



## Sugerencias para diseñar una unidad didáctica de educación física

Autor(a): José Farady Correa Zarur

Coordinación de Área de Educación Física F035 CCT 15AOS2131H

Villa Victoria, México

07 de febrero de 2023.



## **Introducción**

En el trabajo docente la experimentación es una constante, los tiempos actuales exigen investigación y preparación con herramientas que permitan enfrentar los retos que implica la práctica educativa, sin embargo, el promotor en la búsqueda de esas soluciones tiene que hacer frente a múltiples factores cotidianos que limitan el desarrollo de clases constructivas, dinámicas y formativas. El presente material parte de la experiencia de más de tres décadas en la enseñanza de la educación física, donde los estilos se han transformado con el pasar de los años, y con ello, la práctica docente.

El propósito de estas sugerencias es dar ideas sobre la manera de conformar material útil de cada docente, enfocado en su propio entorno, buscando con ello, que, mediante sus saberes, estimule y amplíe su creatividad y conocimiento del universo laboral, conformando un esquema de planificación a la medida de sus necesidades, con la visión de brindar un servicio docente de calidad. La base es sencilla, más allá de la teoría sacada de formatos oficiales o libros relacionados a las temáticas a abordar, se sugiere rescatar los puntos básicos que en algún momento del pasado fueron experimentación y con su desarrollo, se consideraron como situaciones de éxito. Por lo anterior, en el afán de contribuir con quienes desarrollan esta labor, pongo en sus manos esta pequeña lluvia de ideas para dar forma a su propio modelo de enseñanza, creando oportunidades para trabajar con situaciones de ventaja, ante el reto de brindar una alfabetización física, real y útil en cada rincón donde un docente se enfrenta a un grupo de alumnas y alumnos.

## Desarrollo

### ***Sugerencias para el diseño de una unidad didáctica de Educación Física.***

La construcción de una unidad didáctica es una oportunidad de planificar en busca de la construcción de aprendizajes, en ella se da inicio mediante una contextualización curricular apoyando el proceso en algunas acciones útiles, como son:

- a) Lugar de aplicación: ubicando escuela, localidad y datos pertinentes del centro de trabajo.
- b) Grado y grupo los cuales definen el nivel de aplicación de los aprendizajes.
- c) Temporalidad o tiempo de aplicación que define fechas y número de clases para desarrollar la unidad.

Con esta base, damos un marco que brinda la idea de un contexto de aplicación, integrando a manera de encabezado, nuestro proyecto para la planificación. En el siguiente espacio siempre colocaremos una introducción, visto esto como una necesidad para quien va a revisar los materiales diseñados, es la continuación natural del proyecto propuesto, de tal suerte que es en esta parte donde se definen los elementos que dan forma a la unidad didáctica, a la par de las provisiones para su aplicación en la práctica docente.

La introducción nos debe permitir visualizar un panorama general de la unidad didáctica; es decir crea un contexto, preparando al docente de educación física para prever aquello contenido como aprendizajes actividades recursos utilizables al aplicar la planificación en sus clases. En lo personal los puntos útiles que surgieron para dar forma a la introducción son:

1. Establecer la relación de nuestros aprendizajes a trabajar con elementos curriculares del grado, propiciando así una útil transversalidad en el proyecto de trabajo.
2. Mencionar la parte fundamental del aprendizaje.
3. Establecer una referente clara y concisa del trabajo metodológico, es decir, mostrar las estrategias de intervención didáctica adecuadamente.

4. Siempre remarcar la temporalidad del proyecto propuesto para el desarrollo de la unidad didáctica.
5. Considerar en el texto los instrumentos de evaluación a utilizar, por ejemplo: rúbricas, matrices de verificación, evidencias, baremos, listas de cotejo o listas de corroboración entre otros.

El tercer punto que sugiero establecer es el propósito o intención didáctica, por ello, en mi experiencia siempre ha sido funcional hacerlo de la manera siguiente:

- Tomar un verbo implícito en el aprendizaje a desarrollar.
- Establecer las condiciones de realización.

