

SUBCOORDINACIÓN DE GESTIÓN EDUCATIVA  
DIRECCIÓN DE EQUIDAD Y APOYO A LA EDUCACIÓN



DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA

“LA EDUCACIÓN FÍSICA PILAR  
FUNDAMENTAL EN LA EDUCACIÓN DE LAS  
NIÑAS, NIÑOS Y ADOLESCENTES”



# LA EDUCACIÓN FÍSICA PILAR FUNDAMENTAL EN LA EDUCACIÓN DE LAS NIÑAS, NIÑOS Y ADOLESCENTES



## **DIRECTORIO:**

**Ing. Gilberto Alvaradejo García**

*Encargado del Despacho de la Coordinación General de la USEBEQ*

**Mtra. Maribel Rodríguez Martínez**

*Subcoordinadora de Gestión Educativa*

**M. en E.E. Eda Karina Rubio Rubio**

*Directora de Equidad y Apoyo a la Educación*

**Dra. Norma Cristina Girón Méndez**

*Jefa del Departamento de Educación Física*

## **Elaboración**

### **Subjefatura Técnico Pedagógica de Educación Física.**

*Profa. Laura Cervantes Manríquez*

### **Asesores técnico-pedagógicos de Educación Física.**

*Profa. Georgina Reséndiz Navarrete*

*Prof. Eduardo Carvajal Rebolledo*

*Profa. Yanin Rubio Sánchez*

*Profa. Denisse Limón Sánchez*

*Profa. Ana Luisa Mondragón Guillén*

*Prof. Sergio Israel Ortiz Flores*

*Prof. Bertín Trejo Lugo*

*Prof. Jorge López Pérez*

*Prof. Hugo Gil Castruita Cruz*

*Prof. Juan Carlos Rodríguez Cruz*

*Prof. José Téllez Martínez*

*Departamento de Educación Física del Estado de Querétaro*

*Av. Magisterio No. 1000*

*Colinas del Cimatario, C.P. 76090*

*Querétaro, Qro.*

*Tel. 442- 2-38-60-00 ext. 1742*

## CONTENIDO

MÓDULO I. MARCO LEGAL QUE FUNDAMENTA LA EDUCACIÓN FÍSICA .....	05
1.1 Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos.	
1.2 Ley General de Educación.	
1.3 Aprendizajes Clave de Educación Física, Educación Básica.	
MÓDULO II. EDUCACIÓN FÍSICA, MOVIMIENTO Y APRENDIZAJE.....	18
2.1 Las neurociencias y neuroeducación.	
2.2 Educación Física en la escuela.	
2.2.Organizadores curriculares de la Educación Física.	
MÓDULO III. EDUCACIÓN FÍSICA Y SU VINCULACIÓN CON OTRAS ÁREAS Y ASIGNATURAS.....	42
3.1 La importancia de jugar.	
3.2 Vinculación de la Educación Física con Español y Matemáticas.	
3.3 Vinculación de la Educación Física con Artes, Vida Saludable y Educación Socioemocional.	
3.4 Vinculación de la Educación Física con Exploración y Comprensión del Mundo Natural y Social.	

Estimado participante:

Te damos la mas cordial bienvenida al curso: “Educación Física Pilar Fundamental en la Educación de las Niñas, Niños y Adolescentes”, el propósito de este es que reflexiones sobre la importancia del área de Educación Física en la educación básica, haremos un recorrido por su fundamento legal y normativo, los procesos cerebrales que se dan a partir del movimiento y aprendizaje, por último, la vinculación de la Educación Física con otras asignaturas y áreas. Es importante resaltar que la Educación Física tiene un potencial para el aprendizaje de sus propios contenidos y el de otras asignaturas.

Es un curso autoadministrable, es decir serás tú quien lleve el ritmo de su avance, contarás con diversos materiales, lecturas, videos, actividades de reflexión.

