



**EDOMÉX**  
DECISIONES FIRMES, RESULTADOS FUERTES.



# El panel de colores

Autor(a): Fabiola Mejía Durán  
Coordinación de Área de Educación Física F033 15AOS2129T  
Valle de Bravo, México 14  
de febrero de 2023



## Introducción

El alumno de preescolar presenta un amplio bagaje de motricidad, motricidad que se debe ir desarrollando con actividades acordes a su edad y etapa en la que se encuentra. La motricidad gruesa, es la primera que aparece, el niño poco a poco irá adquiriendo las herramientas necesarias para ir formando su motricidad fina, que será la que le ayude en las tareas diarias, con precisión.

Las siguientes actividades, serán un apoyo para el desarrollo de su motricidad fina, con el fortalecimiento a la par, de la organización espacio temporal. Como soporte teórico, se trabajó en el Área de Desarrollo Personal y Social: Educación Física; teniendo en cuenta el siguiente Aprendizaje Esperado: Identifica sus posibilidades expresivas y motrices en actividades que implican organización espaciotemporal, lateralidad, equilibrio y coordinación.

La principal contribución pedagógica de esta área se refiere a la edificación de la competencia de acuerdo al programa actual de educación física de Aprendizajes Clave, “La educación física brinda experiencias, aprendizajes y vivencias motrices que contribuyen a la formación integral de los alumnos; motriz entendida como la capacidad de un infante o adolescente para dar sentido a sus acciones y saber cómo realizarlas” (SEP, 2017, p. 165).

El propósito es fortalecer en el alumno, las acciones motrices ante los diferentes estímulos de retos motores, a través de la adaptación, la fuerza, la distancia y el espacio, al encestar dentro de los orificios del panel.

El placer que el alumno experimenta en el momento de participar en actividades recreativas que salen de la cotidianidad de las sesiones de educación física le permite ir conformando su competencia motriz, que desde el nivel de preescolar comienza a estructurarse, siendo la base de la motricidad en toda su vida, aspecto importantísimo a tomar en cuenta en el momento de planificar las actividades propias del nivel de preescolar. Con base a lo anterior, desde el campo de la psicología es posible afirmar

que el juego “es una actividad generadora de placer que no se realiza con una finalidad exterior a ella, sino por sí misma” (García, 2002, p. 15).

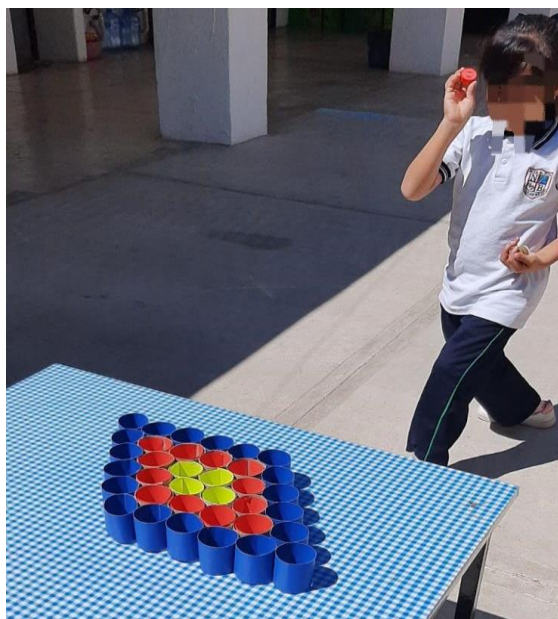
Para la realización de las actividades se utilizó el siguiente material: Tubos de cartón, de papel de baño, de diferentes colores, unidos uno al lado del otro (forma de panel); tapas de botellas de refresco, cinco barrilitos, (cada barrilito son dos tapas de refresco, unidas), cinco dardos, (dos limpiapipas de diferente color, dobladas y entrelazadas). Se mencionarán algunas maneras de trabajar con el panel de colores.

