del constructivismo

social en donde el ser humano busca transformar la realidad y transformarse a partir de la interacción sociohistórico-cultural.

Es indispensable considerar el desarrollo de la motricidad y la corporeidad como un proceso dinámico y reflexivo, donde la docente de preescolar pueda identificar las formas en que las y los niños desarrollan conciencia corporal y, a partir de ello, puedan aprender a cuidarse y responsabilizarse de sus acciones. El autoconocimiento ofrece compromisos consigo mismos; aprecio y valoración del cuerpo, desarrollo de capacidades perceptivo-motrices y posibilidad de cambios en sus hábitos para una vida saludable.

Es vital para la o el docente de preescolar reconocer el papel que juega la Educación Física como parte de la formación integral de su alumnado y contribuir al desarrollo de hábitos de vida para la salud que se fortalezcan desde su trabajo con otras áreas de conocimiento. El desarrollo de la competencia motriz del alumnado de educación básica, entendida como: el conjunto de conocimientos, procedimientos, actitudes y sentimientos que intervienen en las múltiples interacciones que el sujeto realiza en su medio y con los demás, y que permiten que los escolares superen los diferentes problemas motrices (Ruiz 1995)¹, ésta se debe estimular a través de distintas modalidades: el juego, la expresión corporal, el baile, los cantos y rondas, aplicar circuitos de acción motriz donde los retos sean la constante de participación en el juego cooperativo, además de hacerle ver al alumnado la importancia del cuidado de su cuerpo con hábitos de higiene y de buena alimentación.

La disponibilidad corporal del alumnado implica resolución de problemas al afrontar los retos que le impone el medio ambiente y, por lo tanto, aprender a utilizar sus saberes, incluyendo su propia competencia motriz: en la comunicación, la socialización, integración grupal el intercambio de ideas, la

¹ Ruiz, L. M. (1995). *Competencia motriz. Elementos para comprender el aprendizaje motor en educación física escolar*. Madrid: Gymnos.

capacidad de llegar a acuerdos y discutirlos, creando una cultura de la paz y diálogo.

Una de las aspiraciones de la educación física es dotar al alumnado de educación básica de autonomía motriz, lo cual implica que aprenda a utilizar todo su potencial cognitivo, social y motor al servicio de su vida cotidiana, en su desarrollo social, moral, profesional, cultural, entre otros; que juegue y haga ejercicio como forma de vida, más no por obligación; que cuide su salud mediante hábitos de higiene y buena alimentación, que aprecie sus amistades y las cuide a lo largo de su vida. En este sentido, la contribución que se pueda hacer desde otras áreas de desarrollo educativo es muy enriquecedora.

Cursos con los que se relaciona

- *Desarrollo y aprendizaje.* De referencia innegable para reconocer los procesos de aprendizaje supeditados al desarrollo de las y los niños y que permiten plantear propuestas para vincular los contenidos de la educación preescolar con las actividades de la Educación Física.
- *Planeación y evaluación de la enseñanza y el aprendizaje.* La o el docente de preescolar cuenta con referentes que le permiten planear y evaluar desde el enfoque por competencias, por lo que podrá articular en sus planeaciones determinados contenidos que enriquezcan el desarrollo de hábitos para la vida saludable de las y los niños de preescolar y sus familias.
- *Educación socioemocional.* Los referentes conceptuales de este curso reconocen que el desarrollo de la educación socioemocional tiene lógicas particulares que se desarrollan en ambientes de distinta índole que lo disciplinar. En este sentido, se reconoce que las actividades físicas y artísticas son el medio idóneo para una formación sólida de la personalidad de las y niños de preescolar. Los ambientes creativos, lúdicos y de libertas de expresiones son propicios para su desarrollo físico.
- *Atención a la diversidad.* Curso fundamental que dio las pautas para identificar y caracterizar la diversidad dentro del aula y atender con pertinencia a cada niño y niña dentro de un grupo de preescolar. El desarrollo de hábitos de vida se vincula de manera contundente con la cultura familiar y comunitaria que vive el estudiantado de preescolar, por lo que reconocer cómo el componente cultural define nuestras prácticas de vida social es necesario para este curso.
- *Educación inclusiva.* Este curso ofrece referentes para entender cómo se configuran las desigualdades y la exclusión. La oportunidad que ofrece la Educación Física como área de conocimiento que prioriza desde sus enfoques una atención para todos se enriquece con los enfoques teóricos y metodológicos de la Educación inclusiva.

- *Gestión educativa centrada en la mejora del aprendizaje.* El contexto actual de vida obliga a la reflexión permanente de las y los docentes en torno su desempeño y a las formas en que dinamiza y amplía su intervención educativa. Este curso ofrecerá al estudiantado normalista referentes que le permitan proponer, llevar a cabo y evaluar el desarrollo de la Educación Física y sus fines formativos dentro de una comunidad escolar.

Este curso fue elaborado por docentes normalistas, personas especialistas en la materia y en el diseño curricular provenientes de las siguientes instituciones: Irma Inés Neira Neaves, Hilda Margarita López Oviedo y Sibil González Treviño, de la Benemérita y Centenaria Escuela Normal del Estado de San Luis Potosí; José René Torres Cuc de la Benemérita Escuela Normal Rural Justo Sierra Méndez de Hecelchakan Campeche; así como Julio César Leyva Ruiz, Gladys Añorve Añorve, María del Pilar González Islas y Sandra Elizabeth Jaime Martínez, de la Dirección General de Educación Superior para el Magisterio.

Competencias del perfil de egreso a las que contribuye el curso

Competencias genéricas

- Soluciona problemas y toma decisiones utilizando su pensamiento crítico y creativo.
- Aprende de manera autónoma y muestra iniciativa para autorregularse y fortalecer su desarrollo personal.
- Colabora con diversos actores para generar proyectos innovadores de impacto social y educativo.
- Utiliza las tecnologías de la información y la comunicación de manera crítica.
- Aplica sus habilidades lingüísticas y comunicativas en diversos contextos.

Competencias profesionales

Detecta los procesos de aprendizaje de sus alumnos para favorecer su desarrollo cognitivo y socioemocional.

- Plantea las necesidades formativas de los alumnos de acuerdo con sus procesos de desarrollo y de aprendizaje, con base en los nuevos enfoques pedagógicos.
- Establece relaciones entre los principios, conceptos disciplinarios y contenidos del plan y programas de estudio en función del logro de aprendizaje de sus alumnos, asegurando la coherencia y continuidad entre los distintos grados y niveles educativos.

Aplica el plan y programas de estudio para alcanzar los propósitos educativos y contribuir al pleno desenvolvimiento de las capacidades de sus alumnos.

- Utiliza metodologías pertinentes y actualizadas para promover el aprendizaje de los alumnos en los diferentes campos, áreas y ámbitos

que propone el currículum, considerando los contextos y su desarrollo.

- Incorpora los recursos y medios didácticos idóneos para favorecer el aprendizaje de acuerdo con el conocimiento de los procesos de desarrollo cognitivo y socioemocional de los alumnos.

Emplea sus conocimientos lingüísticos, socioculturales y pedagógicos para favorecer procesos de enseñanza y aprendizaje en el medio indígena.

- Utiliza la lengua originaria como principal recurso para comunicarse y enseñar en el medio indígena.
- Adecua la enseñanza al contexto de sus alumnos reconociendo su particularidad lingüística y sociocultural.
- Elabora materiales didácticos específicos para la enseñanza y el aprendizaje en el medio indígena de acuerdo con el contexto cultural, las lenguas originarias y sus variantes.

Diseña planeaciones aplicando sus conocimientos curriculares, psicopedagógicos, disciplinares, didácticos y tecnológicos para propiciar espacios de aprendizaje incluyentes que respondan a las necesidades de todos los alumnos en el marco del plan y programas de estudio.

- Selecciona estrategias que favorecen el desarrollo intelectual, físico, social y emocional de los alumnos para procurar el logro de los aprendizajes.
- Construye escenarios y experiencias de aprendizaje utilizando diversos recursos metodológicos y tecnológicos para favorecer la educación inclusiva.

Emplea la evaluación para intervenir en los diferentes ámbitos y momentos de la tarea educativa para mejorar los aprendizajes de sus alumnos.

- Evalúa el aprendizaje de sus alumnos mediante la aplicación de distintas teorías, métodos e instrumentos, considerando las áreas, campos y ámbitos de conocimiento, así como los saberes correspondientes al grado y nivel educativo.

Integra recursos de la investigación educativa para enriquecer su práctica profesional, expresando su interés por el conocimiento, la ciencia y la mejora de la educación.

- Emplea los medios tecnológicos y las fuentes de información científica disponibles para mantenerse actualizado respecto a los diversos campos de conocimiento que intervienen en su trabajo docente.
- Usa los resultados de la investigación para profundizar en el conocimiento y los procesos de aprendizaje de sus alumnos.

Actúa de manera ética ante la diversidad de situaciones que se presentan en la práctica profesional.

- Orienta su actuación profesional con sentido ético-valoral y asume los diversos principios y reglas que aseguran una mejor convivencia institucional y social, en beneficio de los alumnos y de la comunidad escolar.
- Decide las estrategias pedagógicas para minimizar o eliminar las barreras para el aprendizaje y la participación, asegurando una educación inclusiva.

Estructura del curso

Este curso se divide en tres unidades de aprendizaje cuyo fin es identificar cómo la Educación Física contribuye a la formación integral de las y los niños en el preescolar y la relevancia de promover y desarrollar hábitos saludables congruentes con su contexto cultural, geográfico y económico.

Unidades de aprendizaje	Contenidos
I. Hábitos saludables	<ul style="list-style-type: none"> • Prácticas culturales para el cuidado de la salud • La salud del niño y la niña del preescolar • Alimentación y nutrición en educación preescolar con pertinencia cultural
II. Conceptos básicos y contenidos que se desarrollan en la educación física en la educación Preescolar	<ul style="list-style-type: none"> • ¿Qué es la Educación Física? • La interacción de las capacidades, habilidades y destrezas que promueve la Educación Física • La edificación de la competencia motriz
III. Referentes para la planeación didáctica de la educación física	<ul style="list-style-type: none"> • El curriculum y la planeación • Ambientes de aprendizaje de la Educación Física • Planeación didáctica situada

Orientaciones para el aprendizaje y enseñanza

El curso *Educación Física y hábitos de vida saludable* requiere para su ejecución el uso de diversas metodologías, estrategias de aprendizaje y estrategias de enseñanza para desarrollar las competencias genéricas, profesionales y específicas que les permitan solucionar problemas y tomar decisiones para aplicar el pensamiento crítico y creativo, aprender de manera autónoma, autorregularse y colaborar con diversos actores para generar proyectos innovadores en diversos contextos.

