



Universidad Autónoma De Zacatecas  
“Francisco García Salinas”  
Unidad Académica De Docencia Superior  
Maestría en Tecnologías Informáticas Educativas

La clase de Educación Física en Primaria desde un modelo híbrido y sus efectos en el dominio de competencias, la actividad física y la motivación de logro.

Presenta

Nancy Ana Gabriela González Caldera.

Directora

Dra. Sahara Pereyra López

Codirectora

Dra. Glenda Mirtala Flores Aguilera

Zacatecas, Zac., a 28 de Octubre de 2022



**SOMOS**  
ARTE, CIENCIA Y  
DESARROLLO  
CULTURAL



**MTIE**

**Asunto:** Autorización de Impresión de Trabajo  
No. Oficio MTIE 039/2022

**C. GONZALEZ CALDERA NANCY ANA GABRIELA**  
Candidato (a) a Grado de Maestría en  
Humanidades y Procesos Educativos  
**PRESENTE**

Por este conducto, me permito comunicar a usted, que se le autoriza para llevar a cabo la impresión de su trabajo de tesis:

**"La clase de Educación Física en Primaria desde un modelo híbrido y sus efectos en el dominio de competencias, la actividad física y la motivación de logro"**

Que presenta para obtener el Grado de Maestría.

También se le comunica que deberá entregar a este Programa Académico (2) dos copias de su tesis a la brevedad posible.

Sin otro particular de momento, me es grato enviarle un cordial saludo.

**ATENTAMENTE**  
Zacatecas, Zac., a 21 de septiembre del 2022

**Dra. Verónica Torres Cosío**  
Responsable del Programa de la MTIE



c.c.p.- Alumno  
c.c.p.- Archivo

Consortio de  
Universidades  
Mexicanas

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE ZACATECAS "FRANCISCO GARCÍA SALINAS"  
Av. Preparatoria s/n, Fraccionamiento Progreso, C.P. 98068, Zacatecas, Zac. Tel. 492 925 6690 Ext. 3452  
Correo electrónico: mtie@uaz.edu.mx

**Dra. Verónica Torres Cosío**  
**Responsable de la MTIE**  
**PRESENTE**

En respuesta al nombramiento que me fue suscrito como director de tesis del (la) alumno (a): **NANCY ANA GABRIELA GONZALEZ CALDERA** cuyo título de su trabajo se enuncia: **"La clase de Educación Física en Primaria desde un modelo híbrido y sus efectos en el dominio de competencias, la actividad física y la motivación de logro"**.

**Hago constar que ha cubierto los requisitos de dirección y corrección satisfactoriamente**, por lo que está en posibilidades de pasar a la disertación de su trabajo de investigación para certificar su grado de Maestro (a) en Tecnología Informática Educativa. De la misma manera no existe inconveniente alguno para que el trabajo sea autorizado para su impresión y continúe con los trámites que rigen en nuestra institución.

Se extiende la presente para los usos legales inherentes al proceso de obtención del grado del interesado.

**ATENTAMENTE**  
**Zacatecas, Zac., a 21 de Septiembre del 2022**

  
\_\_\_\_\_  
**D.C.E. Sahara Araceli Pereyra López**  
**Director de Tesis**

c.c.p.- Interesado  
c.c.p.- Archivo

## **Agradecimientos.**

Primeramente, agradezco a Dios por permitirme llegar a este momento importante en mi vida académica y profesional.

A mis maestros por ser pacientes y comprensivos a lo largo de este trayecto, en especial al a Dra. Verónica Torres Cosío, por su comprensión, apoyo y solidaridad; a mi asesora la Dra. Sahara Pereyra López por su guía, orientación y paciencia; al Dr. Leonel Ruvalcaba, por su liderazgo y solidaridad.

A mi pareja, por siempre apoyarme e impulsarme cada día a ser mejor persona.

## **Dedicatorias**

A mis padres, que han sabido formarme con buenos hábitos y valores, los cuales me ha ayudado a seguir adelante en los momentos difíciles, por siempre apoyarme en cumplir mis metas y por ser mi motivación e inspiración. Agradezco enormemente a mi papá por todos los sacrificios que ha hecho para poder darme la mejor herencia, el estudio. A mi mamá, por ser mi amiga y confidente y por siempre estar para mí.

A mis hermanos menores para quienes espero ser una fuente de inspiración al buscar cumplir sus sueños y metas.

A mi pareja, por estar a lo largo de este trayecto, en este momento importante y en muchos otros, has sido mi fuente de inspiración y uno de los más grandes motivos para continuar esforzándome. Gracias por tu amor, tu paciencia y la confianza que día a día depositas en mí. Este logro es de los dos.

A mi abuelito Esteban, por haber sido mi mayor ejemplo de honestidad, esfuerzo y superación, aunque ya no se encuentre físicamente, todos mis logros son dedicados a usted.

## **Resumen.**

El presente estudio tuvo por objetivo determinar los cambios en dominio de competencias, en el Nivel de Actividad Física y en la Motivación tras la implementación del programa “GOCA” para Educación Física en Primaria; para ello se diseñó un programa de educación física con el uso de herramientas multimedia y con apoyo de tecnología para el desarrollo de la motricidad en primaria. La muestra seleccionada fue determinada de manera no probabilística conformando 2 grupos de trabajo GE y GC en una escuela primaria de la supervisión 11 de educación física federalizada.

Los principales resultados arrojaron diferencias significativas en el nivel de actividad física posterior a la implementación del programa; diferencias significativas en la competencia motriz percibida y una disminución significativa en la ansiedad ante el error, para el dominio de competencias se encontró una mejora conceptual en el conocimiento referido a los saberes implicados en cada unidad didáctica. Se concluye que la educación física desde una modalidad híbrida permite mejoras a indicadores del aprendizaje y relacionados con la actividad física y factores psicológicos. Se recomienda la ampliación de la muestra de estudio contemplando el resto de los ciclos que integran la educación primaria.

**Palabras Clave.** Educación Física, Dominio de Competencias; Desarrollo de la Motricidad; Modelo ASSURE; Motivación de Logro.

## **Abstract**

The objective of this study was to determine the changes in domain of competences, in the Level of Physical Activity and in Motivation after the implementation of the "GOCA" program for Physical Education in Primary; For this, a physical education program was designed with the use of multimedia tools and with the support of technology for the development of motor skills in primary school. The selected sample was determined in a non-probabilistic way, forming 2 working groups GE and GC in a primary school of supervision 11 of federalized physical education.

The main results showed significant differences in the level of physical activity after the implementation of the program; significant differences in the perceived motor competence and a significant decrease in the anxiety before the error, for the domain of competences a conceptual improvement was found in the knowledge referred to the knowledge involved in each didactic unit. It is concluded that physical education from a hybrid modality allows improvements to learning indicators and those related to physical activity and psychological factors. It is recommended to expand the study sample, contemplating the rest of the cycles that make up primary education.

**Keywords.** Physical Education, Mastery of Competences; Motor Development; ASSURE Model; Achievement Motivation.

## Índice de Siglas.

- AFMV. Actividad Física Moderada a Vigorosa.
- AF. Actividad Física.
- COVID-19: (SARS-CoV-2) Enfermedad infecciosa causada por coronavirus
- DE/DT. Desviación estándar
- EF. Educación Física.
- ENSANUT: Encuesta Nacional de Salud y Nutrición.
- GE. Grupo Experimental.
- GC. Grupo Control.
- Inventario VAK. Inventario que evalúa los estilos de aprendizaje y que recibe su nombre a razón de la representación de cada sigla de estilo de aprendizaje. (Visual, Auditivo, Kinestésico).
- MV. Moderada a vigorosa.
- PROGRAMA GOCA. Programa de educación física de elaboración propia, bajo validación de expertos; la denominación GO hace alusión a González y CA a Caldera, en ambos sentidos refiriéndose a la autora del documento. Es de destacar que en algunos pasajes se empleará como sinónimo la denominación “dual” por las características que integra tanto trabajo con padres como de manera directa con alumnos.
- SEP. Secretaría de Educación Pública.
- SEDUZAC. Secretaria de Educación del Estado de Zacatecas.

## Tabla de contenidos

Capítulo I. Introducción.....	1
1.1 Antecedentes.....	5
1.2 Marco Contextual .....	9
1.2.1. Contexto interno: características propias de la institución .....	11
1.2.2. Contexto Externo.....	14
1.3 Planteamiento del problema.....	14
1.4 Preguntas de investigación.....	21
1.4.1 Pregunta general. ....	21
1.4.2 Pregunta específica.....	22
1.5 Objetivos.....	22
1.5.1 Objetivo general. ....	22
1.5.2 Objetivo específico.....	22
1.6 Hipótesis.....	22
1.7 Justificación .....	24
1.7.1 Empírica. ....	24
1.7.2 Teórica.....	25
1.7.3 Metodológica.....	27
1.7.4 Social.....	27
1.8 Alcances y limitaciones.....	29
Capítulo II. Fundamentos Teóricos .....	31
2.1 La Educación Física en Primaria.....	33
2.2 Modelos educativos en función de la presencia tecnológica.....	35
2.2.1 Modelo ASSURE.....	38
2.3 El dominio de saberes.....	41
2.4 De la ocupación del tiempo libre a la mejora de los Niveles de Actividad Física en un entorno saludable.....	42
2.4.1 Caracterización de la actividad física en escolares.....	45
2.4.2. Componentes básicos de la actividad física. ....	46
2.5 Motivación de logro .....	50
Capítulo III. Diseño Metodológico.....	52
3.1. Diseño de investigación.....	52
3.2. Tipo de estudio .....	52

3.3. Alcance temporal.....	52
3.4. Definición de variables.....	52
3.5. Lugar y tiempo .....	55
3.6. Población .....	55
3.7. Tipo de muestreo .....	55
3.8. Criterios de selección.....	56
3.8.1. Inclusión .....	56
3.8.2 Exclusión .....	56
3.9. Conformación de la muestra.....	57
3.10. Unidades de análisis .....	57
3.11. Instrumentos y procedimientos de las variables implicadas en el estudio .....	58
3.11.1. Dominio de competencias. ....	58
3.11.2. Variables que integran las características de la actividad física. ....	58
3.11.3. Motivación de logro.....	59
3.12. Consideraciones éticas.....	59
3.13. Análisis de Datos.....	60
3.14. Programa GOCA para educación física en primaria .....	61
3.14.1 A). Análisis de la audiencia. ....	63
3.14.2 S) Formulación de objetivos.....	68
3.14.3 S) Métodos, medios y tecnologías. ....	70
3.14.4 U) Uso de métodos, tecnologías y materiales.....	72
3.14.5 R) Requisición de participación. ....	77
3.14.6 E) Evaluación y revisión. ....	90
Capitulo IV. Resultados.....	94
4.1 Resultados de evaluación del aprendizaje .....	94
4.2 Resultados sobre la eficiencia del proyecto educativo .....	95
4.3 Resultados de interfaz.....	96
4.4 Comparativo Pre-Post en la variable Niveles de Actividad Física.....	97
4.4.1 Minutos por día.....	98
4.4.2 Minutos por semana.....	98
4.4.3 Frecuencia de realización. ....	98
4.5 Comparativo Pre-Post en la variable Motivación de Logro .....	99
4.5.1 Competencia y entrega en el aprendizaje. ....	100
4.5.2 Competencia motriz percibida.....	100

4.5.3 Ansiedad ante el error y las situaciones de estrés.....	100
4.6 Discusión .....	102
Capitulo V. Conclusiones.....	104
Referencias Bibliográficas.....	109
Anexos .....	109

## **Lista de Figuras.**

<b>Figura</b>		<b>Pagina</b>
1	Recomendaciones básicas en la práctica de actividad física	49
2	Estilos de aprendizaje de los alumnos de 3er ciclo en la clase de educación física desde el inventario VAK	67
3	Estilos de aprendizaje de los padres de familia de 3er ciclo en la clase de educación física desde el inventario VAK	67
4	Encuadre de acciones en torno al curso Educación Física en Educación Primaria desde el Programa GOCA	71
5	Concentrado de calificaciones grupales.	94

## Lista de Tablas.

<b>Tabla</b>	<b>Pagina</b>
1 Clasificación de los Niveles de Actividad Física	48
2 Matriz de agrupación de variables implicadas en el programa de intervención	53
3 Matriz de variables independientes implicadas.	54
4 Distribución de la población en función de la escuela participante	55
5 Distribución de la muestra en función de las escuelas de estudio.	57
6 Unidades de análisis de las variables implicadas en el estudio.	57
7 Selección y uso de tecnología.	61
8 Análisis del profesor y del contexto institucional	62
9 Elementos constitutivos de la asignatura de educación física en educación básica.	68
10 Organización de los aprendizajes con relación al planteamiento del programa.	69
11 Organización general unidad didáctica 1: Rush de educación física.	87
12 Organización general unidad didáctica 2: presente y pasado de nuestros juegos.	88
13 Elementos que integran la requisición de participación hacia intervención.	89
14 Criterios de evaluación en función de la comunicación de los alumnos.	102
15 Criterios de evaluación ajustados resultados de rubricas.	103
16 Análisis sobre la eficiencia del proyecto educativo.	107
17 Análisis de la interfaz	108
18 Comparativo de variables de actividad física	110
19 Comparativo de variables de motivación de logro.	112

## Capítulo I. Introducción

Uno de los pilares fundamentales en el ejercicio de la docente, corresponde a la operativización didáctica, la cual contempla todo un entramado de conocimientos, habilidades y perspectivas en torno al acto educativo.

En la didáctica clásica, era común observar patrones similares en planteamientos hacia la enseñanza para los distintos saberes, sin embargo, producto de un trayecto histórico se integró la expertise de la puesta en práctica, la investigación, la incorporación de dispositivos tecnológicos, así como cambios en la formación de los educadores, conllevó a una generación importante de nuevas perspectivas hacia la enseñanza.

Tres grandes elementos que integran dicho estudio corresponden, en primera instancia a los constructos derivados de los distintos modelos pedagógicos que se desprenden de teorías que intentan explicar el aprendizaje; por otro hay otros que integran parte del acto de transposición didáctica que va del paso del saber científico al saber enseñar (Chevallard, 1991), mismo que refiere al proceso propio del diseño instruccional y en tercera instancia la inserción de la tecnología en sus distintas aristas hacia la búsqueda de escenarios que cumplan con la posibilidad de ser tanto multimedia como interactivos, pero sobre todo permitan empoderar al estudiante hacia el aprendizaje y la participación.

Es de destacar que la tecnología no es el fin per se del acto educativo, sino que más bien representan una herramienta, que en este caso habría de estar al servicio del cometido social de la educación de transformar a las personas en seres más humanos con una elevada perspectiva de sustentabilidad y solidaridad hacia los demás (Noble, 2013).

En el discurso educativo vigente post-pandémico en el marco no solo de la educación física sino de la educación en general, es común escuchar sobre la existencia de

plataformas digitales para la enseñanza y el aprendizaje, sin embargo, desde el planteamiento anterior, se debe destacar que, al ser una parte no tangible, requieren de contar con sistemas creados a partir del seguimiento de principios por un lado pedagógicos y por otro lado, relacionados con la forma en cómo se puede llegar a comunicar aquello que se generó como estrategia hipotética para la enseñanza.

Desde una perspectiva pedagógica centrada en el sujeto que aprende, se concibe que no existe una relación causa efecto entre aquello que se plantea como dispositivo para la enseñanza y la apropiación del saber, sino que, el sujeto a partir de elementos tales como su emocionalidad, conocimientos previos, interacciones entre pares, construcción de productos, puede llegar o no a modificar sus propios conocimientos (Peña, 2006).

En un enfoque por competencias, se menciona un abordaje multifactorial que integra el conocimiento conceptual relacionado a elementos descriptivos, teóricos y de construcción de definiciones; otro de carácter procedimental que obedece a la movilización de aquellos elementos conceptuales en pro de la resolución de una determinada situación; así como también de otro de carácter actitudinal que obedece a la adopción de elementos axiológicos que intentan describir una posible asunción de un postura personal crítica y reflexiva sobre aquello que se realiza en lo cotidiano. (Conde, 2013). Es menester desde este ángulo caracterizar las implicaciones en las tres aristas del conocimiento sobre teorías del aprendizaje, modelos pedagógicos y modelos de diseño instruccional (Martínez-Martínez, et al., 2012).

Cabe resaltar que todo planteamiento didáctico-pedagógico, obedece a una serie de pilares que le dan sustento a la probable operativización del sistema didáctico, de manera general los principales elementos que forman parte de ello son: la postura pedagógica que

deriva en el accionar pedagógico docente, por otro lado, las herramientas empleadas para la movilización de saberes, así como aquellos dispositivos que se generan ante y por la devolución didáctica.

En el caso concreto de la educación física y su enseñanza en educación primaria, su enseñanza refiere a elementos didácticos que hacen referencia a la práctica motriz en escenarios de constante interacción con pares y por otro lado se encuentra el poder transferir dichos escenarios a espacios en los cuales los niños de manera remota y aislada puedan con el uso de tecnología vivenciar tanto la actividad física como el desarrollo de su motricidad y la integración propia de su corporeidad.

El sedentarismo infantil pasó de ser un problema de salud pública que en la década de los 80 y 90 presentaba mayor prevalencia en sectores económicos de nivel medio -alto a ser un problema generalizado indistintamente del nivel económico o región poblacional. Ello ha agudizado su letalidad en personas mayores de 30 años, mismos que en edades infantiles no desarrollaron estilos de vida sustentables. Las implicaciones son importantes si se toma en cuenta que dicho padecimiento está asociada a problemas coronarios, diabetes, obesidad, depresión y cáncer (Cigarroa et al., 2016).

En México más del 80% de los niños y 35% de los adolescentes no cumplen con el nivel de actividad física recomendado por semana, que corresponde a 60 minutos diarios. En el periodo 2012-2016, tanto niños como niñas de zonas rurales mostraron un aumento en la participación en actividades físicas organizadas, sin embargo, ello aún no permite atender la recomendación saludable de 6 días por semana y la tendencia no ha mejorado en los últimos seis años (Medina et al., 2018).

Puede decirse que, a partir de este planteamiento, se afirma que el confinamiento ha derivado en bajos niveles de prevalencia de SARS CoV2 (COVID-19) en escolares, sin embargo, se ha visto en aumento la conducta sedentaria y la tendencia a ganancia de peso, lo que presupone enfrentar en el futuro inmediato un escenario por demás de adverso, puesto que dichos dos factores son elementos centrales para la presentación de otras comorbilidades tales como la obesidad, diabetes e hipertensión. En México alrededor del 30% de la población global según datos de la ENSANUT del 2018, presenta obesidad o sobrepeso.

Es este escenario que, de manera exploratoria, permitiría la caracterización de una nueva realidad, así como también el despliegue de propuestas para la adopción de estilos de vida sustentables en la denominada nueva normalidad.

## 1.1 Antecedentes

A continuación, se dan a conocer luego de una revisión sistemática (Hutton et al., 2016) algunos hallazgos sobre la Educación Física en tiempos de confinamiento, mismos que son clasificados y categorizados en función de sus principales aportes al constructo de la idea de investigación.

En un estudio hecho por Berastegi et al. (2020) titulado “Las voces de los niños y de las niñas en situación de confinamiento por COVID-19” y cuyos objetivos fueron: analizar las diferentes realidades, desde sus vivencias, su bienestar académico, emocional, social y físico, así como: analizar cuáles actividades realizan, qué es lo que añoran, la representación social que realizan sobre el coronavirus, cómo se sienten, qué emociones viven y medir el impacto que está teniendo el estar confinados, en los aspectos académicos, físicos, emocionales y sociales.

Para el cual se siguió una metodología donde se utilizó un cuestionario que constaba tanto de preguntas abiertas como de preguntas cerradas, diseñado ad-hoc y tuvo como objetivo recoger cómo están viviendo los niños en su día a día al estar en situación de confinamiento, los sentimientos que afloran y reflexionar sobre su bienestar. El instrumento tuvo diferentes apartados, en el primero, se les planteaba a las familias que animaran a sus hijos e hijas a realizar lo siguiente; como punto 1, dibujar lo que hacían en casa en esta situación de confinamiento y como punto 2, lo que echaban de menos. El trabajo era opcional y se subía al cuestionario donde se les pedía a las familias que especificaran la edad del menor y que explicaran los realizados por sus hijos.

En un segundo apartado, se les formulaban dos preguntas, para ello, sus padres, intentarían recoger las respuestas en el cuestionario: ¿Cómo te sientes? ¿Qué emociones

vives en esta situación de encierro o confinamiento? La muestra estuvo configurada en dos partes, por un lado, aquella que recogía las preguntas cerradas, aspectos cuantitativos, comprendida por 1.046 niños y niñas, de los cuales 48.7% fueron chicos y 50.7% chicas con un rango de edad de 2 a 14 años ( $M = 6.43$ ;  $DT = 2.95$ ). Por otro lado, la muestra dónde se recogían aspectos cualitativos, conformada por 226 niños y niñas de los cuales el 55.21% eran chicas y el 47.79% chicos. La edad media de los participantes fue de 7.14 años ( $DT = 2.57$ ) con un rango de edad de 3 a 12 años.

Los principales resultados arrojaron que los niños describen el COVID-19 como un enemigo al que refieren usando palabras como bicho o algo malo, se manifiestan con miedo, pero no tanto por ellos, sino por las personas mayores de su familia, los cuales son más propensos a este padecimiento. Por otra parte, se concluye que demuestran aceptar las normas establecidas ante esta situación, entendiendo que deben estar en casa y el porqué de esta restricción, así mismo, aluden a los médicos llamándolos “los héroes que salvan vidas”.

Algunos de ellos han dado a conocer sentir miedo de salir a la calle porque ahí se encuentra el coronavirus, es por eso que se cree que cuando se vuelva a “la normalidad”, seguirán sintiéndose en riesgo al estar fuera de casa.

La situación del confinamiento les provoca a su vez emociones ambivalentes, por una parte, estar contentos por pasar más tiempo con su familia porque juegan a diferentes cosas, pero la contraparte apunta a que gran cantidad de niños se sienten nerviosos, tienden a enfadarse y aburrirse, además de que echan de menos a sus amigos. Durante este periodo, han pasado más tiempo en el uso de las tecnologías, lo que ha excluido total o parcialmente la práctica de actividad física.

Por consiguiente y con base en los resultados, los autores concluyen al mencionar que la situación de confinamiento está teniendo un impacto negativo en los diferentes niveles: académico, emocional, físico y social. Es por ello, que postulan será necesario implementar medidas que respondan a las nuevas realidades que se están viviendo y así poder mejorar sus condiciones de vida. Para ello, será primordial centrarse en el bienestar de una manera holística y no sólo en aspectos académicos, a partir del impulso de acciones desde las esferas públicas que vayan dirigidas a abordar las diferentes necesidades tanto sociales como físicas y psíquicas.

Por otra parte, Arabia (2020), de la Universidad de Antioquia, en su reporte llamado “Inactividad física, ejercicio y pandemia COVID-19”, cuyo objetivo fue presentar un panorama general a la epidemiología y consecuencias de la inactividad física y el sedentarismo, los principales efectos del aislamiento, los beneficios del ejercicio y sus interacciones en el marco de la pandemia actual de COVID-19.

Como temas principales, habla sobre el panorama actual de la pandemia, la inactividad física, el sedentarismo y riesgos del aislamiento por COVID-19. En tal situación, se obedece a la cantidad de 4 534 673 casos confirmados de personas contagiadas, 1.633.185 personas contagiadas recuperadas y 307.108 muertes. Los síntomas que comúnmente se presentan varían de leves a severos, tales como fiebre, tos, fatiga; mientras que los síntomas menos frecuentes incluyen dolor de cabeza, diarrea, secreción nasal y tos productiva (Adhikari *et al.*, 2020).

Inicialmente, muchas personas, incluidas profesionales de la salud, menospreciaron al COVID-19, expresando a través de diferentes medios, que este generaba una simple

gripe, comparándolo con enfermedades crónicas no transmisibles y aquellas relacionadas con hábitos no saludables como la inactividad física y el sedentarismo.

El estudio reporta que la inactividad física genera 3.2 millones de muertes en el mundo, es el cuarto factor de riesgo para mortalidad mundial y la causa principal de entre 21 a 25% de los cánceres de mama y colon, el 27% de los casos de diabetes y aproximadamente el 30% de la carga de cardiopatía isquémica. La Organización Mundial de la Salud (OMS) (2010), refiere que, al menos un 60% de la población mundial, no realiza actividad física necesaria para obtener beneficios para la salud. Padres inactivos, proporcionan a sus hijos genes y medio ambiente que favorecen inactividad física, la cual interactúa con la predisposición genética heredada de la descendencia para producir fisiopatologías que interactúan con los factores de riesgo para establecer la probabilidad de muerte y enfermedades crónicas.

