



Licenciatura en Educación Física

Plan de Estudios 2022

Estrategia Nacional de Mejora
de las Escuelas Normales

Programa del curso

Deportes educativos y actividades físicas individuales

Tercer semestre

Primera edición: 2023

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

D.R. Secretaría de Educación Pública, 2022
Argentina 28, Col. Centro, C. P. 06020, Ciudad de México

Trayecto formativo: **Formación pedagógica, didáctica e interdisciplinar**

Carácter del curso: **Currículo Nacional Base** Horas: **4** Créditos: **4.5**

Índice

| | |
|---|----|
| Propósito y descripción general del curso..... | 5 |
| Cursos con los que se relaciona..... | 9 |
| Dominios y desempeños del perfil de egreso a los que contribuye el curso..... | 11 |
| Estructura del curso..... | 13 |
| Orientaciones para el aprendizaje y enseñanza | 14 |
| Sugerencias de evaluación..... | 16 |
| Unidad de aprendizaje I. Deportes individuales de raqueta: análisis desde su estructura y dinámica | 18 |
| Unidad de aprendizaje II. Introducción al atletismo | 23 |
| Unidad de aprendizaje III. Gimnasia básica: Aspectos teórico-prácticos | 29 |
| Evidencia integradora del curso | 33 |
| Perfil académico sugerido | 35 |

Propósito y descripción general del curso

Las primeras experiencias de las y los niños con la práctica de la actividad física y del deporte marcarán la relación entre ambos de por vida, siendo fundamental que estas experiencias sean gratificantes desde sus comienzos. Ofrecer un amplio abanico de habilidades motrices, actividades físicas, ejercicios y deportes que les aporte tanto la experiencia como el bagaje necesario para que el joven cuente con una gran riqueza motriz, es la base de posteriores aprendizajes motrices nuevos y más complejos (Valero, 2023).

Por lo anterior, en las últimas décadas, el deporte educativo es considerado como una de las principales estrategias didácticas que emplea el educador físico en la educación obligatoria para potencializar las habilidades y destrezas motrices de los escolares, por su gran manifestación de la motricidad y la construcción de la corporeidad, fortalecer el desarrollo integral como persona de las niñas y los niños y la creatividad en la acción motriz que al dinamizarse consolidan la competencia motriz. De acuerdo con Hernández Moreno et al, (2014), la define como la integración de los conocimientos, procedimientos, actitudes y emociones vinculadas a la conducta motriz y la resolución con eficacia de las múltiples interacciones que realizan los jóvenes con el medio y con los demás, en los diversos contextos de su vida cotidiana.

Por ello este curso pretende que el estudiante normalista comprenda y aplique los beneficios del deporte educativo y las actividades físicas individuales en las escuelas de educación obligatoria, poniendo al centro a las comunidades y las escuelas de cada entidad, reconociendo sus posibilidades e intereses entorno al deporte, bajo la propuesta de enseñanza por modelos pedagógicos, siendo una “forma creativa e innovadora, sustentada en las buenas prácticas con evidencia científica y que pueden orientar a promover un estilo de vida saludable y despertar el interés por la práctica de la actividad físico-deportiva de carácter individual, ayudando a los escolares a descubrir su afinidad” (Garduño, 2020).

El deporte educativo es un tema protagónico de la Educación Física, por lo que resulta fundamental abordarlo como parte de la formación de los futuros educadores físicos. No obstante, para practicarlos se requiere precisar los propósitos que persiguen los deportes educativos individuales en el contexto escolar y diferenciarlos de los que busca el llamado deporte estándar o convencional, que tradicionalmente ha ocupado un lugar dentro de las prácticas educativas.

En este sentido, tales diferencias deben establecerse entre las formas, modelos de enseñanza y las finalidades que cada uno tiene; es decir, distinguir entre el deporte orientado al rendimiento, donde la principal meta es competir a cambio de un premio o el sentido de derrota. Con esto no se quiere decir que la práctica de deporte en la educación obligatoria no promueva que, desde estos acercamientos, los niños, niñas y jóvenes encuentren en la actividad física una opción de vida y desarrollo profesional, consecuencia de su práctica sistemática.

El deporte escolar tiene un enfoque eminentemente pedagógico por estar apegado a los propósitos de educación obligatoria, por lo que se busca que las y los estudiantes cuenten con una experiencia que les permita valorar las posibilidades que tiene la práctica deportiva para sentirse bien; establecer relaciones de respeto, apoyo, solidaridad con sus compañeros y compañeras; saber que tienen derecho de defender un espacio para el juego y la recreación; mejorar su salud física y emocional al identificar lo que produce en su cuerpo y en su pensamiento, por ello se busca que estas actividades promuevan el desarrollo de una mejor calidad de vida e incrementar los lazos de comunicación con los demás y optimizar la integración social.

Los deportes individuales son todas aquellas disciplinas deportivas que se pueden realizar sin competir contra alguien más, o que no requieren acompañamiento de ningún tipo para realizar su práctica. Pierre Parlebás, menciona que pueden ser deportes individuales o psicomotrices, debido a que solo dependen de las capacidades perceptivo y físico motrices de cada competidor para lograr la meta.

Propósito general

El curso “Deportes educativos y actividades físicas individuales”, tiene como propósito general que la y el futuro educador físico desarrolle saberes para orientar y aplicar, con base en el enfoque “Dinámico e integrado de la motricidad”, deportes educativos individuales, a partir de considerarlos como un proceso formativo mediante el cual los niños, niñas y adolescentes vivencien situaciones motrices como el juego modificado y las prácticas deportivas, con la finalidad de que reconozcan su participación, se enfrenten consigo mismos, venzan obstáculos, adquieran seguridad y disfruten de otra manifestación de la motricidad.

En este curso se abordarán algunos de los deportes individuales: deportes de raqueta, frontón, atletismo y gimnasia, y todos aquellos que su estructura y lógica interna se puedan practicar siempre y cuando estén al alcance de las posibilidades de cada escuela normal y contexto escolar, por lo que estos deportes deben favorecer el desarrollo del pensamiento estratégico, la motricidad, la integración de la corporeidad y la edificación de la competencia motriz, a través del Modelo Integrado Técnico-Táctico, Ludotécnico y el Modelo de Enseñanza Personalizada, que en las últimas décadas han sido una forma de enseñar con fines educativos, pero sobre todo de una manera innovadora, creativa y con base en las posibilidades de los escolares.

Antecedentes

Como actividad introductoria será necesario retomar los modelos pedagógicos vistos en el curso de iniciación deportiva y considerar otros que permitan la comprensión y aplicación de acuerdo con los deportes individuales dentro de la escuela de educación

básica, en las que se ha privilegiado la fragmentación y dosificación del conocimiento en términos del aprendizaje de gestos técnicos.

En este curso el tipo de actividades motrices serán acordes a los intereses y las motivaciones de las niñas, los niños y adolescentes, esto posibilitará elegir las actividades que motiven el desarrollo de habilidades y destrezas motrices, la comprensión al participar en un deporte individual y saber hacerlo; el desarrollo del pensamiento táctico y lúdico y una visión estratégica; la identificación de problemas ludo-motores y la necesidad de adecuar respuestas motrices para resolverlas entre otros. Por otro lado, se busca mejorar las relaciones entre las personas, por lo que el educador físico debe promover la igualdad de género, el respeto a la identidad de género, a la diversidad cultural y lingüística porque son espacios de gran oportunidad para ello.