Se asume como competencia al desempeño que resulta de la movilización de conocimientos, habilidades, actitudes y valores, así como de las capacidades y experiencias que realiza un individuo en un contexto específico para resolver un problema o situación que se presente en los distintos ámbitos de su vivir. Esto permitirá identificar, seleccionar, coordinar y movilizar de manera articulada e interrelacionada un conjunto de saberes diversos en el marco de una situación educativa en un contexto específico.

Para el desarrollo de las actividades de este curso se sugiere, al menos, realizar tres reuniones del colectivo docente para acordar las acciones del semestre y posibles evidencias de aprendizaje común; monitorear el desarrollo y el progreso de las y los estudiantes, además de definir y planear actividades para diversos escenarios de aprendizaje, como son lo presencial y la virtualidad. Se recomienda incluir en la práctica docente el uso de las tecnologías de la información y el trabajo colaborativo, ya que permiten desarrollar de manera transversal las competencias profesionales y genéricas.

Se considera necesario recuperar o vincular las experiencias de aprendizaje de los cursos de semestres pasados donde el canto, el juego, las rondas, la lectura de historias y los juegos de palabras fueron referente para el desarrollo de la competencia motriz. La Educación Física se manifiesta pedagógicamente de diversas maneras, por ejemplo, al explorar diferentes alternativas de movimiento, proponer y vivenciar con las y los compañeros del curso experiencias lúdicas y juegos corporales. Sistematizarán las sesiones prácticas en donde experimentaron los más ricos y variados juegos motores, propios del nivel

preescolar. También será necesario equilibrar la revisión y reflexión teórica con el trabajo práctico y de innovación, generar espacios para el intercambio de puntos de vista, realizar investigaciones, observaciones y debates acerca de las sesiones que se realizan en las jornadas de práctica en los preescolares a los que se asista. Es conveniente elaborar fichas de trabajo y mapas mentales para comprender mejor la naturaleza del desarrollo de hábitos saludables y sobre el desarrollo corporal y motor del estudiantado de preescolar.

A partir de esto se considera necesario exponer algunas recomendaciones que se adaptaron del texto Competencias docentes interculturales del profesorado de educación física en Andalucía (España) sobre el ser docente, que pueden favorecer el trabajo de la Educación Física desde un enfoque intercultural²

- Ser consciente de la necesidad de ponerse en el lugar de la otra persona.
- Intentar eliminar cualquier expresión de racismo o xenofobia.
- Ser consciente del enriquecimiento que se da en las relaciones entre personas de diversas culturas.
- Ser consciente de la importancia que tiene la lengua en una cultura.
- Diseñar y poner en marcha nuevas experiencias de aprendizaje que reconozcan la diversidad cultural como parte de los contenidos del curso.
- Ser consciente que los estereotipos pueden afectar a la autoestima y autoconcepto.
- Conocer los valores, actitudes, tradiciones, creencias y costumbres de la propia cultura.
- Ser capaz de crear un clima de convivencia basado en el respeto mutuo y la solidaridad entre el estudiantado.
- Evitar conflictos por razones culturales en los grupos.

² Fernández Batanero, J. M. y Aguilar Parra, J. M. (2016). Competencias docentes interculturales del profesorado de educación física en Andalucía (España). En *Movimiento*, vol. 22, núm. 3, pp. 753-765. [Fecha de Consulta 22 de Julio de 2021]. Disponible en <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=115347695006>

- Estar dispuesto a dar más tiempo de trabajo para superar las resistencias que surgen en la convivencia entre culturas.
- Tener información sobre la cultura de los estudiantes.
- Saber algunas palabras y expresiones de las lenguas de origen del estudiantado para facilitar la comunicación,
- Ser consciente de la necesidad de colaborar con otros profesionales para abordar tensiones interculturales.
- Ser consciente de la necesidad de escuchar abiertamente.
- Conocer las barreras que surgen al incorporarse prácticas derivadas de otras culturas en el funcionamiento del centro educativo (calendario escolar, horarios, comedor, lenguas, indumentaria).
- Conocer dinámicas de grupo que favorezcan la convivencia entre culturas.
- Fomentar los contactos con familiares para entender mejor las situaciones que se puedan presentar en el grupo.
- Ser capaz de reflexionar y evaluar sobre las acciones que ha desarrollado para mejorar.
- Estar dispuesto a trabajar en la elaboración y puesta en marcha de planes y programas específicos para la integración de todos los estudiantes.
- Estar dispuesto a trabajar con el estudiantado fuera del contexto del centro educativo.
- Ser capaz de pedir consejo a líderes de la comunidad de los estudiantes.
- Adaptar los recursos humanos, materiales y medios para la mejora de la práctica educativa con alumnado inmigrante.
- Ser consciente del impacto que mi estilo de comunicación tiene sobre el alumnado.
- Ser consciente de que los malentendidos pueden surgir en las relaciones entre personas de distintas culturas.

- Ser capaz de enviar y recibir mensajes verbales y no verbales de manera apropiada.
- Crear espacios y momentos donde el estudiante siga desarrollando su lengua.
- Conocer elementos culturales (verbales y no verbales) para enriquecer las relaciones interculturales.

Se sugiere promover en cada sesión, sea presencial o a distancia, la realización de rutinas de activación física -que pudieran eventualmente formar parte de un proyecto adaptado para preescolar- con actividades primero dirigidas por el o la docente responsable del curso y posteriormente que el estudiantado normalista proponga formas creativas de realizarlas. Con ello buscamos crear hábitos de ejercitación constante dentro de las Escuelas Normales. Estas actividades se pueden configurar a partir del trabajo de observación que han podido llevar a cabo durante su trabajo con los siguientes cursos de la línea de Práctica profesional.

Como parte complementaria del curso el estudiantado normalista realiza actividades vivenciales relacionadas con la actividad física y el ejercicio, de modo que comprendan la importancia de los beneficios que se desprenden de ésta; para ello se sugiere realizar de manera constante jornadas donde el ejercicio físico y el juego sean parte de su trabajo formativo, se sugiere inscribirse a algún taller, acudir al gimnasio, seguir por internet a algún profesional de la educación física o consultar plataformas, blog's, redes sociales, donde la Educación Física y el desarrollo de hábitos saludables sea su principal orientación. Se considera que, desde este trabajo formativo, podrá significar la importancia de educar y formar a un niño o niña en el cuidado de sí mismo y con relaciones armoniosas con los demás a partir de la recreación, el juego motor y la actividad física como parte de su vida cotidiana. A lo largo de las actividades del curso se propone impulsar pausas activas a partir de diversas técnicas o movimientos en períodos cortos de tiempo (máximo 10 minutos), que ayudarán a recuperar energía, mejorar el desempeño y eficiencia en el trabajo, además de prevenir enfermedades

causadas por posturas prolongadas y movimientos repetitivos, las diseñara en ocasiones la o el maestro y en otras el alumnado.

Como evidencia del curso el estudiantado elaborará una unidad didáctica de 6 a 8 sesiones de Educación Física para poder llevarla a cabo y tener oportunidad de evaluar sus resultados.

Con base en las características antes mencionadas es viable generar una docencia que centre su interés en la promoción y movilización de los aprendizajes del estudiantado. Desde la perspectiva constructivista y sociocultural asumida, se plantea como núcleo central el desarrollo de situaciones didácticas que recuperan el aprendizaje por proyectos, el aprendizaje basado en casos de enseñanza, el aprendizaje basado en problemas, el aprendizaje en el servicio, el aprendizaje colaborativo, así como la detección y análisis de incidentes críticos. Cada una de estas modalidades tiene un conjunto de características y finalidades específicas que están orientadas a promover el aprendizaje en el estudiante.

- **Aprendizaje por proyecto**

Es una estrategia de enseñanza y aprendizaje en la cual el estudiantado se involucra de forma activa en la elaboración de una tarea-producto (material didáctico, trabajo de indagación, diseño de propuestas y prototipos, manifestaciones artísticas, exposiciones de producciones diversas o experimentos, etcétera) que da respuesta a un problema o necesidad planteada por el contexto social, educativo o académico de interés.

- **Aprendizaje basado en casos de enseñanza**

Esta estrategia expone narrativas o historias que constituyen situaciones problemáticas, en general obtenidas de la vida real, las cuales suponen una serie de atributos que muestran su complejidad y multidimensionalidad y que se presentan al estudiantado para que desarrolle propuestas conducentes a su análisis o solución.

- **Aprendizaje basado en problemas (ABP)**

Estrategia de enseñanza y aprendizaje que plantea una situación problema para su análisis y/o solución, donde el estudiantado es participe activo y responsable de su proceso de aprendizaje, a partir del cual busca, selecciona y utiliza información para solucionar la situación que se le presenta como debería hacerlo en su ámbito profesional.

- **Aprendizaje en el servicio**

Es una estrategia de enseñanza experiencial y situada que integra procesos de formación y de servicio a la comunidad mediante acciones educativas organizadas e intencionalmente estructuradas que trascienden las fronteras académicas y promueven aprendizajes basados en relaciones de colaboración, reciprocidad y respeto a la diversidad de los participantes (escuela, estudiante y comunidad). Su especificidad reside en vincular servicio y aprendizaje en una sola actividad educativa que articula los contenidos de aprendizaje con necesidades reales de una comunidad

- **Aprendizaje colaborativo**

Estrategia de enseñanza y aprendizaje en la que el estudiantado trabaja en grupos reducidos para maximizar tanto su aprendizaje como el de sus compañeros. El trabajo se caracteriza por una interdependencia positiva, es decir, por la comprensión de que para el logro de una tarea se requiere del esfuerzo equitativo de todos y cada uno de los integrantes, por lo que interactúan de forma positiva y se apoyan mutuamente. El docente enseña a aprender en el marco de experiencias colectivas a través de comunidades de aprendizaje como espacios que promueven la práctica reflexiva mediante la negociación de significados y la solución de problemas complejos.

- **Aprendizaje mediado por tecnologías**

Se define como un proceso de incorporación crítica y en contexto de las tecnologías de la información y la comunicación, así como sus usos prácticos para el aprendizaje, el conocimiento y su empoderamiento. Se caracteriza por convertir a las TIC en herramientas para la enseñanza y el aprendizaje de forma

asincrónica o sincrónica, potenciando el uso de plataformas o recursos digitales con el fin de desarrollar los aprendizajes de forma individual o colectiva.