Las medidas preventivas que incluyen el distanciamiento o aislamiento social son fundamentales en la lucha contra el COVID-19, pero a su vez, favorecen la conducta sedentaria. En términos prácticos, permanecer totalmente inactivos durante el aislamiento de 1 a 2 semanas, disminuye determinantes principales de la salud, como la fuerza muscular y la aptitud cardio respiratoria.

Por lo anterior, deja en claro que la conducta sedentaria y la inactividad física son una pandemia creciente y que, en consecuencia, las personas inactivas deben moverse más y sentarse menos, mientras que las personas activas que no son sedentarias deben continuar practicando ejercicio en casa en el periodo de aislamiento, el cual cuente con variaciones tanto en intensidad, como en el tipo de ejercicio.

Berastegi et al. (2020), concluyen mencionando al ejercicio en casa como un medio que se puede utilizar durante el aislamiento para no volverse personas sedentarias y por ende, evitar aquellas sensaciones de miedo, angustia, irritabilidad, etc., ya que la vulnerabilidad y susceptibilidad a una infección como la de COVID-19, tiene una base multifactorial, de ahí la importancia de estar saludables y obtener los múltiples beneficios del ejercicio en todos los sistemas, es prioritario conservar el nivel de acondicionamiento cardiorrespiratorio y muscular, así como seguir por lo menos, las recomendaciones de actividad física entre moderada y vigorosa. La situación actual abre paso a una muy buena oportunidad para aprender más sobre el cuidado de nuestra salud.

## **1.2 Marco Contextual**

La Educación Física como área curricular, ha ganado terreno a lo largo de los años, desde sus inicios en los años 60, hasta la actualidad, encontrándose en el eje denominado desarrollo personal y para la convivencia (Secretaría de Educación Pública, 2018), para ello, se cuenta con dos espacios curriculares de manera semanal que oscilan entre 30 y 50 minutos por cada grupo.

El recorrido que se siguió para poder plantear el programa de Educación Física obedeció no solo a una revisión de expertos, sino a una intención que engarzaba una visión global de la motricidad, en la que por un lado se buscaba favorecer la integración de la corporeidad, así como también edificar la competencia motriz y desplegar la motricidad creativa en un entorno sociocrítico (Villafuerte, 2013).

Desde el planteamiento citado en los párrafos anteriores, resultaba evidente que la situación de confinamiento asumía una postura de carácter más individualista, en donde la labor del docente aislaba toda posibilidad de trabajo entre pares en un entorno cooperativo.

Tras la implementación del programa “Aprende en Casa”, se tuvo a bien determinar que las actividades a realizar para educación física habrían de cubrir un espacio curricular semanal, en el que los alumnos en conjunto con sus padres habrían de dar continuidad al planteamiento de una situación didáctica desde donde se pudiera evitar saturar la posible mediación que los padres realizaban (Gutiérrez, 2020).

La Escuela Rural Mexicana (Báez, 2020) como vertiente del sistema educativo mexicano, busca ampliar no solo la cobertura, sino sentar las bases pedagógicas, para que aquellas comunidades en situación de alta marginación, puedan tener acceso a los servicios básicos que en educación refiere, sin embargo, dadas sus características sobre localización, el tema de cobertura de acceso a internet, representa también, un problema que no solo les impide poder estar en comunicación con los demás, sino que a su vez, limitaría el poder insertarse a una dinámica de trabajo basada en el uso de tecnologías educativas.

Las posibilidades de trabajo remitirían entonces a dar certeza desde un trabajo basado en uso de cuadernillos, la televisión educativa o desde canales de comunicación que se desprendieran del uso de redes sociales; todo ello bajo el soporte que cada instancia educativa pudiera ejercer, brindándose la posibilidad para que los docentes pudieran determinar en función de sus diagnósticos globales.

El contexto escolar, como una amalgama que integra las manifestaciones de la cultura, las creencias, lo cotidiano, los imaginarios así como las intencionalidades escolares (Mateos-Blanco, 2018), está constituido de modo por una serie de características que configuran lo que se llamaría contexto interno, es decir aquellos elementos que conceptualizan la escuela desde su interior y otro denominado externo, que abre la explicación a aquellos atributos provenientes de más allá de las fronteras que demarcan los

límites físicos de la institución. A continuación, se exponen ambas dimensiones, para realizar un breve bosquejo de la escuela en el marco de su propio contexto.

### **1.2.1. Contexto interno: características propias de la institución**

La Escuela Primaria “Joaquín Amaro”, institución en la cual se realizó el proyecto de intervención, se ubica en un contexto rural, en la comunidad llamada Corrales, perteneciente al municipio de Sombrerete. Es una institución perteneciente al sector público de turno matutino, su fundación se remite a la década de los 60.

Esta escuela, es la única perteneciente del nivel primaria y aunque su organigrama no es de organización completa, tiene la característica de ser pentadocente.

Tiene como clave: 32DPR0506E, cuyos docentes en su mayoría son Licenciados en Educación Primaria egresados de la Escuela Normal Rural Gral. Matías Ramos Santos, ubicada en Loreto, Zacatecas. La directora de la institución lleva dos años consecutivos con esa función.

Dicha institución se encuentra en el programa de Escuelas de Tiempo Completo, por lo cual se debe cubrir un horario de 8:00 am a 2:30 pm, sin embargo, por cuestiones de la pandemia derivada por COVID-19, desde el mes de marzo del 2020, ha trabajado en modalidad en línea y de manera presencial, manejando diversos horarios, pero no propiamente los que marcan los lineamientos de tiempo completo, sino aquellos en los que se tiende a cumplir con las normas establecidas para el cuidado de la salud, como lo son la sana distancia y los filtros de entrada, salida y durante las clases.

La escuela, se encuentra en un terreno muy amplio, sin embargo, su infraestructura no es tan grande, está constituida por 7 salones, los cuales cuentan con bancas de plástico

individuales, un gran espacio que se usa como cancha de futbol la cual no es muy adecuada para utilizar, ya que hay una gran cantidad de espinas que siempre terminan ponchando los balones o incluso encajándose en los pies de los alumnos.

Además de lo antes mencionado, en la institución hay baños para niños, niñas y maestros, pero no se encuentran en buen estado, algunos de ellos ya no tienen puertas y de los 8 baños que hay, solo a tres se les puede dar uso.

En referencia a la clase de Educación Física, se cuenta con una cancha de básquetbol a la cual se le dan diversos usos, aunque una de las cosas desfavorables es que no cuenta con domo y los alumnos se cansan y asolean bastante. Por fortuna, en estas últimas semanas se ha podido trabajar en un aula de reciente creación, que no fue hecha para las clases de Educación Física y no es muy amplia, pero es cómoda para poder desarrollar las clases ahí. Resulta importante destacar que cuando no se contaba con este salón, era necesario, casi obligatorio que los alumnos acudieran con cachucha, playeras frescas de manga larga y agua para hidratarse, esto con el fin de salvaguardar su salud.

La escuela atiende a una matrícula de 105 alumnos, en cuanto a su organización académica es pentadocente, se compone de una maestra directora, quien se encarga del área administrativa e imparte clase a segundo grado, de los grupos de primero, tercero y cuarto se encargan otros tres maestros y uno más de un grupo multigrado, conformado por alumnos de quinto y sexto grado. Además de la maestra de Educación Física, la cual se encarga de impartir clases referentes a su área y otras más como organización de desfiles y de escolta, entre otras.

Anteriormente su organigrama se conformaba por más personas como el maestro de música, maestro de inglés e intendente, sin embargo, debido a la disminución de matrícula, se fueron quitando esos recursos. Actualmente, son los padres y madres de familia quienes se organizan para hacer faenas de limpieza en la escuela y se cuenta con un comité de salud que se encarga de designar a personas para la limpieza de aulas y baños diariamente.

La organización estratégica de la institución está conformada por una estructura organizativa, que contempla en su constitución una visión, misión y valores, aprobados por el consejo técnico escolar, redactado de la siguiente forma:

Visión: “Garantizar que los alumnos y las alumnas, adquieran los conocimientos básicos útiles para su vida diaria, para que logren desarrollar sus habilidades y destrezas intelectuales al igual competencias comunicativas, que nos llevará a formar en nuestros alumnos, personas con valores bien definidos en beneficio propio y para una mejor sociedad”.

Misión: “Desarrollar en las alumnos y alumnos capacidades, habilidades, actitudes y valores para su formación integral: competencias fundamentales para su incorporación a la sociedad y para el aprendizaje a lo largo de la vida.”

Las normas que rigen la vida escolar se sustentan en el reglamento interno de la institución, el cual debe ser respetado por los padres de familia, maestros y alumnos.

- Respetar los horarios de entrada y salida de la escuela.
- Portar correctamente el uniforme que toca cada día.
- Formarse en el lugar correspondiente al sonar el timbre.
- Después de la formación entrar en orden a sus salones.

- Cada grupo debe organizarse con su respectivo maestro para la elaboración del periódico mural.
- Los asuntos escolares deben informarse a la directora.
- Entregar las calificaciones a tiempo.

En cuanto a la cultura y el clima que se desarrolla en la institución entre los docentes, puedo decir que se establecen relaciones de respeto y colaboración, lo que hace que el ambiente de trabajo sea agradable en la comunidad educativa.

No existe servicio de internet ni para la escuela ni para la comunidad, además de que la señal telefónica es la versión Edge solo para emergencias y es muy inestable

### **1.2.2. Contexto Externo**

Tras el análisis el contexto donde se encuentra la escuela, se puede decir que se localiza en una zona de clase media a baja, a la entrada de la comunidad Corrales, no se cuenta con señal de internet, solamente es posible la recepción de algunos canales de televisión sin embargo en algunos espacios existe la posibilidad de conectarse a internet debido a la gestión de la propia comunidad, como lo es la presidencia municipal y en algunos lugares que se cuenta con una antena especial.

## **1.3 Planteamiento del problema**

El día 02 de marzo de 2020, por decreto de la presidencia de la república de los Estados Unidos Mexicanos, se dio el ordenamiento que ante la situación de amenaza internacional derivada de la aparición del virus del COVID-19, el país en su totalidad

entraría a una etapa en la cual la población estaría en una denominada “fase de confinamiento” (Gobierno de los Estados Unidos Mexicanos, 2020).

Cabe precisar que un confinamiento refiere a una medida que busca el distanciamiento, que lejos de poder denominarse social, prevalece la interacción con otros gracias a las tecnologías de la información y la comunicación, resulta ser más de carácter físico, ya que con ello se pretendía un aislamiento que permitiera resguardar desde casa la propagación del virus bajo el control de las personas que llegan o salen de casa (Canepa & Zevallos, 2022; Singh & Chauhan, 2020; Ríos-Sierra, 2020)

Es importante referir que la razón principal de dicha determinación obedecía a una medida preventiva ante las características epidemiológicas del virus y como ajuste social necesario que prevé que, de no haberse realizado, los sistemas de salud habrían entrado en colapso ante la presencia de otras enfermedades que también requirieran de atención.

El confinamiento preventivo en México tuvo lugar para todas las escuelas de educación inicial, básica, media superior, superior y posgrado en el país, a partir de un decreto dictado por la presidencia de la república, dada a conocer por la voz del Secretario de Educación (Gobierno de los Estados Unidos Mexicanos, 2020). Es de destacarse, que el punto de partida resaltaba especial hincapié en referencia a los resultados de otros países, en donde destacó el cuidado hacia las personas adultas mayores, sin embargo, tras considerar las características de la población mexicana, se optó por llevarlo a la generalidad.

Todo centro que imparta educación o enseñanza, centro docente o educativo, suele ser denominado como “escuela”, aunque normalmente hace referencia a los centros de

enseñanza de nivel primaria. La escuela al igual que la familia y la comunidad, cumple un papel importante en potenciar los valores y en fomentar las costumbres y tradiciones para el rescate y mejora de la cultura cívica y ciudadana, misma que se basa en el respeto mutuo y la solidaridad. Su función es vital para favorecer el desarrollo integral y armónico de los alumnos de cara a la sociedad, dentro de sus funciones está el ayudar a desarrollar adultos capaces de enfrentar los problemas de la vida (Arrabal, 2008; Gobierno de los Estados Unidos Mexicanos, 2019).

La escuela incluso en etapas de resguardo, tiene la permanente obligación de adaptarse a las circunstancias, inquietudes y problemas de la sociedad en la que está inmersa, cubriendo cada una de las necesidades de los alumnos y preparándolos para ser adultos libres y capaces, para ello debe transmitir conocimientos, valores y hábitos saludables que les permitan ser personas íntegras, responsables de sus actos y capaces de resolver los problemas de la vida diaria (Murcia-Peña, 2012).

Desde la necesidad de llevar a cabo las sesiones de Educación Física a distancia, mismas que en el modelo tradicional, se abordaban de manera presencial, con una duración de entre 80 y 100 minutos semanales, divididas en dos sesiones (SEP, 2018). El hecho de que no existiera un antecedente en la educación básica en el cual se implementaran las sesiones de Educación Física en línea, agravó la migración de un escenario tradicional a uno meramente a distancia, basado en el uso de tecnologías.

Es de destacar que previo al confinamiento, la docencia en la Educación Física, contaba con características que la hacían compleja, entre las que se destaca: el amplio número de alumnos por atender, que los docentes cubrían más de un centro educativo y que su enfoque global remitía a estrategias basadas en la socialización y cooperación entre los

educandos, ante ello, el abordaje a distancia, habría de transformarse a un entorno de manera individual, salvaguardando el cumplimiento tanto de las medidas preventivas o de sana distancia, así como los requerimientos básicos de actividad física.

Si se parte de reconocer que la socialización cuenta con una carga altamente basada en la interacción física, en el movimiento, intercambio de ideas, de estrategias y de formas de pensar, se podría presuponer que el confinamiento podría poner en jaque dichas potencialidades. No obstante, la realización de ejercicio dota a quien lo practica de una alta carga de endorfinas y catecolaminas, componentes básicos del gusto, la satisfacción y el interés. Bajo tales premisas, era posible visualizar periodos de estrés en los alumnos, derivado de la ausencia de las características antes mencionadas.

Ante la contingencia sanitaria derivada por la elevada prevalencia de COVID-19 la Gobierno de los Estados Unidos Mexicanos (2020), expidió el acuerdo 12/06/20 para la implementación de un modelo educativo denominado “aprende en casa” el cual consta de una serie de acciones que buscaron garantizar en primera instancia, el cuidado de la salud de los estudiantes de educación básica, así como también dar continuidad a la formación académica de los alumnos.

En tal sentido se dispuso de un modelo que integraba el uso de la señal de radio y televisor como medio de difusión de contenidos educativos en respaldo al elevado nivel de inserción tanto en comunidades rurales como en áreas urbanas, sin embargo, ello represento una serie de avenencias que impactaron de manera directa tanto en las percepciones de compromiso, en el impacto directo hacia la formación de los estudiantes y en los cometidos del mismo programa (Neira, 2021)

Sin embargo, desde dicha perspectiva, el papel del maestro cobraba un sentido diferente, en el que basado en recursos tecnológicos habría de buscar proyectar sus intenciones didácticas (González et al., 2021).

Es preciso destacar que si bien en términos supra educativos, el gobierno en turno estableció una alianza estratégica con los dueños de las empresas radiofónicas y televisivas, presuponía también la necesidad de entablar un dialogo basado en la academia con los padres y madres de familia, desde una mirada integradora (Gutiérrez-Serrano, 2020).

En tal sentido es importante destacar que es de reconocer que existe una didáctica global que ha sembrado principios a la didáctica actual, se requiere de partir del reconocimiento de la presencia de especificidades en la formulación de escenarios educativos en relación con las distintas áreas de estudio (De Camilloni, 2007).

En lo que refiere a la educación física, vale la pena referir su plusvalía no solo conceptual sino en el actuar docente, la cual está dada por aportes pedagógicos a la motricidad, que implican por un, lado la edificación de la competencia motriz y la integración de la corporeidad; por otro la adopción de estilos de vida sustentables desde la práctica constante y sistemática de actividad física moderada a vigorosa; así como también vivenciar elementos axiológicos referidos a la convivencia en, desde y para la actividad física (Contreras-Jordán, 2004).

En este escenario, una educación física que promueva un elemento antagónico como lo es el incremento en el uso de las pantallas, confiere una discrepancia interna, ya que diversos estudios (Duque & Parra, 2012; Prieto et al., 2015; Tambalis et al., 2018) señalan que el tiempo en pantallas está asociada a una mayor prevalencia de obesidad y sedentarismo.

El sedentarismo y la inactividad física representan uno de los puntos de inflexión en los sistemas de salud pública, derivando en mayores prevalencias de enfermedades crónicas no transmisibles como la diabetes, la hipertensión y problemas coronarios (OMS, 2020).

La educación física en torno a ello debe buscar, en medio de las características de la pandemia, orientar a la población escolar (padres, madres y alumnos) sobre la importancia de asumir un estilo de vida sustentable basado en un nivel de actividad física moderada a vigorosa (MVPA) (Posso-Pachecho et al., 2020).

Uno de los pilares fundamentales en el ejercicio de la labor docente, corresponde a la operativización didáctica, la cual contempla todo un entramado tanto de conocimientos, habilidades y perspectivas en torno al acto educativo (Díaz et al., 2010).

En la didáctica clásica, era común observar patrones similares en planteamientos hacia la enseñanza para los distintos saberes (Botía y Ruano, 2011); sin embargo, producto de un trayecto histórico que por un lado integró la pericia de la puesta en práctica de situaciones didácticas, su investigación, así como la incorporación de dispositivos tecnológicos y cambios en la formación de los educadores, conllevó a una generación importante de nuevas perspectivas hacia la enseñanza (Alfaro, 2010).

La Educación Física en su planteamiento pre-confinamiento estaba contemplada desde un enfoque global asociado a la responsabilidad personal y social, en el que las actividades eran predominantemente físicas, cooperativas y en constante retroalimentación por parte del docente en escenarios presenciales. Sin embargo, desde un planteamiento que presupusiera el distanciamiento, el enfoque tendría que cambiar a uno más asociado a la prevalencia de la salud (Piero-Velert y Julián-Clemente, 2015).

No bastaba solo con un cambio en el enfoque hacia la Educación Física, sino que implicaba una reinención en el actuar docente, para pasar de la creación de ambientes de aprendizaje presenciales a otros basados por un lado en la asincronía, la tecnología educativa y la interacción personalizada (Edel-Navarro, et al., 2020).

En la reinención docente, era preciso el ejercicio tanto de una transposición didáctica (Chevallard, 1991) así como de un análisis interno que permitiera reconfigurar las intenciones didácticas y el análisis de los propios recursos de los que se disponía.

Al respecto Noble (2013) señala que la tecnología no es el fin *per se* del acto educativo, sino más bien representan una herramienta, que en este caso habría de estar al servicio del cometido social de la educación de transformar a las personas en seres más humanos con una elevada perspectiva de sustentabilidad y solidaridad hacia los demás.

Una característica de la tecnología informática educativa es que parte de un planteamiento en el que no basta solamente con remitirse a una comunicación basada en el uso de plataformas digitales, sino que ha de contemplar que el aprendizaje no es meramente la escucha o la lectura, para ello requiere de todo un ingenio didáctico que considere tanto principios pedagógicos, comunicativos, para el desarrollo de escenarios en los cuales los alumnos puedan desde ambientes multimedia realizar las gestiones personales necesarias para su propio logro académico (Baena, 2020).

Desde una perspectiva pedagógica centrada en el sujeto que aprende, se concibe que no existe una relación causa efecto entre aquello que se plantea como dispositivo para la enseñanza y la apropiación del saber, sino que, más bien el sujeto a partir de elementos tales como su emocionalidad, conocimientos previos, interacciones entre pares,

construcción de productos, puede llegar o no a modificar sus propios conocimientos (Peña, 2006).

En una perspectiva por competencias, se menciona un abordaje multifactorial que integra por un lado el conocimiento conceptual relacionado a elementos descriptivos, teóricos y de construcción de definiciones; otro de carácter procedimental que obedece a la movilización de aquellos elementos conceptuales en pro de la resolución de una determinada situación; así como también de otro de carácter actitudinal que obedece a la adopción de elementos axiológicos que intentan describir una posible asunción de un postura personal crítica y reflexiva sobre aquello que se realiza en lo cotidiano. (Conde, 2013). Es menester desde este ángulo caracterizar las implicaciones en las tres aristas del conocimiento sobre teorías del aprendizaje, modelos pedagógicos y modelos de diseño instruccional (Martínez-Martínez, et al., 2012).

Todo planteamiento didáctico-pedagógico, obedece a una serie de pilares que le dan sustento a la probable operativización del sistema didáctico, de manera general los principales elementos que forman parte de ello son: la postura pedagógica que deriva en el accionar docente, por otro lado, las herramientas empleadas para la movilización de saberes, así como aquellos dispositivos que den pauta al empoderamiento y la participación (Romero et al., 2012).

## **1.4 Preguntas de investigación**

### **1.4.1 Pregunta general.**

- ¿Cuáles son los cambios en el Nivel de Dominio de Competencias, el Nivel de Actividad Física y la Motivación de logro, tras la implementación del programa

“GOCA” para el tercer ciclo de Educación Física en la Escuela Primaria Joaquín Amaro?

#### **1.4.2 Pregunta específica.**

- ¿Cuáles son las diferencias entre el antes y el después de la intervención en las variables de estudio?

### **1.5 Objetivos**

#### **1.5.1 Objetivo general.**

- Determinar los cambios en el Nivel de dominio de competencias, en el Nivel de Actividad Física y en la Motivación de logro tras la implementación del programa “GOCA” para el tercer ciclo de Educación Física en la Escuela Primaria Joaquín Amaro.

#### **1.5.2 Objetivo específico.**

- Implementar rubricas para la evaluación del nivel de dominio de competencias.
- Aplicar programa “GOCA” de Educación Física en Primaria basado en el modelo ASSURE.
- Evaluar antes y después las variables de estudio.

### **1.6 Hipótesis**

- H<sub>1</sub>. No existen diferencias significativas en las variables de estudio tras la implementación del programa “GOCA” para el tercer ciclo de Educación Física en la Escuela Primaria Joaquín Amaro.

- $H_0$ . Existen diferencias significativas en las variables de estudio tras la implementación del programa “GOCA” para el tercer ciclo de Educación Física en la Escuela Primaria Joaquín Amaro.

## **1.7 Justificación**

El presente proyecto integra una mirada que apuntala a la generación de nuevas didácticas de la educación física basadas en la integración de herramientas provenientes del diseño instruccional, modelos de enseñanza a distancia y la tecnología informática educativa misma, desde todos sus componentes, al tomar en consideración el escenario de confinamiento que producto de la pandemia por COVID-19 se vive a nivel global y de manera particular en el ámbito educativo.

En un tránsito que va desde las implicaciones como a sus derivaciones, a continuación, se expone desde diversas aristas, algunos elementos que hacen viable, pertinente y ejecutable el proyecto. (Bedoya, 2020).

### **1.7.1 Empírica.**

La educación física como parte del área de formación del desarrollo personal y para la convivencia, cumple una función vital en los niños escolares (SEP, 2018). Su reconocimiento requiere de la formulación de escenarios que permitan más que la interacción con alguna tecnología educativa, la movilización pronta de saberes para la ejecución de las acciones docentes, que permitan el cumplimiento de los requerimientos mínimos de actividad física sugeridos por la OMS y por otra parte den atención a la función pedagógica que aduce al desarrollo de la competencia motriz y estilos de vida sustentables.

El modelo “GOCA”, busca integrar en la intervención a padres de familia y alumnos, en conjunto con maestro de grupo y educador físico, con el cometido de potenciar las posibilidades para el aprendizaje.

### **1.7.2 Teórica.**

La educación física en el marco del contexto de educación básica remite a la intencionalidad de buscar que los alumnos reconozcan su cuerpo, resuelve retos y desafíos mediante el uso creativo de sus habilidades corporales y toma decisiones informadas sobre su higiene y alimentación, al participar en situaciones de juego y actividad física, procurando la convivencia sana y pacífica (SEP, 2018).

El papel de su presencia no solo está relacionado con la propia motricidad o la integración de la corporeidad, sino que tiene una función de carácter social, desde la adopción de estilos de vida sustentables que basen su actuación en la práctica cotidiana, continua y sistemática de actividad física, desde una mirada holística y preventiva que abra paso a un estado de salud que diste del probable padecimiento de enfermedades crónico no transmisibles (Enríquez, 2020).

Si consideramos que un confinamiento es un estado de resguardo, principalmente físico, estaremos reconociendo las serias implicaciones que tiene en los cometidos anteriormente enunciados. Si bien con la sana distancia y el quedarse en casa se busca alejar la posibilidad de ser contagiado de COVID-19, también se ha incrementado el tiempo frente a pantallas, así como mayores lapsos sedentarios ante demandas calóricas bajas, pero ingestas superlativas (González, 2020).