Para el desarrollo de este curso, se sugiere considerar los recursos humanos, la infraestructura y los posibles escenarios laborales en los que se van a desenvolver las y los futuros docentes. Los deportes individuales, son una propuesta para los estudiantes, buscando en todo momento promoverlo mediante un enfoque que permita a quienes lo practican canalizar el sentido agonístico, recuperar el interés lúdico, favorecer el cuidado de la salud, adquirir valores y normas para la convivencia social y la participación en equipo. Los futuros docentes aprenderán a ofrecer una educación, que contempla la diversidad de contextos de vida y las necesidades que la sociedad nos demanda.

Se requiere que el estudiantado de la Licenciatura en Educación Física y el docente utilicen diversas metodologías y estrategias de aprendizaje, que posibiliten los Dominios del saber: saber ser y estar, saber conocer y saber hacer, que les permitan solucionar problemas y tomar decisiones desde un pensamiento crítico y creativo para aprender de manera autónoma, autorregulada y colaborar en diversos contextos, generando proyectos innovadores en la educación física y el deporte.

Estructura curricular

El curso **Deportes educativos y actividades físicas individuales** pertenece al Trayecto Formación pedagógica y disciplinar del Marco Curricular Nacional, ubicado en el sexto lugar del tercer semestre, que pertenece a la fase de profundización de la malla curricular, con una carga horaria de 4 horas semanales, equivalentes a 4.5 créditos para desarrollarse durante 18 semanas de trabajo, se sugiere que su tratamiento pedagógico sea bajo la modalidad de seminario-taller, es decir, la teoría y la práctica vivenciada, con la finalidad de lograr los propósitos planteados en cada unidad; los estudiantes normalistas adquieren saberes teóricos y procedimentales de los deportes individuales en forma general.

Está organizado en tres unidades de aprendizaje, que permitirán a la y el futuro educador físico aplicar y retomar los saberes adquiridos en el curso de iniciación deportiva y complementarlos con el curso de deporte educativo y actividades físicas de conjunto; permite a los estudiantes normalistas adquirir saberes específicos.

En la Unidad de aprendizaje I. Deportes individuales con raqueta: análisis desde su estructura y dinámica, los estudiantes obtendrán una comprensión clara de las bases estructurales de la lógica interna y externa para la práctica de los deportes individuales de raqueta, de tal manera que puedan desarrollar saberes para la enseñanza y aprendizaje de estos deportes a partir del Modelo de Enseñanza Personalizada y puedan ser llevados a las escuelas de práctica. Entre los deportes que se proponen para esta unidad están los deportes con raqueta: minitenis, el frontón y squash.

En la Unidad de aprendizaje II. Introducción al atletismo, se analizan sus pruebas, fases o etapas para la enseñanza, sus principios pedagógicos a partir del modelo ludotécnico; además, de reconocer su viabilidad para promover el atletismo en las escuelas de práctica; se busca que los estudiantes tengan una idea clara de las pruebas en las que los niños, niñas y adolescentes participan en los juegos nacionales escolares.

En la unidad de aprendizaje III. Gimnasia básica: Aspectos teórico-prácticos, se analizan los movimientos básicos de esta disciplina, su metodología y su forma de enseñanza a partir de su estructura y dinámica, con el fin de tener claridad en la enseñanza y llevarlo como una propuesta real y plausible a las escuelas de práctica bajo el Modelo Integrado Técnico-Táctico.

Es necesario dejar en claro, que en el transcurso de este curso las y los estudiantes aprenderán a analizar la estructura y dinámica de los deportes individuales y es a partir del análisis mismo, que ellos podrán decidir qué deportes promover en las escuelas, partiendo de cada contexto, sus necesidades e intereses, pero sobre todo de sus posibilidades reales de ser aplicados.

Cursos con los que se relaciona

El curso **Deportes educativos y actividades físicas individuales** se relaciona con los cursos de:

Iniciación deportiva

En este curso el estudiantado concientizó el ofrecer una educación, que contemple la diversidad y las necesidades de una sociedad que requiere dimensionar la Educación Física, el Deporte Educativo y la Iniciación Deportiva, como vías de acceso a mejores condiciones de vida y salud. En este desarrollaron un pensamiento crítico y capacidad creativa e innovadora, a través del dominio de modelos de la iniciación deportiva aplicados a sus estudiantes, desde el enfoque Dinámico e Integrado de la Motricidad. Abordaron temáticas tales como: Bases teóricas de la iniciación deportiva y el proceso formativo partiendo de sus fases y tipos; modelos de iniciación deportiva, el proceso del juego al deporte, estrategias didácticas de acuerdo con la edad, intereses, y posibilidades de las y los escolares; así como, el diseño de unidades y secuencias didácticas propias de la iniciación deportiva.

El Juego en la educación física

La relación con este curso es el aporte del sentido lúdico al desarrollo motriz de las y los alumnos que cursan la educación obligatoria, en donde el estudiantado normalista incorpora los elementos para comprender y dar sentido al juego motor desde sus raíces conceptuales, características, tipos, clasificación y metodológicas, enfatiza un enfoque didáctico para favorecer los aprendizajes en las escuelas de educación básica.

Estilos de vida saludable en la familia, escuela y comunidad

El estudiante normalista reconoce la importancia de moverse de manera sistemática, libre y saludable, utilizando entre otros recursos el deporte educativo; capaz de respetar su cuerpo-corporeidad con cuidados propios de su edad, contexto familiar y social. Vincularlo con la práctica constante de actividad física y la creación de hábitos saludables entre ellos la alimentación, la higiene y el uso adecuado de su tiempo libre. Al preparar a futuros docentes en los cuidados de sí y una mirada hacia la salud desde la propia educación física, la oportunidad de vincular el deporte para todos se vuelve una verdadera oportunidad de mejora de la autoestima, conciencia de sí, cuidados del otro (a) como base de la convivencia, que el ejercicio físico, la motricidad y el deporte educativo generan en ellos y ellas.

Estrategias de trabajo docente y saberes pedagógicos

Es en este tipo de cursos en los que el estudiantado normalista busca consolidar una formación pedagógica, didáctica y disciplinar, considerando los enfoques de los

planes y programas vigentes para realizar propuestas motrices de enseñanza y aprendizaje con un enfoque inclusivo de acuerdo con el desarrollo cognitivo, psicológico, físico y socioemocional del estudiantado, en armonía con su entorno sociocultural, tomando como referencia a la comunidad en la que se desempeña. En este curso la vinculación resulta significativa, ya que puede poner en práctica las diversas estrategias didácticas analizadas e incluso proponer nuevos modos de jugar con el deporte desde la escuela misma; realizando planeaciones pedagógicas y creando unidades didácticas acordes a los contextos en los que realiza su práctica real en los patios de las escuelas públicas de nuestro país.

Interculturalidad crítica e inclusión desde la educación física

Por medio de este curso, los estudiantes normalistas desarrollan sensibilidad y valoración de la diferencia, la alteridad y las manifestaciones culturales, en el marco de respeto, la equidad e igualdad de oportunidades, al retomar un compromiso ético, social y moral para contribuir a la formación integral, con un enfoque inclusivo que respeta y promueve la diversidad e impulsa y trabaja la interculturalidad y la interdisciplinariedad, a partir de los marcos filosóficos, legales y éticos del Sistema Educativo Nacional.