De este modo, el enfoque centrado en el aprendizaje sugiere que éste se logra en la medida en que resulta significativo y trascendente para el estudiante, en tanto se vincula con su contexto, la experiencia previa y condiciones de vida; de ahí que los contenidos curriculares, más que un fin en sí mismos, se constituyen en medios que contribuyen a que el estudiantado se apropie de una serie de referentes para la conformación de un pensamiento crítico y reflexivo.

- **Aprendizaje híbrido (entornos para el aprendizaje presencial y virtual)**

Modalidad de intervención docente donde la orientación pedagógica y los recursos didácticos se integran al desarrollo de las actividades de aprendizaje, que pueden ser a distancia o a partir de la generación de ambientes virtuales, cumpliendo con una serie de funciones que van desde proporcionar información y generar procesos de enseñanza y aprendizaje hasta favorecer el desarrollo de habilidades y actitudes para la comunicación, colaboración y participación no sólo de manera presencial, sino a distancia. Esta modalidad requiere de fundamentos pedagógicos integrados a las propuestas de aprendizaje y a contenidos de estudio específicos. La integración entre tecnología y la propuesta psicopedagógica sugieren el ambiente y gestionan el tipo de docencia que se requiere.

Sugerencias de evaluación

En congruencia con el enfoque del Plan de estudios se propone que la evaluación sea un proceso permanente que permita valorar de manera gradual la forma en que cada estudiante moviliza sus conocimientos, pone en juego sus destrezas y desarrolla nuevas actitudes utilizando los referentes teóricos y experienciales que el curso plantea. La evaluación sugiere considerar los aprendizajes a lograr y a demostrar en cada una de las unidades del curso, así como su integración final. De este modo se propicia la elaboración de evidencias parciales para las unidades de aprendizaje.

Como se propone en el plan de estudios, la evaluación consiste en un proceso de recolección de evidencias sobre el desempeño competente del estudiantado con la intención de construir y emitir juicios de valor a partir de su comparación con un marco de referencia constituido por las competencias, sus unidades o elementos y los criterios de evaluación; al igual que en la identificación de aquellas áreas que requieren ser fortalecidas para alcanzar el nivel de desarrollo esperado en cada uno de los cursos del Plan de estudios y, en consecuencia, en el perfil de egreso.

De ahí que las evidencias de aprendizaje constituyan no sólo en el producto tangible del trabajo que se realiza, sino particularmente el logro de una competencia que articula sus tres esferas: conocimientos, destrezas y actitudes. Desde esta perspectiva la evaluación ha de ser continua, global e integradora y constituirse en un instrumento de acción pedagógica que contribuya a la mejora de todo el proceso educativo del estudiantado. No se reduce a evaluar aprendizajes, sino también requiere de la valoración de todas las variables que intervienen en el proceso de aprendizaje como la creatividad, el desarrollo afectivo y social, las aptitudes, etcétera.

El enfoque de evaluación propuesto en este curso es procesual y formativo, ya que se entiende a la evaluación como un medio central para documentar información que permita valorar el logro de los aprendizajes y, posteriormente, diseñar estrategias para atender aquellas áreas de oportunidad detectadas. Ello implica el reconocimiento por parte del estudiantado de sus saberes previos y el

paulatino contraste con el saber construido a lo largo del curso. De esta forma, los estudiantes aprenden a regular su proceso de aprendizaje, además que desarrollan su conciencia metacognitiva.

De acuerdo con las orientaciones curriculares del plan de estudios, se debe considerar a la evaluación como un proceso de recolección de evidencias previamente propuestas para la emisión de juicios de valor sobre el desempeño del estudiantado a partir de su comparación con un marco de referencia constituido por las competencias del perfil de egreso, sus unidades o elementos, y los criterios de desempeño, expuestos en cada uno de los cursos. Esto implica que las competencias deben ser demostradas, por lo que se requiere de la definición de evidencias y criterios de desempeño que permitan inferir su nivel de logro.

Se propone que la evaluación sea un proceso permanente que permita valorar gradualmente la manera en que el estudiantado normalista moviliza sus conocimientos, pone en juego sus destrezas y desarrolla nuevas actitudes utilizando los referentes teóricos y experienciales que el curso *Educación física y hábitos saludables* propone; por lo tanto, se sugiere precisar en cada unidad de aprendizaje las evidencias y sus criterios de desempeño, de tal manera que permitan la demostración gradual de las competencias establecidas en las unidades y en el curso.

Cabe señalar, además, que cada competencia requiere de diferente tipo de evidencia.

Las evidencias de conocimiento demuestran el saber disciplinario y pedagógico logrado por el estudiantado que le permite comprender, reflexionar y fundamentar el desempeño competente. Implica el dominio de conceptos, teorías, hechos, datos, etcétera. Con frecuencia, esta evidencia se obtiene de los exámenes tradicionales que posibilitan verificar la posesión de tales componentes de la competencia.

Las evidencias de producto consisten en elaboraciones concretas de los estudiantes, las cuales resultan del desarrollo de las actividades de enseñanza y

aprendizaje. Ejemplo de estas evidencias son los mapas conceptuales, los reportes de lectura, líneas del tiempo, planeaciones didácticas, etcétera.

Las evidencias de desempeño se refieren al comportamiento del futuro docente en una situación específica y se obtiene de la observación directa de éste. En esta categoría se incluyen, por ejemplo, los debates, las presentaciones orales, la entrevista, las prácticas profesionales, entre otros.

Centrar la evaluación en las evidencias de aprendizaje permitirá observar el desempeño significativo del estudiantado ante una situación o problema específico del contexto profesional que se le presente; facilitará al docente y al estudiantado valorar si las estrategias de aprendizaje y enseñanza utilizadas en el proceso formativo han sido pertinentes y relevantes, así como contribuirá a valorar otros elementos que intervienen en el desarrollo de los planes y programas de estudio.

Se propone dar seguimiento al estudiantado en sus procesos de aprendizaje tanto en la Escuela Normal como en la de práctica, y hacer observaciones concretas sobre las áreas de oportunidad para que mejoren su desempeño académico y logren los propósitos del programa.

Son cuatro las evidencias de aprendizaje que se plantean para demostrar las competencias que se fomentan en este curso.

Unidad de aprendizaje I. Hábitos saludables

A partir del desarrollo de los contenidos de estudio de esta unidad el estudiantado normalista podrá identificar y problematizar aquellos hábitos de salud que tienen las y los niños de preescolar y que pueden afectar su desarrollo físico, emocional e intelectual, para que en las siguientes unidades presenten alternativas de intervención docente pertinentes que permita compensar y equilibrar el desarrollo psicomotriz de acuerdo con la edad de las y los escolares y al contexto sociocultural y económico de la comunidad que lo contiene.

Durante esta unidad el futuro docente desarrollará las competencias necesarias que le permitan responder al reto que implica relacionar los hábitos de salud con las enfermedades que tienen que ver con estilos de vida y la falta de prevención de enfermedades, por lo que se propone que uno de los ejes temáticos que permeen la investigación y reflexión de esta unidad sea considerar que la salud, el bienestar y el desarrollo integral de los niños en edad preescolar, implica reconocer las grandes problemáticas en cuanto a salud pública que enfrenta el país y que está ocasionando un cambio en el perfil epidemiológico en su población y, por ende, en los niños y niñas de preescolar, ya que cada vez más se registran casos asociados a enfermedades no transmisibles, accidentes y violencia. Junto con ello, los padecimientos relacionados con las diarreas y enfermedades respiratorias, así como emergentes adquiridas o emergentes como la diabetes mellitus, el sobrepeso y la obesidad, las adicciones, el VIH/SIDA, los problemas mentales y emocionales, el suicidio, la violencia, los homicidios y los accidentes, requieren del esfuerzo colectivo de las instituciones educativas para su prevención que cómo se menciona está ligada al desarrollo de hábitos de vida saludables.

Se sugiere que a lo largo de esta unidad se evite reflexiones simplistas en torno a lo complejo que es cambiar de hábitos, ya que se configuran en lo afectivo y cultural que rodea la vida de las personas. Es por esto que será recomendable que las y los estudiantes normalistas reflexionen desde su propia vivencia, sus propios hábitos, las consecuencias que tienen y los factores que posibilitan esas configuraciones culturales, que no sólo se dan dentro de las familias, sino que

están influidas por las actividades laborales, económicas e incluso, de consumo y propaganda.

La Educación para la salud es definida por la Norma Oficial Mexicana, NOM-009-SSA2-1993, como “un proceso organizado y sistemático con el cual se busca orientar a las personas a reforzar, modificar o sustituir conductas por aquellas que son saludables en lo individual, lo familiar y lo colectivo, y en su relación con el medio ambiente”.

En este sentido, esta unidad propone una revisión desde aquellas normas, iniciativas o movimientos a lo largo de todo el territorio mexicano que impulsan un cambio en el paradigma de lo saludable desde un enfoque intercultural que amplía la capacidad de crear propuestas desde los recursos y formas de vida de cada una de las comunidades donde se encuentra un preescolar inserto. Las y los estudiantes normalistas podrán desarrollar sus competencias en torno al cuidado integral de los niños desde el reconocimiento de sus diferencias socioculturales y económicas regionales.

Competencias de la unidad de aprendizaje

Integra recursos de la investigación educativa para enriquecer su práctica profesional, expresando su interés por el conocimiento, la ciencia y la mejora de la educación.

- Emplea los medios tecnológicos y las fuentes de información científica disponibles para mantenerse actualizado respecto a los diversos campos de conocimiento que intervienen en su trabajo docente.
- Usa los resultados de la investigación para profundizar en el conocimiento y los procesos de aprendizaje de sus alumnos.

Actúa de manera ética ante la diversidad de situaciones que se presentan en la práctica profesional.

- Orienta su actuación profesional con sentido ético-valoral y asume los diversos principios y reglas que aseguran una mejor convivencia

institucional y social, en beneficio de los alumnos y de la comunidad escolar.

Propósito de la unidad de aprendizaje

Al término de esta unidad el estudiantado normalista reconocerá qué es un hábito de vida saludable, su vínculo con la educación preescolar y de qué manera la intervención docente puede atender -desde una reflexión que reconoce su complejidad- el desarrollo de prácticas de alimentación y vida saludable con pertinencia cultural como parte de la formación integral de los niños y niñas de preescolar.

Contenidos

- La salud del niño y la niña del preescolar
- Prácticas culturales para el cuidado de la salud
- Alimentación y nutrición en educación preescolar con pertinencia cultural

Actividades de aprendizaje

Para iniciar con las actividades del curso se considera detonar los procesos de investigación/reflexión a partir de las siguientes preguntas. Puede enriquecer el listado de acuerdo con su propia experiencia docente. Esta actividad puede ser individual, en discusión de pequeños grupos o en plenaria, pero es importante recuperar los comentarios porque serán muy importantes para vincularse con el trabajo de investigación bibliográfica y problematizar la complejidad del tema.