Se conforma de tres módulos, con temas interesantes, el primer módulo hace referencia al: Marco legal que fundamenta la Educación Física; en el que se revisarán el artículo 3º de la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos, la Ley General de Educación y los Aprendizajes Clave de educación básica. El segundo módulo se denomina: Educación Física, Movimiento y Aprendizaje, en donde se revisarán temas relacionados con neurociencias y neuroeducación, la Educación Física en la escuela. En el tercer módulo llamado Educación Física y su vinculación con otras asignaturas, en donde se revisará la importancia del juego como estrategia para el aprendizaje, la vinculación con Español, Matemáticas, Artes, Vida Saludable y Educación Socioemocional y Exploración de la naturaleza y la sociedad.

Recuerda que el éxito en el cumplimiento de los propósitos del curso, dependen en gran medida del compromiso para su realización.

## MÓDULO I. MARCO LEGAL QUE FUNDAMENTA LA EDUCACIÓN FÍSICA

- 1.1 Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos.
- 1.2 Ley General de Educación.
- 1.3 Aprendizajes Clave de Educación Física, Educación Básica.

**Propósito:** Conocer los diferentes documentos legales que sustentan la práctica de la Educación Física en la escuela.

*El niño, con su enorme potencial físico e intelectual, es un milagro frente a nosotros. Este hecho debe ser transmitido a todos los padres, educadores y personas interesadas en niños, porque la educación desde el comienzo de la vida podría cambiar verdaderamente el presente y futuro de la sociedad.*

María Montessori.

En este primer módulo llamado *Marco legal que fundamenta la Educación Física*, revisaremos algunos documentos legales y normativos, que justifican la contribución del área para una educación integral. Es necesario puntualizar que la Educación Física forma parte de las áreas del Desarrollo personal y social dentro de la estructura curricular, es decir todos los alumnos deben cursar en las escuelas de nivel básico como parte de la educación integral que está garantizada en el Artículo tercero de la Constitución Política de nuestro país.

Al igual que las otras áreas y asignaturas que se estudian en la escuela, existen aprendizajes específicos y propósitos que se deben lograr, estos aprendizajes se valoran en función de su logro y se reporta periódicamente el avance de los alumnos. Su importancia radica en brindar educación a través del movimiento, utilizando todos los medios cognitivos, afectivos y sociales para el aprendizaje.

## Marco Normativo Nacional que sustenta la Educación Física

Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos

Ley General de Educación

Aprendizajes Clave para la Educación Integral

### Otros documento Normativos

Ley General de los Derechos de los NNA

Plan Sectorial de Educación

Actividad 1. Te invitamos a contestar las siguientes preguntas.

¿Qué es una educación integral?

¿Consideras que la Educación Física contribuye a una educación integral?

## 1.1 Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos



Actividad 2. Lee los siguientes fragmentos correspondientes al Artículo 3° de nuestra Constitución.

Toda persona tiene derecho a la educación. El Estado - Federación, Estados, Ciudad de México y Municipios- impartirá y garantizará la educación inicial, preescolar, primaria, secundaria, media superior y superior. La educación inicial, preescolar, primaria y secundaria, conforman la educación básica; ésta y la media superior serán obligatorias. La educación inicial es un derecho de la niñez y será responsabilidad del Estado concientizar sobre su importancia.

Será integral, educará para la vida, con el objeto de desarrollar en las personas capacidades cognitivas, socioemocionales y físicas que les permitan alcanzar su bienestar.

Los planes y programas de estudio tendrán perspectiva de género y una orientación integral, quedando incluidas las ciencias y humanidades: entre las cuales se encuentran la enseñanza la educación física, el deporte, las artes, la promoción de estilos de vida saludables, y el cuidado al medio ambiente, entre otras.

## 1.1 Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos



Actividad 2. Lee los siguientes fragmentos correspondientes al Artículo 3° de nuestra Constitución.

**Tenderá a desarrollar armónicamente todas las facultades del ser humano el respeto a todos los derechos, promoverá, los valores y la mejora continua del proceso de enseñanza aprendizaje.**

**Contribuirá a la mejor convivencia humana, la integridad de las familias, la convicción del interés general de la sociedad, los ideales de fraternidad e igualdad de derechos de todos, evitando los privilegios de razas, de religión, de grupos, de sexos o de individuos;**

**La educación se basará en el respeto irrestricto de la dignidad de las personas, con un enfoque de derechos humanos y de igualdad sustantiva.**

Después de haber revisado los fragmentos anteriores, reflexiona lo siguiente:

¿Podrías mencionar algunas actividades que se realizan en Educación Física que contribuyen a la educación integral?