Responsables del codiseño del curso

Este curso fue elaborado por las y los docentes normalistas: Jorge Garduño Durán de la Escuela Normal de Educación Física “General Ignacio M. Beteta” del Estado de México, Miguel Ángel Dávila Sosa de la Escuela Superior de Educación Física de la Ciudad de México, Miguel Humberto Olivares Herrera de la Escuela Normal de Licenciatura en Educación Física “Pedro Reynol Ozuna Henning” de Tuxtla Gutiérrez, Chiapas, Jacqueline Conzuelo Nava de la Escuela Normal de Educación Física “General Ignacio M. Beteta” del Estado de México, Óscar Martín Leyva Vanegas; Azucena Barba Martínez; María Luisa Cruz Rodríguez; Luis Enrique Palacios Martínez; Guillermo Ismael Estrada Cantón; Jesús Fidel Mendoza Mora; Arturo Pérez López, de la Escuela Superior de Educación Física de la Ciudad de México, y el y las especialistas en diseño curricular Julio César Leyva Ruiz, María del Pilar González Islas, Gladys Añorve Añorve y Sandra Elizabeth Jaime Martínez de la Dirección General de Educación Superior para el Magisterio.

Dominios y desempeños del perfil de egreso a los que contribuye el curso

Perfil general de egreso

Hace intervención educativa mediante el diseño, aplicación y evaluación de estrategias de enseñanza, didácticas, materiales y recursos educativos que consideran a las y los estudiantes, en el centro del proceso educativo como protagonista de su aprendizaje.

- Ejerce el cuidado de sí, de su salud física y psicológica, el cuidado del otro y de la vida desde la responsabilidad, el respeto y la construcción de lo común, actuando desde la cooperación, la solidaridad, y la inclusión
- Tiene pensamiento reflexivo, crítico, creativo, sistémico y actúa con valores y principios que hacen el bien común promoviendo en sus relaciones la equidad de género, relaciones interculturales de diálogo y simetría, una vida saludable, la conciencia del cuidado activo de la naturaleza y el medio ambiente, el respeto a los derechos humanos y la erradicación de toda forma de violencia como parte de la identidad docente
- Reconoce las culturas digitales y usa sus herramientas y tecnologías para vincularse al mundo y definir trayectorias personales de aprendizaje, compartiendo lo que sabe e impulsa a las y los estudiantes a definir sus propias trayectorias y acompaña su desarrollo como personas.

Perfil profesional

Un profesional que conoce y comprende los propósitos y los contenidos de la educación física que se proponen en el currículo de planes y programas de estudio y desde el enfoque de la Nueva Escuela Mexicana para su aplicación, así como las interrelaciones que pueden establecer con los otros campos de conocimiento que estudian los educandos en la escuela.

- Maneja con seguridad y fluidez el conocimiento acerca del desarrollo de la competencia motriz en las y los estudiantes, lo que le proporciona fundamentos para dosificar los contenidos y formar a los escolares acerca del movimiento, a través del movimiento y en el movimiento
- Posee la capacidad para vincular los contenidos, y los medios de la educación física: el juego, la iniciación deportiva, el deporte educativo y en general las actividades motrices, que son útiles para promover el conocimiento de cuerpo, la higiene, la alimentación adecuada, la promoción de la salud y la prevención de enfermedades, accidentes y adicciones

- Reconoce en las y los estudiantes las diferencias cognitivas y los estilos de aprendizaje individuales que influyen en la integración de la corporeidad y en los procesos de aprendizaje motor y aplica estrategias didácticas para estimular dichos procesos; en particular, identifica las necesidades especiales que con respecto al desarrollo motriz pueden presentar algunos de sus estudiantes, las atiende a través de estrategias adecuadas y materiales específicos, sabe dónde obtener orientación y apoyo a su labor
- Impulsa el desarrollo de habilidades motrices a través de distintos recursos, con el fin de que niñas, niños y adolescentes desplieguen un aprendizaje motriz amplio y diversificado, así como un pensamiento estratégico para actuar en forma conjunta en el área donde se desarrolla la práctica y en la solución de tareas comunes

Sustenta y desarrolla que la competencia motriz es el eje de la intervención pedagógica - didáctica para el desarrollo integral de las niñas, niños y adolescentes.

- Analiza teóricamente la aplicación de estrategias para el desarrollo de las capacidades perceptivo-motrices, físico motrices, socio-motrices, así como la construcción de patrones básicos de movimiento, habilidades y destrezas motrices en las distintas etapas del desarrollo de sus estudiantes
- Caracteriza el nivel de desarrollo de las capacidades perceptivo-motrices, físico motrices, socio-motrices, y habilidades y destrezas motrices de las y los estudiantes
- Adecua, diseña, aplica y evalúa estrategias para el desarrollo de las capacidades perceptivo-motrices, físico motrices, socio-motrices, así como la construcción de habilidades y destrezas motrices en las distintas etapas del desarrollo de las y los estudiantes
- Desarrollar habilidades y destrezas cognitivas, motrices y socioemocionales en las diferentes etapas del desarrollo de las y los estudiantes
- Diseñar y evaluar propuestas motrices dirigidas a los niños, niñas y adolescentes a partir de los diferentes ámbitos de la motricidad, para favorecer ambientes de aprendizajes incluyentes en la Educación Obligatoria y en las diferentes etapas del ciclo vital.

Estructura del curso Deportes educativos y actividades físicas individuales

Unidad de aprendizaje I. Deportes individuales de raqueta: análisis desde su estructura y dinámica

Análisis estructural de los deportes individuales de raqueta.

¿Qué son, en qué consisten, cómo se clasifican y por qué promoverlos en las escuelas?

¿Qué deportes y actividades individuales promover en la escuela?

La lógica interna y externa de los deportes individuales de raqueta.

A) Minitenis

B) Mini- Bádmiton

C) Frontón

Modelos pedagógicos para la enseñanza de los deportes individuales:

A) Modelo Integrado Técnico-Táctico.

B) Modelo de Enseñanza Personalizada.

Unidad de aprendizaje II. Introducción al atletismo

El modelo Ludotécnico. Una alternativa para la enseñanza del atletismo en la escuela.

Fases de enseñanza.

Papel de la y el educador físico y el estudiantado.

Las carreras: de velocidad, de relevos, de vallas, de resistencia y la marcha.

Análisis de los diferentes tipos de carrera (pendular y cíclica).

Pruebas de pista: 75, 150, 300 y 600 metros planos.

Relevos 4 X 75 y 4X 100.

Impulso de la bala.

Los lanzamientos.

Lanzamiento de disco de caucho

Lanzamiento de pelota de béisbol y softbol

Saltos.

salto de longitud

Salto de altura

Unidad de aprendizaje III. Gimnasia básica: Aspectos teórico-prácticos

Aspectos básicos y movimientos necesarios de la gimnasia.

Posiciones estáticas: Equilibrios con diferente base de sustentación: vertical de manos, vertical de cabeza, arabescas, así como distintos apoyos: rodillas, manos, codos, pies, entre otros y también suspensiones.

Movimientos circulares: Rodadas en sus diferentes tipos: agrupado, carpado y carpado abierto, así como giros sobre el eje longitudinal, ruedas de carro y redondillas. También se deben considerar los balanceos.

Movimientos lineales: Saltos (en distintas direcciones y posiciones de las piernas), despegues (un pie, ambos o alternados), cuadrupedias y carrera preliminar

Aterrizajes: Hacia atrás, lateral, rodar sobre los hombros, frontales, faciales, caídas en catre (si se cuenta con ello) entre otros

Orientaciones para el aprendizaje y enseñanza

Para iniciar el presente curso, es necesario que el estudiantado normalista comprenda los deportes individuales desde su concepción, características y su taxonomía a partir del texto de Alfonso, Valero Valenzuela (2016). Los deportes individuales. Sus características y taxonomía. Revista EmásF. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5669593>, con el fin de tener una idea clara de, bajo qué perspectiva se va a abordar el curso, además de reconocer las diferencias conceptuales y de taxonomía, con el fin de valorar posibles propuestas para ser llevadas a los patios escolares. Lo anterior, resulta fundamental, para que en el desarrollo del curso las y los estudiantes puedan tener una idea clara de los deportes individuales desde su lógica interna y externa.