- ¿Qué es para mí un hábito?
- ¿Cómo se construyen los hábitos?
- ¿Qué características tienen los hábitos para una vida saludable?

- ¿Cuáles son mis hábitos de salud?
- ¿Cómo se definieron en mi persona?
- ¿A partir de qué elementos puedo valorar que los hábitos que tengo son para una vida saludable?

Al término de este ejercicio, se propone la elaboración de un cuadro comparativo sobre los hábitos y estilos de vida entre un adulto y un infante. Pueden detonar la reflexión a partir de las siguientes preguntas:

- ¿Cómo sé que estoy saludable?
- ¿Cuáles son las características de un niño saludable?
- Al concluir, en plenaria presentan sus cuadros y guían la discusión a partir de ¿cuál es la relación entre los estilos de vida y la salud de las y los niños?

Apoyados en la bibliografía propuesta, u otros materiales bibliográficos que consideren a partir de los contenidos de la unidad, buscar información relacionada con:

- El desarrollo de hábitos para la salud y prácticas culturales sobre el desarrollo de cuidados y hábitos de la salud en niños y niñas de preescolar.
- La incidencia de problemas de salud en el alumnado de preescolar.
- Acciones para prevenir la obesidad o problemas de desnutrición en niños y niñas de preescolar.
- El desarrollo de hábitos de alimentación y nutrición para niños y niñas de preescolar con pertinencia cultural.

Una vez terminado el proceso de investigación pueden participar en una mesa redonda para comparar y analizar los resultados obtenidos reflexionando sobre el vínculo de sus hallazgos con la Educación Física.

Proponga a las y los estudiantes elaborar carteles (en físico o digitales) con la información que consideren deba llevar el cartel en torno a sus investigaciones

y elegir hacer distribución de ellos en diversos medios, sean físicos o digitales. Se trata de que circule información sobre sus investigaciones.

Organice al grupo en equipos para realizar entrevistas sobre el tema de la nutrición. Estas entrevistas las realizarán con familias de las y los niños de preescolar, docentes de la normal y con compañeros de otros semestres de la licenciatura. La intención de esta entrevista es investigar sobre los hábitos de alimentación, es decir, como se han mantenido o variado o incluso, cómo a pesar de saber la diferencia entre alimentarse o nutrirse, las personas, por alguna razón, pueden no reconocer esas diferencias a la hora de elegir de mejor manera su alimentación. Algunas de las preguntas pueden ser:

- ¿Qué es alimentación?
- ¿Qué es nutrición?
- ¿Hay alguna diferencia entre estos conceptos?
- ¿Cómo se relacionan estos dos conceptos?
- ¿Considera que lleva una alimentación saludable?, ¿por qué?
- ¿Qué alimentos y en qué cantidades los consumes diariamente?
- ¿En qué lugares compra los productos con los que se alimenta?
- ¿Cada cuando consume alimentos que se producen en esta región?
- ¿De qué forma ha variado la alimentación de sus abuelos, padres, hijos o ustedes?
- ¿Por qué se debe considerar la edad, el género o la actividad física realizada con el tipo de alimentación?

Es muy importante que busquen en bibliografía especializada respuestas a la complejidad que tiene consolidar hábitos alimenticios en pro de una buena calidad de vida y sobre todo esta investigación dará un amplio panorama acerca de las formas en que ha cambiado la alimentación generacionalmente y sobre los consumos de alimentos. Identificar si en las entrevistas encuentran

tendencias hacia hábitos alimenticios cada vez más homogéneos y las consecuencias que puede tener esto.

Realizar una feria de nutrición donde participen las familias del alumnado de preescolar para compartir los hallazgos de su investigación y algunas recetas de platillos de la región, considerando que sean alimentos originarios y que nutran a sus hijos e hijas.

Sugiera al estudiantado normalistas hacer un listado sobre las formas en que se relaciona la alimentación, la nutrición y la actividad física, y se entregue en dípticos a las familias. La feria puede ser un evento para presentar los carteles e incluso, hacer un sorteo para premiar los mejores.

Organicen un “stand” o módulo en la feria donde puedan dar asesoría para leer los etiquetados de los envases de algunos productos, con la finalidad de reflexionar con ellos sobre la alimentación que tienen sus familias.

El ejercicio de autoevaluación deberá considerar sus aprendizajes vinculados a su futura labor docente.

Evidencia	Criterios de evaluación
<ul style="list-style-type: none">- Cuadro comparativo.- Mesa redonda.- Carteles.- Entrevistas.- Dípticos.- Feria.	<p data-bbox="802 1182 1008 1209">Conocimientos</p> <ul style="list-style-type: none">• Caracteriza la complejidad de la conformación de hábitos de vida saludable.• Mencionar algunas prácticas de alimentación y cuidados hacia las y los niños de preescolar.• Define qué características tiene un infante saludable.• Argumenta sobre el vínculo entre la actividad física y la alimentación.• Organiza una investigación y participa en mesas de reflexión con trabajos de investigación.

- Desarrolla habilidades de síntesis para elaborar carteles con información sustantiva sobre los hábitos alimenticios y la Educación Física.
- Estructura entrevistas que le permitan atender al propósito de aprendizaje de la unidad y sistematiza la información acudiendo a la consulta de fuentes especializadas.
- Participa en la coordinación de una feria de salud y alimentación.

Habilidades

- Elabora una ruta o estrategia para investigar sobre la conformación de hábitos para la vida saludable desde referentes que reconozcan la diversidad cultural.
- Elabora cuadros comparativos que evidencien las diferencias entre la alimentación de las y los adultos y el alumnado de preescolar.

Actitudes y valores

- Recupera y valora sus propias experiencias sobre el tema de desarrollo de hábitos para una vida saludable.
- Desarrolla una actitud favorable para la exploración de diversas fuentes de investigación.

- Participa con entusiasmo en las actividades que se le proponen.
- Hace uso responsable de la información encontrada en los diferentes artículos científicos.
- Promueve la atención preventiva y terapéutica del cuerpo y su movimiento.
- Demuestra disposición para aprender de forma autónoma, indagar e investigar.
- Muestra iniciativa para autorregularse y fortalecer su desarrollo personal.

Bibliografía

A continuación, se presenta un conjunto de fuentes como sugerencias para abordar los contenidos de esta unidad, el profesorado puede determinar cuáles de ellas abordar durante las sesiones del curso o proponer otras.

Bibliografía básica

Beltrán, M. y Arroyo, P. (2006). *Antropología y nutrición*. Fundación Mexicana para la Salud. Fondo Nestlé para la Nutrición. Disponible en <https://fondonutricion.org/nestle/phocadownload/libros/antropologia-y-nutricion.pdf>

Dávila S. M. (2016). *La educación física en la formación del niño*. Trillas. México.

Delgado, Y. G. y Rodríguez, E. B. V. (2020). Salud y cultura alimentaria en México. En *Revista Digital Universitaria*, vol. 20, núm. 1.

- Esquivel, V., Faur, E., Jelin, E., Pereyra, F. y Bruno, M. (2012).** *Las lógicas del cuidado infantil: entre las familias, el estado y el mercado.* Ides, UNFPA UNICEF. Disponible en https://www.researchgate.net/publication/236943477_Las_logicas_del_cuidado_infantil_entre_las_familias_el_estado_y_el_mercado
- González González, A., García Morales, A. y Álvarez Blanco Y. (2019).** Hacia una hermenéutica familiar para la formación de hábitos culturales en el niño. En *Revista Atlante. Cuadernos de Educación y Desarrollo.* Artemisa, Cuba: Universidad. Disponible en <https://www.eumed.net/rev/atlante/2019/10/habitos-culturales-nino.html>
- Machargo, J. (2005).** *Desarrollo personal y social en los años de la educación infantil.* España: Biblioteca universitaria: Universidad de las Palmas de Gran Canaria. Disponible en https://acceda.ulpgc.es/bitstream/10553/5041/1/0235347_01991_0008.pdf
- Montesinos Barrios, R. (2014).** *Cómo promover hábitos saludables y el desarrollo socioeducativo en niños y niñas a través del ocio y el tiempo libre.* España: CEAPA. Disponible en <http://www.codajic.org/sites/www.codajic.org/files/Guia-HabitosSaludablesOcio-CEAPA.pdf>
- Fernández, O. G. y Cruz, R. C. (2021).** Cultura alimentaria, mitos y deporte. En *Estudios humanísticos. Geografía, historia y arte*, núm. 19, pp. 325-332.
- Organización Mundial de la Salud (2002).** *Informe sobre la salud en el mundo: Reducir los riesgos y promover una vida sana.* Disponible en <http://www.who.int/whr/2002/es/>
- Lima Rodríguez, A. L., Barrenechea Hernández, A. L., Martínez González, L. E. y Alfonso, Y. L. (2021).** La educación alimentaria y nutricional desde el proceso de enseñanza-aprendizaje de la Anatomía y Fisiología Humana. En *Anatomía Digital*, vol. 4, núm. 2, pp. 30-39.

- Salazar-Jiménez, J. G. y Torres-Tovar, C. de P.** (2018). Aspectos socioeconómicos presentes en la práctica alimentaria de niños entre 2 a 5 años en un municipio del departamento de Boyacá, Colombia. En *Prospectiva. Revista de Trabajo Social e Intervención Social*, pp. 263-290.
- Trujillo, T.** (2011). Módulo 1: El deporte como una herramienta educativa. En *Manual del Diplomado en dirección y gestión de programas de deporte educativo y actividad física saludable en contextos escolares*. México: ITESO.

Otros recursos

- Cultura, hábitos alimentarios y salud. Disponible en <http://tesis.uson.mx/digital/tesis/docs/18706/capitulo3.pdf> Tesis Cap. 3
- Briones Aguirre, B.** La salud como cultura de vida. Disponible en http://cmas.siu.buap.mx/portal_pprd/work/sites/pdi/resources/LocalContent/67/2/puebla_foro5_ponencia_15.pdf
- Trujillo Navas, F.** (2009). Los hábitos saludables aplicados a la Educación Física. En *EFDeportes.com. Revista Digital*, año 14, núm. 136. Buenos Aires. Disponible en <https://www.efdeportes.com/efd136/los-habitos-saludables.htm>
- Organización Panamericana de la Salud (2008). Una visión de salud intercultural para los pueblos indígenas de las Américas. Disponible en <https://www.paho.org/hq/dmdocuments/2009/54-VisionSaludInterculturalPI.pdf>
- Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura** (1978). Carta Internacional de la Educación Física y el Deporte. Disponible en <http://unesdoc.unesco.org/images/0021/002164/216489s.pdf>
- Velázquez, B.** (1989). *La educación física en la educación básica*. Madrid: Gymnos.