Partiendo de las dos condicionantes extraídas de los contenidos programáticos aparecerá el aprendizaje mencionado en los planes y programas de estudio 2011 como aprendizaje esperado, este tipo de aprendizaje parte de los llamados aprendizajes clave.

Los llamados aprendizajes esperados, tienen como función la graduación en la complejidad de la tarea; es decir, se convierten en dosificadores de los saberes que deben alcanzarse, marcan la meta a la que se desea llegue el alumnado. Por ende, son finalmente la referencia indispensable y fundamental para realizar una planeación precisa, con parámetros de evaluación definidos mediante bases sólidas y útiles.

Sin embargo, suelen presentarse obstáculos como en todo, y más de uno me cuestionará ¿Cómo hacer un análisis eficiente de los aprendizajes esperados? Mi respuesta está en la identificación de lo que algunos definen como esencia del aprendizaje y otros como el acento en la palabra, ejemplifico con el siguiente aprendizaje: “Explora sus habilidades motrices al participar en situaciones que implican desplazamientos y manejo de diferentes objetos para adaptarlos a las condiciones que se presentan” (SEP, 2017, p. 605).

Mi sugerencia radica en iniciar por desglosar el aprendizaje como a continuación expreso; el verbo será la palabra desarrolla. El contenido lo identificará la frase sus habilidades motrices de locomoción y manipulación; por último, el análisis nos muestra las condiciones establecidas para realizarlo; que en el presente aprendizaje las define la oración en diversas condiciones de ejecución, logrando

identificar plenamente el propósito o intención didáctica y sugiero expresarlo cómo sigue:

- Desarrolla sus habilidades motrices de locomoción y manipulación en diversas condiciones de ejecución.

Mostrado esto, nos ocupa la temporalidad de la unidad didáctica, aquí es básico explotar la autonomía crítica del docente, las razones son simples, tú decides el número de clases, la dosificación de la carga, su intensidad, la definición de actividades de aprendizaje aplicable en el contexto con base a las características del alumnado. Debemos tomar en cuenta algunas variables para encontrar la forma de aprovechar al máximo el tiempo real de nuestra labor pedagógica, es decir, ver nuestro calendario y considerar las reuniones técnicas, las reuniones de consejos técnicos, las capacitaciones, ceremonias, eventos y suspensiones probables.

Lo comentado arriba nos lleva a tomar en cuenta siempre al menos tres factores:

- 1) El tiempo real del curso o ciclo escolar.
  - 2) La complejidad o dificultad a enfrentar para lograr el aprendizaje esperado en la unidad didáctica.
  - 3) Hacer una revisión de cuántas actividades estás en posibilidad de aplicar, además de verificar si hay duplicidad en las actividades de aprendizaje con actividades áulicas apoyando con ello la toma de decisiones, para plasmarlas en el plan y establecer la transversalidad para así decidir el número ideal de clases para desarrollar la unidad didáctica. En este punto cabe nombrar la metodología pensada como la o las estrategias didácticas a aplicar. Para entender el término trata de explicarlo con base a lo que entendemos además de lo que he experimentado en la labor docente:
- Una estrategia didáctica es, realizar una serie de acciones con una flexibilidad suficiente, para determinar por decisión de quién planifica, las actividades que permitan llegar a un aprendizaje, sea por una ejercitación, un significado que permitan provocar una participación activa dinámica y comprometida de los alumnos y alumnas para lograr concretar su aprendizaje.

Si partimos de esta idea propia que conforma un concepto, sugiere una división para establecer las mencionadas estrategias como explicamos a continuación:

- a) Establece las actividades generales que para el aprendizaje ejemplos son la locomoción y la manipulación.
- b) Define las actividades particulares; que para este punto pueden ser: lanzar, rodar, botar o bien otras como los altos la carrera, desplazamientos en forma cuadrúpeda y otras que permiten establecer con relación a ellas lo que identificó como actividades definidas o específicas, que cada educador físico elegirá, las cuales pueden ser: circuitos motrices, cuentos motores, rutinas de interacción, juegos educativos, formas cantadas, juegos pre deportivos; es decir lo útil y único para tu contexto escolar.
- c) Derivado de lo anterior, darás forma a tu estrategia, donde defines el cómo hacer lo que esperas lograr; por relacionarlo al ejemplo expuesto en este texto, tal vez elegiste un circuito de acción motriz, ahí tu decisión te ha llevado a considerar la creatividad en la acción motriz, por consecuencia la posibilidad de desarrollar un planteamiento propio, ese que otorgue la oportunidad de conducir al alumnado mediante tareas motrices, de las que mencionamos conocemos como abiertas las cuales permitan la oportunidad de favorecer una producción diversa y creativa de formas motrices para desplazarse lanzar o atrapar al ir de un punto a otro.

### Cuadro 1

#### Estrategia de Intervención Didáctica

Actividades generales	
Actividades particulares	
Estrategia pedagógica	

Nota: Estrategia de seguimiento de intervención didáctica. Elaboración propia (2023)

El punto que considero para continuar el plan de unidad didáctica como a mí me ha funcionado, es buscar la mejor manera de evaluar lo que los alumnos realizan, esto lo sugiero, pensando en la mejor manera de ser justo y medir el desempeño de los alumnos de acuerdo a sus condiciones de desarrollo, apoyándonos nuevamente en el ejemplo multicitado, considero salvo tu mejor opinión,

entender ampliamente lo que puedo observar, es decir ¿qué hacen y cómo lo hacen?

Aquí debemos considerar si ejecutan las habilidades motrices de locomoción y manipulación de diversas maneras. Otro punto que en mi visión a observar nunca falta es la modificación o adaptación que realizan los alumnos en cuanto a las habilidades motrices que implica el aprendizaje esperado.

Para la elección de las evidencias, esas que reflejen todo lo trabajado en clase, con base en mi experiencia, propongo algunas ideas como las siguientes, apoyado en qué es la manifestación para demostrar el aprendizaje:

- Considerar la posibilidad de que sea algo elaborado por el alumno, por ejemplo, la manera de construir un movimiento creativo al resolver una tarea motriz determinada.
- Debemos entender, que nosotros como docentes de educación física, debemos centrarnos en el diseño con base en la técnica a desarrollar o aquéllos instrumentos diseñados ex profeso para estas acciones de valoración, considerando que contengan una relación clara y directa con lo que vamos a evaluar; es algo que en evaluación educativa se conoce como validez, no olvidemos jamás esto, siempre que lo consideremos tendremos una congruencia al valorar la actividad física de niños niñas y adolescentes. La manera en que podemos establecer esta validez es enmarcando el objeto de evaluación que en el mencionado aprendizaje es: *habilidades motrices en situaciones que implican desplazamiento y manejo de diferentes objetos*. Lo que nos ofrece una posibilidad interesante y con opciones sencillas a manejar, sugiero el uso de la lista de corroboración, ya que al ser construida por el docente, le da una perspectiva y validez muy cercanas a la meta deseable.

Ahora presento una aproximación a la lista de corroboración cómo referente a lo que es posible realizar.

## Cuadro 2

### Lista de valoración

Criterio a valorar	Indicadores de logro	Ejecución Si/No
<p>Realiza distintas formas de habilidades motrices de locomoción y manipulación en diferentes condiciones</p>	<p>Realiza más de seis formas que impliquen locomoción y manipulación de objetos.</p> <p>Realiza seis formas que impliquen locomoción y manipulación de objetos.</p> <p>Realiza cinco formas que impliquen locomoción y manipulación de objetos.</p> <p>Realiza cuatro formas que impliquen locomoción y manipulación de objetos.</p> <p>Realiza tres formas que integran la locomoción y manipulación de objetos.</p> <p>Realiza dos formas que integran la locomoción y manipulación de objetos.</p>	

Nota: Lista de valoración. Elaboración propia (2023).