Por su parte, la docencia de la educación física, tanto en su planteamiento hacia educación básica como en la formación docente en las escuelas normales, no cuenta con escenarios que consideren su enseñanza desde escenarios basados en el uso de las

tecnologías que enuncien las facetas que comprenden al aprendizaje y el conocimiento, así como el empoderamiento y la participación.

El confinamiento trajo consigo la apertura de una ventana a la realidad en la docencia no solo de la educación física, sino quizá de muchas disciplinas escolares, en la cual, si bien, los docentes se comunican a través de redes sociales, cuentas de correo electrónico o dispositivos móviles, pero aún no han logrado emplear dichos recursos como parte de las herramientas profesionales que en la cotidianeidad se desarrollen.

Es de reconocer que el aprendizaje o vivencia de acciones motrices contaba con ejemplificaciones incubadas en repositorios de videos producto de esfuerzos aleatorios de diversos docentes o instituciones, aún no ha logrado ser el medio por el cual los alumnos de educación básica se remitieran a la posibilidad de aprender en educación física o a la práctica de actividad física.

Contar con formulaciones didácticas basadas en evidencia para la docencia de la educación física, abre paso a poder generar espacios desde los cuales los niños y los adolescentes no se vean privados de la posibilidad de practicar actividad física.

Es de reconocer que la caracterización de las implicaciones, tratamiento y secuelas de COVID-19 están siendo estudiadas y se encuentran en plena caracterización, existen evidencias previas que apuntan a que la actividad física mejora el sistema inmunológico, así como también mejora diversos marcadores de salud abarcando incluso puntos tales como el bienestar psicológico y la misma emocionalidad (González, 2020).

La educación física, es pues un espacio de convergencia hacia la salud, un elemento de cambio en el cual los alumnos pueden explorar sus propias posibilidades motrices e

integrar su motricidad en un marco de acción creativa, que permita a los discentes el ejercicio y configuración constante de un estilo de vida sustentable.

### **1.7.3 Metodológica.**

La presente investigación dadas sus características demanda contar con un diseño de tipo cuasiexperimental tanto en su conformación como en las características descriptivas de las variables (Zafra, 2013), lo cual parte de la puesta en marcha de una serie de situaciones didácticas desde elementos basados en tecnología mediante la mediación de los padres para el cumplimiento de los objetivos propios de la educación física.

También es de carácter explicativa al dar a conocer las variaciones entre un tiempo y otro de estudio en función de la interacción existente entre variables (Nassaji, 2015), lo que permitirá conocer las diferencias pre-post entre la intención educativa y el logro de aprendizajes esperado, nivel de actividad física y satisfacción hacia la clase.

Es transversal, ya que la batería conformada para este estudio contempla una sola medición para buscar la probable existencia de diferencias en las valoraciones temporales (Gall et al., 2007).

### **1.7.4 Social.**

Tras el decreto de Confinamiento que incluía la movilización hacia un modelo educativo a distancia, se emprendieron acciones didácticas que consideraron que la educación básica, media superior, superior y posgrado se desarrollarían de manera remota, en lo que en un inicio se habría de realizar en función de las posibilidades mismas que cada entidad, organización e institución tuvieran en consideración con su infraestructura, personal y bondades comunicativas.

Fue necesaria la implementación de una serie de acciones que conjuntaron por un lado la amplia cobertura de la radio y la televisión en sectores rurales y retirados que hacían que la señal de internet fuera complicada de alcanzar.

Para tal cometido fue necesario que se estableciera un convenio de colaboración entre el gobierno e iniciativa privada como una acción toral, para posteriormente poder ser complementada con otros actos tales como el dialogo con padres y madres de familia, sesiones de consejo nacional de educación, debates con docentes, académicos y especialistas.

La didáctica por tanto requería de un ingenio didáctico (Artigue, 1995) que le permitiera al docente a partir de sus referentes y de las condiciones del entorno, generar una propuesta, que a diferencia de las anteriores pudiera ser validada in situ, es decir sobre la propia marcha en la implementación.

La educación física y su amplio campo de acción, conlleva el reconocimiento al interior de los colectivos, del papel que se puede llegar a tener en, desde y a partir del movimiento, como mecanismos de interacción, de confrontación y de apropiación de saberes (Aristizabal-Almanza et al., 2018), por tanto, su relevancia no solo refiere a la clase per se, sino que a su vez, conlleva asumir que para el logro de aprendizajes de las diversas áreas del conocimiento, la motricidad es un elemento fundamental.

Promover una educación física que no solo integre actividades enfocadas hacia sus propios fines, sino que parta de asumir a los niños y adolescentes como seres en movimiento, implicaría reconocer que el confinamiento llevaría a experimentar un posible estado de crisis, en el que pudieran potenciarse el sedentarismo, la ansiedad y la obesidad.

Tras considerar que el entorno era completamente distinto y que en muchos casos se desconocía la implicación al menos didáctica, conllevo a poder asumir la importancia que puede llegar a tener la integración de un equipo familiar para la promoción de un estilo de vida saludable y sustentable, basado no solo en moverse de manera espontánea sino con un sentido que se apegue a determinados lineamientos que permitan declarar que se cuenta con el cumplimiento al menos mínimo en torno a la práctica de actividad física.

El presente curso forma parte de una intervención especializada que busca, desde una participación dual, orientar a los padres de familia respecto a la participación y seguimiento de las actividades desde un entorno basado en el uso tanto de tecnologías de la información, como tecnologías del aprendizaje y el conocimiento, así como tecnologías de las denominadas tecnologías del empoderamiento y la participación.

El modelo pedagógico por emplear refiere a un modelo con características constructivistas sociales, en las cuales se busca propiciar interacciones que puedan permitir una construcción y reposicionamiento de los niños y padres de familia en un momento distinto en su relación con el objeto de conocimiento propio de la educación física.

### **1.8 Alcances y limitaciones**

La presente investigación cuenta con un alcance temporal que realiza una comparativa pre-post, tras la intervención derivada de un programa dual de Educación Física tanto con padres, madres de familia y alumnos. Dicho diseño, aporta posibles hallazgos en el marco comparativo de ambos escenarios, sin embargo, una de sus limitaciones es que no da pauta para una posterior intervención con el rediseño derivado de los resultados.

En contra parte, si se considera que la educación primaria, es en tiempo y en años el periodo más largo de la educación básica se habría de buscar implementar investigaciones similares en el resto de los ciclos académicos que conforman todo el periodo y en conjunto, hacer un metaanálisis que dé cuenta de lo que sucede a la luz de todo el periodo escolar.

Se hace necesario poder difundir los resultados en espacios que permitan una mayor discusión, solo se circunscribe a lo acontecido en un ciclo, sin considerar otros elementos que quizá puedan o no tener impacto en la variación de los resultados, como lo son la participación de directivos o la sociedad en general en la que está inserto el proyecto.

Es de destacar que en el caso de la presente investigación los instrumentos empleados cuentan con la validación tanto estadística en dos de los casos, como de expertos, tal como el caso de las rúbricas analíticas, ello da cuenta que su carácter mixto permite tener mayores alcances en lo que a la tipología de datos refiere (Soriano-Rodríguez, 2015).

Por último, se resalta el desconocimiento sobre el que pueda llegar a pasar una vez que se retire el confinamiento, considerándose que se llegue prescribir el trabajo en modalidad a distancia.

## Capítulo II. Fundamentos Teóricos

La educación física trasciende más allá del simple acto de jugar y cobra sentido en una intención que engloba la edificación de la competencia motriz entendida como todas aquellas posibilidades que permiten hacer frente a retos motrices al participar en actividades y dentro de la vida cotidiana, en entornos en los que se toman decisiones que parten de su conocimiento sobre elementos como la salud y la actividad física (SEP,2018).

En condiciones previas al confinamiento, era posible que los niños pudieran tras la convivencia misma post escuela, poner en juego su repertorio motriz en actos en los que en la ocupación de su tiempo libre podían jugar con amigos, familiares, participar en clubes deportivos, torneos deportivos, etc. Sin embargo, tras el confinamiento todas esas posibilidades se vieron truncadas una vez que fueron suspendidas de manera abrupta, para dejar a la población en general en condición de sedentarismo (González, 2020).

Otros espacios de promoción de actividad física corresponden a la clase de educación física y a la escuela por sí misma, en donde con actividades que van desde juegos, el recreo, deporte escolar, clubes y actividades de las denominadas escuelas de tiempo completo los niños contaban con la posibilidad de ver desarrollada su competencia motriz y la conformación de un estilo de vida sustentable.

Trasladar los trabajos de educación física a casa tanto para alumnos, como para docentes, dio pauta a reconocer que no se contaba con condiciones que permitieran migrar a un entorno basado en tecnología, pues dadas las características de las que disponía el estado mismas que parten de tener escuelas ubicadas en zonas de alta marginación, en zonas rurales, urbanas marginales e incluso en cabeceras municipales, el servicio de

internet y señal telefónica son inestables o inexistentes, lo que deriva en complicaciones para poder entablar comunicación directa con padres de familia y alumnos.

El aprendizaje en educación física en educación primaria había estado cimentado en acciones que se basaban en la ejemplificación, la comparación a través de la ejecución de los compañeros o del propio maestro e incluso tras la participación en el propio juego, pero en casos muy excepcionales se remitía a prácticas en las que el docente contara con apoyo de plataformas o medios digitales.

Es de reconocer que aún y cuando no se contará con esa cultura de enseñanza de educación física desde entornos virtuales, se brindaba la apertura necesaria para poderle hacer frente a ello con la implementación y desarrollo de nuevas prácticas docentes.

Las derivaciones tras el confinamiento y secuelas de COVID-19 se estudian y se encuentran en caracterización, pues es un acto que tomará más tiempo de analizar en los planos de salud, aprendizaje, prácticas escolares, etc. (González, 2020).

La docencia de educación física ha de brindar la pauta para gestar entornos que se complementen y puedan ampliar las fronteras de la propia escuela tras permitir a los niños y las niñas que accedan a nuevas posibilidades de aprendizaje de ocupación formal y sistemática de su tiempo libre, con posibilidades presentadas por la propia escuela y que le den el aval necesario para poder experimentarlas en su propia casa o con ayuda de su familia.

## 2.1 La Educación Física en Primaria

De acuerdo con la Secretaría de Educación Pública (2018) la Educación Física obedece en tanto a una intervención pedagógica cuyo papel tiene relación directa en integralidad de los niños y las niñas, puesto que da pauta al desarrollo de su motricidad y a la integración de la corporeidad, para lo cual se vale principalmente del juego para poder atender dicho cometido.

Los objetos de estudio de la Educación Física desde su aparición en el curriculum oficial, hasta la actualidad, han transitado del reconocimiento del movimiento humano y el cuidado corporal a la edificación de la competencia motriz y a la integración de la corporeidad; de igual forma se expresan tránsitos inacabados en otros elementos como la salud y el deporte escolar (Torrebadella, 2018).

Para la SEP (2018) el propósito central de la Educación Física para primaria reside en “Desarrollar su motricidad mediante la exploración y ajuste de sus capacidades, habilidades y destrezas al otorgar sentido, significado e intención a sus acciones y compartirlas con los demás, para aplicarlas y vincularlas con su vida cotidiana”

De manera particular, en la enunciación del desarrollo de la motricidad, se parte de reconocer el papel que juega no solo en el logro de propósitos sino hacia la adopción incluso de estilos de vida sustentables el desarrollo de la motricidad. Al respecto la motricidad, ha de ser vista como una agrupación de acciones motrices con una intención y significado dado a partir de los intereses y expectativas de las personas (Serrano & Luque, 2019)

El desarrollo de la motricidad según Vázquez et al., (2020) conlleva a un proceso desde el cual se integran a partir de experiencias en, por y desde el movimiento, una perspectiva que edifica no solo a nivel cualitativo sino a nivel emocional elementos para el desarrollo personal.

Algunas de sus implicaciones pedagógicas son (SEP, 2018):

- Estimular las habilidades y destrezas motrices.
- Incrementar y diversificar las acciones motrices.
- Encauzar la expresión.
- Orientar las diversas respuestas motrices.

Los aprendizajes clave implicados son:

1. Adapta sus capacidades, habilidades y destrezas motrices al organizar y participar en diversas actividades recreativas, para consolidar su disponibilidad corporal.

Los objetivos derivados de ello serían:

- Identifica sus habilidades motrices al participar en actividades lúdico-recreativas para consolidar su disponibilidad corporal dentro de juegos cooperativos.
- Ajusta el empleo de sus habilidades motrices al participar en juegos que implica el manejo de su corporeidad dentro de juegos modificados.
- Describe las habilidades motrices empleadas al participar en juegos, dentro de una historia lúdica.

- Analiza el estatus que guardan sus habilidades motrices luego de haber participado en actividades lúdicas y lo expresa como parte de una reflexión personal.
2. Evalúa su desempeño a partir de retos y situaciones de juego a superar por él, sus compañeros o en conjunto, con el propósito de sentirse y saberse competente.

Los objetivos derivados de ello serían:

- Describe su participación y la de sus compañeros dentro de situaciones de juego mediante dibujos integran la lógica propia de los juegos.
- Clasifica su participación en los juegos, dando a conocer sus fortalezas y debilidades en una matriz de impacto en el juego.

Bajo este ejercicio de transposición didáctica se retoma a Chevallard (1991) que expresa la posibilidad transformadora del saber que en el ejercicio docente se puede llegar a tener, una vez que abre la posibilidad para potenciar aprendizajes desde un direccionamiento lógico, secuencial e intencionado.

## **2.2 Modelos educativos en función de la presencia tecnológica**

Cuando hablamos de modelo educativo nos referimos a las distintas modalidades desde las cuales es posible desarrollar el entramado de sucesos y fenómenos que se presentan en la interacción de saber docente y alumno (González et al., 2017).

Las bondades que la tecnología informática ha traído de manera global han tenido impacto directo en la forma en cómo es concebido el proceso de enseñanza y el proceso de

aprendizaje en tal cometido se ha transitado de las denominadas tecnologías de la información y la comunicación de cuyo inicio se puede resaltar una intención hacia mejorar la comunicación de la información existente con indicadores como mayor rapidez eficiencia y conectividad (Rizzo & Pérez, 2018).

Posterior a ello en una concepción que no sólo busca que en el ámbito educativo se premie la comunicación de datos sino que se transite de la información al conocimiento surge la conceptualización de teorías del aprendizaje y el conocimiento diferenciándose de las TIC al tener como premisa central en estas últimas era empoderar al estudiante hacia su aprendizaje y a transformar la información en conocimiento, a partir del empleo de modelos en los que se conozca a mayor profundidad a los alumnos con respecto a sus estilos para aprender, dominio tecnológico y dominio de saberes (Rodríguez, 2017).

En un último peldaño aparecen las denominadas tecnologías del aprendizaje y la participación de cuyo tránsito pudiéramos resaltar que ya no sólo se busca el paso de información a conocimiento sino a una mayor participación entendiendo desde una perspectiva sociocrítica que a mayor nivel de interacción del estudiante con tanto con información la construcción del conocimiento y con sus pares puede potenciarse el aprendizaje en un entorno basado en tecnología (González, 2020).

Un sistema educativo está regido por la denominación modalidad la cual engloba la organización desde la cual se pondrá en juego el proceso didáctico que conlleva la relación tripartita entre saber estudiante y aprendizaje. En torno a ello se pueden clasificar en: Modalidad presencial, modalidad a distancia, modalidad en línea y modalidad híbrida (Aretio, 2021), mismas que a continuación se describen:

- En la modalidad presencial el estudiante asiste a una institución de manera periódica el proceso es mediado por la figura de un docente que cuenta con un programa en la mayoría de los casos regido por un consejo académico o una autoridad educativa en cuestión que determina los haberes su temporalidad y su organización.
- La modalidad a distancia considera que los estudiantes pueden participar en el acto educativo de manera remota pudiendo ser sincrónico o asincrónico en esta tipología el docente actúa bajo el papel de facilitador buscando realizar interconexiones entre los recursos disponibles (tecnología educativa) el programa oficial o conjunto de saberes y la creación de un ambiente que permita al estudiante dirigirse de manera autónoma.
- La modalidad en línea pudiera entenderse también como una modalidad a distancia sin embargo su diferencia central reside en que el programa educativo puede aperturar en cualquier momento del año sin necesidad de estar regidos por un calendario escolar si bien cuenta con temporalidades éstas no se apegan en sentido estricto a lo que pueda llegar a dictar dicho calendario, es de destacar que en esta modalidad las escuelas que la oferten habrán de contar con el soporte de una plataforma tecnológica que previamente cuente con los diseños institucionales así como también con los programas y actividades precargadas para que el estudiante de manera asincrónica pueda remitirse a ellos en su trayecto formativo.
- La modalidad híbrida considera más de una de las modalidades previamente señaladas y busca compaginarlas entre sí de modo tal que un estudiante

puede estar matriculado y asistir convencionalmente a sus clases y al mismo tiempo contar con el soporte tecnológico que le permita reforzar aquello que realiza en sus aulas.

### **2.2.1 Modelo ASSURE.**

Su génesis obedece a una integración de dos modelos pedagógicos (constructivismo y conductismo), los cuales al complementarse buscan posicionar al estudiante en un sitio en el que pueda ser autogestor de su aprendizaje, considerando una serie de fases desde las cuales pueda organizar acciones basadas en un diseño instruccional simplificado una toma de decisiones que lo conduzca a movilizaciones de saber y por ende aprendizajes (Rodríguez, 2009).

Algunas de sus características obedecen a una flexibilidad tanto en las instrucciones como en la secuenciación de las acciones, en las cuales la estructura propia de la planeación da pauta para poder tener un papel activo en la construcción del conocimiento y de sus propios aprendizajes (Lledo et al., 2016).

En este modelo el docente habrá de disponer de competencias creativas en términos instruccionales de modo que pueda precisar desde acciones precisas las acciones y/o pasos a seguir por parte de los estudiantes en un acompañamiento remoto con apoyo tecnológico. (Lima, 2010).

Para el caso de educación física, engloba la posibilidad de ampliar el escenario para el aprendizaje más allá de los espacios convencionales y aperturar desde un diseño creativo en el que el docente pueda migrar a entornos digitales posibilidades para la ejecución de tareas y acciones netamente de carácter motriz en un entorno autogestivo.

### **2.2.1.2 Fases del modelo ASSURE**

Según Lima (2010) el modelo ASSURE, adquiere su nombre debido a las iniciales de sus siglas, en donde cada una de las letras representa una serie de acciones que en conjunto conforman el proceso per se, a continuación, se describen las características de cada una de manera detallada:

- **Analyse (A). Análisis de las características de los estudiantes.** Se busca que durante esta fase se pueda desarrollar un diagnóstico integral de los estudiantes, sus características en términos académicos, actitudinales, conceptuales, emocionales y de aprendizaje; lo que derivará en una caracterización global de los estudiantes y posteriormente abrir paso a las siguientes fases.
- **State Objectives (S). Establecer y delimitar objetivos.** Con los datos arrojados en la fase anterior, se procede a una prospección de la cual se definen las intencionalidades didácticas con características tales como claridad, precisión, alcance y orientación.
- **Select, modify or design materials (S). Selección de estrategias, recursos y medios TIC.** En esta etapa, se pretende que desde el ingenio didáctico el docente, pueda seleccionar aquellos recursos desde los cuales habrá de poner en operación su sistema; ante las características evidentemente basadas en tecnología se recomienda el empleo de recursos multimedia y un entorno basado en distintos canales de comunicación.
- **Utilize materials (U). Uso de materiales, métodos y medios.** A lo largo de esta etapa, se pretende definir la forma en el plano estratégico y operativo desde la cual

se habrá de poner en operación la instrucción a partir de la cual se pondrá en interacción el desarrollo de las actividades.

- **Require learner response (R). Requerir la participación de los estudiantes.** Se busca la promoción de interacciones que deriven en la construcción de aprendizajes desde entornos colaborativos y analíticos.
- **Evaluate (E). Evaluación tras la implementación del modelo.** Se busca que se definan la serie de estrategias de evaluación en las cuales se pueda determinar el grado de alcance tras la implementación de la propuesta. En tal sentido es de reconocer que las acciones evaluativas han de tener correspondencia con tanto con las intencionalidades, como con las estrategias.

### **2.3 El dominio de saberes**

En la actualidad se reconoce, la pluralidad y diferenciación del saber en torno a las cualidades y posibilidades de las personas, ello conlleva a determinar que el conocimiento se conjuga de manera diferenciada; dicha postura es retomada por la denominación competencias, la cual se asume como una conjunción integrada de saberes que por un lado integra un saber cómo un saber hacer y un saber desempeñarse (Ramírez, 2020).

La denominación conceptual permite al estudiante realizar constructos teóricos afirmaciones y posicionamientos en torno a ideas y expresiones que posteriormente le permitirán resolver problemas. por su parte el saber procedimental le permite en el marco de la conjugación conceptual que previamente construyó resolver de manera diferenciada uno o más problemas que en el acto educativo puedan presentársele o bien en su vida cotidiana. En el último de los saberes el posicionamiento personal juega un papel importante puesto que permite asumir de manera reflexiva las implicaciones retos y bondades que le ha llevado la resolución de problemas desde dicha postura conceptual. (Guzmán, 2017).

En el marco de la enseñanza de la educación física los procedimientos han estado predominantemente en un lugar hegemónico en el que por usanza tendencia o bien por norma los saberes conceptuales y actitudinales se han visto reducidos al simple discurso (Blázquez et al., 2009)

Un enfoque dinámico entonces de la educación física busca que de manera global estén conjugados y articulados tanto los conceptos los procedimientos y las actitudes en entornos basados en el juego. resulta evidente que en el marco de una neo didáctica la

educación física de cuyo objeto de estudio la competencia motriz la integración de la corporeidad y la salud puedan verse analizadas desde una arista que reconstruya no sólo la acción motriz, sino que pueda tomar como referencia lo que se desprenda en, a partir, desde y por el movimiento (Castañer & Camerino, 2013).

Por su parte Tobon y Posada (2008) al analizar la Taxonomía de Bloom, condecoran que una competencia puede ser vista desde la denominación nivel de dominio encuadrando múltiples posibilidades no sólo de desempeño sino de actuar reflexión y conocimiento en una misma persona, para ello toma como punto de referencia que el saber en su concepción elemental habrá de contar con un nivel inicial del cual se puede transitar a un nivel de dominio intermedio y posteriormente poder pasar a un nivel de dominio avanzado o estratégico.

Bajo esta mirada una competencia puede afirmarse como un estado de tránsito en el cual el estudiante producto de sus vivencias análisis reflexiones y críticas pueda migrar hacia un nivel en el que la información el conocimiento y el aprendizaje puedan tener un mayor nivel de consolidación.

#### **2.4 De la ocupación del tiempo libre a la mejora de los Niveles de Actividad Física en un entorno saludable**

La actual dinámica social, en la que tanto padre como madre de familia trabajan ha hecho que se delegue en la escuela y otras instituciones o agentes, la ocupación del tiempo libre de los hijos pensada como un espacio por un lado de crecimiento, cuando va acompañado de pautas de actuación tales como ser sistemática, estar programada y contar

con un seguimiento (Holt et al., 2013), y por otro lado al ser también un espacio para la adopción de conductas que a la postre pueden ir integrando cuadros de riesgo.

El tiempo como unidad de medida puede clasificarse en tiempo asociado a actividades productivas y de tiempo libre (Vega et al., 2010). El primero obedece a aquellos lapsos del día en los cuales el niño está inmerso en actividades que son vigiladas mediante un especialista, que se cursan en un programa o bien que tienen determinada actuación previamente delimitada.

El tiempo libre, por su parte, da cuenta de aquellos lapsos independientes del tiempo asociado a actividades productivas. En tal sentido son los momentos en los cuales el niño se encuentra en espacios en los que a libre elección o bajo una inducción no programada, participa en actividades que sobrelleven el resto de su día (Corvalán, 2012).

Por su parte, existe la denominación de tiempo de ocio, en el cual el niño puede vivenciar experiencias en cierto sentido sistemáticas que le permitan momentos para el descanso, el disfrute y el desarrollo integral (Cortez, 2012).

Diversos estudios (Jiménez, 2010; Sánchez et al, 2013) señalan que actualmente las jornadas laborales de los miembros de la familia responsables del sustento económico, no son compatibles con las jornadas escolares, especialmente en edades preescolares y escolares, lo que deriva en tiempos muertos o libres en los cuales los niños están sujetos a experimentar experiencias que le puedan ser positivas o negativas.