Videos

OMS-FAO: Segunda Conferencia Internacional sobre Nutrición. Disponible en https://apps.who.int/nutrition/topics/WHO_FAO_announce_ICN2/es/index.html

Sistema Alimentario en México [Video]. Disponible en <https://www.youtube.com/watch?v=l8WCoZ5Br9g>

Mitos y realidades sobre la alimentación saludable. J.M. Mulet, científico [Video]. Disponible en <https://www.youtube.com/watch?v=R5z5tiKtTs8>

Unidad de aprendizaje II. Conceptos básicos y contenidos que se desarrollan en la Educación Física en la Educación Preescolar

Esta unidad proporcionará al estudiantado normalista los referentes disciplinares que permiten valorar a la Educación Física como parte de la formación integral de los niños y las niñas de preescolar y, desde esta perspectiva, tomar una postura. Si bien, se considera que en la educación preescolar se puede contar con docentes formados como educadores físicos, no podemos eludir que existan escuelas donde esta figura no existe y son las y los docentes de preescolar los responsables de esta formación. En este sentido, esta unidad ofrecerá la oportunidad de conocer y analizar algunos de los enfoques y nociones en torno a la educación física. Se recuerda que esta unidad es de carácter práctico, por lo que será necesario que junto con las y los estudiantes lleven a cabo las actividades de desarrollo motriz y pueden valorar sus desempeños e identificar las dificultades o dudas que aparezcan.

Se pretende que motive al grupo a reconocer el vínculo que tiene con su propia corporeidad, proponga algunos ejercicios planteando algunas secuencias de movimiento libre que les permita experimentar su corporeidad y sus posibilidades de movimiento, sus destrezas, su capacidad perceptiva y cómo se expresa a través de las interacciones con su entorno, involucrándose con los que le rodean. Es importante que después de las actividades vivenciales ubique la reflexión hacia el desarrollo de las niñas y niños de preescolar y siempre propongan actividades a realizar con ellos. Es importante que recupere también que el conocimiento de la psicomotricidad llega a integrar las interacciones cognitivas, emocionales, simbólicas y sensorio-motrices del niño y de la niña en su capacidad de ser y de expresarse en cualquier contexto psicosocial y cultural, a partir de esta referencia es importante investigar desde un enfoque intercultural las experiencias en torno a la relación que tienen las y los niños con su corporeidad y su capacidad de movimiento y expresión.

Competencias de la unidad de aprendizaje

Detecta los procesos de aprendizaje de sus alumnos para favorecer su desarrollo cognitivo y socioemocional.

- Plantea las necesidades formativas de los alumnos de acuerdo con sus procesos de desarrollo y de aprendizaje, con base en los nuevos enfoques pedagógicos.
- Establece relaciones entre los principios, conceptos disciplinarios y contenidos del plan y programas de estudio en función del logro de aprendizaje de sus alumnos, asegurando la coherencia y continuidad entre los distintos grados y niveles educativos.

Aplica el plan y programas de estudio para alcanzar los propósitos educativos y contribuir al pleno desenvolvimiento de las capacidades de sus alumnos.

- Utiliza metodologías pertinentes y actualizadas para promover el aprendizaje de los alumnos en los diferentes campos, áreas y ámbitos que propone el currículum, considerando los contextos y su desarrollo.
- Incorpora los recursos y medios didácticos idóneos para favorecer el aprendizaje de acuerdo con el conocimiento de los procesos de desarrollo cognitivo y socioemocional de los alumnos.

Emplea sus conocimientos lingüísticos, socioculturales y pedagógicos para favorecer procesos de enseñanza y aprendizaje en el medio indígena.

- Utiliza la lengua originaria como principal recurso para comunicarse y enseñar en el medio indígena.
- Adecua la enseñanza al contexto de sus alumnos reconociendo su particularidad lingüística y sociocultural.
- Elabora materiales didácticos específicos para la enseñanza y el aprendizaje en el medio indígena de acuerdo con el contexto cultural, las lenguas originarias y sus variantes.

Diseña planeaciones aplicando sus conocimientos curriculares, psicopedagógicos, disciplinares, didácticos y tecnológicos para propiciar espacios de aprendizaje incluyentes que respondan a las necesidades de todos los alumnos en el marco del plan y programas de estudio.

- Selecciona estrategias que favorecen el desarrollo intelectual, físico, social y emocional de los alumnos para procurar el logro de los aprendizajes.
- Construye escenarios y experiencias de aprendizaje utilizando diversos recursos metodológicos y tecnológicos para favorecer la educación inclusiva.

Emplea la evaluación para intervenir en los diferentes ámbitos y momentos de la tarea educativa para mejorar los aprendizajes de sus alumnos.

- Evalúa el aprendizaje de sus alumnos mediante la aplicación de distintas teorías, métodos e instrumentos considerando las áreas, campos y ámbitos de conocimiento, así como los saberes correspondientes al grado y nivel educativo.

Actúa de manera ética ante la diversidad de situaciones que se presentan en la práctica profesional.

- Orienta su actuación profesional con sentido ético-valoral y asume los diversos principios y reglas que aseguran una mejor convivencia institucional y social, en beneficio de los alumnos y de la comunidad escolar.
- Decide las estrategias pedagógicas para minimizar o eliminar las barreras para el aprendizaje y la participación asegurando una educación inclusiva.

Propósito de la unidad de aprendizaje

Este curso tiene como propósito que el estudiantado normalista conozca las posibilidades de intervención de la Educación Física en el nivel de preescolar,

desde la conformación de la Educación Física en los procesos educativos hasta la edificación de la competencia motriz. Asimismo, podrá intervenir y favorecer el desarrollo de las competencias genéricas y profesionales y promover el desarrollo físico-motriz de las y los niños del nivel preescolar a través de la investigación, diseño e implementación de estrategias didácticas que le permitan complementar eficazmente el proceso de enseñanza y aprendizaje en este nivel de educación básica.

La finalidad formativa de la Educación Física en el contexto escolar es la edificación de la competencia motriz por medio del desarrollo de la motricidad, la integración de la corporeidad, y la creatividad en la acción motriz. Mediante este proceso el estudiantado podrá conocer, valorar y utilizar su cuerpo a través del movimiento mediante la exploración de sus habilidades básicas, destrezas motoras, aptitudes y valores.

Contenidos

- ¿Qué es la Educación Física?
- La interacción de las capacidades, habilidades y destrezas que promueve la Educación Física
- La edificación de la competencia motriz

Actividades de aprendizaje

¿Qué es la Educación Física? La conformación de la Educación Física en los procesos educativos en nuestro país.

Los estudiantes normalistas realizarán un análisis de los propósitos de la Educación Física en la educación básica en México, el cual será plasmado en un mapa conceptual donde identifiquen y clasifiquen dichos propósitos. Se recomienda utilizar herramientas tecnológicas para el diseño del mapa conceptual (mindomo, cmap tools, mindmeister).

Llevarán a cabo el análisis de los siguientes documentos donde se plasmen las disposiciones generales de cada uno a través de un cuadro comparativo:

<p>Artículo 3ero. de la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos</p>	<p>Ley General de Cultura Física y Deporte</p>	<p>Carta Internacional de la UNESCO</p>

Se propone que el estudiantado redacte una autobiografía sobre las experiencias adquiridas en sus clases de Educación Física a lo largo de su educación formal e informal.

Posterior a esto se propone desarrollar un ejercicio que permita identificar cómo se puede fortalecer a la educación física con las demás asignaturas de los programas de Preescolar vigentes.

La interacción de las capacidades, habilidades y destrezas que promueve la Educación Física

Realizar un mapa conceptual en el que se establezcan la reflexión y análisis de las siguientes nociones y conceptos.

- Las capacidades perceptivo-motrices.
- Las capacidades socio-motrices.
- Las capacidades físico-motrices.
- Las habilidades y destrezas.

Proponga una investigación de forma individual o en equipo sobre ¿qué es la imagen corporal y cómo se construye la percepción del cuerpo y de su entorno?

A través de un documento escrito menciona cuáles son los objetivos del área de Educación Física en Preescolar, objetivos didácticos y los contenidos que plasman los autores Rodríguez Curbelo y Alvarado Hernández (2011) con respecto al eje del esquema corporal.³

- Diferencia entre esquema e imagen corporales.
- Realizar un ensayo del texto Esquema Corporal y praxia, página 40 a 45, donde se plasmen las ideas principales con respecto al esquema corporal.

Para atender al tema de la Psicomotricidad se recomienda que con base en el texto de Mendiara, R. y Gil, M. (2003), *Psicomotricidad, Evolución, corrientes y tendencias actuales*, páginas 31 a la 38, identificar los principales autores representativos de la psicomotricidad educativa, una vez analizado el texto el futuro docente deberá plasmarlo en un cuadro comparativo donde indique las ideas principales de cada uno.

Al terminar, guíe al estudiantado para identificar en el mismo texto los diversos aspectos relacionados a la psicomotricidad educativa y plasmarlo a través de un mapa mental.

Un tema relevante es sobre el vínculo entre la corporeidad y la motricidad, solicite al estudiantado que lleven a cabo una investigación acerca de los conceptos de corporeidad y motricidad. Una vez realizado este ejercicio participarán en un conversatorio presencial o virtual donde, por equipos, exponen sus hallazgos. Solicite a los participantes del conversatorio que realicen una actividad práctica que tome como herramienta el juego motor para poder vincular a la corporeidad con la motricidad.

³ Rodríguez Curbelo A. Z. y Alvarado Hernández, M. del M. (2011). Unidad didáctica: El mapa de tu cuerpo. En *EFDeportes.com, Revista Digital*, año 16, núm. 155. Buenos Aires. Disponible en <https://www.efdeportes.com/efd155/unidad-didactica-el-mapa-de-tu-cuerpo.htm>

⁴ Mendiara, J., Rivas, P. y Madrona, P. (2013). *Psicomotricidad: evolución, corrientes y tendencias actuales*. Disponible en https://www.researchgate.net/publication/264200958_PSICOMOTRICIDAD_EVOLUCION_CORRIENTES_Y_TENDENCIAS_ACTUALES

La edificación de la competencia motriz: aportación pedagógica de la competencia motriz y conocimiento procedimental.

