



# “Matrogimnasia, estrategia didáctica que fortalece las habilidades socioemocionales en niños”

Autor(a): César De Jesús Márquez

Coordinación de Área de Educación Física F055 15AOS2165Y

Almoloya de Juárez, México

15 de diciembre de 2022



## INTRODUCCIÓN

“Una escuela debe ser un lugar para todos los niños,  
no basada en la idea de que todos son iguales, sino que todos son diferentes”  
Loris Malaguzzi.

El ser humano desde que nace se encuentra en un maravilloso proceso conocido por todos como aprendizaje, definido y conceptualizado por algunos psicólogos como Schunk (2012) que señala: “El aprendizaje es un cambio perdurable en la conducta o en la capacidad de comportarse de cierta manera, el cual es resultado de la práctica o de otras formas de experiencia” (p.3). Sin embargo tarde o temprano el ser humano debe enfrentarse a otro grandioso proceso llamado educación en donde las cosas deberán tomar un rumbo diferente.

Es importante mencionar que la familia juega un papel importante en la educación del niño, desde que nace el individuo se está formando en un núcleo familiar en donde los padres son los responsables de propiciar que el niño se desarrolle y adquiera esas capacidades y habilidades (Afectivas, Cognitivas y Sociales) que le permitirán interactuar de la mejor manera en el medio donde se desenvuelve, es decir brindarle la mejor educación que como familia le puede ofrecer, para que en el momento que ingrese al contexto educativo, el docente sólo tenga que reafirmar lo que el niño trae de casa. Desafortunadamente al menos en México todo esto no funciona así y gran parte de los padres de familia tienen la idea errónea de mandar a sus hijos a la escuela y delegar toda responsabilidad de la educación de su hijo al docente.

Pero no solo es el hecho de que el alumno asista a la escuela, hoy en día la misma globalización exige que se imparta una educación de excelencia, por lo tanto la responsabilidad como profesionales de la educación es enorme, porque la misma función que desempeñamos nos exige estar en constante actualización, es decir estar a la vanguardia acorde a las necesidades que en la misma sociedad se van gestando. A partir de este punto, el compromiso que se debe tener con los estudiantes queda estipulado en el plan y programas de estudio, orientaciones didácticas y sugerencias de evaluación que actualmente se trabaja en la educación básica establece que:

Es responsabilidad de todos, y cada uno, conseguir que los mexicanos que egresen de la educación obligatoria sean ciudadanos libres, participativos, responsables e informados;



**EDOMÉX**  
DECISIONES FIRMES, RESULTADOS FUERTES.



Identidad y Valor Magisterial

capaces de ejercer y defender sus derechos; que participen activamente en la vida social, económica y política de nuestro país. Es decir, personas que tengan motivación y capacidad para lograr su desarrollo personal, laboral y familiar, dispuestas a mejorar su entorno natural y social, así como a continuar aprendiendo a lo largo de la vida en un mundo complejo que vive acelerados cambios” (S.E.P.,2017p. 24).

En todas las escuelas encontramos una diversidad de estudiantes y de padres de familia o tutores con los cuales se debe trabajar a marchas forzadas con el objetivo de contribuir en la educación de los estudiantes, es por eso que en la presente Guía de Orientación Pedagógica se aborda la planificación, ejecución y evaluación de una estrategia didáctica (matrogimnasia) con la única finalidad de sensibilizar a los padres de familia en la función tan importante que tienen dentro de la educación de sus hijos.

## DESARROLLO

Dentro del Componente Curricular Desarrollo Personal y Social encontramos el Área de Educación Física, la cual tiene como finalidad formativa "...la edificación de la competencia motriz por medio del desarrollo de la motricidad, la integración de la corporeidad, y la creatividad en la acción motriz" (SEP.,2017p. 161). Esto quiere decir que el alumno deberá adquirir la capacidad para dar sentido a sus acciones y por supuesto saber cómo realizarlas. La Educación Física tiene la característica de agradar a los alumnos por la forma lúdica en que se lleva a cabo, sin embargo, no solo es el hecho de interactuar a través del juego, si no aprovechar los beneficios que esta trae consigo.

Una de las estrategias didácticas que se trabajan dentro del Área de Educación Física es la Matrogimnasia en la cual interviene el alumno en compañía de su mamá (o responsable), realizando un sin fin de actividades que tienen como propósito el fortalecer las habilidades socioemocionales y conocer el desempeño motriz del alumno.

