

Introducción

La Educación Física es un área de trabajo que requiere la participación de los alumnos, el compromiso del docente, en este espacio se brindan experiencias donde se favorecen las habilidades básicas de movimiento, nuestro Programa Actual de Aprendizajes Clave para la educación integral. Educación física. Educación básica nos dice “La Educación Física es una forma de intervención pedagógica que contribuye a la educación integral de niñas, niños y adolescentes, al desarrollar su motricidad e integrar su corporeidad” (SEP, 2017)

Es tarea de la escuela ofrecer situaciones retadoras para los alumnos, actividades que surjan de sus necesidades e intereses, por eso en el presente Acervo Digital de nombre: Circuito de Acción Motriz de Manipulación en Preescolar, se describen actividades que permiten fortalecer habilidades básicas de manipulación como lo son: lanzar, cachar, atinar, derribar, acciones que se le presentarán al alumno en su cotidianidad.

Cabe destacar que las actividades propuestas están pensadas desde el nivel preescolar, ya que es aquí donde desempeño mi función como promotor de educación física. A esto el programa nos dice: “La educación física en el nivel preescolar, desde la perspectiva de la educadora se centra en las capacidades motrices de los niños: locomoción, coordinación, equilibrio y manipulación; y en la consolidación de la conciencia corporal. Se pretende que, de manera progresiva, logren un mejor control y conocimiento de sus habilidades y posibilidades de movimiento.” (SEP, 2017)

El objetivo de este trabajo es brindar el apoyo a educadoras y docentes del área de educación física con la siguiente propuesta, que está diseñada desde la modalidad de Guía de orientación pedagógica, esperando que las actividades propuestas respondan a las necesidades del magisterio.

En este documento encontraran de manera reiterativa términos del área de educación física como lo son:

“**Manipular:** Objetos de diversas formas (regulares e irregulares) en actividades como armar rompecabezas, construir juguetes y estructuras; lanzar y atrapar objetos de manera segura (como bolsas rellenas, pelotas, aros, entre otros) empujar, jalar y patear

objetos de diferente peso y tamaño; y usar instrumentos y herramientas, (como pinceles, pintura, lápices para escribir y para colorear, pinzas, lupas y destornilladores, entre otros) de tal manera que vayan mejorando su control y precisión.” (SEP, 2017).

Circuito Motriz: “... tienen como intención poner a prueba las habilidades psicomotrices y sociomotrices a partir de acciones que requieran de la participación comprometida y consiente de los niños.” (SEP, 2000)

Promotor de Educación Física: Es un docente formado profesionalmente para trabajar el área de educación física, la categoría de promotor le da la oportunidad de asistir a diferentes escuelas para apoyar, asesorar y dar acompañamiento a los docentes entorno a esta área de desarrollo. “... Tendrá la función de motivar a los niños para la realización del evento con el fin de que este pueda llevarse a cabo de una manera exitosa.

Dara a conocer las intenciones y objetivos de la actividad.

Enlistará las tareas que tendrán que realizar los niños antes, durante y después de la actividad, tanto individualmente como por equipos.” (SEP, 2000)

A continuación, se enlistan las actividades propuestas para el desarrollo del circuito.

Desarrollo

Circuito de Acción Motriz de Manipulación en Preescolar

Actividades Previas.

Es necesario identificar que ante cualquier actividad debe existir un dialogo entre docentes, establecer los aprendizajes esperados que se pretenden favorecer, ubicar el espacio de trabajo en el que se ejecutarán las actividades, así como los responsables. En el caso de circuito queda claro que son actividades simultaneas que se realizan con subgrupos de alumnos, por tal motivo existirá un responsable en cada estación, el cual es el encargado de supervisar y guiar la actividad. Para esto propongo se realice una reunión previa donde en colectivo se determinen las actividades, esta situación puede ser aplicada desde un grupo de alumnos hasta nivel institucional, para ello sugiero el siguiente cronograma, Ejemplo:

docente encargada	actividad a realizar	descripción de la actividad	Material	Duración
<i>docente de 1ªA</i>	<i>Atínale</i>	Encestar en un bote de 20 L. una pelota de vinil del No 8, a una distancia aproximada de 3 mtros. Se dará tiempo para que el alumno logre encestar el mayor número de canastas	bote de 20 L Pelota de vinil No 8	5 minutos