El principio de relevancia en el desarrollo personal (Cruz, 2018) refiere a la posibilidad de que una experiencia de aprendizaje resulte útil no sólo en el momento en que

se viva, sino que genere de alguna forma conexión con su vida futura y brinde la posibilidad de generar un crecimiento en las cualidades personales.

La forma en como es empleado el tiempo libre vislumbra la posibilidad de adopción de conductas tanto positivas como negativas. Es de reconocerse que dicho objeto de estudio ha permitido el surgimiento de investigaciones que han dado cuenta sobre la relación del estado de salud de los niños y el tiempo que emplean diariamente para la realización de las diversas actividades (Arufe-Giráldez et al., 2017; Vega et al., 2010). Ello ha dejado en relieve una relación que asocia una mayor cantidad de tiempo en pantallas con prevalencias más elevadas de sobrepeso y obesidad, así como también mayor presencia de conducta sedentaria.

Por su parte la facilidad con la que se puede adherir a la adopción de mayores tiempos en pantalla, la presencia de contenidos más diversos en dicha industria ha hecho posible una mayor complicidad por parte de los padres y madres de familia, quienes han delegado su función orientadora en dispositivos tales como la televisión, el teléfono celular y tabletas (Aguilar et al., 2015; Duque & Parra, 2012).

La ocupación del tiempo libre también está influenciada por los nichos de convivencia, en los cuales las personas con las que se socializa determinan las actividades que se realizan (Granados et al., 2013), particularmente en niños escolares, los grupos de personas de las mismas edades logran establecer puntos de reunión con acciones afines, y al estar bajo la tutela de un adulto, pueden presuponer mayores adherencias a la práctica (Villarino et al., 2017).

Por su parte también ha sido declarado que la participación que tienen los padres y madres en actividades físicas y deportivas puede llegar a transferirse a los patrones que realizan los niños (Fernández, 2012; Vale et al., 2011).

#### **2.4.1 Caracterización de la actividad física en escolares.**

El estudio del movimiento humano más allá de solo la implicación de una placa neuromotora y su derivación en una contracción muscular ha abierto paso a diversas perspectivas en torno a ello. En lo que a salud refiere, el concepto que se ha acuñado corresponde a la denominación de actividad física orientada a la salud.

La Actividad Física es explicada por la OMS (2010) como cualquier movimiento corporal que conlleva un gasto energético y que supone una acción superior al estado de reposo. En torno a ello, pudiera integrarse las tanto las actividades cotidianas como aquellas actividades que son estructuradas y que persiguen un fin específico (ejercicio físico).

De acuerdo con Garcia-Canto y Pérez-Soto (2014) cuando mencionan sobre las recomendaciones sobre actividad física, citando a Katzmarzyk, Baur, Blair, Lambert, Oppert y Riddoch (2008) establecen que un bajo nivel de actividad física se traduce en un alto riesgo para desarrollar obesidad, mientras que un alto nivel de actividad física lo disminuye de manera considerable, afirmando que cualquier intervención sobre dicha problemática no puede considerarse sin tener como un eje central incrementar el nivel de actividad física.

Sin embargo, se destaca, que un esfuerzo aislado en el abordaje de la atención a la obesidad puede representar incluso una paradoja, al encontrarse que existe niños que, a pesar de tener valores altos en la práctica de actividad física, sus valores en porcentaje de grasa son altos (Alonso, Carranza, Rueda & Naranjo, 2014).

El gasto energético total (GET) por tanto refiere a la cantidad de energía necesaria que un sujeto para vivir diariamente, el cual presenta variaciones principalmente en función de la composición corporal (Müller et al., 2016; Westerterp, 2017), la edad (Geisler et al., 2016; Geisler & Müller, 2017) la actividad física que se realice (Hills et al., 2014) y la alimentación (Church & Martin, 2018), las principales unidades de medida obedecen a kilocalorías y kilojoules.

El GET está constituido por tres elementos fundamentales (Enríquez, 2020):

1. Metabolismo Basal. Obedece a las funciones orgánicas elementales y contempla un aproximado del 75 del GET.
2. Efecto térmico de los alimentos. Compete a la energía implicada en los procesos de digestión, distribución y absorción tras la ingesta de alimentos, representa entre un 5 y 10% del GET.
3. Gasto energético ligado a la actividad física. Integra la energía empleada en la realización de actividad física la cual compete a un parámetro de entre 10 y 40% del GET.

Cuando se refiere ya de manera directa a la medición del consumo de oxígeno Caro, et al., (2013); Coelho-Ravagnani et al., (2013) estipulan que un parámetro de medición refiere a los denominados MET's el cual responde a la cantidad de energía que se consume en reposo (3.5 ml O<sub>2</sub>/kg x min, o el equivalente 0.0175 kcal).

#### **2.4.2. Componentes básicos de la actividad física.**

Al retomar los postulados de Enríquez (2020) quien, tras una revisión a los elementos básicos que integran un programa de actividad física desde una perspectiva

orientada a la salud y con bases netamente orientadas a la salud, recomienda basado en el sistema FITT, la consideración de los siguientes componentes:

- Frecuencia (F). Corresponde al número de días por semana en los que se realiza actividad física.
- Intensidad (I). Está asociada al grado de esfuerzo con el que se realiza la actividad física en correspondencia con la variabilidad de la frecuencia cardiaca, dicha variación obedece a los factores edad y nivel de activación física. La clasificación sobre los niveles es referida más adelante en la tabla 1.
- Tiempo de realización (T). Es el tiempo total que se destina a la práctica de actividad física por día.
- Tipo de Ejercicio (T). Integran la tipología del esfuerzo, mismos que van desde ejercicios aeróbicos y ejercicios anaeróbicos.

Tabla 1.

*Clasificación de los Niveles de Actividad Física.*

<b>Nivel</b>	<b>Descripción.</b>
<i>Bajo</i>	Representa el nivel inferior a los niveles 2 y 3
<i>Moderado</i>	3 o más días de actividad vigorosa de al menos 20 minutos por día O 5 o más días de actividad de intensidad moderada o caminar de al menos 30 minutos. 5 o más días de cualquier combinación de actividades para caminar, de intensidad moderada o de intensidad vigorosa
<i>Vigoroso.</i>	Actividad de intensidad vigorosa en al menos 3 días 7 o más días de cualquier combinación de actividades de caminata, de intensidad moderada o de intensidad vigorosa que logren un mínimo de al menos 3000 MET-minutos / semana
<i>MVPA</i>	Considera la fusión de la actividad física moderada y vigorosa como una sola variable.

Fuente: *Troiano et al., 2008.*

Algunas de las recomendaciones básicas para la práctica de actividad física con orientación saludable se enuncian a continuación

*Figura 1*

Recomendaciones básicas en la práctica de actividad física (Matsudo, 2012).



En la figura 1 se enuncia que la recomendación es realizar por lo menos 60 minutos de MVPA 5 días a la semana de preferencia de forma continua; en caso de contar con sobrepeso u obesidad, la duración en minutos parte de entre 60 a 90 min por día con las mismas intensidades.

Es de destacar que la actividad física por tanto demanda la presencia de un especialista o en su defecto de la orientación profesional elemental como para garantizar una realización en apego directo a los lineamientos que se marcan en cuanto a intensidad, cuidado de la salud en general y continuidad (Signes & Pañego, 2020).

## 2.5 Motivación de logro

El análisis multidimensional de los fenómenos ha abierto las puertas a una comprensión del suceso de una forma desde la cual se pueden explicar o teorizar a partir de una narrativa que da cuenta de los distintos ángulos que pudieran estar implicados en ello. En medio de una situación inesperada como lo es tener que resguardarse en el hogar ante la posibilidad contagio, se vuelve necesario entender aquellos sucesos que se derivan de dicho acontecimiento, así como sus implicaciones en el estado de balance o bienestar (Cervantes et al., 2018).

La psicología, por su parte, da cuenta de la posibilidad de explicar desde diversas perspectivas lo que pudiera entenderse como bienestar. Al respecto existen dos corrientes que la conceptualizan en lo general (Rivera et al., 2021).

- Perspectiva hedónica. Da cuenta de que la búsqueda por encontrar el placer abre paso a la denominación de “bien” del individuo, ello conduce a una mayor felicidad o a un estado de bienestar subjetivo con una mayor prevalencia de emociones positivas y de asociación hacia la satisfacción.
- Perspectiva eudaimónica. Conceptualiza el bienestar desde una visión que integra más elementos que interactúan entre sí y que en su conjunto soportan una idea de felicidad más amplia; desde este mismo ángulo la autorrealización está en función de una interacción armónica de distintas dimensiones, así como también un estado de plenitud. Las variables implicadas son: autodeterminación, logro de metas, sentido de la vida, actualización de los potenciales personales y la autorrealización.

Ante un estado de alerta emergente, la adopción de actividades alejadas de la cotidianidad presupone que el niño pudiese estar bajo una situación en la que su salud asociada al bienestar psicológico pueda verse en detrimento, encontrando que la confianza puede ser un pivote de mantenimiento de la estabilidad (Hurcaya, 2020).

Dos componentes fundamentales en el entendimiento del bienestar psicológico obedecen al desarrollo personal, así como también la manera de afrontar y enfrentar los desafíos que se presentan en la cotidianidad (Solano, 2009).

Un aislamiento domiciliario, presupone en el niño, alejarse de parte de las actividades que realizaban continuamente, tales como jugar, pasear, asistir a la escuela, convivir con sus amigos, compañeros, maestros. En tal sentido si bien la modalidad de educación a distancia permite la oportunidad de vivenciar un espacio desde el cual el niño vea en continuación y con ello se pudiera interpretar como un probable desarrollo personal, afrontar el reto de convivir por más tiempo con sus padres y/o hermanos, así como de hacer frente a las posibles inclemencias que al interior de la familia se vivan, es en realidad la principal arista desde donde se vislumbra necesario el entendimiento del estado que guarda el bienestar psicológico del niño a lo largo de todo el periodo de confinamiento preventivo (Ulloa, 2021).

## **Capítulo III. Diseño Metodológico**

En los siguientes párrafos se dan a conocer las bases de metodológicas que dan sustento a la presente investigación, mismas que parten desde el diseño de investigación, definición de variables y universo poblacional.

### **3.1. Diseño de investigación**

La presente investigación contó con un diseño de tipo cuasiexperimental tanto en su conformación como en las características descriptivas de las variables (Zafra, 2013).

### **3.2. Tipo de estudio**

Es de tipo explicativa al dar a conocer las variaciones entre un tiempo y otro de estudio en función de la interacción existente entre variables (Nassaji, 2015).

### **3.3. Alcance temporal**

Es transversal, ya que la batería conformada para este estudio contempla una sola medición para buscar la probable existencia de diferencias en las valoraciones temporales (Gall et al., 2007).

### **3.4. Definición de variables**

A continuación, se da a conocer la declaración conceptual y operativa de las variables implicadas en el estudio en consideración al procedimiento empleado por Enríquez (2020) para la declaración de variables.

Tabla 2.

*Matriz de agrupación de variables implicadas en el programa de intervención*

<b>Variable</b>	<b>Dimensión</b>	<b>Conceptualización</b>	<b>Tipo</b>	<b>Medida</b>	<b>Indicador</b>	<b>Fuente.</b>
Programa dual de educación física para primaria “ educación física en confinamiento”	TIC	Tecnologías de la información y la comunicación.	Cualitativo.	Nominal.	Uso de recursos necesarios para la manipulación de la información.	Programa “ GOCAN” de educación física para primaria
	TAC	Tecnologías para el aprendizaje y el conocimiento	Cualitativo.	Nominal.	Desarrollo de una cancha virtual basada en metodologías activas	
	TEP	Tecnologías para el empoderamiento y la participación.	Cualitativo.	Nominal.	Participación en los entornos colaborativos de trabajo	
	AFMV	Actividad física moderada a vigorosa.	Cualitativo.	Escala.	180 minutos semanales de practica de actividad física moderada a vigorosa	

Tabla 3.

*Matriz de variables dependientes implicadas en el estudio.*

<b>Variable</b>	<b>Dimensión</b>	<b>Conceptualización</b>	<b>Tipo</b>	<b>Medida</b>	<b>Indicador</b>	<b>Fuente.</b>
Dominio de competencias	Nivel	Nivel que describe el estatus de dominio hacia una competencia en relación el nivel de conocimiento, actuación y reflexión.	Cualitativo	Nominal	Nivel inicial, básico, autónomo y estratégico.	Tobon (2008)
Actividad física	MVPA.	Actividad física moderada a vigorosa.	Cuantitativo	Escala.	Minutos por día Minutos por semana.	OMS, 2018
Motivación de logro	Compromiso y entrega en el aprendizaje.	Hace referencia a la disposición a aprender desde una entrega y participación constante	Cualitativo	Nominal	+75	AMPET (Ostrow, 1996).
	Competencia motriz percibida	Percepción de logro y capacidad de realizar las tareas que se presentan en los juegos.			+35	
	Ansiedad ante el error y situaciones de estrés.	Estado de alerta y predisposición al error ante situaciones que generan incertidumbre			+75	

### 3.5. Lugar y tiempo

El estudio se desarrolló en una escuela primarias del Estado de Zacatecas pertenecientes a la región 11 del municipio de Sombrerete Zacatecas, durante el ciclo escolar 2020 – 2021.

### 3.6. Población

La población de estudio, integro el total de sujetos (105), los cuales son expresados a continuación en la tabla 4, misma que da cuenta de la proyección de la población en función del género, en la cual se destaca una mayor presencia de niñas que niños.

Tabla 4

*Distribución de la población en función del ciclo educativo*

<i>Género.</i>	<i>Ciclo</i>			<i>Total</i>
	<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>	
Hombres	15	18	15	48
Mujeres	17	23	17	57
Total	32	41	32	105

*Nota: 1=Primer ciclo (primer y segundo año) 2=Segundo ciclo (Tercer y cuarto año) 3=Tercer Ciclo (Quinto y Sexto)*

### 3.7. Tipo de muestreo

Para la selección de la muestra, se empleó un tipo de muestreo no probabilístico por bola de nieve (Otzen & Manterola, 2017) de carácter intencionado, al tomarse como referencia a niños en edad escolar (6 a 12 años), eligiéndose a través de un análisis en línea.

### **3.8. Criterios de selección**

A continuación, se exponen los aspectos establecidos como parte del estudio, para determinar la presencia o ausencia de cada caso, es decir lo que permitió incluirlos o excluirlos en la investigación (Arias et al., 2016),

#### **3.8.1. Inclusión**

- Haber asistido y cubierto las actividades del programa.
- Declarar bajo manifiesto estar de acuerdo con la participación.
- Estar en el rango de edad al que corresponde el estudio.
- Contar con cuenta de correo electrónico y Messenger Facebook.

#### **3.8.2 Exclusión**

- No haber cubierto en su totalidad las actividades
- No haber firmado la carta de autorización para participar en el estudio.
- Estar en un rango de edad que no corresponde al estudio.
- No contar con cuenta de correo electrónico y Messenger Facebook.

### 3.9. Conformación de la muestra

Estuvo conformada por 28 sujetos, 14 niñas y 14 niños pertenecientes las dos escuelas primarias de análisis.

Tabla 5

*Distribución de la muestra en función del género y el grupo de trabajo*

<i>Género.</i>	<i>Grupo de Trabajo</i>		<i>Total</i>
	<i>GE</i>	<i>GC</i>	
Hombres	8	6	14
Mujeres	6	8	14
Total	14	14	28

*Nota: GC. Grupo Control; GE. Grupo Experimental*

### 3.10. Unidades de análisis

Los elementos para considerar como parte del modelo operativo del estudio (Morone, 2013) contemplan las siguientes unidades de análisis en función de cada variable:

Tabla 6

*Unidades de análisis de las variables implicadas en el estudio.*

<i>Variable</i>	<i>Unidad de análisis</i>
Dominio de competencia	Niveles de dominio
Características de la actividad física.	La actividad física desde el IPAQ
Motivación de logro.	Dimensiones de análisis con escala estimativa

### **3.11. Instrumentos y procedimientos de las variables implicadas en el estudio**

Fueron elegidos varios instrumentos para la atención de cada una de las variables en función de sus características propias, mismas que a continuación se enuncian:

#### **3.11.1. Dominio de competencias.**

Para esta variable fueron creadas rubricas holísticas de tres dimensiones; actitudinal, conceptual y procedimental basadas en los niveles de dominio según Tobón & Posada (2008) para medir el aprendizaje sobre los contenidos relacionados a la educación física con cuatro niveles:

- Inicial receptivo
- Básico
- Autónomo
- Estratégico

#### **3.11.2. Variables que integran las características de la actividad física.**

Se empleó el cuestionario IPAQ (Cuestionario de Actividad Física) (Anexo 6), el cual incluía preguntas sobre el tipo y la frecuencia de la actividad física. La cual es clasificada en 4 categorías: sedentaria, baja, moderada y vigorosa.

El IPAQ, fue integrado a la batería por confinamiento, misma que a su vez contemplo como elementos complementarios a IPAQ, tales como a medios de transporte y personas con las que realiza ejercicio físico. Respecto a la aplicación, se precisaron instrucciones para el padre de familia para su correcto llenado.

Para la conversión a Actividad Física Moderada Vigorosa, se conjuntaron los minutos de actividad moderada a vigorosa. En este tenor se estimaron minutos por día, minutos por semana y análisis de la frecuencia de realización. Cada una de ellas como variables numéricas en escala.

### **3.11.3. Motivación de logro.**

Para la variable de motivación de logro hacia la clase de educación física se utilizó el Cuestionario AMPET (Achievement Motivation in Physical Education Test) por sus siglas en inglés, traducido al español como el Instrumento para Evaluar la Motivación de Logro para el Aprendizaje en Contextos de Educación Física. (Anexo 5). Dicho cuestionario recogido por Arista (2010) quien cita a Ostrow (1996, pp. 3-4) en su directorio de test psicológicos en el ámbito de las ciencias del deporte, consta de 37 preguntas con una escala de valor de 1 a 5, mismas que se agrupan en tres dimensiones:

- Compromiso y entrega en el aprendizaje con 15 ítems (15-75 pts).
- Competencia motriz percibida con 7 ítems (7-35 pts).
- Ansiedad ante el error y las situaciones de estrés con 15 ítems (15-75 pts).

### **3.12. Consideraciones éticas**

Para el presente estudio se diseñó un consentimiento informado, el cual fue dado a conocer y firmado por los padres de familia quienes son quienes llevan la custodia legal de sus hijos, informándoseles las actividades en las que habría de participar cada uno de los involucrados (Enríquez, 2020).

### **3.13. Análisis de Datos**

La información procedente de la batería y cuestionarios fueron verificados luego de ser recabado para posteriormente ser introducidos al paquete estadístico SPSS versión 24; tras ello se revisaron los siguientes análisis:

1. Detección de datos atípicos y normalidad.
2. Cálculo de frecuencias y porcentajes desde estadística descriptiva.
3. Análisis intra e intergrupos con pruebas de significancia.
4. Análisis categórico en función de cada dimensión del modelo ASSURE.

### 3.14. Programa GOCA para educación física en primaria

Ante la situación enunciada previamente, se presentan en las siguientes tablas (7, 8 y 9) las intencionalidades globales, en las cuales está adscrito el presente proyecto. Cabe destacar que tanto las características propias del análisis de la tecnología, del profesor y del contexto institucional, son el punto de partida de la propia movilización de saberes desde el modelo dual.

Tabla 7

*Características y consideraciones para el análisis y selección de la tecnología educativa*

<i>Tipos y características de la tecnología educativa a emplear.</i>		
<b>Tipo</b>	<b>Características</b>	<b>Medio de ejecución.</b>
TICS	Conectividad y enlace para la mejora de los procesos elementales en la manipulación de la información.	Celular, dispositivos de almacenamiento (USB), pantalla.
TACS	Serie de metodologías en escenarios tecnológicos que permiten poner en juego el objeto de conocimiento de la asignatura.	Videos tutoriales, gamificación, sesiones virtuales de educación física. Video grabaciones.
TEPS	Entornos desde los cuales se busca la participación y colaborativa.	Creación de un chat de Whatsapp, blog, foro y página de la clase de educación física.

Tabla 8

*Análisis del profesor y el contexto institucional*

<b>Parámetro de Análisis.</b>	<b>Dimensión</b>	<b>Descripción</b>
<b>El profesor</b>	Postura epistemológica hacia la TIE.	Se hace necesario realizar una ingeniería de saberes desde el surgimiento de un programa que permita comprender cual es el objeto tanto de enseñanza como de estudio de la educación física en momentos de confinamiento.
	Enfoque pedagógico.	Una perspectiva constructivista que le permita integrar la participación tanto sincrónica como asincrónica; el estilo de enseñanza está basado en la resolución de problemas.
	Postura didáctica	El docente ha de optar por emplear herramientas de diseño, así como realizar transposición didácticas y diseño de secuencias didácticas basadas en un modelo situacional
	Competencias docentes.	Debe ser tener conocimientos amplios sobre la tecnología educativa sobre sus distintas facetas tanto en lo conceptual como en lo operativo referente al desarrollo de escenarios para el aprendizaje como para el empoderamiento y la participación. El docente cuenta también con un conocimiento disciplinar amplio que dé cuenta de la postura respecto al objeto de estudio y de enseñanza de la educación física.
<b>Contexto institucional</b>	<p>Cuando se habla del contexto institucional, se refiere a todo aquel entorno que rodea la escuela, en la que hay diversos factores en los que se puede hacer análisis, tales como la localización de la comunidad, el nivel socioeconómico, etc. Es decir, todo aquello que se relacione con el rendimiento académico, emocional y físico de los niños.</p> <p>Las escuelas en las que se implementará el proyecto de tecnología educativa son pertenecientes a dos comunidades del Municipio de Sombrerete. Por una parte, se cuenta con una escuela ubicada en la localidad Corrales, llamada “Joaquín Amáro”. Se encuentra ubicada a unos 100 km de la cabecera municipal a las orillas de la sierra, debido a su localización, el servicio de red telefónica, así como de internet, es escaso. En cuanto a su estructura organizativa es de organización completa, cuenta con una matrícula de 120 alumnos, todos ellos pertenecientes a dicha comunidad.</p> <p>Por otra parte, se tiene la escuela llamada “Joaquín Amaro”, ubicada a 90 km de la cabecera municipal, es de Pentadocente y cuenta con una matrícula de 120 alumnos.</p> <p>Ambas escuelas presentan la misma área de oportunidad con relación a la dificultad para el acceso a internet, son unas de las comunidades más alejadas de la cabecera municipal y de las cuales los servicios tanto telefónicos, como de luz y agua potable, sufren escasez.</p>	

### **3.14.1 A). Análisis de la audiencia.**

En el encuadre desde el modelo ASSURE, el paso de inicio corresponde al análisis de la audiencia. En torno a ello la educación física en la educación básica se encuentra circunscrita tres grandes bloques: preescolar, primaria y secundaria. La educación primaria por su parte agrupa en ciclos dos grados escolares, los cuales convergen en expectativas comunes las intencionalidades didácticas.

A continuación, se describe grosso modo los rasgos constitutivos de los estudiantes, padres de familia, saberes previos, competencias de entrada, y los estilos de aprendizaje.

#### ***3.14.1.1 Características generales del estudiante.***

- Número de estudiantes: 28
- Nivel educativo: Primaria.
- Género: Niños y niñas.
- Rango de edad: 3er ciclo de primaria 10 y 11 años (Alumnos).
- Características especiales: Al ser un enfoque dual que integra la orientación a padres y/o madres de familia, las características de los padres de familia son:
  - Número de padres: 30
  - Escolaridad: primaria, secundaria y preparatoria.
  - Género: Hombres y mujeres.
  - Rango de edad: 30 – 35 años.
  - Mecanismo básico de comunicación: WhatsApp y Messenger Facebook.

### ***3.14.1.2 Competencias de entrada del estudiante: ¿Qué habilidades o competencias debe tener el estudiante de entrada?***

De acuerdo con la Secretaría de Educación Pública (2018) en el documento denominado aprendizajes clave para la educación física en educación básica, se parte del reconocimiento que la Educación Física tiene como forma de intervención pedagógica que contribuye a la formación integral de niñas, niños y adolescentes al desarrollar su motricidad e integrar su corporeidad. Para lograrlo, motiva la realización de diversas acciones motrices, en un proceso dinámico y reflexivo, a partir de estrategias didácticas que se derivan del juego motor, como la expresión corporal, la iniciación deportiva y el deporte educativo, entre otras. Constituye en la escuela el espacio curricular que moviliza el cuerpo (corporeidad y motricidad) y permite fomentar el gusto por la actividad física.