Posteriormente será necesario que el colectivo de docentes que impartirán este curso se reúna en colegio y organicen los tiempos, espacios, materiales y en conjunto elaboren una planeación que permita que todas y todos los estudiantes obtengan la vivencia de este tipo de deportes individuales.

Por otro lado, habrá que establecer constantemente vínculos tanto con los saberes y dominios adquiridos en semestres anteriores, y los que están desarrollando en este semestre y vincular con los saberes aplicados a las escuelas de práctica.

Para el desarrollo del curso se recomienda utilizar estrategias dinámicas en donde los estudiantes desarrollen de manera transversal los dominios y saberes indicados en el perfil de egreso. Con la intención de enriquecer el aprendizaje a través de la práctica es necesario que se propongan actividades que permitan, en lo posible, equilibrar elementos teóricos y prácticos, favoreciendo el aspecto vivencial en el proceso formativo. Se considera que los escenarios para el desarrollo de la educación física son oportunidad para formar valores de respeto y valoración de las diferencias sexuales, culturales y lingüísticas, igualdad de género e inclusión.

Considerando las tendencias actuales en torno al uso de redes, aplicaciones, plataformas y dispositivos electrónicos, se recomienda hacer uso de las Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC), Tecnologías para el Aprendizaje y el Conocimiento (TAC), Tecnologías del Empoderamiento y la Participación (TEP), de manera tal que los estudiantes normalistas aprovechen las ventajas del uso de la tecnología en diversos escenarios educativos, así como también generar posibilidades de aprendizaje autogestivo y diseño de ambientes virtuales para estudiantes y docentes.

Por otra parte, el uso de metodologías activas en los procesos de interaprendizaje permite que los estudiantes experimenten situaciones didácticas distintas a las tradicionales, manteniéndose motivados y con interés en su aprendizaje. Para este curso se recomienda el uso de estrategias como el Aprendizaje Basado en Proyectos (ABP), Enseñanza Auténtica (EA) y el Aula Invertida (AI), abriendo la posibilidad de

incrementar este tipo de estrategias para dinamizar y favorecer el aprendizaje del estudiantado. Es importante siempre valorar una fase de diagnóstico que permita conocer la disposición física y emocional de las y los estudiantes para el desarrollo de estas actividades, siempre motivando su participación en las actividades del curso.

Existen elementos que deben ser considerados en todo proceso educativo, por lo que la inclusión, la equidad y la justicia social deben estar presentes de manera transversal en las actividades planteadas, esto con la finalidad de reducir al mínimo la posibilidad de crear situaciones de exclusión o generar barreras para el aprendizaje y la participación en educación física. La atención a la diversidad de los estudiantes y la consideración de las diferencias contextuales, ideológicas, económicas y demás, son indispensables en este curso.

- Aprendizaje por proyectos (AP). Es una estrategia de enseñanza y aprendizaje en la cual cada estudiante se involucra de forma activa en la elaboración de una tarea-producto (material didáctico, trabajo de indagación, diseño de propuestas y prototipos, exposiciones de producciones con el uso de la TIC, TAC y TEP) que da respuesta a un problema o necesidad planteada por el contexto social, educativo o académico de interés
- Aprendizaje colaborativo (AC). Estrategia de enseñanza y aprendizaje en la que cada estudiante trabaja en grupos reducidos para maximizar tanto su aprendizaje como el de sus colegas. El trabajo se caracteriza por una interdependencia positiva, es decir, por la comprensión para el logro de una tarea se requiere del esfuerzo equitativo de cada integrante, por lo que interactúan de forma positiva y se apoyan mutuamente. El personal 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.
- La Enseñanza Auténtica (EA). Es un tipo de instrucción que sitúa a la docencia como promotora de la formación integral y de la gestión del desarrollo de competencias del estudiante, para el ejercicio de una actividad profesional que gira en torno a una situación auténtica (Garduño Durán J. 2022). Una situación auténtica es aquella que proviene del mundo y que tiene alta relevancia cultural, retomando la característica de ser situada en el contexto en el que se forma el estudiante, la que convierte al docente, en su carácter de experto, en una práctica educativa real o simulada vinculada al currículum, promoviendo que el estudiante despliegue su actividad cognitiva en la búsqueda de estrategias, en la elaboración de explicaciones, en la selección de recursos y en la toma de decisiones, la cual se lleva a cabo dentro de un ambiente con un alto nivel de actividad social que posibilita la construcción y distribución del conocimiento (SEP, 2010; Hernández Rojas, 2006).

Sugerencias de evaluación

La evaluación es un proceso de reflexión que permite valorar los progresos en el aprendizaje del estudiantado, en este curso se sugiere hacer uso de las virtudes de la evaluación formativa, debido a que considera los progresos en cualquier momento del proceso, sin momentos específicos o únicos, utilizando distintos instrumentos que brindan la posibilidad de analizar la información recabada para tomar decisiones en torno a que se debe mejorar y hacia donde redirigir las actividades priorizando siempre el aprendizaje del estudiantado.

Para la evaluación de este curso es necesario considerar los insumos y productos generados en cada unidad, así como la evidencia integradora, teniendo en cuenta que el enfoque formativo de la evaluación valora no solo el final del trabajo o el producto concluido, sino que valora principalmente el proceso de aprendizaje del estudiantado.

Un aspecto importante en el enfoque formativo de la evaluación es que permite valorar el aprendizaje del estudiantado además del desempeño de la práctica docente y los procesos mismos de enseñanza. Por lo que cada docente cuenta con la facultad de realizar las propuestas o modificaciones a lo planteado en este curso, siempre actuando con coherencia y profesionalismo, priorizando en todo momento el aprendizaje de las y los estudiantes.

Para la recolección de datos se sugiere utilizar como instrumentos como la lista de cotejo, el registro anecdótico, la rúbrica y la guía de observación, aunque cada docente puede utilizar diversos instrumentos que consideren necesarios durante el desarrollo del curso.

En lo que respecta al estudiantado, es necesario empezar a trabajar instrumentos como el ludograma, con el fin de evaluar la participación de las y los alumnos en torno al deporte; además, será necesario diseñar fichas de avance de logro de desempeño tal y como lo sugiere el Modelo de enseñanza Personalizada, con el fin de reflexionar el aprendizaje de los escolares y convertirse en expertos en diseñar retos motores de acuerdo con la progresión del aprendizaje de los alumnos.