## 1.2. Ley General de Educación



Analiza los siguientes artículos de la Ley General de Educación.

### **Título Primero** **Del derecho a la educación**

#### **Capítulo II**

Del ejercicio del derecho a la educación

**Artículo 5.** Toda persona tiene derecho a la educación, el cual es un medio para adquirir, actualizar, completar y ampliar sus conocimientos, capacidades, habilidades y aptitudes que le permitan alcanzar su desarrollo personal y profesional.

### **Título Segundo**

#### **Capítulo I**

De la función de la Nueva Escuela Mexicana

**Artículo 11.**.....La Nueva Escuela Mexicana.....Tendrá como objetivos el desarrollo humano integral del educando.

#### Capítulo II

De los fines de la educación

**Artículo 15.** La educación que imparta el Estado.....persigue los siguientes fines:

I. Contribuir al desarrollo integral y permanente de los educandos, para que ejerzan de manera plena sus capacidades.....

### Capítulo III De los criterios de la educación

**Artículo 16.** La educación que imparta el Estado.....responderá a los siguientes criterios:

IX. Será integral porque educará para la vida y estará enfocada a las capacidades y desarrollo de las habilidades cognitivas, socioemocionales y físicas de las personas que les permitan alcanzar su bienestar y contribuir al desarrollo social...

### Capítulo IV De la orientación integral

**Artículo 17.** La orientación integral en la Nueva Escuela Mexicana comprende la formación para la vida de los educandos.....

**Artículo 18.** La orientación integral.....considerará lo siguiente:

IX. Los conocimientos, habilidades motrices y creativas, a través de la activación física, la práctica del deporte y la educación física vinculadas con la salud, la cultura, la recreación y la convivencia en comunidad;

**Artículo 21.** La evaluación de los educandos será integral y comprenderá la valoración de los conocimientos, las habilidades, las destrezas y, en general, el logro de los propósitos establecidos en los planes y programas de estudio.

Actividad 3. De acuerdo a la revisión de algunos capítulos de la Ley General de Educación, reflexiona y responde:

¿Qué pasaría si el área de Educación Física no estuviera considerada en los documentos legales y normativos de nuestro sistema educativo?



A large, rounded rectangular box with a green border, containing four horizontal green lines for writing.

### 1.3. Aprendizajes Clave, Educación Física, Educación Básica.

Aprendizajes Clave para la educación integral es la concreción del planeamiento pedagógico que propone el Modelo Educativo en la educación básica. Tal como lo marca la Ley General de Educación, se estructura en un Plan y programas de estudio que son resultado del trabajo conjunto entre la SEP y un grupo de maestros y de especialistas muy destacados de nuestro país.

Para que el alumno de educación básica logre una formación integral, la formación académica debe complementarse con el desarrollo de otras capacidades humanas. La escuela debe brindar oportunidades para que los estudiantes desarrollen su creatividad, la apreciación y la expresión artísticas, ejerciten su cuerpo y lo mantengan saludable, y aprendan a reconocer y manejar sus emociones. Este componente curricular también es de observancia nacional y se organiza en tres Áreas de Desarrollo: Artes, Educación Socioemocional y Educación Física. Estas tres áreas no reciben el tratamiento de asignaturas, requieren enfoques pedagógicos específicos y estrategias para evaluar los logros de los alumnos, distintas de las empleadas para valorar el desempeño en los Campos de Formación Académica del primer componente. Las tres áreas aportan al desarrollo integral del educando y, especialmente, al desarrollo de las capacidades de aprender a ser y aprender a convivir.

Las Áreas de Desarrollo Personal y Social contribuyen a que los estudiantes logren una formación integral de manera conjunta con los Campos de Formación Académica y los Ámbitos de Autonomía Curricular. En estos espacios curriculares se concentran los aprendizajes clave relacionados con aspectos artísticos, motrices y socioemocionales.

Cada área aporta a la formación de los estudiantes conocimientos, habilidades, valores y actitudes enfocados en el desarrollo personal, sin perder de vista que estos aprendizajes adquieren valor en contextos sociales y de convivencia.