Al ser un área eminentemente práctica brinda aprendizajes y experiencias para reconocer, aceptar y cuidar el cuerpo; explorar y vivenciar las capacidades, habilidades y destrezas; proponer y solucionar problemas motores; emplear el potencial creativo y el pensamiento estratégico; asumir valores y actitudes asertivas; promover el juego limpio; establecer ambientes de convivencia sanos y pacíficos; y adquirir estilos de vida activos y saludables, los cuales representan aspectos que influyen en la vida cotidiana de los estudiantes.

### ***3.14.1.3 Propósitos para la educación primaria***

1. Reconocer e integrar sus habilidades y destrezas motrices en situaciones de juego motor e iniciación deportiva.
2. Canalizar y demostrar su potencial expresivo y motriz al participar y diseñar juegos y actividades donde requieren comunicarse e interactuar con otros.
3. Resolver y construir retos mediante el pensamiento estratégico y el uso

creativo de su motricidad, tanto de manera individual como colectiva.

4. Demostrar y distinguir actitudes para preservar su salud mediante la práctica de actividades físicas y la toma de decisiones informadas sobre hábitos de higiene, alimentación y prevención de riesgos.

5. Asumir y percibir actitudes asertivas y valores que favorecen la convivencia sana y pacífica, y el respeto a los demás en situaciones de juego e iniciación deportiva.

En tal sentido la intervención en educación física parte de atender tres componentes didáctico-pedagógicos centrales: desarrollo de la motricidad, integración de la corporeidad y creatividad en la acción motriz.

En este sentido y como parte del actual proyecto de intervención que contempla la participación con alumnos de 3er ciclo, se habrá de dar atención al componente desarrollo de la motricidad, el cual parte de reconocer para como competencias de ingreso (saberes declarados para el 2do ciclo) en el área:

- Coordina patrones básicos de movimiento en actividades y juegos que implican elementos perceptivo-motrices, con el propósito de fomentar el control de sí y la orientación en el espacio.
- Ajusta la combinación de distintos patrones básicos de movimiento en actividades y juegos individuales y colectivos, con el objeto de responder a las características de cada una.

#### ***3.14.1.4 ¿Qué tiene que saber antes de iniciar la educación física en educación primaria?***

Al ser una combinación de uso de tecnologías con fines educativos, habrán de existir otros saberes y competencias genéricos que de acuerdo con la SEP (2018) un alumno habrá de: “Integrar y aplicar saberes para hallar opciones de intervención en situaciones problemáticas de su contexto cercano, asociadas a la ciencia y la tecnología”

Por su parte se hace mención que en lo que a los padres de familia compete, se reconoce el papel mediador que en conjunto con el facilitador y experto en el área habrán de potenciar las posibilidades de aprendizaje de los alumnos.

En dicho cometido, la orientación a los padres de familia requiere de iniciar con una habilitación que les de las bases para la promoción de actividad física con sus hijos, así como también el conocimiento de algunas tecnologías y dispositivos que habrían de emplearse en el cometido del logro de competencias.

#### ***3.14.1.5 Estilos de aprendizaje.***

Como acción inicial previa al inicio del ciclo escolar, fue enviado a padres de familia, maestro y supervisión escolar, el inventario VAK (Visual, Auditivo, Kinestésico) de estilos de aprendizaje el cuál con base en una serie de ítems, determina la orientación a un determinado estilo de aprendizaje por parte de los alumnos. En dicho sentido, los alumnos participantes manifestaron los siguientes resultados.

Figura 2

Estilos de aprendizaje de los alumnos de 3er ciclo en la clase de educación física desde el inventario VAK

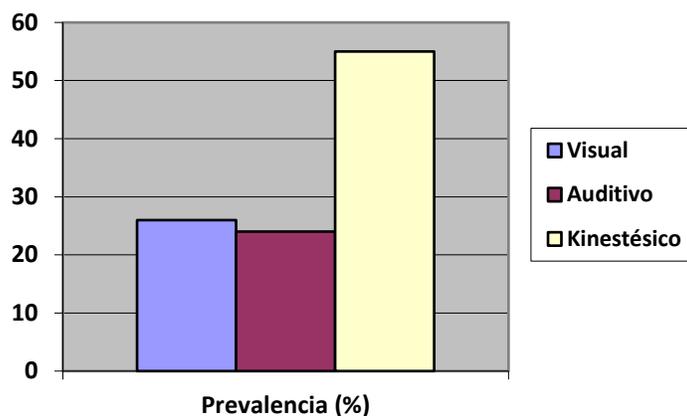
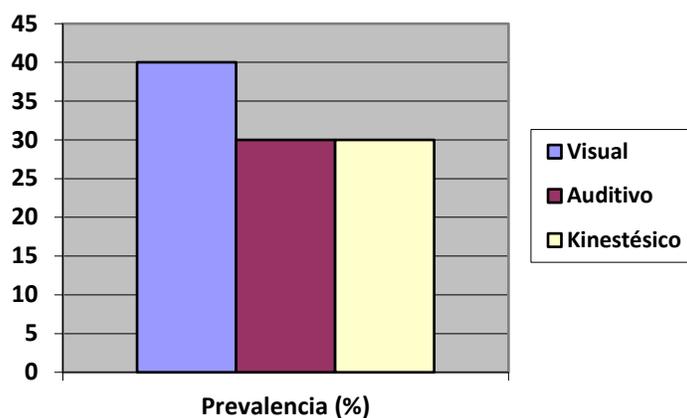


Figura 3

Estilos de aprendizaje de los padres de familia de 3er ciclo en la clase de educación física desde el inventario VAK



Los resultados exponen diferencias en la tipología de estilo de aprendizaje de los padres de familia (Figura 2 y Figura 3), donde se destaca una mayor prevalencia de estilos visuales en padres, mientras que en alumnos de tipo kinestésico.

### 3.14.2 S) Formulación de objetivos.

Si bien la educación física tradicional conllevaba un modelo de enseñanza basado en la reproducción visual, lo cual implicaba que un especialista en el área ante un grupo de alumnos, en la presente intervención se pretende dar atención a ello desde un empoderamiento a los padres de familia. En las siguientes tablas se dan a conocer los pormenores.

Tabla 9

Elementos constitutivos de la asignatura de educación física en educación básica.

Datos de identificación de la asignatura		
<b>Nombre de la materia:</b> Educación Física.		<b>Clave:</b> E.F.
Secretaría de Educación Pública.		Subsecretaria de Educación Básica: Nivel Primaria.
<b>Área de desarrollo:</b> Desarrollo personal y para la convivencia.		
Desde la dinámica de trabajo de la misma asignatura se abordan saberes de manera transversal de distintos ámbitos tales como el que corresponde a habilidades digitales al emplear distintos medios tecnológicos para comunicarse; en lo que respecta al ámbito de convivencia y ciudadanía desde la participación en actividades que resaltan el carácter histórico y nacional, desarrollar su identidad como persona y reconocimiento de las potencialidades de los demás.		
<b>Carácter:</b> Básica	<b>Modalidad de trabajo:</b> Práctica	<b>Valor en créditos:</b> n/a.
Ciclo escolar 2020-2021.	<b>Orientación:</b> Práctica	Número de unidades: 3
<b>Duración del proyecto:</b> 3 meses	<b>Número de horas por semana:</b> 2	<b>Numero de semanas por unidad:</b> 4
<b>Página web de la materia:</b> <a href="https://classroom.google.com/c/MTgzMDg0OTQ4ODIx?cjc=eyolhvo">https://classroom.google.com/c/MTgzMDg0OTQ4ODIx?cjc=eyolhvo</a>		
<b>Titular de la asignatura:</b> L.E.F. Nancy Ana Gabriela González Caldera		
<b>Prerrequisitos para cursar la materia:</b> Educación física preescolar.		

*Denominación del curso: Educación física en primaria desde un modelo de intervención híbrido con enfoque dual hacia alumnos y padres de familia*

Los presentes objetivos responden a un nivel posterior de concreción de la postura oficial plasmada en los aprendizajes esperados, los cuales están declarados en una redacción futuro inmediato al dar cuenta de una postura a mediano plazo... Para ello, se toma como referencia la integración de conceptos, procedimientos y actitudes... En correspondencia a los alumnos y al eje; esta propuesta integra a alumnos de tercer ciclo de primaria en el eje pedagógico: competencia motriz.

Tabla 10

*Organización de los aprendizajes con relación al planteamiento del programa.*

Eje pedagógico: competencia motriz.		
Componente pedagógico-didáctico: Desarrollo de la Motricidad.		
<b>Aprendizajes esperados globales.</b>	<b>Componentes del aprendizaje esperado.</b>	<b>Aprendizaje esperado transpuesto.</b>
Adapta sus capacidades, habilidades y destrezas motrices al organizar y participar en diversas actividades recreativas, para consolidar su disponibilidad corporal.	Identifica sus habilidades motrices al participar en actividades lúdico-recreativas para consolidar su disponibilidad corporal dentro de juegos cooperativos.	Explora la combinación de los patrones básicos de movimiento en diferentes actividades y juegos para favorecer el control de sí.  Explora sus habilidades motrices al participar en situaciones que implican desplazamientos y manejo de objetos.
	Ajusta el empleo de sus habilidades motrices al participar en juegos que implica el manejo de su corporeidad dentro de juegos modificados.  Describe las habilidades motrices empleadas al participar en juegos, dentro de una historia lúdica.  Analiza el estatus que guardan sus habilidades motrices luego de haber participado en actividades lúdicas y lo expresa como parte de una reflexión personal.	
Evalúa su desempeño a partir de retos y situaciones de juego a superar por él, sus compañeros o en conjunto, con el propósito de sentirse y saberse competente.	Describe su participación y la de sus compañeros dentro de situaciones de juego mediante dibujos integran la lógica propia de los juegos.	Integra sus habilidades motrices en retos y situaciones de juego e iniciación deportiva, con la intención de reconocer sus límites, posibilidades y potencialidades.
	Clasifica su participación en los juegos, dando a conocer sus fortalezas y debilidades en una matriz de impacto en el juego.	

### **3.14.3 S) Métodos, medios y tecnologías.**

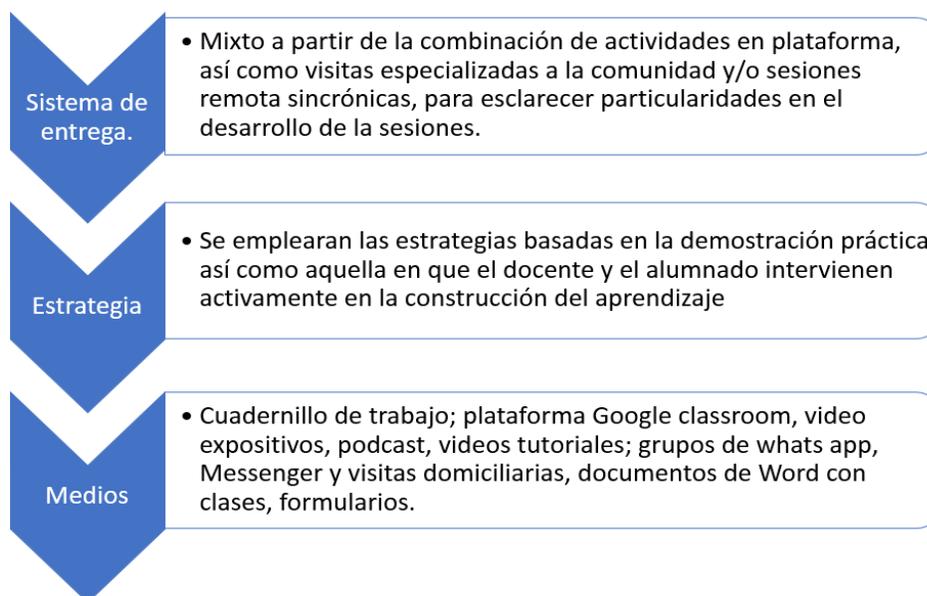
Si bien la educación física tradicional conllevaba un modelo de enseñanza basado en la modelación, lo cual implicaba que un especialista en el área ante un grupo de alumnos diera a conocer las características de una determinada tarea a realizar y posteriormente someterla a práctica. En la época actual sea por pandemia o bien por el surgimiento de nuevas didácticas, la educación física puede valerse de la teoría de la tecnología informática aplicada a la educación, para entonces poder diseñar nuevos escenarios que permitan llevarla a cabo sin que se desarrolle necesariamente bajo el modelo tradicional.

La docencia de la educación física en función de la audiencia en la que se implementó el proyecto, del conocimiento global de los estudiantes, en ese sentido son estudiantes que están en dos comunidades del municipio de Sombrerete, en torno a ello las visitas domiciliarias mensuales forman parte de la organización del curso, al considerarse como eje central en la orientación tanto a padres de familia como a los alumnos sobre las implicaciones propias del curso y por otro lado en torno a capacitación respecto al uso de algunos otros medios tales como la plataforma de classroom y los formularios.

Abrirse paso a una resolución de problemas, es consecuencia de un primer momento en la cual, mediante la demostración expresada en videos tutoriales o expositivos, los alumnos adoptan una conducta o acción respecto a una consigna; posterior a ello los habrán de realizar las acciones de manera independiente una vez que cuentan con el referente que les permita movilizar sus propios conocimientos sobre lo que se realiza. Por su parte los medios solicitados obedecen a la facilidad tanto de uso como disponibilidad y conocimiento que los padres y madres dieron a conocer al inicio del curso para su implementación.

Figura 4

Encuadre de acciones en torno al curso Educación Física en Educación Primaria desde el Programa GOCA.



Fuente: elaboración propia

El conocimiento de lo métodos, materiales y medios permite por otro lado ir engarzando la intencionalidad didáctica expresada en el objetivo con el actuar de los alumnos en lo cotidiano.

A continuación, se enuncian las características generales del programa de intervención, las cuales van desde la descripción de los rasgos generales de la asignatura), la organización de los saberes en la unidad didáctica (Tabla 11 y 12).

### **3.14.4 U) Uso de métodos, tecnologías y materiales.**

La unidad didáctica como mecanismo de intervención, basa su estructuración en un enfoque constructivista en el que enuncian tanto las intencionalidades como los recursos a emplear como parte del propio ejercicio docente.

La temporalidad en la intervención demarca contar con bloques de trabajo denominados trimestres, ante los cuales, durante un ciclo escolar, se contará con tres bloques distribuidos en los periodos septiembre-noviembre; noviembre-marzo y marzo-junio

A continuación, se exponen dos unidades didácticas, las cuales están dirigidas a la atención del componente pedagógico desarrollo de la motricidad, mismo aborda el desarrollo de habilidades motrices básicas en escenarios que implican vivenciar retos y situaciones que conllevan al reconocimiento de sus propias capacidades y las de los demás.

Cada unidad es dada a conocer de manera directa a padres de familia, así como también se carga previamente a la plataforma Classroom en la cual los padres puedan contar con el soporte necesario para afrontar su labor como mediadores del posible aprendizaje de sus hijos.

Para la formulación de ambas unidades didácticas se parte del hecho que forman parte del bloque de trabajo que se desprende del eje desarrollo de la motricidad en educación primaria. Cuentan también con una rubrica analítica que se desprende de la caracterización de 4 niveles de dominio en función de cada aprendizaje esperado seleccionado.

### 3.14.4.1 Unidad didáctica 1.

<b>UNIDAD DIDACTICA "Rush de Motricidad"</b>			
<b>Docente: LEF. Nancy Ana Gabriela González Caldera.</b>			
<b>NIVEL:</b> Primaria	<b>ESCUELA:</b> Joaquín Amaro		
<b>No. De sesiones:</b> 5	<b>LUGAR:</b> Sombrerete, Zacatecas	<b>DURACION:</b> 40 min por sesión	<b>Periodo:</b> Septiembre- Octubre
<b>Aprendizajes esperados.</b>		<p><b>Componente pedagógico:</b> Desarrollo de la motricidad.</p> <p><b>CONCEPTOS</b> Habilidades motrices básicas enfocadas a los lanzamientos, saltos y desplazamientos.</p> <p><b>PROCEDIMIENTOS</b> Experimenten y conozcan diversos tipos de juegos y manejo de objetos</p> <p><b>ACTITUDES</b> Disposición a la práctica de actividad física; reconocimiento al papel de la clase de educación física en su vida cotidiana.</p>	
Explora la combinación de los patrones básicos de movimiento en diferentes actividades y juegos para favorecer el control de sí.			
Explora sus habilidades motrices al participar en situaciones que implican desplazamientos y manejo de objetos.			
Integra sus habilidades motrices en retos y situaciones de juego e iniciación deportiva, con la intención de reconocer sus límites, posibilidades y potencialidades.			
<b>Productos.</b>			
<b>1er momento.</b>	Descripción sobre el desempeño del niñ@ durante la actividad y cuál de las actividades se le dificultó o facilitó más.		
<b>2do momento</b>	Relato sobre ¿Cuál fue la estrategia utilizada para que el calcetín lograra detenerse o caer en las hojas de papel?		
<b>3er momento.</b>	Dibujo que relate el proceso que implico hacer más complejo el ejercicio.		
<b>Estrategias didácticas para emplear.</b>			
Juego simbólico, circuitos de acción motriz; grandes juegos.			
<b>Recursos de interacción informática.</b>			
Correo Electrónico; grupo de WhatsApp; Messenger Facebook, mensajes SMS.			
<b>Dirección URL del Aula Virtual.</b>			
<a href="https://classroom.google.com/c/MTgzMDg0OTQ4ODIx?cjc=eyolhvo">https://classroom.google.com/c/MTgzMDg0OTQ4ODIx?cjc=eyolhvo</a>			

3.14.4.2 Unidad didáctica 2.

<b>UNIDAD DIDACTICA "Pasado y presente de nuestros juegos"</b>			
<b>Docente: LEF. Nancy Ana Gabriela González Caldera.</b>			
<b>NIVEL:</b> Primaria		<b>ESCUELA:</b> Joaquín Amaro	
<b>No. De sesiones:</b> 5	<b>LUGAR:</b> Sombrerete , Zacatecas	<b>DURACION:</b> 40 min por sesión	<b>Periodo:</b> Noviembre
<b>Aprendizajes esperados.</b>		<b>Componente pedagógico:</b> Desarrollo de la motricidad. <b>Organizador curricular transversal</b> <b>Historia:</b> ¿Cómo somos? ¿Qué compartimos? ¿Cómo viven las personas y cómo vivían antes?	
<b>Transversal: Historia.</b> Reconoce características de la vida cotidiana del lugar donde vive y cómo ha cambiado con el tiempo.			
Aplica los patrones básicos de movimiento al relacionar el espacio, tiempo y los objetos que utiliza para responder a las actividades y juegos en los que participa.		<b>CONCEPTOS</b>	Patrones básicos de movimiento para responder a las actividades y juegos. Costumbres y tradiciones hacia el juego.
Distingue las posibilidades y límites de sus habilidades motrices, con la intención de mejorar el control de sí.		<b>PROCEDIMIENTOS</b>	Experimenten y conozcan diversos tipos de juegos y manejo de objetos Representación sobre un hecho del pasado.
Mejora sus capacidades, habilidades y destrezas motrices al participar en situaciones de juego.		<b>ACTITUDES</b>	Disposición a la práctica de actividad física; reconocimiento al papel de la clase de educación física en su vida cotidiana.
<b>Productos.</b>			
<b>1er momento.</b>	Descripción sobre los juegos que practicaban sus antepasados.		
<b>2do momento</b>	Practica de juegos tradicionales		
<b>3er momento.</b>	Representación revolucionaria		
Practica de juegos tradicionales.			
Representación revolucionaria.			
<b>Recursos de interacción informática.</b>			
Correo Electrónico; grupo de WhatsApp; Messenger Facebook, mensajes SMS.			
<b>Dirección URL del Aula Virtual.</b>			
<a href="https://classroom.google.com/c/MTgzMDg0OTQ4ODIx?cjc=eyolhvo">https://classroom.google.com/c/MTgzMDg0OTQ4ODIx?cjc=eyolhvo</a>			

Tabla 11

*Organización general unidad didáctica 1: Rush de educación física.*

Unidades	Temas	Tipo de recurso informático	Actividades/estrategias	Aprendizajes esperados	Horas Semana/mes	Número de semanas
<b>Unidad 1: Rush de educación física</b>	Habilidades motrices básicas.	Se comparte la actividad (pdf y jpeg) y se recaba a través de: Correo Electrónico; grupo de WhatsApp; Messenger Facebook, mensajes SMS.  Infografías y videos informativos sobre el tema.	Juego simbólico, circuitos de acción motriz; grandes juegos.	Explora la combinación de los patrones básicos de movimiento en diferentes actividades y juegos para favorecer el control de sí.  Explora sus habilidades motrices al participar en situaciones que implican desplazamientos y manejo de objetos.  Integra sus habilidades motrices en retos y situaciones de juego e iniciación deportiva, con la intención de reconocer sus límites, posibilidades y potencialidades.	2/8	5

Tabla 12

*Organización general unidad didáctica 2: presente y pasado de nuestros juegos.*

Unidades	Temas	Tipo de recurso informático	Actividades/estrategias	Aprendizajes esperados	Horas semana	Número de semanas
<b>Unidad 2: Pasado y presente de nuestros juegos</b>	<p>T1. Descripción sobre los juegos que practicaban sus antepasados.</p> <p>T2. Práctica de juegos tradicionales.</p> <p>T3. Representación revolucionaria</p>	<p>Se comparte la actividad (pdf y jpeg) y se recaba a través de: Correo Electrónico; grupo de WhatsApp; Messenger Facebook, mensajes SMS.</p> <p>Infografías y videos informativos sobre el tema.</p>	<p>Juego simbólico, circuitos de acción motriz; juegos tradicionales.</p>	<p>Aplica los patrones básicos de movimiento al relacionar el espacio, tiempo y los objetos que utiliza para responder a las actividades y juegos en los que participa.</p> <p>Distingue las posibilidades y límites de sus habilidades motrices, con la intención de mejorar el control de sí.</p> <p>Mejora sus capacidades, habilidades y destrezas motrices al participar en situaciones de juego.</p>	2/8	3

### 3.14.5 R) Requisición de participación.

En esta dimensión de la intervención, se enuncian cada uno de los agrupamientos de actividades, mismos que se encuentran en correspondencia con las intencionalidades propias de cada unidad didáctica.

Es de destacar que en apego al modelo híbrido, se cuentan con actividades en las cuales de tanto de manera sincrónica como asincrónica, los estudiantes emprenden su recorrido formativo, para culminar su participación con el envío de una evidencia que constate lo realizado a lo largo de cada semana de trabajo.

Los mecanismos de entrega corresponden a: entrega en plataforma, vía WhatsApp, Messenger Facebook y de manera física en cuadernillo, ello en función de las posibilidades de cada alumno.

Tabla 13

*Elementos que integran la requisición de participación hacia intervención.*

<b>Unidad 1:</b>	<b>Unidad 2:</b>
<b>Rush de educación física</b>	<b>Pasado y presente de nuestros juegos</b>
( x ) Creación de perfil del estudiante.	( x ) Ejercicios físicos.
( x ) Ejercicios físicos.	( x ) Autoevaluaciones.
( x ) Autoevaluaciones.	( x ) Envío de tareas.
( x ) Envío de tareas.	( x ) Participación en concurso virtual
( x ) Participación en concurso virtual	( x ) Actividades de consulta en la Web.
( x ) Actividades de consulta en la Web.	( x ) Generación de productos multimedia.
( x ) Generación de productos multimedia.	( x ) Cuadernillo de trabajo.
( x ) Cuadernillo de trabajo.	

**Nombre de la docente:** L.E.F. Nancy Ana Gabriela González Caldera.

**SEMANA 1:** Del 28 de septiembre al 03 de octubre.

**Grado y grupo:** 5 y 6° "A".

**Aprendizaje esperado:**

Integra sus habilidades motrices en retos y situaciones de juego e iniciación deportiva, con la intención de reconocer sus límites, posibilidades y potencialidades.

### SESIÓN 1

**Material:**

16 círculos de 20 cm de diámetro.

Colores o plumones (azul, amarillo, rojo y verde).

**Inicial:**

El niño o niña debe realizar un calentamiento previo, moviendo las distintas partes de su cuerpo.

**Medular:**

- Hacer 16 círculos de 20 cm de diámetro:  
4 verdes, 4 rojos, 4 azules, 4 amarillos.
- Colocarlos en el piso, formando 4 filas de colores, separando 20 cm cada círculo.

El niño se pondrá frente a los círculos y debe realizar lo siguiente:

1. Colocar el pie izquierdo en el color amarillo.
2. Colocar mano derecha en color amarillo.
3. Colocar mano izquierda en el rojo.
4. Colocar pie derecho en el rojo.
5. Mano izquierda en el verde.
6. Cabeza en el rojo.



7. Pie izquierdo en el rojo.
8. Mano derecha en el rojo.
9. Pie derecho rojo
10. Mano izquierda rojo.
11. Cabeza en el azul.
12. Pie izquierdo azul.