En planes y programas vigentes de educación preescolar se sugiere al estudiantado identifiquen, analicen y determinen en un esquema elaborado con herramientas tecnológicas a la competencia motriz y sus tres componentes pedagógico-didácticos: desarrollo de la motricidad, integración de la corporeidad y creatividad en la acción motriz, y la forma en que se pretende fortalezcan a la educación preescolar.

Con base en el ejercicio anterior se propone que el grupo identifique y reflexione acerca de los tres tipos de conocimientos de la competencia motriz: declarativo, procedimental y estratégico, implicados en el saber hacer, saber actuar y saber desempeñarse. Al finalizar el estudiante elaborará un ejemplo de una acción motriz de cada uno de los tipos de conocimientos para poder integrarla en la práctica de las siguientes sesiones.

Componentes pedagógicos-didácticos:

- El desarrollo de la motricidad.
- La integración de la corporeidad.
- Creatividad en la acción motriz.

Solicite que investiguen sobre los siguientes aspectos:

¿Cuál es el concepto de motricidad?, ¿qué implica el diseño e implementación de propuestas didácticas para favorecer la motricidad?, ¿qué se entiende por corporeidad?, ¿qué beneficios se obtienen al favorecer este componente?, ¿qué implica el diseño e implementación de propuestas didácticas para favorecer la corporeidad?, ¿qué se entiende por creatividad?, ¿qué implica el diseño e implementación de propuestas didácticas para favorecer la creatividad?, ¿cómo contribuyen estos componentes pedagógico-didácticos en la competencia motriz? Organice una plenaria para conversar sobre sus hallazgos.

En esta serie de actividades se pretende que las y los estudiantes decidan entre la elaboración de un fichero o un compendio de actividades y diferentes tipos

de juegos (cooperativos, juegos modificados, circuitos de acción motriz, cuentos motores y formas jugadas), en físico o digital, para el nivel de educación preescolar donde involucre las temáticas aplicadas, los aprendizajes esperados, los campos de formación, así como los recursos didácticos, áreas o espacios de juego, número de participantes, edad de los participantes, propósito del juego o actividad, desarrollo del juego o actividad y variantes del juego, involucrando los contenidos que revisó a lo largo de toda la unidad.

Evidencia	Criterios de evaluación
<p>Fichero o Compendio de actividades y juegos que suba a alguna plataforma o red social.</p>	<p>Conocimientos</p> <ul style="list-style-type: none"> • Caracteriza a la educación física y a la competencia motriz. • Define el nivel de desarrollo motriz de las y los niños de preescolar. • Define cuál es la interacción que tienen las capacidades, habilidades y destrezas que promueve la Educación Física. • Reflexiona en planes y programas de estudio vigentes los contenidos, enfoques y aprendizajes que la Educación Física aporta al desarrollo de niñas y niños de preescolar. <p>Habilidades</p> <ul style="list-style-type: none"> • Elabora mapas mentales y otros organizadores gráficos para sistematizar su investigación sobre los componentes y enfoques de la educación física en el nivel preescolar.

- Integra compendios o ficheros con actividades que favorezcan el desarrollo de la competencia motriz en niños y niñas de nivel preescolar.

Actitudes y valores

- Asume un papel protagónico como docente de preescolar comprometida(o) con la Educación Física de los niños y las niñas.
- Participa de manera espontánea y entusiasta en las actividades de educación física que proponga la o el docente.
- Aporta y fortalece el vínculo entre la Educación Física y otras áreas de conocimiento de la educación preescolar.

Bibliografía

A continuación, se presenta un conjunto de fuentes como sugerencias para abordar los contenidos de esta unidad, el profesorado puede determinar cuáles de ellas abordar durante las sesiones del curso o proponer otras.

Bibliografía básica

Planes y programas de estudio vigentes.

Benjumea, M. (2004). La motricidad, corporeidad y pedagogía del movimiento en educación física. Un asunto que invita a la transdisciplinariedad. En *III Congreso Científico Latino Americano. I Simposio Latinoamericano de Motricidad Humana*. Universidad Metodista de Piracicaba, UNIMEP.

- Benjumea, M.** (2010). *La motricidad como dimensión humana*. Madrid: Abordaje interdisciplinar.
- Blázquez, D.** (2010). *La iniciación deportiva y el deporte escolar*. Barcelona: INDE.
- Capel, S.** (2002). *Reflexiones sobre la educación física y sus prioridades*. México: Secretaría de Educación Pública.
- Castañer, M. y Camerino, O.** (2006). *Manifestaciones básicas de la motricidad*. España: Universidad de Lleida.
- Da Fonseca, V.** (1996). *Estudio y génesis de la motricidad*. Barcelona: INDE.
- _____ (1998). *Manual de observación psicomotriz*. Barcelona: INDE.
- Dávila M.** (2016). *La educación física en la formación del niño*. México: Trillas.
- Hurtado, D.** (2008). Corporeidad y motricidad. Una forma de mirar los saberes del cuerpo. En *Educ. Soc.*, vol. 29, núm. 102, p. 119-136. Campinas. En <http://www.scielo.br/pdf/es/v29n102/a0729102>
- González C., A. M. y González C., C. H.** (2010). Educación Física desde la Corporeidad y la Motricidad. En revista *Hacia la Promoción de la Salud*, vol. 15, núm. 2, pp. 173-187. Colombia: Universidad de Caldas. En http://www.redalyc.org/pdf/3091/Resumenes/Resumen_309126694012_1.
- Hernández Moreno, J., et al.** (2013). *La competencia motriz como competencia clave*. Disponible en http://www.accionmotriz.com/documentos/fuentes/competencia_motriz.pdf
- Hurtado, D.** (2008). Corporeidad y Motricidad, una forma de mirar los saberes del cuerpo. En *Educación y Sociedad*, vol. 29, núm. 102. Campinas. Disponible en <http://www.scielo.br/pdf/es/v29n102/a0729102>
- Navarro, V.** (2002). *El afán de jugar, teoría y práctica de los juegos motores*. Barcelona: INDE.
- Ruiz, L. M.** (1995). Competencia Motriz-Elementos para comprender el

aprendizaje motor en educación física escolar. España: Editores: Gymnos.

Ruíz, L. M. (2003). Competencia motriz, dinamismo y complejidad en educación física. Parte II. Retos. En *Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, núm. 6, pp. 5-12. Disponible en <http://retos.org/pdf/retos6.pdf>

Torres Hernández, L. (2009). Los aprendizajes del cuerpo en la escuela mexicana.

Vázquez, B. (1989). *La educación Física en la educación básica*. Madrid: Gymnos. Formación de profesores y prácticas educativas de la educación física. México: Taller abierto.

Recursos de apoyo. Videos educativos

La Educación Física en la actualidad [Video]. Disponible en <https://www.youtube.com/watch?v=i6X7-BUF6-E>

El proyecto formativo de la EF [Video]. Disponible en <https://www.youtube.com/watch?v=jRkutv4dVAQ>

Circuito de acción motriz [Video]. Disponible en <https://www.youtube.com/watch?v=r5Y-Q50gcB4>

Formas jugadas [Video]. Disponible en <https://www.youtube.com/watch?v=Mgl-YODh1w4>

Juegos tradicionales, populares y autóctonos [Video]. Disponible en https://www.youtube.com/watch?v=M6_ZC0lknrg

Juegos modificados [Video]. Disponible en <https://www.youtube.com/watch?v=vgqtTE0y9ul>

Cuento motor [Video]. Disponible en <https://www.youtube.com/watch?v=orh42Zg0ix0>

Juegos cooperativos [Video]. Disponible en <https://www.youtube.com/watch?v=xOrVzgQblgY>

Crecimiento, maduración y desarrollo humano. Disponible en <https://es.slideshare.net/jmlp2609/crecimiento-maduracin-y-desarrollo-humano>

La necesidad de movimiento está en nuestros genes. Disponible en <https://www.elblogalternativo.com/2018/05/21/necesidad-movimiento-nuestros-genes-entrevista-katy-bowman/>

Unidad de aprendizaje III. Referentes para la planeación didáctica de la Educación Física

Esta unidad de aprendizaje será propicia para el diseño de planificaciones desde un enfoque por competencias vinculadas a la Educación Física en preescolar. Al final se deberá evaluar que las planificaciones mantengan una congruencia interna entre sus componentes, siendo estos enfoques, propósitos educativos, evidencias de aprendizaje, contenidos, estrategias didácticas, propuestas de evaluación, y recursos para el aprendizaje, por mencionar algunos.

Planificar y evaluar en el proceso de intervención de la Educación Física es primordial. Son acciones que permiten constatar cómo el maestro o maestra organiza su intervención didáctica, cómo motiva la realización de las acciones motrices y desempeños de niños y niñas de preescolar, y cómo verifica los logros alcanzados para concretar las intenciones pedagógicas y enfoque de esta área. De tal forma que se requiere impulsar una visión transformadora e innovadora de la planificación y la evaluación. Es necesario encaminarla hacia una perspectiva integral, pedagógica y didáctica, donde planificar y evaluar constituyan herramientas con un alto significado que permita establecer una progresión orientada a promover la imaginación, la resolución de problemas, la toma de decisiones, la posibilidad de modificar las actividades y diseñar estrategias. Por lo que cada docente tiene la oportunidad de plantear una propuesta en función de la situación particular de su contexto, escuela y alumnado.

La Educación Física dinamiza corporalmente al estudiantado a partir de actividades que desarrollan su corporeidad, motricidad y creatividad. En esta área los estudiantes ponen a prueba sus capacidades, habilidades y destrezas motrices mediante el juego motor, la iniciación deportiva y el deporte educativo. Este espacio también es promotor de estilos de vida activos y saludables asociados con el conocimiento y cuidado del cuerpo y la práctica de la actividad física.

Competencias de la unidad de aprendizaje

Detecta los procesos de aprendizaje de sus alumnos para favorecer su desarrollo cognitivo y socioemocional.

- Plantea las necesidades formativas de los alumnos de acuerdo con sus procesos de desarrollo y de aprendizaje, con base en los nuevos enfoques pedagógicos.
- Establece relaciones entre los principios, conceptos disciplinarios y contenidos del plan y programas de estudio en función del logro de aprendizaje de sus alumnos, asegurando la coherencia y continuidad entre los distintos grados y niveles educativos.

Aplica el plan y programas de estudio para alcanzar los propósitos educativos y contribuir al pleno desenvolvimiento de las capacidades de sus alumnos.