La Educación Física dinamiza corporalmente a los alumnos a partir de actividades que desarrollan su corporeidad, motricidad y creatividad. En esta área, los estudiantes ponen a prueba sus capacidades, habilidades y destrezas motrices mediante el juego motor, la iniciación deportiva y el deporte educativo. Este espacio también es un promotor de estilos de vida activos y saludables asociados con el conocimiento y cuidado del cuerpo y la práctica de la actividad física

Actividad 4. Con base en la información revisada te invitamos a contestar lo siguiente:

### Lo que sabía

- 

---

---

---

---

### Lo que aprendí

- 

---

---

---

### Lo que aplicaré

- 

---

---

---

---

Para saber más...

# Biblioteca virtual



[https://drive.google.com/file/d/1T\\_RSrYaJbVvC99p819z99jH84iNiVVWJ/view?usp=sharing](https://drive.google.com/file/d/1T_RSrYaJbVvC99p819z99jH84iNiVVWJ/view?usp=sharing)

## MÓDULO II. EDUCACIÓN FÍSICA, MOVIMIENTO Y APRENDIZAJE

2.1 Las neurociencias y neuroeducación.

2.2 Educación Física en la escuela.

2.3 Organizadores curriculares de la Educación Física.

**Propósito:** Conocer la relación que existe entre el movimiento y el aprendizaje escolar para identificar la importancia de la Educación Física en el desarrollo integral de las niñas, niños y adolescentes.

“El movimiento es una medicina para crear el cambio físico, emocional y mental” Carol Welch

Continuamos con el segundo módulo llamado *Educación Física, Movimiento y Aprendizaje*, en la información preliminar se abordó lo relacionado con el fundamento legal de la Educación Física y su incorporación en educación básica. A lo largo de este módulo revisaremos ¿Cómo aprendemos a través del movimiento?, te gustaría saber las contribuciones de la Educación Física para aprender mejor y de qué manera contribuye a que niñas, niños y adolescentes logren los aprendizajes. Conozcamos más sobre temas como las neurociencias, la Educación Física en la escuela y sus organizadores curriculares.

La Educación Física representa un área que contribuye al desarrollo integral, favoreciendo el aprendizaje a través del movimiento, por su carácter eminentemente práctico, permite al alumno vivenciar el conocimiento. Hoy en día, se ha revalorizado por su potencial vinculación con las distintas asignaturas y áreas de desarrollo en la educación básica y para la vida.

Actividad 1. Observa el video “ La Música, la Educación Física y la Plástica” – David Bueno

<https://www.youtube.com/watch?v=h6CCmahoxTI>



Después de ver el video contesta la siguiente pregunta.

¿Que opinas de lo que se explica en el video?



A large rounded rectangular box with a green border and four horizontal green lines for writing. A pencil icon is positioned at the top right corner of the box.

Es importante replantear tu concepción sobre el movimiento y el aprendizaje, a lo largo del módulo se revisarán los elementos que fundamentan la importancia de la Educación Física para el desarrollo integral de las niñas, niños y adolescentes.



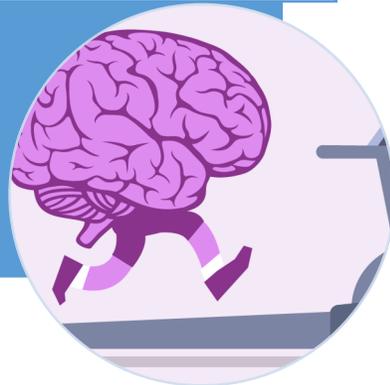
Actividad 2. Lluvia de ideas sobre Educación Física.

Escribe en el siguiente esquema las palabras, conceptos o ideas que te vengan a la mente cuando escuchas la frase "La finalidad de la Educación Física es ..."

The activity consists of a central lightbulb icon with rays emanating from it, positioned in the middle of the page. Surrounding the lightbulb are five dashed-line thought bubbles, arranged with one at the top, two on the sides, and one at the bottom. These bubbles are intended for students to write their ideas about the purpose of physical education.