COORDINACION DE AREA DE EDUCACION FISICA	NIVEL	ZONA ESCOLAR	TURNO	GRADO
F055	Primaria		Matutino	Sexto
Nombre del Promotor:				

ÁREAS DE DESARROLLO PERSONAL Y SOCIAL	EJE	COMPONENTE PEDAGÓGICO DIDÁCTICO
Educación Física	Competencia Motriz	Creatividad en la Acción Motriz

ESTRATEGIA DIDACTICA	ESTILO DE ENSEÑANZA	SUGERENCIAS DE EVALUACION
Matrogimnasia	*Mando Directo *Descubrimiento Guiado	*Adapta sus habilidades motrices de acuerdo con las modificaciones de los elementos estructurales de cada juego o actividad.
INSTRUMENTOS DE EVALUCIÓN	AJUSTES RAZONABLES	*Colabora con su equipo en la resolución de retos motores.
CUESTIONARIO (Autoevaluación)	Se solicita que el docente de grupo apoye directamente al alumno, en la realización de la actividad, si algún niño no llega con su mamá o tutor. Así mismo se modifica la organización de las formas de trabajo, de acuerdo al número de asistentes.	*Reconoce avances personales relacionados con sus capacidades, habilidades y destrezas. *Diseña y participa en diferentes tareas motrices o actividades. *Demuestra la mejora en su desempeño al adquirir mayor autonomía y disponibilidad motriz. *Explica a compañeros de otros grados cómo participar en un juego o usar un juguete.

PROPÓSITOS GENERAL	PROPÓSITOS POR NIVEL EDUCATIVO
<p>Integrar su corporeidad a partir del conocimiento de sí y su aceptación, y utilizar la expresividad y el juego motor para mejorar su disponibilidad corporal.</p> <p>Asumir estilos de vida saludables por medio de la actividad física, el juego, la iniciación deportiva y el deporte educativo.</p> <p>Valorar la diversidad a partir de las diferentes manifestaciones de la motricidad para favorecer el respeto a la multiculturalidad e interculturalidad.</p>	<p>Canalizar y demostrar su potencial expresivo y motriz al participar y diseñar juegos y actividades donde requieren comunicarse e interactuar con sus compañeros.</p> <p>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.</p> <p>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.</p>

<p><b>APRENDIZAJES ESPERADOS</b></p>	<p>1.-Diseña estrategias al modificar los elementos básicos del juego en situaciones de iniciación deportiva, con la intención de adaptarse a los cambios en la lógica interna de cada una.</p> <p>2.- Propone distintas formas de interacción motriz al organizar situaciones de juego colectivo y de confrontación lúdica, para promover el cuidado de la salud a partir de la actividad física.</p>
--------------------------------------	--

<b>INTERVENCIÓN EN LA PRÁCTICA EDUCATIVA</b>	
RECURSOS MATERIALES:	Temporalidad
Paliacates, pelotas de vinil, tela, colchonetas, platos.	60 minutos.
<p>La sesión con los padres y alumnos se desarrolla de la siguiente manera:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Para iniciar la actividad (matrogimnasia) se hace la presentación, explicando brevemente el motivo de su visita a la escuela, la finalidad y sugerencia que es disfrutar la mañana de trabajo en la realización de las actividades con su hijo.</li> <li>• Continuamos con el coro: ejemplo: era una sandía gorda gorda.....</li> <li>• Realicemos una actividad de espejo: cada padre de familia deberá hacer diferentes ejercicios de menor a mayor grado de dificultad y el niño hará todo lo posible por realizarla tal y como la ejecuto su mamá. (los niños que no puedan escuchar ni ver deberán ser tomados de su mamá y moverles las extremidades)</li> <li>• A continuación se mostraran tarjetas de números (1,2,3,4,5.) y figuras geométricas (cuadrado, triangulo, circulo) letras (A, E,I,O,U). El número indica la cantidad en que se van agrupar y la otra tarjeta lo que deberán representar con su cuerpo.</li> <li>• Sobre las colchonetas, el pasto o el piso los niños y mamá deberán: <ul style="list-style-type: none"> <li>* Pasar de un lado al otro (mamá gateando e hijo sobre ella)</li> <li>*Solo apoyando manos y pies y el niño arriba.</li> <li>*Cargando sobre la espalda o sobre el hombro.</li> <li>*Mamá rodando a su hijo como tronco dos metros y cambio.</li> </ul> </li> </ul>	

\*Mamá e hijo abrazados y rodando al mismo tiempo

\*alguna sugerencia de la mamá e hijo que sea creativa!!!