Para cerrar la parte de evaluación, debemos crear una situación generadora de aprendizajes, que regule las condiciones de ejercitación útiles para evidenciar el aprendizaje en sí mismo. Una opción, es crear un circuito de acción motriz, que les otorgue con amplitud situaciones donde aplicar la locomoción y la manipulación de manera notable y objetiva, en el podemos utilizar un esquema de estaciones apoyándonos en una lista de medios didácticos o recursos como los siguientes: pelotas, balones de voleibol, balones de fútbol, aros, balones de baloncesto, conos, cuerdas, entre otros.

Ahora, toca el turno de construir actividades para el aprendizaje, en ellas la sugerencia es hacerlo teniendo conciencia de los significados de cada uno de los contenidos programáticos, implícitos en el aprendizaje esperado; donde debe por necesidad el docente de educación física, entender plenamente lo que significa el componente didáctico que corresponde al mismo. Para clarificarlo, mencionaré que esto es una suma de la esencia del aprendizaje en el componente pedagógico didáctico, por consecuencia entre ambos nos ofrecerá la visión de las habilidades motoras, donde existan desplazamientos y manipulaciones de objetos con el fin de crear una gama de oportunidades para el desarrollo de la motricidad.

Para sacar provecho, podemos cuestionarnos sobre las ideas para entender el significado del aprendizaje y buscar que sumen para identificar las actividades de aprendizaje general. Recordando que el análisis es parte de preguntarnos y para ello sugerimos las siguientes preguntas y aporro entre paréntesis las posibles respuestas.

- ¿Qué refiere el componente? (*Estímulo a las habilidades*)
- ¿Cómo identificar las habilidades motrices? (*Revisar siempre los patrones básicos de movimiento*).
- ¿Cuáles son los tipos de organización de los patrones básicos de movimiento implícito en el aprendizaje? (*Locomoción, manipulación y su uso en las actividades*).

Una vez generadas estas respuestas, podrá derivar sus actividades de aprendizaje general sobre los patrones de locomoción y manipulación de objetos. La locomoción que implicará la ejecución por el alumno de diferentes formas de trasladarse de un punto a otro y la manipulación, del manejo eficiente de objetos con su cuerpo o algún material de apoyo como bastones, raquetas, cartones y demás objetos posibles a utilizar.

Sugiero, que en el diseño de actividades particulares, se debe revisar cada una de las opciones de locomoción al alcance para crear con ellas situaciones donde experimenten los niños, niñas y adolescentes al utilizarlos. De la misma forma se hará con la manipulación implicando programas partiendo de las múltiples opciones de estímulo anticipando de la misma forma los probables resultados.

Sugiero, que en el diseño de actividades particulares, se debe revisar cada una de las opciones de locomoción al alcance para crear con ellas situaciones donde experimenten los niños niñas y adolescentes al utilizarlos. De la misma forma se hará con la manipulación implicando programas partiendo de las múltiples opciones de estímulo anticipando de la misma forma los probables resultados.

## **CONCLUSIONES:**

Educar es una labor compleja que requiere de un sólido compromiso por parte del docente, quien debe procurar el desarrollo íntegro de los alumnos que están bajo su atención, razón por la cual, surge esta propuesta que pretende ser un apoyo didáctico, ya que explica cómo planear y conducir una sesión de Educación Física que incida favorablemente en el desarrollo de los alumnos.

El principal objetivo de la actividad que nos ocupa es sugerir dinámicas que permitan al promotor, lograr un mejor aprovechamiento de los recursos y estrategias, tomando en consideración las características y particularidades de cada grupo de niños y niñas.

Con este punto, se concluye el trabajo, esperando dar la posibilidad de revisar las ideas surgidas de la práctica docente, esperando sean de utilidad para crear las propias concepciones, pensando que esta posibilidad de planeación brinda un campo extenso y fértil de posturas, posibilidades creativas, contacto directo con el contexto escolar postulando a partir de ello una manera de brindar el mejor esfuerzo pedagógico para logros de las metas de aprendizaje.

## **Referencias:**

- Secretaría de Educación Pública. (2017). Aprendizajes clave para la educación integral. Plan y Programas de Estudio para la Educación Básica. México.