## ¿QUÉ SABEMOS DEL APRENDIZAJE Y LA RELACIÓN CON EL MOVIMIENTO?

- Conocemos que el ejercicio físico puede potenciar la función cerebral, mejorar el estado de ánimo e incrementar el aprendizaje, y que el ejercicio físico desencadena en el cerebro cambios químicos que estimulan el aprendizaje (PubMed, 2015). Además, que el ejercicio físico tiene efectos positivos en el cerebro de los niños al incrementar la capacidad de los glóbulos para absorber oxígeno, mejorando no sólo la función muscular, pulmonar y cardiaca sino también la cerebral. Asimismo, sabemos que el deporte y la actividad física pueden ayudar a aliviar el estrés y las tensiones de la vida cotidiana, dos componentes, que, en el aula, pueden debilitar la capacidad de aprendizaje de los individuos.



- Las primeras experiencias de aprendizaje se dan en el dominio de la coordinación motriz. En el comienzo de la vida la actividad motriz se anticipa a la acción mental, después ambos aspectos coinciden y finalmente la acción motriz es subordinada por la acción mental. El niño conoce, aprende y se conecta al mundo exterior a partir de esa necesidad de moverse que tiene. Así explorará todo lo que le rodea, y de esta exploración, en gran medida, podrán depender aprendizajes futuros.



Actividad 3. Realiza las siguientes lecturas y revisa los videos sobre Movimiento y Aprendizaje.



## 2.1 Las neurociencias y neuroeducación

Para la neurociencia el aprendizaje es el proceso por medio del cual un organismo adquiere conocimiento sobre el mundo. La información se obtiene a partir de los sentidos, la cual se organiza en el cerebro para posteriormente emitir respuestas que se adapten a la situación que se está viviendo; de esta manera, la Educación física cobra gran relevancia al proponer en sus estrategias de enseñanza y actividades que presenta a los alumnos, la utilización de varios sentidos a la vez, lo que conlleva a un mejor proceso de aprendizaje, coadyuvando con funciones mentales como la percepción, la motivación, la emoción, la atención, etc., los cuales son base de todo aprendizaje.

El aprendizaje y la memoria son dos procesos diferentes. "El aprendizaje es la adquisición de un nuevo conocimiento mediante la experiencia de un organismo, por su parte la memoria es el proceso por el cual retenemos, almacenamos y evocamos un conocimiento cualquiera. (Cid, 2018); de esta forma, el alumno al realizar movimientos intencionados en la clase de Educación Física está formando conocimiento que se vincula con distintos ámbitos de la escuela, por ejemplo, al trabajar la ubicación espacial de manera gradual y sistemática, está no solo reconociendo la capacidad de ubicarse en un espacio (adentro-afuera, atrás-adelante, cerca-lejos, etc) sino que a su vez son elementos que le servirán para ubicar una letra o palabra en la pizarra o identificar que la lectura va de izquierda a derecha.

Conocer los procesos cerebrales que subyacen al aprendizaje nos abren nuevas puertas desechando antiguos mitos y utilizando los nuevos conocimientos para estructurar un mejor sistema de enseñanza. (Cid, 2018, p.219)

## Movimiento, Educación Física y Cerebro.

Moverse es una necesidad cerebral, ya que modifica el entorno químico y neuronal de nuestro cerebro, facilitando el aprendizaje. Al movernos nuestro cerebro libera algunos neurotransmisores: serotonina y dopamina que motivan y contribuyen a una mejor concentración, fortaleciendo la memoria. Además, el movimiento aumenta significativamente la neuroplasticidad, es decir, la capacidad del cerebro para adaptarse a nuevas experiencias.

La Educación Física utiliza el movimiento como medio de aprendizaje. Dentro del espacio curricular en educación básica, es el área que permite vivenciar el aprendizaje, por eso la importancia de sus atribuciones al desarrollo integral de niñas, niños y adolescentes. Al realizar distintas acciones motrices, como las que se realizan en la sesión de Educación Física se estimulan conexiones neuronales, lo que permite incrementar la agilidad mental para resolver problemas, fortaleciendo las capacidades motrices, sociales y cognitivas. Realizar actividad física de manera regular favorece las funciones del cerebro, la relación Educación física-movimiento y cerebro es fundamental para el aprendizaje.