| Unidad de aprendizaje | Evidencias | Descripción | Instrumento | Ponderación |
|------------------------------|---|--|----------------------------|--------------------|
| Unidad I | Circuito de acción motriz "Raqueteando" | Empleando la metodología de Aprendizaje Basado en Proyectos a través del trabajo en colaboración, el estudiantado normalista organiza un circuito de acción motriz con 4 estaciones en donde a través de cada estación se presenta | Lista de cotejo Rúbrica | 50% |

| | | | | |
|-----------------------|--|--|----------------------------|-----|
| | | un juego de raqueta diferente. | | |
| Unidad II | Diagrama de Venn | Para evaluar la unidad se sugiere , organizados en equipos, realizar un Diagrama de Venn en donde se describan los principales elementos históricos, pruebas, principios y fases del atletismo. Para ello se sugiere el uso de la herramienta digital Lucidchart, disponible de manera gratuita en https://www.lucidchart.com/pages/es/que-es-un-diagrama-de-venn . | Lista de cotejo Rúbrica | |
| Unidad III | Demostración de enseñanza de habilidades gimnásticas | Se sugiere la realización de una demostración gimnástica en donde el estudiantado normalista muestre el dominio de la enseñanza de habilidades gimnásticas a través del modelo ludotécnico, dicha actividad puede proponerse al interior de la escuela normal con estudiantes de diferentes semestres. | Rúbrica | |
| Evidencia integradora | Feria deportiva | A través del Aprendizaje Basado en Proyectos, organizar de manera grupal una Feria deportiva en la que se realicen juegos y pruebas orientadas a los deportes de raqueta, al atletismo y a la gimnasia, teniendo como referente el Enfoque Dinámico e Integrado de la Motricidad, así como los diferentes modelos de enseñanza como el ludotécnico, el integrado técnico táctico y el de enseñanza personalizada. | Lista de cotejo | 50% |

Unidad de aprendizaje I. Deportes individuales de raqueta: análisis desde su estructura y dinámica

Presentación

Los juegos deportivos se han instaurado desde hace tiempo en México, es una práctica común que ha permitido involucrar a la comunidad escolar en tareas que permiten a las y los estudiantes de diferentes niveles y con diversas habilidades la realización de actividades con el propósito de generar hábitos saludables, desarrollar sus capacidades físicas y sociales, así como generar ambientes de competencia aptos para ellos, de esta manera es importante acercarlos al mundo de los retos, el agón y la necesidad de participar de manera activa, que es donde los individuos se desarrollan en la vida moderna. Estas actividades les permiten junto con la buena guía por parte de los profesores, dosificar y aplicar sus capacidades y habilidades de manera ordenada y positiva. En este sentido, ha habido cambios a las diferentes disciplinas deportivas escolares que han agilizado su práctica y también que han limitado la misma, teniendo como punto de partida la aplicación y/o modificación de los reglamentos y su adecuación a las condiciones reales de la propia práctica, resulta un tanto complejo de entender, cuando, por un lado, se inicia en las actividades deportivas y por el otro se aplica el reglamento de manera cerrada o en el mejor de los casos se ajusta en un mínimo para ser aplicado con principiantes, no importando los niveles de destrezas alcanzadas. Por lo anterior, se corre el riesgo de que los participantes se vean afectados en sus motivaciones y claudiquen en las prácticas de actividades deportivas o de actividades físicas, principal motor de logros de la educación física.

Por lo anterior, se ha observado que existe una variedad de actividades que lejos de imponer rigidez en su práctica, crear ámbitos competitivos cerrados deberá existir un ámbito de la educación física que permita a la o el educador físico y a sus estudiantes la práctica desde una perspectiva motivadora, adecuada a sus niveles de destrezas en entornos no tan complicados por el uso de materiales y/o áreas especiales y sus reglas flexibles que motiven y diviertan al mismo tiempo que desarrollen y fortalezcan su desarrollo motor, cognitivo y social, nos referimos a la amplia variedad de deportes alternativos que ya existen y que en este momento solo nos referimos a tres de ellos en su variedad de deporte con raqueta, hablamos del minitenis, el bádminton, y el frontón, todos ellos como ya se mencionó con las debidas adecuaciones al entorno escolar.

Propósito de la unidad de aprendizaje

Reconocer y caracterizar la lógica interna y externa de los deportes individuales de raqueta a partir del análisis de su estructura y dinámica para ser aplicados en las

escuelas de educación obligatoria a través de modelos pedagógicos tales como el Modelo Integrado Técnico-Táctico y el Modelo de Enseñanza Personalizada.

Contenidos

- Análisis estructural de los deportes individuales de raqueta.
- ¿Qué son, en qué consisten, cómo se clasifican y por qué promoverlos en las escuelas?
- ¿Qué deportes y actividades individuales se pueden promover en la escuela?
- La lógica interna y externa de los deportes individuales de raqueta.
 - Minitenis
 - Mini- Bádminton
 - Frontón
- Modelos pedagógicos para la enseñanza de los deportes individuales:
 - Modelo Integrado Técnico-Táctico.
 - Modelo de Enseñanza Personalizada.

Estrategias y recursos para el aprendizaje

Para el desarrollo de esta unidad se sugiere hacer uso de algunas estrategias que permitan al estudiantado construir aprendizajes realizando actividades que permitan movilizar sus procesos creativos de manera individual y colectiva, es recomendable hacer uso de metodologías activas como el Aprendizaje Basado en proyectos y favorecer el uso de las Tecnologías de la Información, Comunicación, Conocimiento y Aprendizaje Digital (TICCAD). A continuación, se presentan algunas actividades a manera de propuesta, mismas que cada docente puede modificar para contextualizar su práctica.

Es necesario reconocer que existen diversas miradas en relación con la implementación de los deportes individuales, sin embargo, retomando el Enfoque Dinámico e Integrado de la Motricidad (EDIM) y favoreciendo el uso de las Tecnologías de la Información, Comunicación, Conocimiento y Aprendizaje Digital (TICCAD), se propone que el estudiantado normalista analice el texto “Los deportes individuales. Sus características y taxonomía” de Valero Valenzuela y Gómez Mármol (2016), disponible en <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5669593> posteriormente realizar una tabla de contenido en Canva, herramienta digital

disponible en <https://www.canva.com/>, en donde identifique los distintos aspectos técnicos, tácticos y reglamentarios de los deportes individuales.

En equipos se recomienda revisar el texto de Hernández Moreno, (2000). La iniciación a los deportes desde su estructura y dinámica. Con el fin de realizar un análisis estructural de los deportes de raqueta, considerando su lógica interna y externa, de tal manera que los estudiantes normalistas puedan comprender la secuencia de las situaciones motrices de aprendizaje y los elementos que se deben considerar para la enseñanza de los deportes de raqueta. Por lo tanto, se recomienda tener un organizador gráfico de la información.

De manera individual analizar el Modelo Integrado Técnico Táctico de Garduño (2023) disponible en <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8792692> y el Modelo de Enseñanza Personalizada de Garduño (2021) disponible en <https://doi.org/10.46377/dilemas.v9i.2939>, posteriormente realizar un texto narrativo con extensión de una cuartilla en donde describa las principales características de estos modelos y llevarlos a la práctica, a partir de los deportes de raqueta previamente analizados, de tal manera que los estudiantes generen experiencia en el diseño de secuencias de aprendizaje sustentados en un modelo pedagógico y puedan servir para la jornada de práctica.

La evaluación formativa valora el aprendizaje del estudiantado permitiendo que durante todo el proceso sea posible observar la consolidación de este. Esta unidad se evalúa con una evidencia denominada **Circuito de acción motriz "Raqueteando"**, la cual debe construirse con la metodología de Aprendizaje Basado en Proyectos, a través del trabajo en colaboración haciendo uso de los insumos producidos e información adquirida en la unidad. En esta evidencia el estudiantado normalista organiza un circuito de acción motriz con 4 estaciones en donde a través de cada estación se presenta un juego de raqueta diferente.