- Utiliza metodologías pertinentes y actualizadas para promover el aprendizaje de los alumnos en los diferentes campos, áreas y ámbitos que propone el currículum, considerando los contextos y su desarrollo.
- Incorpora los recursos y medios didácticos idóneos para favorecer el aprendizaje de acuerdo con el conocimiento de los procesos de desarrollo cognitivo y socioemocional de los alumnos.

Emplea sus conocimientos lingüísticos, socioculturales y pedagógicos para favorecer procesos de enseñanza y aprendizaje en el medio indígena.

- Utiliza la lengua originaria como principal recurso para comunicarse y enseñar en el medio indígena.
- Adecua la enseñanza al contexto de sus alumnos reconociendo su particularidad lingüística y sociocultural.
- Elabora materiales didácticos específicos para la enseñanza y el aprendizaje *en el medio indígena de acuerdo con el contexto cultural, las lenguas originarias y sus variantes.*

Diseña planeaciones aplicando sus conocimientos curriculares, psicopedagógicos, disciplinares, didácticos y tecnológicos para propiciar espacios de aprendizaje incluyentes que respondan a las necesidades de todos los alumnos en el marco del plan y programas de estudio.

- Elabora diagnósticos de los intereses, motivaciones y necesidades formativas de los alumnos para organizar las actividades de aprendizaje, así como las adecuaciones curriculares y didácticas pertinentes.
- Selecciona estrategias que favorecen el desarrollo intelectual, físico, social y emocional de los alumnos para procurar el logro de los aprendizajes.
- Construye escenarios y experiencias de aprendizaje utilizando diversos recursos metodológicos y tecnológicos para favorecer la educación inclusiva.

Emplea la evaluación para intervenir en los diferentes ámbitos y momentos de la tarea educativa para mejorar los aprendizajes de sus alumnos.

- Evalúa el aprendizaje de sus alumnos mediante la aplicación de distintas teorías, métodos e instrumentos, considerando las áreas, campos y ámbitos de conocimiento, así como los saberes correspondientes al grado y nivel educativo.

Integra recursos de la investigación educativa para enriquecer su práctica profesional, expresando su interés por el conocimiento, la ciencia y la mejora de la educación.

- Emplea los medios tecnológicos y las fuentes de información científica disponibles para mantenerse actualizado respecto a los diversos campos de conocimiento que intervienen en su trabajo docente.

Actúa de manera ética ante la diversidad de situaciones que se presentan en la práctica profesional.

- Orienta su actuación profesional con sentido ético-valoral y asume los diversos principios y reglas que aseguran una mejor convivencia institucional y social, en beneficio de los alumnos y de la comunidad escolar.

- Decide las estrategias pedagógicas para minimizar o eliminar las barreras para el aprendizaje y la participación, asegurando una educación inclusiva.

Propósito de la unidad de aprendizaje

Tiene como propósito que el estudiantado normalista planee estrategias didácticas en las que adapte los elementos del juego motor y el deporte educativo a diversas necesidades de desarrollo infantil a partir de comprender los elementos estructurales del binomio planificación y evaluación, los componentes y diseñar escenarios situados formativos, pedagógicos y didácticos de la Educación Física.

Contenidos

- El curriculum y la planeación
- Ambientes de aprendizaje de la Educación Física
- Planeación didáctica situada

Actividades de aprendizaje

Se propone que junto con el estudiantado recupere la experiencia del semestre anterior analizando los aprendizajes que se obtuvieron en el desarrollo de las clases de educación artística que tuvieron que ver con la expresión corporal y la motricidad. En un foro abierto se exponen las ideas y se concentran en un cuadro de doble entrada.

¿Cómo se desarrolló las clases?	¿Qué efecto tuvo la pandemia en el desarrollo de las clases y en mi formación?	¿Qué problemas detectamos?	¿Qué es lo que se puede hacer ahora para el desarrollo de las clases de Educación Física?

Nota: Los ámbitos pueden incrementarse o modificarse en función de las ideas que aporten los docentes o los estudiantes.

A continuación, se presentan algunas sugerencias de actividades para el desarrollo de aprendizajes, pero pueden proponer formas diversas de acceso a ellos.

Al momento de planear, el estudiantado normalista debe promover en las y los niños de los tres grados de preescolar: su disposición y desarrollo de conocimientos, habilidades, actitudes y valores para comprender y resolver problemas, así como la búsqueda de explicaciones a situaciones desde distintas áreas del saber. El manejo de información, la innovación y creatividad serán elementos necesarios que deberán integrarse a estas planeaciones. Aunado a ello, es fundamental que el estudiantado normalista conozca a su alumnado de preescolar, con el fin de reflexionar y generar propuestas didácticas orientadas a privilegiar sus aprendizajes.

Puede ser de utilidad plantearse algunas preguntas como las siguientes, realizarán un organizador gráfico y lo anexarán a su carpeta electrónica:

- ¿Quién es mi alumnado y cómo aprenden?
- ¿Identifico la diversidad familiar, social, cultural y lingüística de los niños y las niñas que integran mi grupo escolar?, ¿cómo puedo aprovecharla?
- ¿Reconozco los estilos y ritmos de aprendizaje de cada uno de mi alumnado?

- ¿Reconozco que cada uno posee conocimientos, creencias y suposiciones previas sobre el mundo que les rodea, sobre las relaciones entre las personas y sobre el comportamiento que se espera de ellos?
- ¿Reconozco que mi alumnado ha desarrollado, con diferente grado de avance, capacidades vinculadas a competencias que les permiten interactuar con su familia y ambiente inmediato?, ¿cuáles identifico?

Las reflexiones que surjan de estas preguntas serán insumos que guiarán el desarrollo de planeaciones, las propuestas de intervención docente y las orientaciones para los procesos de evaluación en esta unidad.

La orientación en los procesos de aprendizaje son el motor de la didáctica y la enseñanza es la acción que realiza la o el profesor con relación al aprendizaje. El planteamiento, ejecución y verificación del aprendizaje tienen por objeto una mejor orientación de los actos que llevan al educando a reaccionar frente a estímulos capaces de modificar su comportamiento.

Para introducir al estudiantado normalista en los contenidos del curso se sugiere que el docente plantee una situación problema relacionada con la planeación didáctica y la evaluación del aprendizaje en la que se identifiquen sus saberes previos y se atienda un conflicto cognitivo. El o la docente coordina una reunión de trabajo grupal en la que cuestiona al estudiantado sobre cómo hubieran resuelto el problema presentado. Se recomienda que la situación problema se retome sobre alguna experiencia durante el trabajo de prácticas profesionales. Algunas preguntas que pueden orientar el diseño de la planeación pueden ser:

- ¿Qué decisiones tomarían en lugar de la o el docente?
- ¿Qué elementos tomarían en cuenta para elaborar su planificación?
- ¿Cómo organizarían el trabajo en el aula?
- Si se colocaran en el lugar de los alumnos, ¿de qué manera consideran que les gustaría que les enseñaran?
- ¿Qué tipo de actividades realizarían?
- ¿Cómo evaluarían el aprendizaje del alumnado?

A partir de las respuestas elaboran fichas electrónicas de reflexión y un álbum de todas las aportaciones del grupo.

El o la docente organiza al grupo en mesas de discusión y solicita a los estudiantes que, a partir del ejercicio de reflexión y análisis, utilicen la información teórica y planes y programas de estudio vigente de Educación Física con el fin de contrastar y replantear sus futuras intervenciones.

Los ámbitos que pueden considerar para este ejercicio son:

- Perfil de egreso de educación básica.
- Propósitos educativos.
- Área de desarrollo personal y social.
- Principios pedagógicos de planes de estudio vigentes.
- Enfoques de enseñanza, aprendizaje y evaluación.

Con base en esta revisión y análisis el docente coordina al grupo para presentar su análisis por ámbitos temáticos. La actividad se concentrará en la carpeta digital y se compartirá con el grupo.

Cada ámbito tendrá que ser abordado con profundidad a fin de que el estudiantado y el o la docente prevean posibles escenarios de intervención en las escuelas de educación preescolar: presencial o a distancia (hibrido), además de considerar que por cuestiones de cierre o restricción para el acceso se realicen ejercicios simulados o hipotéticos desde la Escuela Normal.

En acercamiento al tema de la planeación, los estudiantes analizan la lectura Consideraciones generales sobre la planificación en educación física de Jesús Viciano, capítulo I y II del libro *Planificar en Educación Física*. En plenaria, debaten los elementos claves de la lectura y se sugiere concentrar en algún tipo de organizador gráfico los aspectos que se consideren relevantes para la planificación de una sesión de Educación Física en educación preescolar. Pueden apoyarse en la lectura del artículo Niveles operacionales de la Planificación: Plan, Programa, Proyecto, que se encuentra disponible en <https://www.efdeportes.com/efd50/planif.htm>.

Para el docente, la planificación didáctica representa una oportunidad para la revisión, análisis y reflexión que contribuyen para orientar su intervención en el aula. Del mismo modo, es una herramienta fundamental para impulsar un trabajo intencionado, organizado y sistemático que contribuye al logro de aprendizajes esperados en las y los niños; en esta fase del proceso educativo se toman decisiones sobre la orientación de la intervención docente, la selección y organización de los contenidos de aprendizaje, la definición de metodologías de trabajo, la organización de las y los alumnos, la definición de espacios físicos y selección de recursos didácticos, las estrategias de evaluación y difusión de resultados, principalmente. Para llevar a cabo una planificación que atienda a los enfoques expuestos es importante:

- Reconocer y valorar que los niños poseen conocimientos, ideas y opiniones, y continúan aprendiendo a lo largo de su vida.
- Recuperar los saberes previos y el valor por la diversidad en el aula.
- Disponer de un tiempo para seleccionar y diseñar estrategias didácticas que propicien la movilización de saberes y de evaluación de los aprendizajes, de acuerdo con los aprendizajes esperados.
- Considerar evidencias de desempeño de los niños que brinden información al docente para tomar decisiones y continuar impulsando el aprendizaje de su alumnado.
- Reconocer los aprendizajes esperados como referentes para la planificación.
- Generar ambientes de aprendizaje que promuevan experiencias significativas.
- Proponer diversos ambientes para el aprendizaje que incluyan una propuesta híbrida.

Los procesos cognitivos para el aprendizaje se vinculan estrechamente con los ambientes que los propician. Hoy resulta indispensable reconocer que los aspectos físico, afectivo y social, influyen en los logros de desempeño individual y grupal. El ambiente de aprendizaje es un conjunto de factores que favorecen

o dificultan la interacción social en un espacio físico o virtual determinado. Implica un espacio y un tiempo donde los participantes construyen conocimientos y desarrollan habilidades, actitudes y valores.