Para Salas (2003) el movimiento es crucial en el aprendizaje, motivo por el cual la Educación Física se convierte en una herramienta del aprendizaje al utilizar el movimiento para la generación de conocimiento no sólo motriz, sino también de tipo cognitivo.

## Movimiento, Cerebro y Aprendizaje

¿Puede la Educación física tener alguna influencia sobre procesos tan complejos en el aprendizaje? En algunos estudios se muestra una relación directa entre la actividad física realizada y el rendimiento académico de escolares. También se ha observado una relación importante entre coordinación, ritmo y rendimiento cognitivo en niños Linder (2002); además observó la existencia de una relación directa entre la cantidad de actividad física practicada por niños y el rendimiento académico de estos. Todo esto lleva a comprender que la actividad física sistemática ayuda no solo al desarrollo de cualidades físicas como la fuerza, velocidad, resistencia, etc. Sino también a la supervivencia neuronal, al aumento de la vascularización del cerebro, estimula la neurogénesis, ayuda al aprendizaje y contribuye a mantener y mejorar las funciones cognitivas (Cotman y Berchtold, 2002). (Cid, 2018, p.233).

La pirámide del desarrollo humano propuesta por Lázaro y Barruezo (2009) nos menciona que el ser humano esta formado por un ADN y la primera base para la adquisición de aprendizajes sobre el entorno se da a partir del desarrollo de los sentidos, posteriormente en el transcurso de la vida se da el desarrollo psicomotriz (coordinación, lateralidad, ubicación espacial, ritmo, equilibrio, control postural, etre otros) el cual debe estar solidamente establecido para pasar al siguiente nivel que lo componen los aprendizajes académicos y la adaptación; por está razón la Educación Física proporciona a los alumnos herramientas que favorecen sus procesos no solo motrices, también evolutivos y que los acercan con mayor facilidad al aprendizaje académico y la adaptación a su vida diaria.

Observa el siguiente video Dosis de ciencia: Ejercicio

<https://www.youtube.com/watch?v=PTfkXrCL7OU>



Como menciona Cid 2018, la actividad física al igual que la Educación Física poseen un potencial que va más allá del bienestar, belleza corporal, juego y movimiento, ya que representan un factor protector del cerebro y está íntimamente relacionado con las capacidades cognitivas ya que beneficia el funcionamiento cerebral, mejora la atención, la motivación, la percepción y en definitiva el aprendizaje. (Cid, 2018).

El movimiento, es entendido como el cambio de posición o de lugar efectuado por un cuerpo o por una de sus partes y como el desplazamiento de piezas óseas a continuación de una articulación, por contracción muscular (Rigal, 2006). Tiene características cinéticas (fuerza) y cinemáticas (velocidad, aceleración, dirección, amplitud). Una clasificación del movimiento diferencia dos tipos: el adaptativo y el exploratorio (Sugrañes y Ángels, 2008). El primero se da como adaptación del niño al mundo que le rodea, desde que nace, a través de diversas acciones motrices. El segundo es aquel en el que el niño conoce, aprende y se conecta al mundo exterior a partir de esa necesidad de moverse que tiene. Así explorará todo lo que le rodea, y de esta exploración, en gran medida, podrán depender aprendizajes futuros. El desarrollo y sobre todo el aprendizaje y conocimiento comienza, se alimenta y progresa con el movimiento que nutre cuerpo y mente, que mejora logros, que corrige fallos.

Es básico incorporar el movimiento en la educación de niños y niñas, desde los primeros momentos de vida el ser humano responde a estímulos del medio ambiente, emitiendo respuestas generalmente a través del movimiento, construyéndose a través del mismo. El conocimiento del cuerpo y sus movimientos es un recurso básico para que aprendan de sí mismos, de los otros y del entorno. En la acción se manifiestan emociones, deseos, comunicación, siendo los actos motores las primeras muestras de inteligencia.

Por consiguiente, la Educación Física a partir de su didáctica contempla las etapas que ocurren durante el desarrollo del niño, esto a través del movimiento corporal intencionado, el cual brinda múltiples beneficios y brinda la posibilidad de establecer y fortalecer bases para aprendizajes académicos y de la vida diaria; todo esto ocurre en la escuela, por lo que Educación y Educación Física son caras de una misma moneda.