- En equipos se jugará a los transportadores en donde los adultos por parejas deberán llevar de un extremo al otro a los niños que se encuentran en cierta posición
- Por parejas (mamá e hijo) deberán llevar la pelota de un extremo al otro del patio: con la frente nada más, uno detrás del otro, saltando y llevando la pelota presionando con las extremidades inferiores (hacer relevos)
- Por parejas botar la pelota contra el piso, botar la pelota hacia arriba con ambas manos (hacer relevos) (adulto ayuda en el desempeño del niño)
- Alrededor de la tela los integrantes de cada equipo deberán ubicarse y mantener la pelota sobre la misma, al mismo tiempo que deberán botarla y hacer que llegue muy alto sin que toque el suelo.
- Los participantes de un equipo deberán ubicarse alrededor de la tela que contendrá una o varias pelotas y los niños del equipo contrario debajo ya que tratarán de sacarlas golpeando. Ganará el equipo que mantenga más pelotas sobre la tela.
- Teniendo los ojos cubiertos con el paliacate la mamá, el hijo deberá hacerle un recorrido tomándola de la mano y hablándole, posteriormente solo hablándole sin tocarla.
- En círculo los padres de familia deberán vendarse los ojos y los hijos pasarán cerca de ellos para que los puedan identificar con el tacto y olfato. Si eligen a uno lo abrazan y lo colocan atrás para continuar con la actividad pasando a los demás niños hasta que todos los participantes estén en pareja.
- Masaje por parejas mamá abajo e hijo de espalda arriba. Mamá se mueve lo más que pueda y el niño deberá mantenerse sobre ella.
- Para terminar, se da una pequeña plática de lo que se realizó y se agradece su asistencia al evento.

**NOTA:**

1.-La mayoría de las actividades se deberá tener el mayor contacto de mamá e hijo, sin embargo, habrá otras que sugiera el promotor en donde no haya contacto.

2.- El cuestionario se realizará en dos partes, una antes de iniciar y la otra al terminar la sesión.

## CONCLUSIONES

Las estrategias didácticas que se plantean en las instituciones y sobre todo desde el Área de Educación Física a los estudiantes y a los padres de familia, siempre serán una gran oportunidad que nos permitirán conocer y saber sus necesidades motrices, y sobre todo emocionales.

La interacción entre mamá e hijo en el proceso educativo es fundamental, esta se debe basar en una comunicación asertiva de ambas partes, sobre todo para que el hijo se sienta en confianza y comunique todo cuanto le suceda. El juego en educación física permite generar dicha confianza en los alumnos con sus padres, es por ello que se sugiere trabajar las matrogimnasia en las etapas tempranas del individuo.

## REFERENTES

SEP. (octubre del 2017). *Aprendizajes Clave para la Educación Integral. Educación Física. Educación Básica..* Puebla, México.

Schunk, D. (Coord.). (2012). *Teorías del aprendizaje. Una perspectiva educativa.* (L. Pineda A, Trad.). México: Pearson Education. Recuperado de [http://www.visam.edu.mx/archivos/LIBRO%206xta\\_Edicion\\_TEORIAS\\_DEL\\_APRENDIZAJE%20-%20DALE%20H%20SCHUNK.pdf](http://www.visam.edu.mx/archivos/LIBRO%206xta_Edicion_TEORIAS_DEL_APRENDIZAJE%20-%20DALE%20H%20SCHUNK.pdf)

## ANEXOS

### CUESTIONARIO A PADRES DE FAMILIA

#### (ANTES DE INICIAR)

Con la finalidad de mejorar la intervención del promotor, el desarrollo de la estrategia didáctica (matrogimnasia) y el logro de los aprendizajes esperados en los alumnos, sería tan amable de contestar el siguiente cuestionario.

1 ¿Tiene comunicación con su hijo(a), sobre lo que realiza en la sesión de Educación Física?

2 ¿Si su respuesta es positiva, podría describir brevemente que realiza?

3.- ¿Conoce al promotor(a) y la forma de trabajo, de la escuela donde asiste su hijo(a)?

4 ¿Si su respuesta es positiva, podría describir brevemente quien es y que hace?

5.- ¿A participado en alguna actividad dirigida por el promotor de Educación Física en este ciclo escolar?

6.- ¿Si su respuesta es positiva podría describir cual fue?



## CUESTIONARIO A PADRES DE FAMILIA

### (AL TERMINO DE LA SESIÓN)

1.-¿Las actividades que propone el promotor de Educación Física, para que las desarrolle su hijo en en la escuela son?

- Retadoras e innovadoras.
- Con un alto grado de dificultad.
- Divertidas y acorde a su edad.
- Fáciles de realizar.

2.-¿En cuanto a los materiales didácticos que se solicitan para la sesión de Educación Física?

- Son fáciles de conseguir.
- Se tienen en casa.
- Se tiene que salir a comprarlos.
- No se tienen en casa ni el recurso económico para poder adquirirlos.

3.- ¿Cuánto tiempo interactúa con su hijo(a) al día, en el desarrollo de tareas motrices propuestas por el promotor de educación Física?

- Nada de tiempo.
- Menos de 30 minutos.
- De 30 a 60 minutos.
- De 1 a 1½ hora.

4.-¿Considera importante la Actividad Física en el ser humano?

- SI
- NO

5.-¿Si su respuesta es positiva, podría describir brevemente por qué?

6.-¿Qué le gustaría que se trabajará o abordará en la sesión de Educación Física, con la finalidad de mejorar la educación de su hijo?

7.- ¿A qué se compromete como padre de familia para aprovechar el servicio de Educación Física que recibe su hijo?

8.-¿Fue de su agrado la estrategia didáctica en la cual acaba de participar?