Evaluación de la unidad

| Evidencias de la unidad | Criterios de evaluación |
|---|---|
| Circuito de acción motriz "Raqueteando" | <p>Saber conocer</p> <ul style="list-style-type: none"> • Comprende los distintos elementos técnicos y tácticos de las prácticas deportivas individuales. • Reconoce aspectos reglamentarios de diversas prácticas deportivas individuales de juegos de raqueta. |

| | |
|--|--|
| | <ul style="list-style-type: none"> • Domina la enseñanza de los deportes de raqueta bajo el modelo de enseñanza comprensiva o del modelo de enseñanza personalizada. <p>Saber hacer</p> <ul style="list-style-type: none"> • Organiza actividades físico-deportivas que le permiten identificar características de los juegos deportivos de raqueta. • Vincula la práctica de deportes individuales con el enfoque dinámico e integrado de la motricidad. • Domina las fases de enseñanza de los modelos pedagógicos. <p>Saber ser y estar</p> <ul style="list-style-type: none"> • Promueve ambientes para la inclusión y el respeto a la diversidad sexual, cultural y/o lingüística. • Genera espacios para la reflexión sobre la igualdad de género. • Toma posturas en torno a los valores y beneficios que se desarrollan a partir de prácticas deportivas individuales. • Muestra actitudes de colaboración al realizar actividades de trabajo en equipo. • Demuestra interés al participar en actividades que fomenten la toma de decisiones en conjunto. |
|--|--|

Bibliografía

A continuación, se presentan las referencias y fuentes de consulta que dan soporte al desarrollo de esta unidad de aprendizaje; sin embargo, tanto el facilitador del curso como las y los estudiantes tienen la libertad de incluir otras que consideren relevantes para el enriquecimiento de los contenidos y propósito establecido en este espacio curricular.

Bibliografía básica

- Bucher W., Wick G. (1995). Deportes alternativos. Hispano europea
- Carazo, A. "El Bádminton en la Escuela". Delegación Granadina de Bádminton, Granada, 1997.
- Garduño Durán, J. (2021). El modelo de enseñanza personalizada. Una propuesta para la enseñanza de la educación física en tiempos de confinamiento. *Revista Dilemas Contemporáneos*. 9(32), 1-18. <https://doi.org/10.46377/dilemas.v9i.2939>
- Garduño Durán, J. (2023). *El modelo integrado técnico táctico*. En Los Modelos Pedagógicos en Educación Física y el Deporte. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8792692>
- Hernández-Moreno, J. (2000). La iniciación a los deportes desde su estructura y dinámica. Barcelona: INDE.
- Hernández, J. (2010). La diversidad de prácticas. Análisis de la estructura de los deportes para su aplicación a la iniciación deportiva. En Blázquez, D. (Coord.), La iniciación deportiva y el deporte escolar. Editorial INDE.
- Ruiz-Omeñaca, J. V. (2020). "La táctica en la pelota mano: introducción desde los juegos modificados. REVISTA ACCIÓN MOTRIZ N° 25 recuperado en <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7538490>

Bibliografía complementaria

- Ruiz Omeñaca, J. V. (2014). Nuevas perspectivas para una orientación educativa del deporte. Madrid: CCS.

Recursos de apoyo

<http://frontoama.blogspot.com/p/practica.html>

Unidad de aprendizaje II. Introducción al atletismo

Presentación

En México uno de los deportes que se ha practicado durante varias décadas en las escuelas, es el atletismo, al ser un deporte individual y que no requiere indumentaria sofisticada para poderlo disfrutar, incluso los patios escolares son adaptados para su enseñanza. Sin embargo, la forma de practicarlo se ha centrado en las habilidades técnicas, enfocado hacia la enseñanza de algunos movimientos deportivos estereotipados, que reproducen modelos de ejecución de probada eficacia y que en sí mismos se acercan más al adiestramiento que a la educación física, dándose con demasiada frecuencia la enseñanza para que los niños adopten una actitud pasiva y un papel secundario durante las sesiones que están implementando (Valero, 2006). Este tipo de planteamientos ha dado lugar a la denominada metodología "Tradicional" que busca el perfeccionamiento de la técnica y el logro de patrones motores, prevaleciendo una práctica que beneficia a los jóvenes con un nivel de ejecución mayor y, por tanto, depositando la posibilidad de logro únicamente en los alumnos con más talento, convirtiendo el atletismo en un deporte altamente individualista, donde ganar es el objetivo crucial. Sin embargo, esto puede acarrear un gran abandono deportivo por parte de sus practicantes y puede no ser la metodología más adecuada para la fase de iniciación deportiva al atletismo (Gómez-Mármol et al., 2014). (Valero et al., 2020, p.147).

Por lo anterior, en esta unidad de aprendizaje se pretende que los estudiantes normalistas, comprendan la enseñanza del atletismo bajo el modelo ludotécnico, partiendo, del reconocimiento del fundamento del modelo, sus fases de enseñanza y del dominio de las pruebas del atletismo que se proponen en los juegos nacionales escolares.

Propósito de la unidad de aprendizaje

Comprender el proceso de enseñanza aprendizaje del atletismo desde su historia, sus pruebas, principios y fases de enseñanza a través del modelo pedagógico ludotécnico como una forma lúdica y creativa para ser aplicado en las escuelas de educación obligatoria y sea un deporte educativo individual que potencialice las habilidades y destrezas motrices de los escolares.

Contenidos

- El modelo Ludotécnico. Una alternativa para la enseñanza del atletismo en la escuela.

- Fases de enseñanza.
- Papel de la y el educador físico y el estudiantado.
- Las carreras: de velocidad, de relevos, de vallas, de resistencia y la marcha.
 - Análisis de los diferentes tipos de carrera (pendular y cíclica).
 - Pruebas de pista: 75, 150, 300 y 600 metros planos.
 - Relevos 4 X 75 y 4X 100.
- Los lanzamientos.
 - Lanzamiento de disco de caucho
 - Lanzamiento de pelota de béisbol y softbol
 - Impulso de la bala
- Saltos.
 - Salto de longitud
 - Salto de altura

Actividades de aprendizaje

Para el desarrollo de esta unidad se sugiere hacer uso de algunas estrategias que permitan al estudiantado construir aprendizajes realizando actividades que contribuyan a movilizar sus procesos creativos de manera individual y colectiva, es recomendable hacer uso de metodologías activas como el Aprendizaje Basado en proyectos y favorecer el uso de las Tecnologías de la Información, Comunicación, Conocimiento y Aprendizaje Digital (TICCAD). A continuación, se presentan algunas actividades a manera de propuesta, mismas que cada docente puede modificar para contextualizar su práctica.

De manera individual analizar el texto Miguel Dávila y Estrada Guillermo (2017) Atletismo, práctica y enseñanza. Con el fin de revisar las actividades que propone para la enseñanza del atletismo escolar y complementar con el texto “La técnica de enseñanza en el modelo ludotécnico: su aplicación a la educación física en primaria” de Valero (2007), disponible en https://abacus.universidadeuropea.com/bitstream/handle/11268/3537/kronos_11_4.pdf?sequence=1&isAllowed=y con apoyo de las Tecnologías de la Información, Comunicación, Conocimiento y Aprendizaje Digital (TICCAD) elaborar en equipos de 5 personas un organizador gráfico en donde se describan las principales

características del modelo. Se sugiere el uso de la herramienta Miro, disponible de manera gratuita en <https://miro.com/es/organizador-grafico/>.

Con la intención de favorecer en el estudiantado normalista la comprensión de las fases de enseñanza y las pruebas del atletismo en educación obligatoria, se sugiere realizar un cuadro sinóptico de manera individual para compartirlo posteriormente en plenaria.

Posteriormente, será necesario complementar con el análisis del video “**Modelo de Enseñanza Ludotécnico**” <https://youtu.be/CSdTIOkxRf0>, de tal manera, que los estudiantes normalistas tengan una idea más clara del modelo.