El alumno debe experimentar colocando las partes del cuerpo en los colores que elija, tratando de hacerlo lo más difícil posible.

Cierre:

1. Realiza un dibujo en tu cuaderno de la actividad que realizaste.

**Nombre de la docente:** L.E.F. Nancy Ana Gabriela González Caldera.

**SEMANA 2:** Del 05 al 09 de octubre del 2020.

**Grado y grupo:** 3° y 4° “A”.

**Aprendizaje esperado:**

"Integra sus habilidades motrices en retos y situaciones de juego, con la intención de reconocer sus límites, posibilidades y potencialidades”.

### SESIÓN 2

**Material:**

- 14 vasos desechables, de plástico o botellas de plástico pequeñas. (No comprar los vasos, utilizar de los que tenga en casa).
- Un peluche o juguete.

**Inicial:**

Realizar calentamiento previo: movimientos de las distintas partes de su cuerpo, comenzando por la cabeza.



**Medular:**



La siguiente actividad debe realizarse con algún integrante de su familia.

1. Colocan el peluche o juguete en algún lugar que no quede muy lejos de ellos.
2. Cada uno con 7 botellas o vasos.
3. A la indicación, deben tomar una botella o vaso, correr 4 metros y colocarlo en el piso.
4. Regresar por otra botella o vaso e ir a ponerla donde está la otra (no tan juntas).
5. Cuando termine de colocar todas las botellas o vasos en fila, deben correr a tocar el juguete.
6. Gana el que logre terminar primero de colocar todos los vasos y que toque el juguete.

Ya que los vasos están en fila, ahora la actividad consiste en ir por los vasos (sólo llevando de 1) y regresarlos a su lugar.

7. Ahora gana el que los logre quitar todos primero.

Nota: se debe realizar varias veces, en una los pondrá, en otra los quitarán, luego los vuelven a poner y así sucesivamente, de preferencia realizarlo 10 veces, gana el jugador que tenga más puntos.

Cierre:

El niño o niña debe realizar estiramientos de las distintas partes de su cuerpo.

Escribir en su cuaderno las siguientes preguntas y responderlas:

1. ¿Fue cansada la actividad? ¿Por qué?
2. ¿Utilizaste alguna estrategia para poner o quitar más rápido los vasos o botellas?
3. ¿Quién de los dos jugadores ganó y por qué razón?

<b>Nombre de la docente:</b> L.E.F. Nancy Ana Gabriela González Caldera.
<b>SEMANA 3:</b> Del 12 al 16 de octubre del 2020.
<b>Grado y grupo:</b> 5 y 6° “A”.
<b>Aprendizaje esperado:</b> Integra sus habilidades motrices en retos y situaciones de juego e iniciación deportiva, con la intención de reconocer sus límites, posibilidades y potencialidades.
<b>SESIÓN 3.</b>
Material: 2 globos.
Inicial: El niño o niña debe realizar un calentamiento previo, moviendo las distintas partes de su cuerpo.
Medular: Las siguientes actividades se realizan 10 veces cada una, manteniendo el globo en el aire y sin que toque el piso:
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Golpear globo con la cabeza.</li> <li>2. Golpear con rodillas.</li> <li>3. Golpear con pie derecho.</li> <li>4. Golpear con pie izquierdo.</li> <li>5. Golpear hacia arriba con el pie, tocar el piso con la mano y volver a golpear el globo.</li> </ol>
<b>Utilizando dos globos:</b>
<ol style="list-style-type: none"> <li>6. Mantenerlos en el aire utilizando las partes del cuerpo que quiera.</li> <li>7. Mantenerlos en el aire utilizando únicamente las manos.</li> <li>8. Mantenerlos en el aire utilizando únicamente los pies.</li> <li>9. Mantenerlos en el aire utilizando únicamente las rodillas.</li> <li>10. Golpear globo contra pared utilizando mano derecha.</li> </ol>
Cierre:
11. Golpear globo contra pared utilizando mano izquierda. <b>(El globo debe rebotar, para que pueda seguir golpeándolo).</b>

El alumno debe escribir y responder lo siguiente en su libreta:

- ¿Con qué parte del cuerpo se te dificultó más golpear mantener el globo en el aire?
  - ¿Qué hiciste cuando el globo se alejaba del lugar dónde estabas?
  - ¿Cómo le hiciste para que el globo durara más tiempo en el aire?
- Realiza un dibujo de la actividad realizada.

<b>Nombre de la docente:</b> L.E.F. Nancy Ana Gabriela González Caldera.
<b>SEMANA 4:</b> Del 19 al 23 de octubre del 2020.
<b>Grado y grupo:</b> 5 y 6° “A”.
<b>Aprendizaje esperado:</b> Integra sus habilidades motrices en retos y situaciones de juego e iniciación deportiva, con la intención de reconocer sus límites, posibilidades y potencialidades.
<b>SESIÓN 4. Manipulaciones.</b>
<b>Material:</b> 1 pelota de plástico (Que no sea pelota grande como las saltarinas).
<b>Inicial:</b> El niño o niña debe realizar un calentamiento previo, moviendo las distintas partes de su cuerpo.
<b>Medular:</b> <b>Buscar una pared en la que pueda trabajar, que no sea un espacio muy pequeño (Separarse 2m)</b> Realizar las siguientes actividades 10 veces: <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Lanzar pelota rodando hacia la pared.</li> <li>2. Lanzar rodando y cuando regrese saltarla.</li> <li>3. Lanzar pelota con ambas manos hacia la pared, de modo que rebote y la pueda atrapar.</li> <li>4. Poner alguna marca en la pared (con gis, cinta, etc), separarse y tratar de tocar la marca con la pelota.</li> </ol>
<b>Cierre:</b> Realizar con algún integrante de su familia: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Uno lanza, el otro deja que, de un bote, la atrapa y vuelve a lanzar.</li> <li>• Colocarse de frente y lanzarse la pelota, de modo que la atrape y no toque el piso. Ir aumentando la distancia después de lanzar y atrapar 5 veces.</li> </ul>

<b>Nombre de la docente:</b> L.E.F. Nancy Ana Gabriela González Caldera.
<b>SEMANA 5:</b> Del 26 al 30 de octubre del 2020.
<b>Grado y grupo:</b> 5 y 6° “A”.
<b>Aprendizaje esperado:</b> Integra sus habilidades motrices en retos y situaciones de juego e iniciación deportiva, con la intención de reconocer sus límites, posibilidades y potencialidades.
<b>SESIÓN 5.</b> <b>Manipulaciones.</b>
Material: <ul style="list-style-type: none"> <li>• 10 botellas de plástico (yogurt, coca, etc.)</li> <li>• Un calcetín</li> <li>• Una pelota de plástico no tan grande.</li> <li>• Un tenis.</li> <li>• 20 piedras.</li> </ul>
Inicial: Realizar lo siguiente: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Lanzar y atrapar 5 veces el calcetín.</li> <li>• Lanzar y atrapar 5 veces la pelota de plástico.</li> <li>• Lanzar y atrapar 5 veces el tenis.</li> </ul> Medular: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Colocar las botellas en hilera, separadas a 10 cm cada una, separarse unos 5 metros y poner una marca (desde ahí lanzará), va a lanzar el calcetín rodando, tratando de derribar todas las botellas. El juego termina cuando todas las botellas estén en el piso.</li> </ul>

- Colocar las botellas de la siguiente manera y poner 5 piedras a 5 botellas. (Las que el niño o niña elija, para que estén más pesadas)



Utilizando la pelota, se va a separar de 8 a 10 metros de las botellas y desde ahí la lanzará, tratando de derribar todas las botellas en el menor tiempo posible.

Cierre:

- Colocar las botellas como el alumno o la alumna deseen, separarse de las botellas la distancia que ellos quieran y lanzar desde ahí el tenis, deben buscar que la actividad no sea tan fácil y hacerlo más difícil que las actividades anteriores. Puede incluir otros materiales si así lo desea.

**Escribir y dibujar en su cuaderno qué hicieron para que la última actividad fuera más complicada.**

**Nombre de la docente:** L.E.F. Nancy Ana Gabriela González Caldera.

**SEMANA 7:** 09 al 13 de noviembre del 2020.

**Grado y grupo:** 1°, 2°, 3°, 4°, 5° y 6° “A”.

**SESIÓN 7.  
“VIVIENDO NUESTRAS TRADICIONES”.**

“La forma en como vivimos actualmente, es el resultado de cambios constantes que se han ido presentando a lo largo de la historia. Nuestros papás y abuelos también fueron niños, vivieron tradiciones y costumbres que a la fecha se mantienen”.

Actividad inicial:

Los alumnos deben platicar con sus padres y abuelos para responder a las siguientes preguntas en su cuaderno:

1. ¿Qué es una tradición?
2. ¿A qué jugaban tus padres?
3. ¿A qué jugaban tus abuelos?
4. ¿Cómo eran sus clases de Educación Física?
5. ¿Cuáles juegos les gustaban más?

Actividad medular:

- El alumno o alumna debe elegir alguno de los juegos mencionados por sus padres o abuelos y deberá ponerlo en práctica con ayuda de un familiar.

Actividad de cierre:

Realizar un pequeño dibujo del juego que puso en práctica y explica brevemente en qué consiste.

**Nombre de la docente:** L.E.F. Nancy Ana Gabriela González Caldera.

**SEMANA 8:** 16 al 20 de noviembre del 2020.

**Grado y grupo:** 6° “A”.

### **SESIÓN 08.**

#### **“ANIVERSARIO DE INICIO DE LA REVOLUCIÓN MEXICANA”.**

“La forma en como vivimos actualmente, es el resultado de cambios constantes que se han ido presentando a lo largo de la historia. Nuestros papás y abuelos también fueron niños, vivieron tradiciones y costumbres que a la fecha se mantienen”.

1. Los niños con ayuda de sus padres deben ver el video explicativo sobre “La Revolución Mexicana” y responder a las siguientes preguntas:

- ¿Cómo se llamó el presidente que gobernó por más de 30 años?
- ¿Qué fue lo que hizo Francisco I. Madero?
- ¿Qué sucedió cuando Francisco I. Madero logró escapar de la cárcel?
- ¿Quiénes y cuándo se levantaron en armas?
- ¿Qué se establece en la constitución política?

Después de haber realizado la actividad anterior, deben elegir una de las categorías del concurso sobre la conmemoración del “Aniversario de Inicio de la Revolución Mexicana” y participar, enviando su evidencia a más tardar el viernes a las 8:00 pm.

**Nombre de la docente:** L.E.F. Nancy Ana Gabriela González Caldera.

**SEMANA 9:** 16 al 20 de noviembre del 2020.

**Grado y grupo:** 6° “A”.

**SESIÓN 9.  
“VIVIENDO NUESTRAS TRADICIONES”.**

“La forma en como vivimos actualmente, es el resultado de cambios constantes que se han ido presentando a lo largo de la historia. Nuestros papás y abuelos también fueron niños, vivieron tradiciones y costumbres que a la fecha se mantienen”.

Actividad inicial:

Los alumnos deben platicar con sus padres para responder a las siguientes preguntas **en su cuaderno**:

1. ¿Qué son los juegos tradicionales?
2. Escribe 10 nombres de juegos tradicionales que se conozcan en tu familia o comunidad.  
Puede buscar en internet.

Actividad medular:

- Juegos tradicionales: **Elige uno** de los siguientes juegos y ponlo en práctica con ayuda de algún familiar.

- Bebeleche.
- Los listones.
- La cuerda.

En caso de haber puesto en práctica uno de los antes mencionados en la sesión anterior, ya no lo elijas otra vez.

Actividad de cierre:

Después de haberlo jugado, escribe en tu cuaderno en qué consiste y cómo lo llevaste a cabo.  
Realiza un dibujo de la actividad realizada.

### 3.14.6 E) Evaluación y revisión.

#### 3.14.6.1 Políticas de Evaluación.

Estimados Padres de Familia y Alumnos.

La educación física forma parte de uno de los ejes de desarrollo en el trayecto de formación de los estudiantes en educación básica, mismo que corresponde al desarrollo personal y para la convivencia. La educación física es pues una asignatura fundamental en el curso de la educación primaria. Para ello, se cuenta con tres evaluaciones a lo largo del ciclo escolar, mismas que corresponden a:

- Primer trimestre. 20 de noviembre.
- Segundo trimestre: 12 de marzo.
- Tercer trimestre: 26 de junio.

Si bien los alumnos contarán con una calificación numérica que va de 6 a 10 en donde 6 es la calificación mínima aprobatoria y diez la máxima.

Es importante mencionar que con base en la disposición oficial para evaluación en el ciclo escolar 2020-2021 se informará a su vez considerándose la constancia en la comunicación a partir de los siguientes rubros:

Tabla 14

*Criterios de evaluación en función de la comunicación de los alumnos.*

Indicador	Criterio de evaluación	Registro en boleta
CPS	Comunicación y participación sostenida	Calificación
CPI	Comunicación y participación intermitente	Información insuficiente
CI	Comunicación y participación inexistente	Sin información

Se le comunica que, tras el cruce de dicho lineamiento con las características de la rúbrica de evaluación propia del curso, la representación del número que su hijo obtenga en la calificación estará dada de la siguiente forma:

Tabla 15

*Criterios de evaluación ajustados resultados de rubricas.*

Indicador	Criterio de evaluación	Distinción en rubrica.	Calificación por obtener.	Registro en boleta
CPS	Comunicación y participación sostenida	Estratégico	9 y 10	Calificación
		Básico.	8	
CPI	Comunicación y participación intermitente	Inicial.	7	Información insuficiente
CI	Comunicación y participación inexistente	Sin participación.	6	Sin información

Para que las calificaciones sean consideradas será importante establecer comunicación con la maestra de educación física. En el caso de aquellos alumnos que por razones personales no pueda ingresar a la plataforma, habrán de desarrollar las actividades en los cuadernillos dispuestos para educación física.

Existirá una semana en la cual se revisarán el avance de cada trimestre, para ello se convocará a una reunión informativa sobre los alcances, así como también se establecerán mecanismos remediales.

Para aquellos alumnos que cumplan con las actividades señaladas en tiempo y forma, dispondrán de un espacio de regularización académica en el cual no desarrollarán actividad alguna.

Sin más por el momento les envío un cordial saludo.

Corrales, Sombrerete, Zacatecas.

LEF. Nancy Ana Gabriela González Caldera.

Docente titular de educación física.

### 3.14.6.1 Rubrica de la unidad didáctica “Rush de Educación Física”

CRITERIO	NIVELES DE DOMINIO			
	Nivel estratégico	Nivel básico	Nivel Inicial	Sin participación
<b>Explora la combinación de los patrones básicos de movimiento en diferentes actividades y juegos para favorecer el control de sí.</b>	Combina sus patrones básicos de movimiento en las distintas actividades y manifiesta un control de sí mismo.	Combina sus patrones básicos de movimiento sin llegar a reflexionar o mostrar un control de sí mismo	No combina sus patrones básicos de movimiento en las distintas actividades.	El alumno no participó ni entrego evidencia.
	30	15	5	0
<b>Explora sus habilidades motrices al participar en situaciones que implican desplazamientos y manejo de objetos.</b>	Participa en actividades que implican desplazamiento y manejo de objetos y explora sus habilidades motrices	Participa en las actividades que implican desplazamiento y manejo de objetos sin explorar sus habilidades motrices	No participa en las actividades que implican desplazamientos y control de objetos.	El alumno no participó ni entrego evidencia.
	30	15	5	0
<b>Integra sus habilidades motrices en retos y situaciones de juego e iniciación deportiva, con la intención de reconocer sus límites, posibilidades y potencialidades.</b>	Participa en retos y demuestra las potencialidades de sus habilidades motrices al reconocer sus límites y posibilidades.	Participa en retos y demuestra las potencialidades de sus habilidades motrices sin reconocer sus límites y posibilidades.	No participa en retos y demuestra las potencialidades de sus habilidades motrices.	El alumno no participó ni entrego evidencia.
	30	15	5	0
<b>Se comunica de manera asertiva y continua con el titular de la asignatura.</b>	Mantiene comunicación constante con el titular de la asignatura y expresa fortalezas y debilidades hacia la clase.	Se comunica de manera intermitente para expresar fortalezas y debilidades hacia la clase	No se comunica con el docente.	El alumno no participó ni entrego evidencia.
	10	7	5	0

### 3.14.6.2 Rubrica de la unidad didáctica “Pasado y presente de nuestros juegos”

CRITERIO	NIVELES DE DOMINIO			
	Nivel estratégico	Nivel básico	Nivel Inicial	Sin participación
<b>Aplica los patrones básicos de movimiento al relacionar el espacio, tiempo y los objetos que utiliza para responder a las actividades y juegos en los que participa.</b>	Aplica sus patrones básicos de movimiento al responder en las actividades que participa	Al responder en las actividades que participa el empleo de sus patrones básicos de movimiento presenta diferencias en espacio, tiempo u objetos	No aplica sus patrones básicos de movimiento en las actividades en que participa.	El alumno no participó ni entrego evidencia.
	30	15	5	0
<b>Distingue las posibilidades y límites de sus habilidades motrices, con la intención de mejorar el control de sí.</b>	Reconoce sus límites y posibilidades al jugar y se plantea formas de mejorar	Identifica sus límites y posibilidades al jugar sin llegar a platearse nuevas formas de jugar	Juega de manera inercial sin identificar sus límites y posibilidades al jugar.	El alumno no participó ni entrego evidencia.
	30	15	5	0
<b>Reconoce características de la vida cotidiana del lugar donde vive y cómo ha cambiado con el tiempo.</b>	Aprecia los cambios a lo largo del tiempo sobre las características sociales y de juego presentes en su comunidad	Conoce que han existido cambios a lo largo del tiempo sobre las características sociales y de juego sin llegar a clarificar la transcendencia en su comunidad	No identifica los cambios característicos sociales y de juego en su comunidad	El alumno no participó ni entrego evidencia.
	30	15	5	0
<b>Se comunica de manera asertiva y continua con el titular de la asignatura.</b>	Mantiene comunicación constante con el titular de la asignatura y expresa fortalezas y debilidades hacia la clase.	Se comunica de manera intermitente para expresar fortalezas y debilidades hacia la clase	No se comunica con el docente.	El alumno no participó ni entrego evidencia.
	10	7	5	0

## Capítulo IV. Resultados

### 4.1 Resultados de evaluación del aprendizaje

Tras la implementación de la unidad didáctica, se exponen los siguientes resultados, mismos que corresponden a la transformación de la información recibida tras el análisis de las evidencias, cuadernillos y entrevistas:

Figura 5

Concentrado de calificaciones grupales.

 		ESCUELA PRIMARIA "JOAQUÍN AMARO" CORRALES, SOMBRERETE ZACATECAS EDUCACIÓN FÍSICA CICLO ESCOLAR 2020-2021 LISTADO GENERAL DE ALUMNOS . . . PRIMER PERIODO DE EVALUACIÓN				
NO.	NOMBRE DEL ALUMNO	Promedio	Observaciones	Indicador	Criterio de evaluación	Registro en boleta
1	ÁLVAREZ ALEMÁN GABRIEL	8				
2	ÁLVAREZ QUEZADA GUADALUPE	7				
3	BETANCOURT GONZÁLEZ GUADALUPE	6				
4	BETANCOURT PÉREZ KEVIN GAEL	7				
5	CANALES RODRÍGUEZ LUCERO GUADALUPE	10				
6	CANALES VALDEZ RODRIGO	6		CPS	Comunicación y participación sostenida	Calificación
7	CHAVEZ LUGO DIEGO EDUARDO	9				
8	ESCALANTE ROBLES EDGAR IVAN	10				
9	ESPARZA IBARRA MARISOL	10				
10	GONZALES FLORES SAMUEL	6		CPI	Comunicación y participación intermitente	Información insuficiente
11	GUZMAN ROBLES VICENTE	8				
12	IBARRA CASTAÑÓN TADEO	8				
13	IBARRA ORTIZ MONICA	10				
14	JASSO ROBLES MARCO AXEL	8				
15	LOBATOS ESCALANTE NATHALYE	10				
16	MAYORGA PEREZ CESAR TADEO	7				
17	MORENO REYES DAYSHA KERANI	6				
18	ORTIZ RODRIGUEZ SEBASTIAN	7				
19	REYES FALCON DAYANA	8				
20	ROBLES PEREZ DULCE MARIA	6				
21	ROBLES RODRIGUEZ ARMANDO	6				
22	SALAZAR DIAZ KEVIN EDUARDO	6				
23	SALAZAR ZUÑIGA ABRIL GUADALUPE	8				
24	SARELLANO ORTIZ ANGEL JESUS	7				
25	SOTO RODARTE BRANDON JOSUE	6		CI	Comunicación y participación inexistente	Sin información

CORRALES, SOMBRERETE ZACATECAS, A 16 DE NOVIEMBRE DEL 2020.

ATENTAMENTE  
 MAESTRA. NANCY ANA GABRIELA GONZÁLEZ CALDERA

## 4.2 Resultados sobre la eficiencia del proyecto educativo

Para la evaluación de la eficiencia, se tomó en consideración el análisis de los rubros enunciados en la tabla 16

Tabla 16

*Análisis sobre la eficiencia del proyecto educativo.*

<b>Parámetro.</b>	<b>Resultados iniciales</b>	<b>Retos para el siguiente cuatrimestre.</b>
Estrategias empleadas.	El empleo de recursos propios de educación física integro estrategias didácticas individualizadas dadas las características propias de la pandemia. Se tuvo un éxito importante en el desarrollo de concursos que aglutinaron a los participantes y compartieron información a través de redes sociales.	Emplear más estrategias en las cuales los alumnos comuniquen al colectivo sus producciones.
Materiales empleados	Los alumnos emplearon sus propios recursos.	Brindar facilidades para el empleo de otros recursos complementarios u otorgar material desde gestión institucional.
Instrucción.	En las primeras evidencias, la instrucción fue solo escrita, sin embargo, en las participaciones subsecuentes, la instrucción se fue precisando y complementando con el uso de recursos multimedia.	Aperturar la posibilidad de una instrucción basada en recursos multimedia.

### 4.3 Resultados de interfaz

Para la evaluación desde esta dimensión, se establecieron los siguientes parámetros, mismos que confieren al análisis de la plataforma, la modalidad y recepción.

Tabla 17

*Análisis de la interfaz.*

<b>Parámetro.</b>	<b>Resultados iniciales</b>	<b>Retos para el siguiente cuatrimestre.</b>
Conectividad de los padres.	El internet en la comunidad es itinerante y presenta complicaciones para el acceso de todos los niños y/o padres.	Ampliar los plazos de entrega de actividades, considerando las complicaciones de la línea de internet en la localidad.
Plataforma.	Los padres presentaron de manera inicial desconocimiento sobre el uso de Google Classroom.	Generar un tutorial para informar a los padres sobre las características y precisiones de Google Classroom.
Cuadernillo.	Se dieron a conocer las actividades tanto de manera digital, en plataforma, así como a través de los maestros de grupo, sin embargo, el cuadernillo no llegó a todos aquellos que requirieran de su uso.	Establecer alianzas con empresarios locales para enviar el cuadernillo y que los padres de familia puedan imprimirlo directamente ahí.
Conformación de grupos de WhatsApp y Messenger, uso de Classroom.	Los grupos integraron a la mayoría de los padres de familia, sin embargo, era fácil perderse en la instrucción ante la respuesta de muchos padres de familia.	Emplear funciones específicas tales como “destacado” o reenvío para que no se pierda la instrucción en la información vertida.

#### 4.4 Comparativo Pre-Post en la variable Niveles de Actividad Física

Para el análisis de los niveles de actividad física, se tomó en consideración el nivel de actividad física desde sus componentes, minutos por día, minutos semanales y frecuencia de realización en actividades físicas moderadas a vigorosas, mismos que se enuncian en el siguiente concentrado de información que da origen a la tabla 18 , que toma como referencia los valores de la media estadística y una comparación las diferencias intragrupo (pre-post) así como también lo referido a las intergrupo (GE y GC).

Tabla 18

*Comparativo Pre-Post en función del grupo de trabajo para las variables Minutos por día; Minutos por Semana y Frecuencia de Realización.*

<b>Variable</b>	<b>Tiempo</b>	<b>GC</b>	<b>GE</b>	<b>Sig.</b>
Minutos por día	Pre	26	28	.459
	Post	30	56	<b>.003</b>
	Sig	0.89	<b>0.049</b>	
Minutos por semana	Pre	152	148	.643
	Post	156	342	<b>.004.</b>
	Sig	0.46	<b>.001</b>	
Frecuencia de realización	Pre	3	4	
	Post	4	6	

*Nota: Valores a partir de la media. GC= Grupo Control; GE= Grupo Experimental; Sig= p .01; \* p< 0.05.*

#### **4.4.1 Minutos por día.**

En la tabla 18, se muestra que los valores del indicador minutos por semana para el análisis intragrupo, para GC mostraron en el Pre-Test (26) y para el Post-Test (30) sin encontrarse diferencias significativas tras la comparación de ambas medias ( $p > 0.05$ ). Por su parte para el GE, los resultados mostraron en el Pre-Test (28) y para el Post-Test (56) encontrándose diferencias significativas tras la comparación de ambas medias ( $p < 0.05$ ).