### Desarrollo

- El participante se coloca a un metro de distancia del panel, es cual estará con los orificios hacia arriba en el piso. Lanzará cinco tapas, de una en una, y contar cuantas logra que queden dentro de los orificios.

**Fotografía 1**

El panel



Nota. El alumno lanza tapas a los orificios

Fuente: Autoría propia. Fabiola Mejía Durán, 2023.

- Con cinco tapas, lanzará una, si la mete en un orificio del panel, dará un paso hacia atrás, sino lo logra, ahí se mantiene hasta que entre la tapa.

**Fotografía 2.**

El panel



Nota. El alumno lanza tapas, si encesta, da un paso atrás Autoría propia.

Fuente: Fabiola Mejía Durán, 2023.

- A un metro de distancia, el participante lanza cinco tapas al mismo tiempo, contando cuantas tapas quedaron dentro del panal.

**Fotografía 3.**

El panal



Nota. El alumno lanza cinco tapas al mismo tiempo a los orificios.

Fuente: Autoría propia. Fabiola Mejía Durán, 2023.

- Lanzar tapa por tapa, con el previo conocimiento de que los tubos de color azul valen un punto, los de color rojo, dos puntos, y los de color amarillo, tres puntos, desde una distancia de un metro.

**Fotografía 4.**

El panal



Nota. El alumno lanza tapas a los diferentes colores, con puntuación.

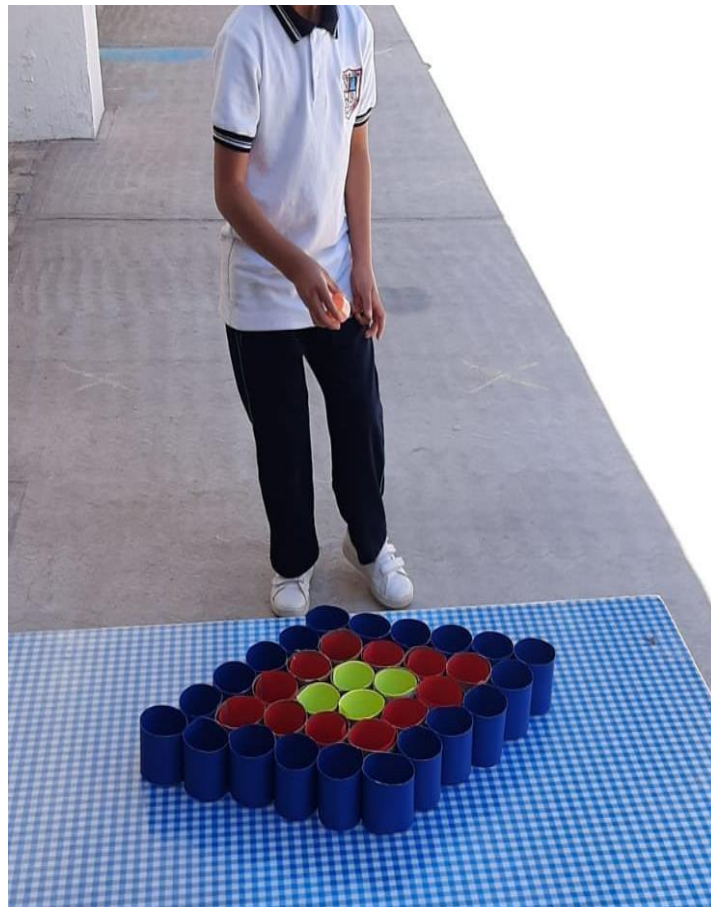
Autoría propia. Fabiola Mejía Durán, 2023.



- Lanzar un barrilito (dos tapas unidas), para que entre en un orificio, desde una distancia de un metro.