Una vez comprendido el modelo Ludotécnico, los estudiantes normalistas realizarán una revisión dinámica de las pruebas del atletismo, haciendo énfasis en las que se solicita participar en los juegos nacionales escolares; para esta actividad se recomienda realizar un mapa conceptual del atletismo y sus pruebas.

Para evaluar la unidad se sugiere realizar, organizados en equipos, un Diagrama de Venn en donde se describan los principales elementos históricos, pruebas, principios y fases del atletismo. Para ello se sugiere el uso de la herramienta digital Lucidchart, disponible de manera gratuita en <https://www.lucidchart.com/pages/es/que-es-un-diagrama-de-venn>.

Para cerrar la unidad y dar cuenta de los saberes logrados, será necesario poner a prueba el diseño de situaciones motrices de atletismo bajo el modelo ludotécnico, tomando como referencia el capítulo del libro “Modelo ludotécnico en la iniciación al atletismo”, de Alfonso Valero Valenzuela (2023), de ser posible se recomienda que las secuencias realizadas puedan llevarse a las escuelas de práctica, con el fin de evaluar los saberes de los estudiantes normalistas.

Evaluación de la unidad

| Evidencias de la unidad | Criterios de evaluación |
|---|---|
| <p>Diagrama de Venn sobre la Historia, pruebas, principios y fases de la enseñanza del atletismo en la educación obligatoria.</p> | <p>Saber conocer</p> <ul style="list-style-type: none"> • Reconoce los diferentes elementos históricos del atletismo y su implementación en la educación obligatoria. • Comprende los distintos elementos técnicos y tácticos de las prácticas deportivas enfocadas al atletismo desde el enfoque dinámico e integrado de la motricidad. • Reconoce aspectos reglamentarios de diversas pruebas deportivas individuales orientadas al atletismo. <p>Saber hacer</p> <ul style="list-style-type: none"> • Organiza actividades físico-deportivas que le permiten identificar características de prácticas orientadas al atletismo. • Utiliza las Tecnologías de la Información, Comunicación, Conocimiento y Aprendizaje Digital (TICCAD) para identificar y organizar distintos elementos del atletismo en educación obligatoria. <p>Saber ser y estar</p> <ul style="list-style-type: none"> • Muestra actitudes colaboración al realizar actividades de trabajo en equipo. • Demuestra interés al participar en actividades que fomenten la toma de decisiones en conjunto. |

Bibliografía

A continuación, se presentan las referencias y fuentes de consulta que dan soporte al desarrollo de esta unidad de aprendizaje; sin embargo, tanto el facilitador del curso como las y los estudiantes tienen la libertad de incluir otras que consideren relevantes para el enriquecimiento de los contenidos y propósito establecido en este espacio curricular.

Bibliografía básica

Coutiño Trujillo, B. E., Corzo Martínez, Y., Olivares Herrera M. H., Nucamendi Borrallés, L. & Vázquez Martínez, J. C. (2017). *Didáctica de los deportes alternativos*. Secretaría de Educación del Estado de Chiapas.

Dávila Sosa M. Estrada G. (2017) *Atletismo, práctica y enseñanza*. Trillas.

Dávila Sosa M; Estrada G. (2023), *El atletismo: correr, saltar y lanzar bases para la práctica deportiva*, en *Enseñar deporte en la niñez, aportaciones desde la Educación Física*, SEP, DGENAM-CDMX.

Garduño Durán, J., Velázquez Callado, C., Ruiz Omeñaca, V., Conde Conde, F. J., Coutiño Trujillo, B. E., & Olivares Herrera, M. H. (2020). *El Deporte Escolar en y para la Educación Física: una propuesta desde los patios escolares*. Editorial. FronterAbierta.

Garduño, J., Ruiz-Omeñaca, J.V., Velázquez, C., & Valero, A. (2023). Modelos Pedagógicos en la Educación Física y el Deporte. Qartuppi. <http://doi.org/10.29410/QTP.23.02>

Ruiz Omeñaca, J. V. (2014). *Nuevas perspectivas para una orientación educativa del deporte*. Madrid: CCS.

Valero Valenzuela, A. (2007). La técnica de enseñanza en el modelo ludotécnico: su aplicación a la educación física en primaria. *Kronos*. 11, 10-15. https://abacus.universidadeuropea.com/bitstream/handle/11268/3537/kronos_11_4.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Valero, A., & Manzano, D. (2021). Ludotécnico. En A. Pérez-Pueyo, D. Hortigüela-Alcalá, & J. Fernández-Río (Eds.), *Modelos pedagógicos en Educación Física: Qué, cómo, por qué y para qué* (pp. 300-319). Wanceulen. https://buleria.unileon.es/bitstream/handle/10612/13251/3425520UN0232N0001_LS.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Bibliografía complementaria

Valero, A., Gómez, A., & Sánchez-Alcaraz, B. J. (2020). *El Modelo Ludotécnico: pasado,*

presente y futuro. En B. J. Sánchez-Alcaraz, A. Valero, D. Navarro, & J. A. Merino (Eds.), Metodologías emergentes en Educación Física. Consideraciones teórico-prácticas para docentes (pp. 145-159). Wanceulen.

Ruiz Omeñaca, J. V. (2021). Renovar la Educación Física desde la neurociencia. EDITORIAL CCS.

Recursos de apoyo

Videos

Fundamentos del Modelo Ludotécnico

https://youtu.be/ADth_kg3D3Y

Modelo de Enseñanza Ludotécnico

<https://youtu.be/CSdTIOkxRf0>

Unidad de aprendizaje III. Gimnasia básica: Aspectos teórico-prácticos

Presentación

La gimnasia es una disciplina deportiva, que se basa en movimientos naturales del cuerpo humano, desarrolla las habilidades y destrezas motrices a partir del equilibrio corporal y del dominio del propio cuerpo, por lo tanto, se vuelve una opción viable de ser aplicada en los centros escolares, favorece el desarrollo de la motricidad, la construcción de su corporeidad y el desarrollo de la creatividad motriz de los alumnos de educación obligatoria, el dominio de los ejercicios básicos, sus fases de enseñanza; así como la secuencia en los ejercicios con carácter progresivo y gradual de las situaciones de aprendizaje, serán el eje central de esta unidad, por lo que se espera que los estudiantes normalistas amplíen el dominio y conocimiento de los deportes individuales. Es importante siempre valorar una fase de diagnóstico que permita conocer la disposición física y emocional de las y los estudiantes para el desarrollo de estas actividades, siempre motivando su participación en las actividades del curso

Propósito de la unidad de aprendizaje

Comprender el proceso de enseñanza aprendizaje de la gimnasia como una disciplina deportiva a partir de sus aspectos básicos, sus movimientos y aterrizajes, sus fases de enseñanza a través del modelo pedagógico ludotécnico como una forma lúdica y creativa para ser aplicado en las escuelas de educación obligatoria y sea un deporte educativo individual que potencialice las habilidades y destrezas motrices de los escolares.