En el anterior ejemplo pueden observar que la organización, seguimiento y la responsabilidad de todos los involucrados será el éxito de las actividades, una buena organización determina lo que puede suceder y lo que pretendemos que suceda. “Estos circuitos permiten una gama de posibilidades en el diseño de ejercicios, selección de materiales, fijación de objetivos y condiciones de trabajo.

Esta es una forma de labor colectiva que puede organizarse en cualquier espacio, en el cual se establecen estaciones o bases, cuya característica principal es la variedad en las actividades a realizar y en el uso de los materiales” (SEP, 2000)

Catálogo de Actividades

Atínale:

Colocar un bote o cubeta frente a la marca de tiro, previamente marcada a una distancia de 3 metros aproximadamente, los alumnos tendrán que encestar la mayor cantidad de canastas posibles con una pelota de vinil en un minuto, cada canasta que logre realizar será un punto, al finalizar el tiempo se registra el puntaje obtenido. Se recomienda colocar el bote cerca de una pared para que la pelota no se vaya tan lejos en los lanzamientos que no sean acertados y el alumno pueda realizar la mayor cantidad de lanzamiento posibles, en el tiempo establecido.

Yo lo atrapo:

En el espacio habrá diversos objetos y materiales de diferentes tamaños y texturas (pelotas de unicel, esponja, plástico, aros, peluches o cualquier otro material que se pueda lanzar y atrapar) los alumnos tendrán que realizar la acción de lanzar y atrapar con los diferentes materiales, cada vez que logre realizar esta acción con un material 3 veces, podrá tomar otro distinto, en caso de no lograrlo, tendrá que intentar las veces que sea necesario hasta lograrlo para poder tomar otro material, cada que logre dominar la acción 3 veces con un material distinto se le registra un punto.

Derríbalo:

El alumno tendrá que derribar el blanco (cono o botella) que estarán situados a una separación de 3 metros aproximadamente de la marca de tiro, previamente trazada, los lanzamientos se realizaran con una pelota de vinil, se recomienda que el blanco este frente a una pared para que la pelota no se vaya tan lejos y los alumnos no pierdan tanto tiempo en ir por la pelota y puedan realizar la mayor cantidad de tiros en un minuto, cada vez que logre derribar el blanco, será un punto, al finalizar el tiempo se registra el puntaje obtenido.

Gol:

Se coloca una portería en caso de contar con ella, si no, se puede marcar con dos conos o botellas plástico y la marca de tiro a una distancia de 5 metros aproximadamente, los alumnos

tendrán que patear la pelota para intentar meter gol, cada alumno tendrá 10 tiros posibles y cada gol conseguido, se registra con un punto.

Tragabolas:

Colocar un traga bolas con las marcas de diferentes puntos (previamente realizado de algún material reciclable como tela o cartón), la marca de tiro estará a 4m de distancia, los alumnos tendrán que realizar la mayor cantidad de puntos posibles, lanzando pelotas de plástico (alberca), cada alumno tendrá derecho a 10 tiros y los punto que logre hacer, serán registrados.

Aros olímpicos:

Se colocan diferentes “tarugos” (botes rellenos de cemento o arena con un palo de madera), a una distancia de 3 metros aproximadamente de la línea de lanzamiento, previamente trazada, el alumno tendrá que atinar la mayor cantidad de aros de diferentes tamaños posibles en un minuto, cada aro que logre atinar, será un punto.