**Fotografía 5.**

El panal



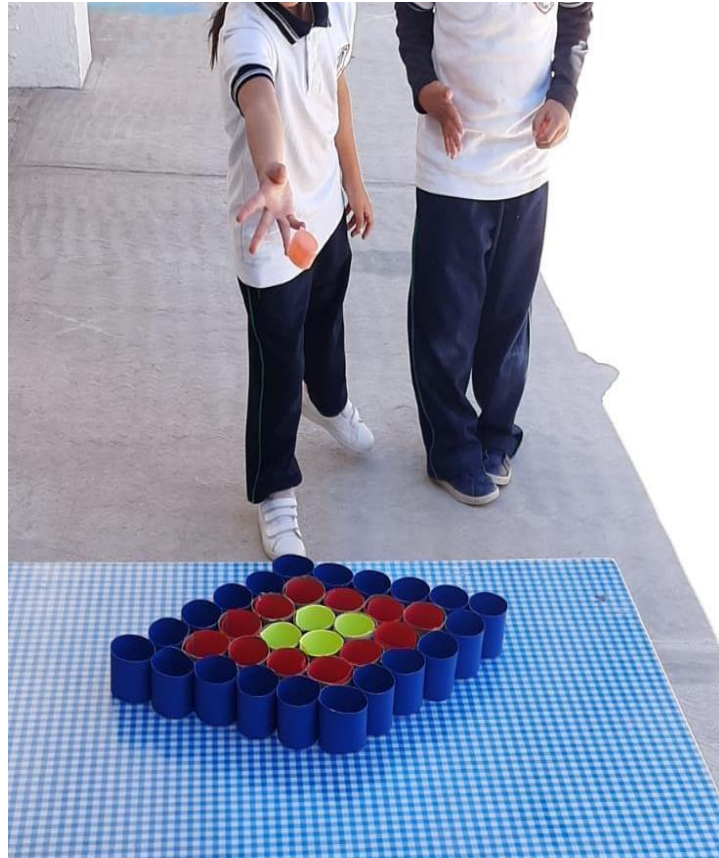
Nota. El alumno lanza barrilitos a un metro

Fuente: Autoría propia. Fabiola Mejía Durán, 2023.

- Parejas, lanzar los barrilitos uno por uno, por turnos y/o al mismo tiempo, para ver quien logra meter más barrilitos en los orificios.

**Fotografía 6.**

El panal



Nota. Los alumnos lanzan barrilitos, en pareja, por turnos.

Fuente: Autoría propia. Fabiola Mejía Durán, 2023.



- Parejas, lanzar los barrilitos uno por uno, al mismo tiempo, para ver quien logra meter más barrilitos en los orificios.

**Fotografía 7.**

El panal



Nota. Los alumnos lanzan barrilitos por parejas.

Fuente: Autoría propia. Fabiola Mejía Durán, 2023.

- Visualizar los orificios del panal, cerrar y/o tapar los ojos, lanzar la tapa o el barrilito, para ver si logra caer dentro de algún orificio.

**Fotografía 8.**

El panal



Nota. Los alumnos lanzan tapas o barrilitos a un orificio.

Fuente: Autoría propia. Fabiola Mejía Durán, 2023.

- Colocar el panel de manera que el participante pueda ver a través de los orificios, sobre un objeto en alto. Lanzar los dardos, uno por uno, pasando a través de cualquier orificio.