La Educación Física en la educación básica requiere de una propuesta que considere los que se ha visto a lo largo de las anteriores unidades de aprendizaje, las características del desarrollo y crecimiento de las y los niños de preescolar y esté, definido en términos temáticos hacia el desarrollo de la competencia motriz y tres de sus componentes pedagógico-didácticos: desarrollo de la motricidad, integración de la corporeidad y creatividad en la acción motriz, todo esto será el insumo a tomar en cuenta al momento de planear.



Como un apoyo al trabajo de planeación el docente, en consenso con el estudiantado normalista, atiende a las siguientes preguntas guía que le ayudarán a elaborar su planeación. Para profundizar en este tema se sugiere revisar el texto Estrategias de Enseñanza para el Aprendizaje por Competencias del autor Jesús Martín Cepeda Dovala⁵.

⁵Cepeda Dovala, J. M. (2013). *Estrategias de Enseñanza para el Aprendizaje por Competencias*. Disponible en <https://dokumen.pub/download/estrategias-de-enseanza-para-el-aprendizaje-por-competencias.html>

Elementos de la planeación

El objetivo	¿Para qué enseñar y para qué aprender?	
	¿Para qué planear?	
	¿A quién enseñar?	

El contenido	¿Qué enseñar y aprender?	
--------------	--------------------------	--

El método	¿Cómo enseñar y cómo aprender?	
-----------	--------------------------------	--

Los medios de enseñanza	¿Con qué enseñar y aprender?	
-------------------------	------------------------------	--

Las formas de organización	¿Cómo organizar el enseñar y el aprender?	
----------------------------	---	--

La evaluación	¿En qué medida se cumplen los propósitos?	
---------------	---	--

La evaluación	¿Cómo evaluar?	
---------------	----------------	--

De manera individual o por equipos diseñan planeaciones didácticas en las que integren actividades para el desarrollo de los aprendizajes esperados del plan de estudios vigentes. Recuperan los elementos teóricos estudiados en las unidades de aprendizaje previas para reflexionar acerca de cómo organizar las actividades didácticas para lograr el aprendizaje del alumnado.

La planeación didáctica deberá atender a los elementos curriculares, estrategias didácticas, recursos de apoyo para el aprendizaje, organización del grupo y otros aspectos identificados como relevantes en los análisis realizados; asimismo, deberá incorporarse un esquema de evaluación coherente con los propósitos de aprendizaje planteados en la planeación de la enseñanza.

Los estudiantes exponen el trabajo realizado en una sesión plenaria. Incorporan a la presentación la narrativa del proceso, seguido para su construcción y los saberes construidos en cada etapa.

La evidencia de su trabajo en esta unidad son las planeaciones, se considera de gran valor elaborar un informe sobre el proceso de diseño de su planeación y el desarrollo de la intervención didáctica vinculada a la Educación Física.

Evidencias	Criterios de evaluación
<ul style="list-style-type: none">- Organizadores gráficos.- Planeaciones.- Informe.	<p>Conocimientos</p> <ul style="list-style-type: none">• Caracteriza diversos componentes de una planeación para el trabajo con la Educación Física.• Define los componentes de una planeación didáctica argumentando su congruencia interna.• Reconoce los enfoques más actuales de la Educación Física para el diseño de su planeación. <p>Habilidades</p> <ul style="list-style-type: none">• Elabora planeaciones didácticas con congruencia interna.• Diseña planeaciones didácticas, reconociendo el binomio entre la planeación y la evaluación.• Presenta informes como resultado de diversas experiencias de aprendizaje, donde es clara la sistematización de su experiencia formativa.

Actitudes y valores

- Reconoce la importancia de conocer al grupo donde se desarrolla la intervención docente.
- Valora la diversidad cultural del grupo y recupera el aporte de sus referentes culturales para el diseño de planeaciones didácticas de la Educación Física.
- Toma decisiones para el diseño de planeaciones didácticas.
- Asume como docente en formación la importancia de diseñar planeaciones didácticas que vinculen los contenidos curriculares con actividades de Educación Física.

Bibliografía

A continuación, se presenta un conjunto de fuentes como sugerencias para abordar los contenidos de esta unidad, el profesorado puede determinar cuáles de ellas abordar durante las sesiones del curso o proponer otras.

Bibliografía básica

Arnold, P. (2000). *Educación física, movimiento y currículum*. España: Morata.

Ahumada, P. (2005). *Hacia una evaluación auténtica del aprendizaje*. México: Paidós.

Blázquez, D. (2003). *Evaluar en Educación Física* (pp. 15-82, 171-181). España: INDE.

- Castañer, M. y Camerino, O. (2013).** Enfoque Dinámico e Integrado de la Motricidad (EDIM). En *Revista electrónica Acción Motriz. Tu Revista científica digital*.
- Contreras, O. (2009).** *Didáctica de la educación física. Un enfoque constructivista*. España: INDE.
- Cratty B. (1990).** *Desarrollo perceptual y motor en los niños*. España: Paidotribo.
- Cázares, A. L. y Cuevas de la Garza, J. F. (2010).** *Planeación y evaluación basadas en competencias. Fundamentos y prácticas para el desarrollo de competencias docentes, desde preescolar hasta el posgrado*. Trillas: México. Disponible en http://memsupn.weebly.com/uploads/6/0/0/7/60077005/planeaci%C3%B3n_y_evaluaci%C3%B3n_basada_en_competencias.pdf
- Cuevas Campos, R., Fernández Bustos, J. G. y Vicedo, P. (2009).** Educación física y educación intercultural: análisis y propuestas. En *Ensayos. Revista de la Facultad de Educación de Albacete*, núm. 24. Disponible en <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/3282837.pdf>
- Dávila M., et al. (2013).** *Educación Física intervención en el preescolar*. México: Trillas.
- Florence, J. (2000).** *Tareas significativas en educación física escolar*. España: INDE.
- Flores, G., Prat, M. y Soler, S. (2015b).** La intervención pedagógica del profesorado de educación física en un contexto multicultural: prácticas, reflexiones y orientaciones. En *Retos: Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, núm. 28, pp. 248-255.
- Velázquez Buendía, R., Hernández Álvarez, J. L. y Alonso Curiel, D. (Coords.) (2004).** *La evaluación en Educación Física, investigación y práctica en el ámbito escolar* (pp. 49-76). España: Graó.
- Le Boulch, J. (1992).** *Hacia una ciencia del movimiento humano*. Barcelona: Paidós.

- López Pastor, V. M. (Coord.)** (2004). *La educación Física en educación infantil: una propuesta y algunas experiencias*. Madrid: Miño y Dávila.
- López-Pastor, V. M., Pérez, Á. y Monjas, R.** (2007). La atención a la diversidad en el área de educación física. La integración del alumnado con necesidades educativas específicas, especialmente el alumnado inmigrante y de minorías étnicas. En *Lecturas: Educación Física y Deportes*, núm. 106. Disponible en <http://www.efdeportes.com/efd106/la-atencion-a-la-diversidad-en-educacion-fisica.htm>
- Luchetti, E., y Omar, B.** (1998). *El diagnóstico en el aula*. Argentina: Magisterio del Río de la Plata.
- Monroy Farías, M.** (s/f). La planeación didáctica (pp. 454-487). Disponible en http://fcaenlinea1.unam.mx/docs/doc_academicos/la_planeacion_didactica.pdf
- Prieto, M.** (2008) Creencias de los profesores sobre evaluación y efectos incidentales. En *Revista de pedagogía*, vol. 29, núm. 84, pp. 123-144. Disponible en <http://www.redalyc.org/pdf/659/65908405.pdf>
- Rodríguez, Y.** (2004). *Estrategias de enseñanza docente en escuelas multigrado*. Perú: Grupo de Análisis para el Desarrollo. Disponible en <http://biblioteca.clacso.edu.ar/Peru/grade/20120828112921/estrateg.pdf>
- Ruiz, P.** (1995). *Competencia motriz: elementos para comprender el aprendizaje motor en educación física escolar*. España: Gymnos.
- Ruiz Omeñaca J. V.** (2011). *El cuento motor en educación infantil y en educación física escolar. Como construir un espacio para jugar, cooperar, convivir y crear*. Sevilla: Wanceulen.
- Saenz-Lopez, P.** (1997). *Educación Física y su Didáctica* (pp. 125-217). Sevilla: Wanceulen.
- Simoni, C. y Santillana, H., et al.** (2015). *Aprendizaje cooperativo en educación física*. México: Grupo de Aprendizaje Cooperativo.

Sicilia, Á., y Fernández, B. (2005). *La otra cara de la enseñanza. La educación física desde una perspectiva crítica.* España: INDE.

Viciano Ramírez, J. (2002). Consideraciones generales sobre la planificación educación física y La sesión en educación física. En *Planificar en educación Barcelona* (pp. 19 y 207-212). INDE (Educación Física). Disponible en <https://pleea.files.wordpress.com/2013/06/consideraciones-generales-sobre-la-planificacion.pdf>

Otros recursos

Méndez Giménez, A. y Méndez Giménez, C. (1996). Los juegos en el currículum de la Educación. Paidotribo.

Navarro, V. (2002). *El afán de jugar, teoría y práctica de los juegos motores.* Barcelona: INDE.

Pavia, V. (Coord.) (2006). *Jugar de un modo lúdico. El juego desde la perspectiva del jugador.* Buenos Aires: Novedades Educativas.

La planificación de aula/patio en educación física. Disponible en <https://www.efdeportes.com/efd50/planif.htm>

Perfil docente sugerido

Perfil académico

Licenciatura en Educación Preescolar, Educación Física y/o áreas afines.

Obligatorio: nivel de licenciatura, preferentemente maestría o doctorado
Especialidad en el área de la Educación Física y/o áreas afines.

Hablar la o una de las lenguas indígenas de la región.

Nivel académico

Obligatorio: grado de maestría o doctorado.

Experiencia docente para:

- Educación Preescolar.
- Educación Física y promoción de la salud.
- Conocimiento de la nutrición y hábitos alimenticios.
- Conducir grupos.
- Planear y evaluar por competencias.
- Utilizar las TIC en los procesos de enseñanza y aprendizaje.
- Retroalimentar oportunamente el aprendizaje de los estudiantes.
- Docencia frente a grupos de Educación Básica.
- Trabajar por proyectos y generar aprendizajes colaborativos.

Experiencia profesional

Experiencia en lo referente al ámbito de la salud vinculado a la Educación Física.

Experiencia frente a grupo en Educación Preescolar.

Experiencia en el ámbito de la salud y la Educación Física.