Mientras que, para el análisis intergrupar, al comparar en el Post-Test entre GC (30) y GE (56), se encontraron diferencias significativas ( $p < 0.05$ ).

#### **4.4.2 Minutos por semana.**

Para el análisis intragrupo, para GC mostraron en el Pre-Test (152) y para el Post-Test (156) sin encontrarse diferencias significativas tras la comparación de ambas medias ( $p > 0.05$ ). Por su parte para el GE, los resultados mostraron en el Pre-Test (148) y para el Post-Test (342) encontrándose diferencias significativas tras la comparación de ambas medias ( $p < 0.05$ ).

Mientras que para el análisis intergrupo, al comparar en el Post Test entre GC (156) y GE (342), se encontraron diferencias significativas ( $p < 0.05$ ).

#### **4.4.3 Frecuencia de realización.**

En cuanto a la frecuencia de realización que expresa el número de días a la semana que se practica actividad física, se observa un aumento en GE (50%) vs GC (33.3%) en el análisis intragrupo y en el análisis intergrupo se expresa una diferencia de (33.3%) en GE.

#### 4.5 Comparativo Pre-Post en la variable Motivación de Logro

Para el análisis en torno a la motivación de logro, se analizaron los factores.

Compromiso y entrega en el aprendizaje, competencia motriz percibida y ansiedad ante el error y las situaciones de estrés, mismos que se enuncian en el siguiente concentrado de información que da origen a la tabla 19, que toma como referencia los valores de la media estadística y una comparación las diferencias intragrupo (pre-post) e intergrupo (GE y GC).

Tabla 19

*Comparativo Pre-Post en función del grupo de trabajo para los factores Compromiso y entrega en el aprendizaje, competencia motriz percibida y ansiedad ante el error y situaciones de estrés.*

<b>Variable</b>	<b>Tiempo</b>	<b>GC</b>	<b>GE</b>	<b>Sig.</b>
Competencia y entrega en el aprendizaje	Pre	63	60	.57
	Post	65	74	<b>0.005</b>
	Sig	.37	<b>.001</b>	
Competencia motriz percibida	Pre	30	20	.68
	Post	28	33	.10
	Sig	.68	<b>0.05</b>	
Ansiedad ante el error y las situaciones de estrés	Pre	58	60	.52
	Post	60	42	<b>.001</b>
	Sig	.11	<b>.0001</b>	

*Nota: Valores a partir de la media. GC= Grupo Control; GE= Grupo Experimental; Sig= p .01; \* p< 0.05.*

#### **4.5.1 Competencia y entrega en el aprendizaje.**

En la tabla 19, se muestra que los valores del competencia y entrega en el aprendizaje para el análisis intragrupo, para GC mostraron en el Pre-Test (63) y para el Post-Test (65) sin encontrarse diferencias significativas tras la comparación de ambas medias ( $p > 0.05$ ). Por su parte para el GE, los resultados mostraron en el Pre-Test (60) y para el Post-Test (74) encontrándose diferencias significativas tras la comparación de ambas medias ( $p < 0.001$ ).

Mientras que, para el análisis intergrupar, al comparar en el Post-Test entre GC (65) y GE (74), se encontraron diferencias significativas ( $p < 0.005$ ).

#### **4.5.2 Competencia motriz percibida.**

Para el análisis intragrupo, para GC mostraron en el Pre-Test (30) y para el Post-Test (28) sin encontrarse diferencias significativas tras la comparación de ambas medias ( $p > 0.05$ ). Por su parte para el GE, los resultados mostraron en el Pre-Test (20) y para el Post-Test (33) encontrándose diferencias significativas tras la comparación de ambas medias ( $p = 0.05$ ).

Mientras que para el análisis intergrupos, al comparar en el Post Test entre GC (28) y GE (33), no se encontraron diferencias significativas ( $p > 0.10$ ).

#### **4.5.3 Ansiedad ante el error y las situaciones de estrés.**

Para el análisis intragrupo, para GC mostraron en el Pre-Test (58) y para el Post-Test (60) sin encontrarse diferencias significativas tras la comparación de ambas medias ( $p > 0.05$ ). Por su parte para el GE, los resultados mostraron en el Pre-Test (60) y para el Post-

Test (42) encontrándose diferencias significativas tras la comparación de ambas medias ( $p < 0.0001$ ).

Mientras que para el análisis intergrupos, al comparar en el Post Test entre GC (60) y GE (42), no se encontraron diferencias significativas ( $p < 0.001$ ).

## 4.6 Discusión

Se acepta la Ho que señala que existen diferencias significativas en las variables de estudio tras la implementación del programa “GOCA” para el tercer ciclo de Educación Física en la Escuela Primaria Joaquín Amaro.

Los resultados expresados tras la presente investigación dan a conocer que, si bien existen mejoras significativas entre el pre y el post, sin embargo, en términos de correspondencia con las recomendaciones saludables expresadas por la Organización Mundial de la Salud (2014) en las que se declara que los minutos base diarios serán al menos 60 y en el caso de la semana 180.

Es de destacar que la actividad física que los alumnos expresaron realizar, si bien las mejoras se vieron reflejada en la actividad semanal, sin que se llegará a cubrir la recomendación saludable, se hace necesario buscar implementar acciones para que deriven en un aumento en los minutos diarios.

Se puede considerar que la actividad física requiere por tanto de otros elementos para la monitorización tal como lo recomienda Vahelst et al., (2012) misma que desde dispositivos tales como acelerómetros, puedan hacer inferencias que ayuden a reconstruir el efecto de un programa en el aumento o disminución del nivel y tipo de actividad física que se realiza.

La motivación hacia el logro tiene una orientación a buscar describir la experiencia de aprendizaje que los alumnos pueden llegar a vivenciar una vez que participan en la clase de educación física. Si bien en este estudio no evaluó capacidades motrices como en el estudio de Arista (2010) en el que se encontró una relación significativa entre el desarrollo

de capacidades físicas y la motivación de logro. En el caso particular de este estudio se encontró que pueden llegar a cambiar los niveles de actividad física en tanto también cambia la motivación hacia el logro.

Los parámetros psicológicos han permitido encontrar que la clase de educación física cuenta con un enfoque multidimensional que da cuenta de la posibilidad de poder explorar más allá de las cualidades y habilidades físicas (Cervelló et al., 2014; Garrido et al., 2012; González et al., 2012).

## Capítulo V. Conclusiones

La educación física como parte del área de formación del desarrollo personal y para la convivencia, cumple una función vital en los niños escolares. Su reconocimiento requiere de la formulación de escenarios que permitan más que la interacción con alguna tecnología educativa, la movilización pronta de saberes para la ejecución de las acciones, mismas que permitan el cumplimiento de los requerimientos mínimos de actividad física orientada a la salud y por otra parte den atención a la función pedagógica que aduce al desarrollo de competencias asociadas a la motricidad, la corporeidad y la salud.

El programa “GOCA”, buscó integrar en la intervención a padres de familia y alumnos, en conjunto con maestro de grupo y educador físico, con el cometido de potenciar las posibilidades para el aprendizaje; se destaca que se han buscado medios que corresponden tanto a mecanismos sincrónicos como mecanismos a distancia.

Los resultados mostraron que existe un nivel de participación medio en las actividades planteadas, ello derivado de la construcción de un sistema de comunicación que fue de menos a más en la comunicación entre los participantes; desde donde se puede describir que la comunicación es un elemento que evoluciona con base en las necesidades y en las experiencias propias que los usuarios van integrando.

Es un reto claro, el poder instruir a los padres de familia sobre tres elementos fundamentales: la comunicación; la actividad y la plataforma. Al respecto ellos representan al docente en todo momento, por consiguiente, su capacitación tendría que formar parte del sistema en sí.

Ante la eminente caída de la red, se debe considerar que el soporte propio de las actividades implementadas habrá de ser el cuadernillo de trabajo, mismo que en caso de contingencia permita establecer continuidad con el trabajo de los padres de familia.

La educación física en tiempos de pandemia y postpandemia sobrevive bajo prácticas en construcción que ante la premura del tiempo demandan la renovación de acciones cotidianas tales como la creación de un gimnasio/cancha virtual en la cual se cuente con recursos multimedia que permitan a los estudiantes estar en contacto con el conocimiento asociado al área.

El modelo ASSURE, se presenta como una herramienta pedagógica que permite clarificar desde 6 elementos clave una intervención basada en un diseño instruccional asertivo con acompañamiento de recursos tecnológicos que abran la puerta a poder enunciar una educación física que desde lo híbrido continúe con su labor pedagógica y social en los niños y adolescentes.

Es necesario ahondar respecto a la experiencia totalitaria en la implementación total del proceso educativo a lo largo de un ciclo escolar y comunicar los resultados obtenidos en espacios donde se congreguen otros profesionales del área y se puedan establecer redes de trabajo y/o colaboración, así como puntos desde los cuales se pueda debatir sobre prácticas exitosas en el área.

El ejercicio docente está inserto en un proceso multifactorial que enuncia una amplia gama de dimensiones que, si bien son parte del entramado del modelo ASSURE, también demanda el conocimiento de otras herramientas tales como la transposición didáctica, el conocimiento disciplinar, el manejo de recursos TAC y TEP, que permitan que

los estudiantes encuentren en una experiencia de aprendizaje el momento adecuado para poder movilizar sus propios saberes.

El cumplimiento de las recomendaciones saludables de práctica de actividad física que enuncian al menos 60 minutos semanales, está lejos de poder ser atendidos en y desde la escuela; se hace necesario quizá desarrollar un estudio de correspondencia en el que se busque analizar si la actividad física que promueve la escuela logra conectar e incentivar a los alumnos a desarrollar actividades extraescolares asociadas al ejercicio físico.

El nivel de actividad física varía en función del tipo de programa de educación física en el que se encuentran insertos los alumnos; se reconoce el papel que tiene la socialización en compartir experiencias relacionadas a la educación física.

Por su parte la motivación de logro y su componente competencia motriz percibida mejora en tanto los alumnos practican actividades mediadas por un especialista, lo que conlleva a la generación de oportunidades en tanto el autoconcepto se ve favorecido desde una idea de autorrealización física.

Los estados de ansiedad ante el error y las situaciones de estrés evolucionan de manera positiva tras vivenciar un programa de actividad física basado en el uso de tecnología y recursos multimedia.

La actividad física continúa vinculada a un programa de educación física que integra elementos multimedia, permite una mejora de la motivación general hacia el logro, en donde se potencian los compromisos hacia la clase de educación física y la competencia motriz percibida, elementos que potencian la gestión del aprendizaje.

Disponer de un catálogo emergente de recursos multimedia permite que en el desarrollo de la docencia desde modelos híbridos se puedan gestar ambientes de aprendizaje en los cuales los alumnos cuentan con mayores posibilidades de percibirse empoderados hacia la participación y desarrollo de sus propios aprendizajes.

## **Recomendaciones y líneas de investigación**

Se hace necesario la divulgación de los resultados de la presente investigación a través de congresos seminarios coloquios revistas y/o capítulos del libro.

Se recomienda la ampliación de la implementación del estudio hacia el resto de los ciclos que integran la educación primaria, así como contar con una población que permita realizar inferencias inter intragrupo.

Una línea de investigación emergente puede referir al análisis de los otros objetos de estudio enmarcados en el discurso actual de la educación física mismos que corresponden a la corporeidad y a la creatividad en la acción motriz.

El estudio permite realizar un comparativo a nivel metaanálisis en el que puedan encontrarse puntos de convergencia y diferenciación entre lo sucedido antes, durante y posterior a la pandemia para buscar encontrar puntos de inflexión desde los cual es la educación física pueda haberse reinventada inventar.

Otra línea de investigación puede corresponder a una búsqueda por encontrar estudios similares y realizar las analogías y comparaciones necesarias en las cuales se pueda caracterizar de modo global la pandemia y sus implicaciones en la enseñanza y el aprendizaje de la educación física en educación primaria

## Referencias Bibliográficas

- Adhikari, S. P., Meng, S., Wu, Y. J., Mao, Y. P., Ye, R. X., Wang, Q. Z., ... & Zhou, H. (2020). Epidemiology, causes, clinical manifestation and diagnosis, prevention and control of coronavirus disease (COVID-19) during the early outbreak period: a scoping review. *Infectious diseases of poverty*, 9(1), 1-12. <https://doi.org/10.1186/s40249-020-00646-x>
- Aguilar, M. M., Vergara, F. A., Velásquez, E. J. A., & García-Hermoso, A. (2015, November). Actividad física, tiempo de pantalla y patrones de sueño en niñas chilenas. In *Anales de Pediatría* (Vol. 83, No. 5, pp. 304-310). Elsevier Doyma. <https://doi.org/10.1016/j.anpedi.2014.12.006>
- Alfaro, C. O. M. (2010). La formación docente y las escuelas normales en México. Una lectura desde el análisis de las políticas públicas. *Revista Educación y Pedagogía*, (58), 51-64. <https://revistas.udea.edu.co/index.php/revistaeyp/article/view/7806/7366>
- Alonso, F. J., Carranza, M. D., Rueda, J. D., & Naranjo, J. (2014). Composición corporal en escolares de primaria y su relación con el hábito nutricional y la práctica reglada de actividad deportiva. *Revista andaluza de medicina del deporte*, 7(4), 137-142. <https://doi.org/10.1016/j.ramd.2014.08.001>
- Arabia, J. J. M. (2020). Inactividad física, ejercicio y pandemia COVID-19. *VIREF Revista de Educación Física*, 9(2), 43-56. <https://revistas.udea.edu.co/index.php/viref/article/view/342196/20802578.pdf>

- Aretio, L. G. (2021). COVID-19 y educación a distancia digital: preconfinamiento, confinamiento y posconfinamiento. *RIED. Revista Iberoamericana de Educación a Distancia*, 24(1), 9-32.
- Arias-Gómez, J., Villasís-Keever, M. Á., & Novales, M. G. M. (2016). El protocolo de investigación III: la población de estudio. *Revista Alergia México*, 63(2), 201-206. <https://www.redalyc.org/pdf/4867/486755023011.pdf>
- Arista, M. J. (2010). Motivación de logro en educación física y capacidades motrices en alumnos de una institución educativa pública del distrito de Bellavista.
- Aristizabal-Almanza, J. L., Ramos-Monobe, A., & Chirino-Barceló, V. (2018). Aprendizaje activo para el desarrollo de la psicomotricidad y el trabajo en equipo. *Revista Electrónica Educare*, 22(1), 319-344. <http://dx.doi.org/10.15359/ree.22-1.16>
- Artigue, M. (1995). Ingeniería didáctica. *Ingeniería didáctica en educación matemática*, 33, 60.
- Arufe-Giráldez, V., Chacón-Cuberos, R., Zurita-Ortega, F., Lara-Sánchez, A., & Castro-García, D. (2017). Influencia del tipo de centro en la práctica deportiva y las actividades de tiempo libre de escolares. *Revista electrónica educare*, 21(1), 105-123. <http://dx.doi.org/10.15359/ree.21-1.6>
- Baena Morales, S., López-Morales, J., & García-Taibo, O. (2020). La intervención docente en educación física durante el periodo de cuarentena por COVID-19. DOI: 10.47197/retos.v0i39.80089

- Báez, M. I. G. (2020). Hacia la Nueva escuela Normal Rural Mexicana. *Directorio*, 10(38), 43. <https://revistaeducarnos.com/wp-content/uploads/2020/06/educarnos38.pdf#page=43>
- Bedoya, V. H. F. (2020). Tipos de justificación en la investigación científica. *Espíritu emprendedor TES*, 4(3), 65-76. <http://espirituemprendedortes.com/index.php/revista/article/download/207/275>
- Berasategi Sancho, N., Idoiaga Mondragón, N., Dosil Santamaría, M., Eiguren Munitis, A., Pikatza Gorrotxategi, N., & Ozamiz Echevarria, N. (2020). Las voces de los niños y de las niñas en situación de confinamiento por el COVID-19. Universidad del País Vasco. <https://addi.ehu.es/bitstream/handle/10810/43056/USP00202291.pdf?sequence=1&isAllowed=y.pdf>
- Blázquez Sánchez, D., Sebastiani Obrador, E. M., Lorente Catalán, E., Lacasa Claver, E., Barrachina Peris, J., Chavarria Navarro, X., ... & Delgado Noguera, M. Á. (2009). *Enseñar por competencias en Educación Física*. Barcelona: INDE, 2009.
- Botía, A. B., & Ruano, M. R. B. (2011). La didáctica en el núcleo del mejoramiento de los aprendizajes. Entre la agenda clásica y actual de la Didáctica. *Perspectiva educacional*, 50(2), 3-26. <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/3681248.pdf>
- Canepa, M. L., & Zevallos, J. Q. (2022). Percepción emocional ante el covid-19 y el aislamiento social obligatorio. *Avances en Psicología*, 30(1), e2519-e2519.
- Castañer, M., & Camerino, O. (2013). Enfoque dinámico e integrado de la motricidad (EDIM). *Acción motriz*, 11(1), 5-12.

Carballo, N. G., Pusch, N., & Polo, F. C. (2021). La educación física entre las sugerencias: ¿ Las especificidades en el limbo?. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, (40), 1-7.

Caro, J., Navarro, I., Romero, P., Lorente, R. I., Priego, M. A., Martínez-Hervás, S., ... & Ascaso, J. F. (2013). Efecto metabólico del ejercicio físico regular en la población sana. *Endocrinología y Nutrición*, 60(4), 167-172.  
<https://doi.org/10.1016/j.endonu.2012.11.004>.

Carro-Olvera, A., & Lima-Gutiérrez, J. A. (2022). Aprende en Casa. Experiencias de los actores educativos durante la pandemia en Tlaxcala, México. *CPU-e, Revista de Investigación Educativa*, (34).

Ceballos Gurrola, O., Lomas Acosta, R., Enríquez Martínez, M. A., Medina Rodríguez, R. E., Enríquez Reyna, M. C., & Cocca, A. (2020). Impacto de un programa de salud sobre perfil metabólico y autoconcepto en adolescentes con obesidad. *Retos. Nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, 38, 452-458.

Cervantes Arreola, D. I., Valadez Sierra, M. D., Valdés Cuervo, A. A., & Tánori Quintana, J. (2018). Diferencias en autoeficacia académica, bienestar psicológico y motivación al logro en estudiantes universitarios con alto y bajo desempeño académico. *Psicología desde el Caribe*, 35(1), 7-17.  
<http://www.scielo.org.co/img/en/iconPDFDocument.pdf>

Cervelló, E., Peruyero, F., Montero, C., González-Cutre, D., Beltrán-Carrillo, V. J., & Moreno-Murcia, J. A. (2014). Ejercicio, bienestar psicológico, calidad de sueño y

motivación situacional en estudiantes de educación física. *Cuadernos de psicología del deporte*, 14(3), 31-38.

Chevallard Chevallard, Y. (1991). La transposición didáctica. *Del saber sabio al saber enseñado*, 3.

[http://www.terras.edu.ar/biblioteca/11/11DID\\_Chevallard\\_Unidad\\_3.pdf](http://www.terras.edu.ar/biblioteca/11/11DID_Chevallard_Unidad_3.pdf)

Church, T., & Martin, C. K. (2018). The obesity epidemic: a consequence of reduced energy expenditure and the uncoupling of energy intake? *Obesity*, 26(1), 14-16.

<https://doi.org/10.1002/oby.22072>

Churches, A. (2009). Taxonomía de Bloom para la era digital. *Eduteka. Recuperado*, 1-13.

Cid, F. M., Suazo, A. G., Ferro, E. F., & González, J. A. (2012). Estilos de aprendizaje visual, auditivo o kinestésico de los estudiantes de educación física de la UISEK de Chile. *Revista electrónica de psicología Iztacala*, 15(2), 405.

<https://www.iztacala.unam.mx/carreras/psicologia/psiclin/vol15num2/Vol15No2Art4.pdf>

Cigarroa, I., Sarqui, C., & Zapata-Lamana, R. (2016). Efectos del sedentarismo y obesidad en el desarrollo psicomotor en niños y niñas: Una revisión de la actualidad latinoamericana. *Universidad y salud*, 18(1), 156-169.

Coelho-Ravagnani, C. D. F., Melo, F. C. L., Ravagnani, F. C., Burini, F. H. P., & Burini, R. C. (2013). Estimativa do equivalente metabólico (MET) de um protocolo de exercícios físicos baseada na calorimetria indireta. *Rev. bras. Med. esporte*, 19(2), 134-138. <http://www.scielo.br/pdf/rbme/v19n2/13.pdf>.

- Conde, C. (2013). Los contenidos en la Reforma. Enseñanza, aprendizaje de conceptos, procedimientos y actitudes. *Comunicación educativa*, (5), 57-58.
- Contreras-Jordán, O. (2004). *Didáctica de la educación física: un enfoque constructivista*. Inde. 105-130
- Corvalán, J. L. M. (2012). El ocio y tiempo libre en la sociedad actual. *Contribuciones a las Ciencias Sociales*, (2012-07). <https://www.eumed.net/rev/cccss/21/jlmc.pdf>
- Cortez, L. A. (2012). Tiempo libre, ocio y recreación, pensamiento crítico en México. *Educación Física y Deporte*, 31(2), 1106-1106.  
<https://revistas.udea.edu.co/index.php/educacionfisicaydeporte/article/view/14413.pdf>
- Cruz, Á. M. R., & Arboleda, K. J. S. (2018). Tiempo libre: una fuente de vida en la educación. *Paideia Surcolombiana*, (23), 16-23.  
<https://doi.org/10.25054/01240307.1664>
- De Camilloni, A. R. (2007). Didáctica general y didácticas específicas. *El saber didáctico*, 23-39.
- Díaz, C., Martínez, P., Roa, I., & Sanhueza, M. G. (2010). Los docentes en la sociedad actual: sus creencias y cogniciones pedagógicas respecto al proceso didáctico. *Polis (Santiago)*, 9(25), 421-436. <https://scielo.conicyt.cl/pdf/polis/v9n25/art25.pdf>
- Díaz, C., Martínez, P., Roa, I., & Sanhueza, M. G. (2010). Los docentes en la sociedad actual: sus creencias y cogniciones pedagógicas respecto al proceso didáctico. *Polis (Santiago)*, 9(25), 421-436.

- Duque, I. L., & Parra, J. H. (2012). Exposición a pantallas, sobrepeso y descondicionamiento físico en niños y niñas. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 10(2), 971-981.  
<https://www.redalyc.org/pdf/773/77323978014.pdf>
- Edel-Navarro, R., Ruiz-Méndez, G., & Ojeda-Castañeda, G. (2020). El programa aprende en casa ante el COVID-19: experiencias y reflexiones docentes: Experiencias y reflexiones docentes. *Perspectivas Docentes*, 31(74), 39-47.
- Enríquez Martínez, M. A. (2020). *Aplicación del programa integral "CENLO" para la atención a la obesidad en adolescentes escolares* (Doctoral dissertation, Universidad Autónoma de Nuevo León).  
<http://eprints.uanl.mx/5637/1/10801944446.PDF>
- Felices, M. L. P., & Lledó, G. L. (2019). Gamificación en el aula a través de las TIC. *Revista INFAD de Psicología. International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 3(1), 553-562.  
<https://revista.infad.eu/index.php/IJODAEP/article/download/1535/1316>
- Fernández Moyano, J. (2012). La influencia parental en la motivación y participación de los alumnos en actividades físico-deportivas en edad escolar. *Repositorio Digital Universidad Complutense de Madrid*.  
[https://eprints.ucm.es/28275/1/TFM\\_%20Jos%C3%A9%20Fernandez%20Moyano.pdf](https://eprints.ucm.es/28275/1/TFM_%20Jos%C3%A9%20Fernandez%20Moyano.pdf)

- Fuentes Nieto, T., Jiménez Herranz, B., López-Pastor, V. M., & Fernández-Garcimartín, C. (2021). El profesorado de Educación Física ante la situación de educación a distancia por Covid-19. *Cultura, Ciencia y Deporte*, 16(49).
- Gall, M.D., Gall, J.P., Borg, W.R. (2007), Educational research: An introduction (8th ed.). Boston: Pearson.
- García-Cantó, E., & Pérez-Soto, J. J. (2014). Programa para la promoción de actividad física saludable en escolares murcianos. *Retos. Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, (25), 131-135.  
<https://www.redalyc.org/pdf/3457/345732291027.pdf>
- Garrido, R. E. R., García, A. V., Flores, J. L. P., & de Mier, R. J. R. (2012). Actividad físico-deportiva, autoconcepto físico y bienestar psicológico en la adolescencia. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, (22), 19-23.
- Geisler, C., & Müller, M. J. (2017). Impact of fat-free mass quality and detailed body composition on changes of resting energy expenditure with age. *Current Nutrition Reports*, 6(2), 111-121. DOI 10.1007/s13668-017-0197-7
- Geisler, C., Braun, W., Pourhassan, M., Schweitzer, L., Glüer, C. C., Bosy-Westphal, A., & Müller, M. J. (2016). Age-dependent changes in resting energy expenditure (REE): insights from detailed body composition analysis in normal and overweight healthy Caucasians. *Nutrients*, 8(6), 322.
- Gobierno de los Estados Unidos Mexicanos (2020). Acuerdo por el que se establecen las medidas preventivas que se deberán implementar para la mitigación y control de los

riesgos para la salud que implica la enfermedad por el virus SARS-CoV2 (COVID-19).