### Fotografía 9

El panel



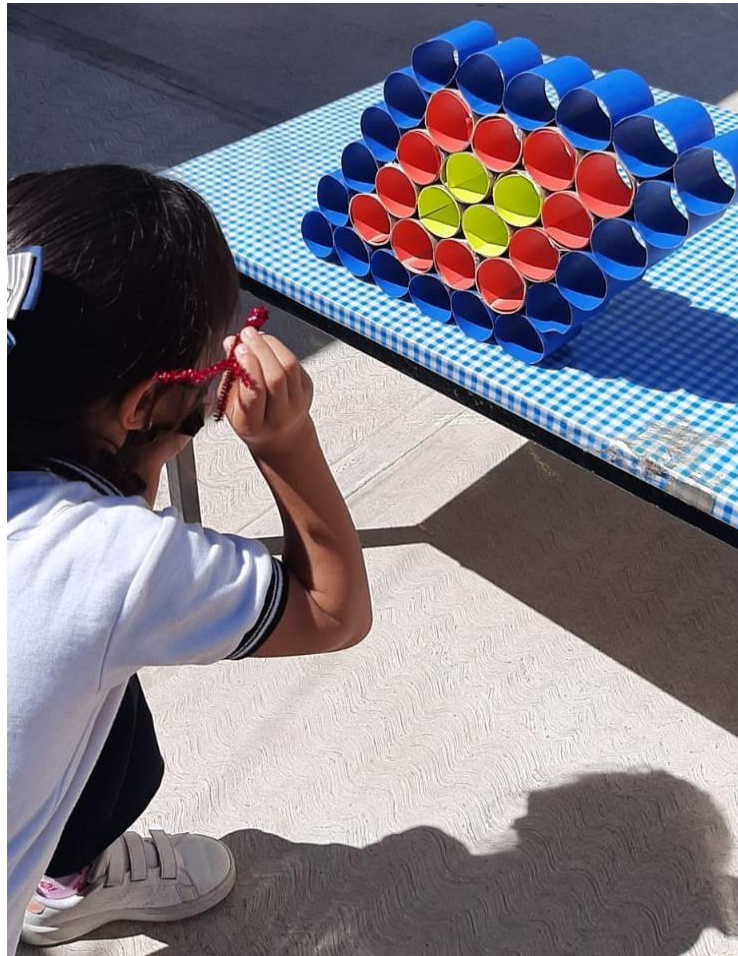
Nota. Los alumnos lanzan dardos a través del panel.

Fuente: Autoría propia. Fabiola Mejía Durán, 2023.

- Lanzar los dardos, uno por uno, con el previo conocimiento de que los tubitos de color azul valen un punto, los de color rojo, dos puntos, los de color amarillo, tres puntos.

**Fotografía 10.**

El panal



Nota. Los alumnos lanzan dardos a un color, con diferentes puntuaciones.

Autoría propia. Fabiola Mejía Durán, 2023.

- Visualizar los orificios del panal, cerrar los ojos y lanzar el dardo, para ver si logra atravesar algún orificio.

**Fotografía 11.**

El panal



Nota. Los alumnos lanzan dardos con ojos tapados.

Fuente: Autoría propia. Fabiola Mejía Durán, 2023.



## Evaluación

Los alumnos deberán manifestar durante las actividades:

- Adaptación de los movimientos, de acuerdo a las indicaciones de ejecución.
- Lanzamientos con precisión
- Desempeño óptimo en el espacio donde realiza las actividades
- Ajuste en sus respuestas motrices, de acuerdo al reto que se le presenta.

## Conclusiones

De acuerdo a las actividades que se ilustran, hay actividades que fortalecen el desenvolvimiento del alumno, en cuanto a la precisión del lanzamiento, con diferentes objetos, hacia un objetivo, que, en esta ocasión, es un panel de colores.

El alumno, al estar realizando las actividades, muestra su habilidad para desenvolverse con el material descrito, en el espacio de trabajo.

Al momento de desarrollar las actividades, los alumnos son capaces de proponer otras actividades, con el mismo material.

Las actividades, son propicias para desarrollar otras alternativas educativas, como el agregar puntos, de acuerdo a los colores del panel.

El conteo, es un elemento que también puede trabajar el participante, e ir incrementando su nivel de complejidad.



## Referencias

García López, Antonio et. al. (2002). Los juegos en la educación física de los 12 a los 14 años. Barcelona, INDE.

Secretaría de Educación Pública, (2017). Aprendizajes clave para la educación integral. Educación Física. Educación Básica.