Contenidos

- Aspectos básicos y movimientos necesarios de la gimnasia. Posiciones estáticas: Equilibrios con diferente base de sustentación: vertical de manos, vertical de cabeza, arabescas, así como distintos apoyos: rodillas, manos, codos, pies, entre otros y también suspensiones.
- Movimientos circulares: Rodadas en sus diferentes tipos: agrupado, carpado y carpado abierto, así como giros sobre el eje longitudinal, ruedas de carro y redondillas. También se deben considerar los balanceos.
- Movimientos lineales: Saltos (en distintas direcciones y posiciones de las piernas), despegues (un pie, ambos o alternados), cuadrupedias y carrera preliminar

- Aterrizajes: Hacia atrás, lateral, rodar sobre los hombros, frontales, faciales, caídas en catre (si se cuenta con ello) entre otros

Estrategias y recursos para el aprendizaje

Para el desarrollo de esta unidad se sugiere hacer uso de algunas estrategias que permitan al estudiantado construir aprendizajes realizando actividades que le permitan movilizar sus procesos creativos de manera individual y colectiva, es recomendable hacer uso de metodologías activas como el Aprendizaje Basado en proyectos y favorecer el uso de las Tecnologías de la Información, Comunicación, Conocimiento y Aprendizaje Digital (TICCAD). A continuación, se presentan algunas actividades a manera de propuesta, mismas que cada docente puede modificar para contextualizar su práctica.

Con la finalidad de que el estudiantado normalista comprenda los elementos básicos de la enseñanza de la gimnasia en educación obligatoria se sugiere analizar de manera individual diversos textos en donde se aborden los aspectos básicos los movimientos necesarios para la práctica de la gimnasia, así como los movimientos circulares, los movimientos lineales y los aterrizajes. La información recabada puede sistematizarse en un Muro padlet, herramienta gratuita disponible en https://padlet.com/dashboard?mobile_page=AccountsMenu.

Como evidencia de la unidad se sugiere la realización de una demostración gimnástica que incluya líneas acrobáticas sencillas, en donde el estudiantado normalista muestre el dominio de la enseñanza de habilidades gimnásticas a través del modelo ludotécnico, dicha actividad puede proponerse al interior de la escuela normal con estudiantes de diferentes semestres. Favoreciendo la evaluación formativa se presenta la siguiente evaluación de la unidad.

Evaluación de la unidad

| Evidencias de la unidad | Criterios de evaluación |
|--|---|
| <p>Demostración de enseñanza de habilidades gimnásticas.</p> | <p>Saber conocer</p> <ul style="list-style-type: none"> • Comprende los distintos elementos técnicos y tácticos de la gimnasia básica para aplicarlos con el alumnado de la educación obligatoria. • Moviliza saberes para la enseñanza de habilidades gimnásticas a través del modelo ludotécnico. <p>Saber hacer</p> <ul style="list-style-type: none"> • Organiza actividades físico-deportivas que le permiten identificar características de prácticas orientadas a la gimnasia básica. • Utiliza las Tecnologías de la Información, Comunicación, Conocimiento y Aprendizaje Digital (TICCAD) para identificar y organizar distintos elementos de la gimnasia básica y su implementación en educación obligatoria. <p>Saber ser y estar</p> <ul style="list-style-type: none"> • Muestra actitudes colaboración al realizar actividades de trabajo en equipo. • Demuestra interés al participar en actividades que fomenten la toma de decisiones en conjunto. • Reconoce a la motivación y a la empatía como base para atender barreras para el aprendizaje. |

Bibliografía

A continuación, se presentan las referencias y fuentes de consulta que dan soporte al desarrollo de esta unidad de aprendizaje; sin embargo, tanto el facilitador del curso como las y los estudiantes tienen la libertad de incluir otras que consideren relevantes para el enriquecimiento de los contenidos y propósito establecido en este espacio curricular.

Bibliografía básica

Dávila Sosa, Bahena A. (2023), La gimnasia básica: soporte de la motricidad deportiva, en Enseñar deporte en la niñez, aportaciones desde la Educación Física, SEP, DGENAM-CDMX.

Barba A. (2021), Las capacidades físicas y su estimulación con la Gimnasia para Todos, en Intervenciones de la Educación física y su impacto en la escuela, Exlibris, México

Castañer, M. & Camerino, O. (2022). Enfoque Dinámico e Integrado de la Motricidad (EDIM). De la teoría a la práctica. Editorial Motriu Actual 2.

Cuevas Téllez Rubén “Gimnasia Básica-teoría y Metodología” Editorial Supernova México.

Carballo Jesús Preparación General de la Acrobacia 2019 <https://fillocarballo.com/2019/03/11/preparacion-general-de-la-acrobacia-la-rueda-lateral/>

Federación Internacional de Gimnasia “Fundamentos de la Gimnasia” 2010 Ruschkin Canadá

Ilona E. (2003) “Gimnasia Infantil Cooperativa Ayudar y asegurar” Ediciones Tutor, S.A. 2003 España.

Izquierdo M. et al (2018) “Gimnasia para todos “UNAM México

Bibliografía complementaria

USA Gymnastics Programa Obligatorio Junior Olympic 2007-2013

USA Gymnastics Programa Obligatorio Junior Olympic 2013-2021

USA Gymnastics Programa de Opcionales Junior Olympic 2018 – 2022

Recursos de apoyo

Videos

Curso Gimnasia Deportiva Escolar en Crear Rafaela 2018 <https://youtu.be/uv1qQlWO3jc>

Evidencia integradora del curso

Como evidencia integradora del curso se sugiere hacer uso de la metodología de Aprendizaje Basado en Proyectos, de forma que el estudiantado normalista organice de manera grupal una Feria deportiva en la que se realicen juegos y pruebas orientadas a los deportes de raqueta, al atletismo y a la gimnasia, teniendo como referente el Enfoque Dinámico e Integrado de la Motricidad, así como los diferentes modelos de enseñanza como el ludotécnico, el integrado técnico táctico y el de enseñanza personalizada. Dichas actividades deben organizarse a través de una convocatoria escolar invitando a los diferentes grupos de la institución para participar de manera activa.

| Evidencia | Criterios de evaluación de la evidencia integradora |
|-------------------------|---|
| Feria Deportiva. | <p>Saber conocer</p> <ul style="list-style-type: none"> • Comprende los distintos elementos técnicos y tácticos de los deportes individuales como los deportes de raqueta, el atletismo y la gimnasia básica para aplicarlos con el alumnado de la educación obligatoria. • Moviliza saberes para la enseñanza de deportes individuales a través de diversos modelos de enseñanza deportiva. <p>Saber hacer</p> <ul style="list-style-type: none"> • Organiza actividades físico-deportivas que le permiten identificar características de prácticas orientadas a los juegos y deportes individuales. • Implementa distintos modelos de enseñanza deportiva para contextualizar su práctica debido al entorno donde se desenvuelve. <p>Saber ser y estar</p> <ul style="list-style-type: none"> • Promueve la reflexión en torno a las barreras para el aprendizaje en la educación física. |

| | |
|--|--|
| | <ul style="list-style-type: none">• Reconoce el valor de la actividad física como oportunidad para atender problemas de discriminación, racismo y exclusión.• Muestra actitudes colaboración al realizar actividades de trabajo en equipo.• Demuestra interés al participar en actividades que fomenten la toma de decisiones en conjunto. |
|--|--|

Perfil académico sugerido

Nivel Académico

Licenciatura en Educación Física

Licenciatura y/o áreas afines

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

Deseable: Experiencia de investigación en el área de la Educación Física

Experiencia docente para:

- Conducir grupos
- Trabajo por proyectos
- Utilizar las TIC en los procesos de enseñanza y aprendizaje
- Retroalimentar oportunamente el aprendizaje de los estudiantes
- Trabajar por proyectos y generar aprendizajes colaborativos
- Trabajar en centros de formación e iniciación deportiva.
- Trabajar bajo la modalidad de Deportes individuales.

Experiencia profesional

10 años de experiencia docente frente a grupo en Educación Básica.

5 años de experiencia docente en la Educación Superior.