[www.dof.gob.mx/nota\\_detalle.php?codigo=5590339&fecha=24/03/2020#gsc.tab=0](http://www.dof.gob.mx/nota_detalle.php?codigo=5590339&fecha=24/03/2020#gsc.tab=0)

Gobierno de los Estados Unidos Mexicanos (2020). Acuerdo número 12/06/20 por el que se establecen diversas disposiciones para evaluar el ciclo escolar 2019-2020 y cumplir con los planes y programas de estudio de Educación Básica (preescolar, primaria y secundaria), Normal y demás para la formación de maestros de Educación Básica aplicables a toda la República, al igual que aquellos planes y programas de estudio del tipo Medio Superior que la Secretaría de Educación Pública haya emitido, en beneficio de los educandos.

[https://dof.gob.mx/nota\\_detalle.php?codigo=5594561&fecha=05/06/2020#gsc.tab=0](https://dof.gob.mx/nota_detalle.php?codigo=5594561&fecha=05/06/2020#gsc.tab=0)

González Aldana, M. A., Perdomo Osorio, K. V., & Pascuas Rengifo, Y. (2017).

Aplicación de las TIC en modelos educativos blended learning: una revisión sistemática de literatura. *Sophia*, 13(1), 144-154.

González, J., de los Fayos, E. J. G., & Dantas, A. G. (2012). Indicadores de bienestar

psicológico percibido en alumnos de Educación Física. *Revista de Psicología del Deporte*, 21(1), 183-187.

González, M. G. G., Chimborazo, M. C. O., & Coronel, P. C. P. (2020). Desafío del Siglo

XXI en la educación: dando saltos del TIC-TAC al TEP. *Revista Científica*, 5(18), 323-344.

González, J. R., Delgado, M. D. R. M., & Hernández, N. G. (2021). Estrategias docentes

para la educación a distancia del programa Aprende en Casa I. *Investigación*

*científica*, 14(2), 255-260.

<https://revistas.uaz.edu.mx/index.php/investigacioncientifica/article/view/970>

González, R. (2006). *Selección del formato del curso*. Recuperado en mes día, año de

<http://micampus.udavinci.edu.mx/course/view.php?id=34>. Pdf

Granados, S. R., Guzmán, M. E. G., & Sánchez, M. L. Z. (2009). El comportamiento de los

padres en el deporte. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y*

*recreación*, (15), 29-34. <https://dialnet.unirioja.es/metricas.pdf>

Gutiérrez-Serrano, N. G. (2020). Aprende en casa: propuesta para la educación básica en

México en tiempos de COVID-19. <https://doi.org/10.22201/crim.001r.2020.29>

Jordán, O. R. C. (2004). *Didáctica de la educación física: un enfoque*

*constructivista*. Inde.

Guzmán Marín, F. (2017). Problemática general de la educación por competencias. *Revista*

*Iberoamericana de Educación*.

Hills, A. P., Mokhtar, N., & Byrne, N. M. (2014). Assessment of physical activity and

energy expenditure: an overview of objective measures. *Frontiers in nutrition*, 1, 5.

<https://doi.org/10.3389/fnut.2014.00005>

Holt, L., Bowlby, S. y Lea, J. (2013). Emociones y habitus: Jóvenes con diferencias

socioemocionales (re) produciendo capital social, emocional y cultural en el espacio

de la familia y el tiempo libre. *Emoción, espacio y sociedad*, 9, 33-41.

<https://doi.org/10.1016/j.emospa.2013.02.002>

- Huarcaya-Victoria, J. (2020). Consideraciones sobre la salud mental en la pandemia de COVID-19. *Revista peruana de medicina experimental y salud pública*, 37, 327-334. <https://www.scielo.org/article/rpmesp/2020.v37n2/327-334/es/>
- Hutton, B., Catalá-López, F., & Moher, D. (2016). La extensión de la declaración PRISMA para revisiones sistemáticas que incorporan metaanálisis en red: PRISMA-NMA. *Medicina clínica*, 147(6), 262-266. <http://dx.doi.org/10.4321/S1134-80462014000600010>
- Jiménez Guzmán, L. F. (2010). Ocio, Tiempo Libre y Empleo (Leisure, Time and Employment)(in Spanish). *Anuario turismo y sociedad*, 11, 143-154. [https://papers.ssrn.com/sol3/Delivery.cfm/SSRN\\_ID1865436\\_code1327823.pdf?abstractid=1865436&mirid=1.pdf](https://papers.ssrn.com/sol3/Delivery.cfm/SSRN_ID1865436_code1327823.pdf?abstractid=1865436&mirid=1.pdf)
- Jordán, O. R. C. (2004). *Didáctica de la educación física: un enfoque constructivista*. Inde.
- Lima, M. G. B. (2010). El modelo de diseño instruccional ASSURE aplicado a la educación a distancia. *Tlatemoani: revista académica de investigación*, (1), 9.
- Lorenzo-Lledó, A., Lorenzo, G., Lledó Carreres, A., & Arráez Vera, G. (2016). Diseño de una propuesta en línea sobre la metodología Flipped Learning desde el modelo instruccional ASSURE.
- Martínez-Martínez, A., Cegarra-Navarro, J., & Rubio-Sánchez, J. A. (2012). Aprendizaje basado en competencias, una propuesta para su evaluación.
- Mateos-Blanco, T. (2008). La percepción del contexto escolar. Una imagen construida a partir de las experiencias de los alumnos. *Cuestiones pedagógicas*, 19, 285-300.

- Matsudo, S. M. (2012). Actividad física: pasaporte para la salud. *Revista Médica Clínica Las Condes*, 23(3), 209-217. [https://doi.org/10.1016/S0716-8640\(12\)70303-6](https://doi.org/10.1016/S0716-8640(12)70303-6)
- Medina, C., Jáuregui, A., Campos-Nonato, I., & Barquera, S. (2018). Prevalencia y tendencias de actividad física en niños y adolescentes: resultados de Ensanut 2012 y Ensanut MC 2016. *salud pública de méxico*, 60, 263-271. <https://doi.org/10.21149/8819>
- Morone, G. (2013). Métodos y técnicas de la investigación científica. *México: Universidad Nacional Autónoma de México*. [https://www.academia.edu/download/37457451/metodologias\\_investigacion.pdf](https://www.academia.edu/download/37457451/metodologias_investigacion.pdf)
- Müller, M. J., Braun, W., Pourhassan, M., Geisler, C., & Bosy-Westphal, A. (2016). Application of standards and models in body composition analysis. *Proceedings of the Nutrition Society*, 75(2), 181-187. <https://doi.org/10.1017/S0029665115004206>
- Murcia Peña, N. (2012). La escuela como imaginario social. Apuntes para una escuela dinámica. Universidad Santo Tomás. <http://hdl.handle.net/11634/7512>
- Nassaji, H. (2015). *Qualitative and descriptive research: Data type versus data analysis*. Sage Journal. <https://doi.org/10.1177/1362168815572747>
- Noble, D. F. (2013). *The religion of technology: The divinity of man and the spirit of invention*. Knopf.
- Neira, E. A. S. (2021). Percepciones de los estudiantes sobre la estrategia Aprende en Casa durante la pandemia COVID-19. *Academia Y Virtualidad*, 14(1), 133-150.

- Organización Mundial de la Salud (2010) Recomendaciones mundiales sobre actividad física para la salud.  
<https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/44441/97892?sequence=1&TS.pdf>
- Organización Mundial de la Salud (2012). Recomendaciones mundiales de actividad física. Estrategia mundial sobre régimen alimentario, actividad física y salud  
<https://www.paho.org/es/noticias/9-5-2012-recomendaciones-mundiales-sobre-actividad-fisica-para-salud>
- Organización Mundial de la Salud (2020). Actividad Física. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity>
- Otzen, T., & Manterola, C. (2017). Técnicas de Muestreo sobre una Población a Estudio. *International journal of morphology*, 35(1), 227-232.  
<http://dx.doi.org/10.4067/S0717-95022017000100037>
- Partida Ibarra, J. Á. (2018). La sociedad del conocimiento y la sociedad de la información como la piedra angular en la innovación tecnológica educativa. *RIDE. Revista Iberoamericana para la Investigación y el Desarrollo Educativo*, 8(16), 847-870.
- Peiró Velert, C., & Julián Clemente, J. A. (2015). Los modelos pedagógicos en educación física: un enfoque más allá de los contenidos curriculares. *Tándem: Didáctica de la educación física*.
- Peña, A. O. (2006). *Aprendizaje centrado en el alumno: metodología para una escuela abierta* (Vol. 176). Narcea Ediciones.
- Posso-Pacheco, R. J., Otañez Enríquez, J. M., Paz Viteri, S., Ortiz Bravo, N. A., & Núñez Sotomayor, L. F. X. (2020). Por una Educación Física virtual en tiempos de

- COVID. *Podium. Revista de Ciencia y Tecnología en la Cultura Física*, 15(3), 705-716.
- Prieto-Benavides, D. H., Correa-Bautista, J. E., & Ramírez-Vélez, R. (2015). Niveles de actividad física, condición física y tiempo en pantallas en escolares de Bogotá, Colombia: Estudio FUPRECOL. *Nutrición hospitalaria*, 32(5), 2184-2192.
- Ramírez-Díaz, J. L. (2020). El enfoque por competencias y su relevancia en la actualidad: Consideraciones desde la orientación ocupacional en contextos educativos. *Revista Electrónica Educare*, 24(2), 475-489.
- Ríos-Sierra, J (2020) *La inexistente respuesta regional a la COVID-19 en América Latina*. Geopolítica(s). Revista de estudios sobre espacio y poder, 11 (Extra). pp. 209-222. ISSN 2172-3958.
- Rivera-Lozada, O., Rosario Quiroz, F. J., Rivera-Lozada, I. C., León Pineda, M. L., & Bonilla-Asalde, C. A. (2021). Construcción de la Escala de Bienestar Psicológico para niños en instituciones educativas públicas del Perú. *Fides et Ratio-Revista de Difusión cultural y científica de la Universidad La Salle en Bolivia*, 22(22), 67-89. [http://www.scielo.org.bo/scielo.php?pid=S2071-081X2021000200005&script=sci\\_arttext](http://www.scielo.org.bo/scielo.php?pid=S2071-081X2021000200005&script=sci_arttext)
- Rizzo, F., & Pérez, A. (2018). Importancia del uso de las Tics en los docentes. *Espirales Revista Multidisciplinaria de investigación*, 2(23), 43-48. <https://scholar.archive.org/work/l6huj354yrej3eiswl7eke7rfm/access/wayback/http://www.revistaespirales.com/index.php/es/article/download/393/323>
- Rodríguez, A. D. C. M. (2009). El diseño instruccional en la educación a distancia. Un acercamiento a los Modelos. *Apertura*, 9(10), 104-119.

- Rodríguez, V. M. A. (2017). La importancia de la TAC en la educación y cambios sociales. *Revista de estudios socioeducativos. ReSed*, (5), 16-28.
- Romero, A., Martínez, C., López, F., & Murillo, J. (2012). Proyectos integradores: estrategia didáctica para el desarrollo de competencias en la Universidad Tecnológica de Chihuahua. Estudio de caso.  
[https://www.academia.edu/download/58353243/Proyectos\\_integradores.\\_Estrategia\\_didactica\\_para\\_el\\_desarrollo\\_de\\_competencias.pdf](https://www.academia.edu/download/58353243/Proyectos_integradores._Estrategia_didactica_para_el_desarrollo_de_competencias.pdf)
- Sánchez Tovar, L., Jurado, L., & Brasileiro, M. D. S. (2013). Después del trabajo ¿qué significado tiene el ocio, el tiempo libre y la salud?  
<http://hdl.handle.net/123456789/3415>
- Santos Guerra, M. Á. (1993). La evaluación: un proceso de diálogo, comprensión y mejora. *Revista Investigación en la Escuela*, 20, 23-35.
- Secretaría de Educación Pública (2020) Acuerdo número 02/03/20 por el que se suspenden las clases en las escuelas de educación preescolar, primaria, secundaria, normal y demás para la formación de maestros de educación básica del Sistema Educativo Nacional, así como aquellas de los tipos medio superior y superior dependientes de la Secretaría de Educación Pública. «DOF - Diario Oficial de la Federación».  
Accedido 21 de noviembre de 2021.  
[https://www.dof.gob.mx/nota\\_detalle.php?codigo=5589479&fecha=16/03/2020](https://www.dof.gob.mx/nota_detalle.php?codigo=5589479&fecha=16/03/2020).
- Secretaría de Educación Pública (2018). Aprendizajes Clave para la Educación Integral. Educación Física en Educación Básica. Plan y programas de estudio, orientaciones didácticas y sugerencias para la evaluación. CONALITEG. México.

<https://www.planprogramasdestudio.sep.gob.mx/index-descargas-LMP-basica-edu-fisica.html>

- Serrano, P., & de Luque, C. (2019). *Motricidad fina en niños y niñas: Desarrollo, problemas, estrategias de mejora y evaluación* (Vol. 84). Narcea Ediciones.
- Signes, V. M., & Pañego, M. M. (2020). Justificación del valor educativo de la Educación Física y el docente. ¿Qué profesional del deporte debe impartir la materia de Educación Física? ¿El Maestro/ay Profesor/a de Educación Física o el Monitor/a deportivo/a?. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, (38), 29. <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/7397377.pdf>
- Singh, R. P., & Chauhan, A. (2020). Impact of lockdown on air quality in India during COVID-19 pandemic. *Air Quality, Atmosphere & Health*, 13(8), 921-928. <https://doi.org/10.1007/s11869-020-00863-1>
- Solano, A. C. (2009). El bienestar psicológico: cuatro décadas de progreso. *Revista interuniversitaria de formación del profesorado*, 23(3), 43-72. <https://www.redalyc.org/pdf/274/27419066004.pdf>
- Soriano-Rodríguez, A. M. (2015). Diseño y validación de instrumentos de medición.
- Tambalis, K. D., Panagiotakos, D. B., Psarra, G., & Sidossis, L. S. (2018). Insufficient sleep duration is associated with dietary habits, screen time, and obesity in children. *Journal of Clinical Sleep Medicine*, 14(10), 1689-1696.
- Tobón, S., & Posada, R. E. Q. (2008). Evaluación por competencias. *Soporte digital. Universidad Anáhuac. México*.

- Torreadella & Montes, J. A. D. (2018). El deporte en la educación física escolar. La revisión histórica de una crítica inacabada. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, (34), 403-411.
- Troiano, R. P., Berrigan, D., Dodd, K. W., Masse, L. C., Tilert, T. y McDowell, M. (2008). Physical activity in the United States measured by accelerometer. *Medicine & Science in Sports & Exercise*, 40(1), 181-188.  
<https://doi:10.1249/mss.0b013e31815a51b3>.
- Ulloa, I. J. (2021). Pandemia y confinamiento: repercusiones en el bienestar psicológico y emocional de jóvenes y niños. *Revista Confluencia*, 4(2), 146-147.  
<https://revistas.udd.cl/index.php/confluencia/article/view/633>
- Vale, R. F., Castiñeiras, J. L., & Garrote, L. V. (2011). Conciliación y actividad física de ocio en familias con hijos en Educación Primaria. Implicaciones para la infancia. *Revista de investigación en educación*, 9(2), 162-173.  
<https://revistas.webs.uvigo.es/index.php/reined/article/view/1896/1807.pdf>
- Vázquez, H. I. R., Palchisaca, Z. G. T., Mediavilla, C. M. Á., & Jarrín, S. A. (2020). Incidencia de la educación física en el desarrollo de la motricidad fina y gruesa de los niños. *Polo del Conocimiento: Revista científico-profesional*, 5(11), 482-495.
- Vega, Y. H., Preciados, V. G., & Minguet, J. L. C. (2010). Estudio de la ocupación del tiempo libre de los escolares. *Retos. Nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, (18), 9-13. <https://www.redalyc.org/pdf/3457/345732284002.pdf>

- Villafuerte, A. R. (2013). Hacia una educación física con enfoque sociocrítico. *EmásF: revista digital de educación física*, (21), 4-7.  
<https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/4482711.pdf>
- Villarino, M. Á. F., Valeiro, M. G., Reboredo, B. T., & da Costa, F. C. (2017). Valoración de la escuela y la Educación Física y su relación con la práctica de actividad física de los escolares. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, (31), 312-315. <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/5841390.pdf>
- Westerterp, K. R. (2017). Control of energy expenditure in humans. *European journal of clinical nutrition*, 71(3), 340-344. <https://doi.org/10.1038/ejcn.2016.237>
- Zafra, A. O. (2013). *Tipos de investigación en el ámbito de la actividad física y la salud*. Ediciones Díaz de Santos.



## 2. Convocatoria de concurso de caracterización

Con el objetivo de que los alumnos reconozcan que su historia personal y familiar los identifica y hace diferentes a los demás:

LA CLASE DE EDUCACIÓN FÍSICA  
DE LA ESCUELA PRIMARIA  
"IGNACIO ZARAGOZA" Y  
"JOAQUÍN AMARO"

TE INVITA A PARTICIPAR EN EL CONCURSO  
DE LA CONMEMORACIÓN DEL:

# "ANIVERSARIO DEL INICIO DE LA REVOLUCIÓN MEXICANA"



Las categorías de participación son dos:  
"Caracterización" y "Dibujo alusivo":

### A) Caracterización sobre un personaje representativo de la RM:

Para ello, quienes participan en esta categoría, enviarán su foto a la mtra de EF, acompañado del nombre del personaje y las razones por las que le eligió.

### B) Dibujo alusivo:

Tratará sobre algún hecho o suceso ocurrido en la RM, el cual se enviará con una breve explicación de lo que intenta dar a conocer y las razones que lo llevaron a elegirlo.

El envío de su foto deberá realizarse a más tardar el viernes 20 de noviembre a las 8:00 pm.

### Mecanismos para elegir a l@s ganadores:

- Mayor número de reacciones en su fotografía, misma que se publicará en el perfil de "Educ Física".

### Premiación:

El premio sorprende a el ganador o ganadora de cada categoría.

### Ceremonia de entrega:

Primera semana de diciembre, aviso previo en grupos de Messenger y WhatsApp.

### Transitorios:

Será motivo de descalificación:

1. Realizar comentarios que ofendan o denigren la participación de cualquier alumno.
2. Enviar fotografías que correspondan a años anteriores.

Estancia de Guadalupe y Corrales. Sombrerete, Zacatecas.  
Noviembre del 2020.

Atentamente  
Mtra. Nancy González Caldera

### 3. Captura de pantalla del curso y su alta en la plataforma Google Classroom.

The screenshot shows a Google Classroom interface for a course titled "Educación Física" (Physical Education) in the "Primaria" (Primary) level. The header is green with a soccer ball icon. Below the header, there are options for "Código de la clase" (Class code: eyolvho) and "Enlace de Meet" (Meet link). A sidebar on the left shows "Fecha de entrega próxima" (Next due date) with a "Ver todo" (View all) button. The main content area includes a "Comparte algo con tu clase..." (Share something with your class...) section, a post by "Nancy Ana Gabriela Gonzalez Caldera" dated "12 oct." with the text "Se encuentra disponible la actividad 4 correspondiente a la semana del 12 al 18 de octubre... Juntos somos más fuertes", a comment input field "Añadir un comentario de clase...", another post by the same user dated "12 oct." with the text "Nancy Ana Gabriela Gonzalez Caldera ha publicado una nueva tarea: Semana 4. Juguemos...", and a final post dated "4 oct." with the text "Bienvenidos al curso de Educación Física para Educación Primaria".

4. Captura de pantalla del web:

<https://sites.google.com/benmac.edu.mx/efprimariasombrerete/inicio>



## 5. Cuestionario AMPET.

### CUESTIONARIO AMPET-e

© L. M. Ruiz, J. L. Graupera, Gutiérrez, M. y T. Nishida (2004). Adaptación de Nishida (1988)

Este cuestionario busca conocer cómo piensas, sientes y vives las situaciones que se te presentan en las clases de Educación Física y Deportes. Se te presentan 37 frases para que las leas atentamente y las respondas con sinceridad según sea tu grado de acuerdo o desacuerdo con ellas.

Para ello rodea al lado de cada frase el número que más se acerque a tu opinión. La escala va del 1 al 5. Si estás totalmente de acuerdo rodea el 5 y si estás en total desacuerdo rodea con un círculo el número 1. Las opiniones dudosas las contestas empleando el 2, 3 o el 4, según se acerque más tu opinión al acuerdo o al desacuerdo.

•No hay respuestas correctas ni incorrectas, no se trata de un examen. No es necesario que pongas tu nombre pero sí el resto de los datos. Recuerda que todo lo que expreses en este cuestionario será tratado de forma privada y confidencial, de ahí que te ruegue que respondas con sinceridad.

Gracias por tu colaboración.

Datos personales:

Edad (cuántos años tienes):

Sexo: chico - chica

Curso:

Colegio:

**Desde 1 = MUY EN DESACUERDO hasta 5 = TOTALMENTE DE ACUERDO**

- |  |           |
|--|-----------|
| 1. Me concentro mucho en lo que tengo que practicar en clase de E. F.  | 1 2 3 4 5 |
| 2. Creo que soy mejor que muchos compañeros o compañeras en la clase de educación física.  | 1 2 3 4 5 |
| 3. A menudo me pongo nervioso/a y mi rendimiento baja, cuando tengo que realizar los ejercicios y los deportes delante de mis compañeros y compañeras de la clase. | 1 2 3 4 5 |
| 4. Practico una y otra vez para conseguir realizar bien los ejercicios y los deportes.   | 1 2 3 4 5 |
| 5. Antes de practicar en clase de educación física, estoy intranquilo/a por el recuerdo de mis fallos en los días anteriores.                                      | 1 2 3 4 5 |
| 6. Con frecuencia he recibido felicitaciones por ser mejor que otros compañeros y compañeras en las clases de educación física.                                    | 1 2 3 4 5 |
| 7. Siempre sigo los consejos de quien me enseña bien.  | 1 2 3 4 5 |

## 6. Cuestionario IPAQ-C

### Cuestionario de actividad física para niños (PAQ-C)

Nombre:  
Sexo: M:-----F:-----  
Profesor:

Edad:  
Grado:

Queremos conocer cuál es tu nivel de actividad física en los últimos 7 días (última semana). Esto incluye todas aquellas **actividades como deportes, gimnasia o danza que hacen sudar o sentirte cansado**, o juegos que hagan que se acelere tu respiración como jugar al pilla-pilla, saltar a la comba, correr, trepar y otras.

#### Recuerda:

1. No hay preguntas buenas o malas. Esto NO es un examen
2. Contesta las preguntas de la forma más honesta y sincera posible. Esto es muy importante

1. Actividad Física en tu tiempo libre: ¿Has hecho alguna de estas actividades en los últimos 7 días (última semana)? Si tu respuesta es sí: ¿cuántas veces las has hecho? *(Marca un solo círculo por actividad)*

NO 1-2 3-4 5-6 7 VECES O MAS

	NO	1-2	3-4	5-6	7 VECES O MAS
Saltar a la comba					
Patinar					
Jugar a juegos como el pilla-pilla					
Montar en bicicleta					
Caminar (como ejercicio)					
Correr/footing					
Aerobic/spinning					
Natación					
Bailar/danza					
Bádminton					
Rugby					
Montar en monopatín					
Fútbol/ fútbol sala					
Voleibol					
Hockey					
Baloncesto					
Esquiar					
Otros deportes de raqueta					
Balonmano					
Atletismo					
Musculación/pesas					
Artes marciales (judo, kárate, ...)					
Otros					
Otros					