Tiro al blanco:

Se marcan en el piso varios círculos de a distintas distancias y tamaños con diferentes puntajes, los más pequeños y alejados tendrán mayor valor y los más cercanos y grandes menor puntaje (3pts, 5pts, 10pts, por ejemplo), se traza la línea de tiro, desde la cual los alumnos tendrán que realizar sus lanzamientos, con costales de tela, rellenos de semillas, cada alumno tiene derecho a 5 tiros.

Estas actividades se pueden modificar de acuerdo al grado de preescolar que se va a realizar el Circuito de Acción Motriz y/o de acuerdo a las habilidades de los alumnos, el docente responsable deberá elegir las actividades a realizar dependiendo del objetivo que pretenda lograr, la cantidad de actividades de acuerdo al tiempo que disponga para ello, la propuesta de un servidor es que cada estación tenga una duración de 5 minutos efectivos y dejar dos minutos para el cambio de estación y explicación de cada actividad y que el Circuito este integrado por máximo 5 actividades del catálogo.

El objetivo principal de estas actividades es que los alumnos exploren diferentes formas de lanzar, lanzar y atrapar, atinar, derribar, patear y que descubran cuales son las más eficaces. Este Circuito de Acción Motriz se puede realizar dos veces (al inicio y al final) o tres veces (al inicio, a la mitad y al final) a lo largo del ciclo escolar, para ello se propone el siguiente cuadro de registro donde se podrán anotar los avances que presentan los alumnos.

1 2Atinale 3 Aros 4 Gol 5 Tiro al TOTAL
 lanzo olímpicos blanco
 y
 atrapo

Nombre del Alumno	PUNTAJE OBTENIDO POR ACTIVIDAD					TOTAL
Alumno 1	3 pts.	4 pts.	3 pts.	0 pts.	13 pts.	23 pts.
Alumno 2	5 pts.	3 pts.	6 pts.	3 pts.	5 pts.	22 pts.
Alumno 3	2 pts.	3 pts.	4 pts.	4 pts.	5 pts.	18 pts.
Alumno 4	3 pts.	7 pts.	4 pts.	2 pts.	8 pts.	24 pts.
Alumno 5	4 pts.	4 pts.	3 pts.	5 pts.	5 pts.	21 pts.

Conclusiones

- En educación preescolar se deben brindar variadas experiencias para que el alumno practique en repetidas ocasiones los patrones básicos de movimiento para formar habilidades de manipulación y coordinación que le serán útiles a lo largo de su vida.
- Lo atractivo de la Educación Física en el nivel, es partir del juego como herramienta que permita plantear diversos desafíos donde el alumno se interese, conviva, siga reglas y aprenda.
- El Circuito de acción Motriz es una estrategia de la educación física que parte de la organización de estaciones, en las cuales hay reglas que se deben cumplir para alcanzar los objetivos trazados.
- Las actividades de manipulación son de interés para los alumnos por que interactúan con diversos recursos didácticos: aros, pelotas de diferentes materiales y tamaños y cualquier otro material que se pueda lanzar y atrapar.
- Desde la planificación del Circuito de Acción Motriz se debe diseñar el cuadro de registro tomando en cuenta los aspectos de acuerdo a las necesidades del grupo por ejemplo: número de alumnos, puntos realizados, observaciones, por mencionar algunos.
- Como promotor de Educación Física he aprendido que el trabajo en conjunto garantiza el éxito de las actividades, la comunicación efectiva, la disposición al trabajo y el apoyo de las docentes de grupo permiten que este tipo de actividades puedan ser de alto impacto para la comunidad educativa.

Referencias Bibliográficas

- SEP. (2000). *FICHERO DE ACTIVIDADES DE EDUCACIÓN FÍSICA PRIMER CICLO*. MÉXICO: SECRETARIA DE EDUCACIÓN PÚBLICA.
- SEP. (2017). *APRENDIZAJES CLAVE EDUCACIÓN FÍSICA EDUCACIÓN BÁSICA*. MÉXICO: SECRETARIA DE EDUCACIÓN PÚBLICA, 2017.