¿por qué necesita el niño moverse?



Tabla 1. El niño y su necesidad de movimiento.

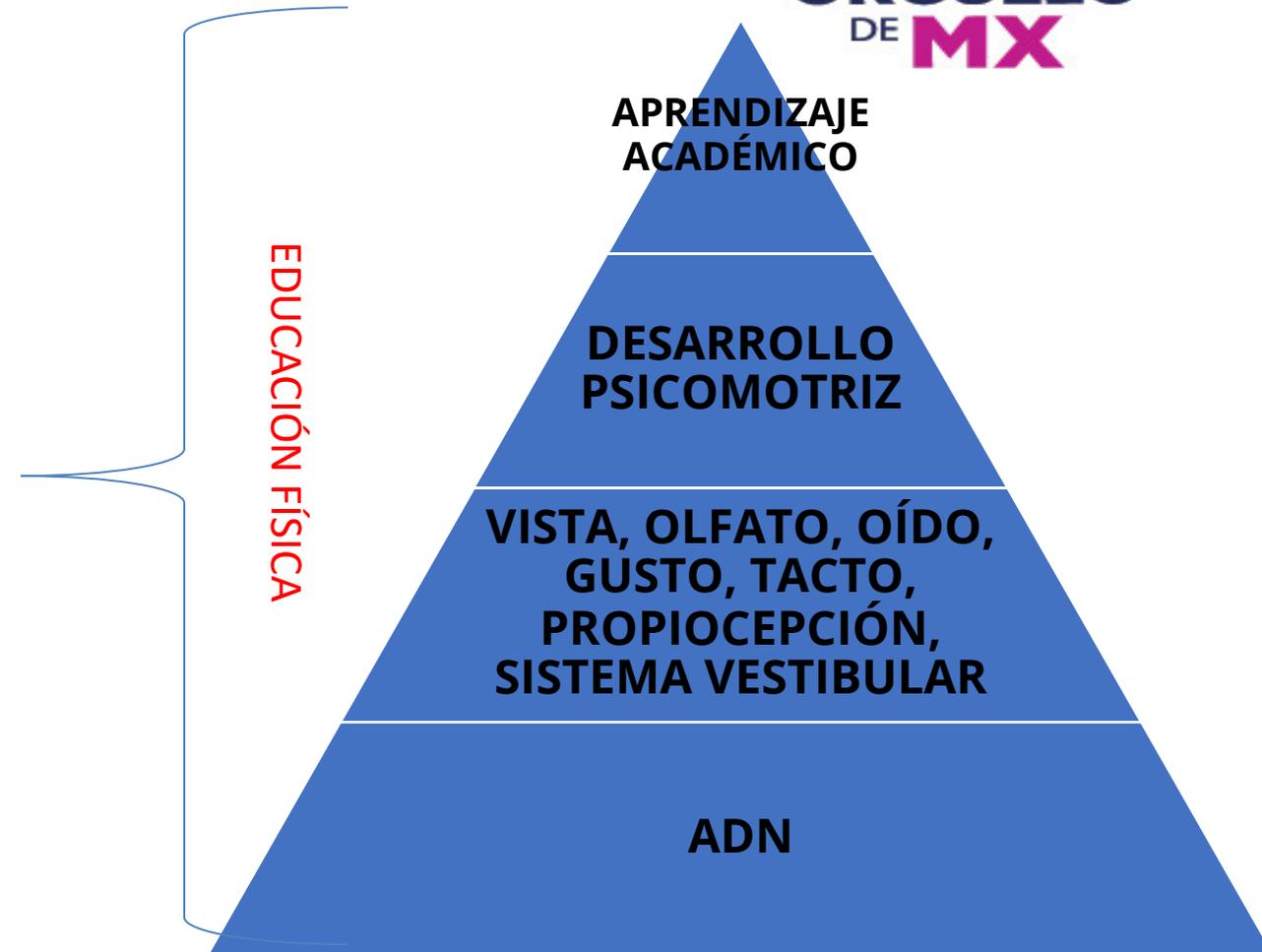


Tabla 2. Pirámide del Desarrollo Humano.

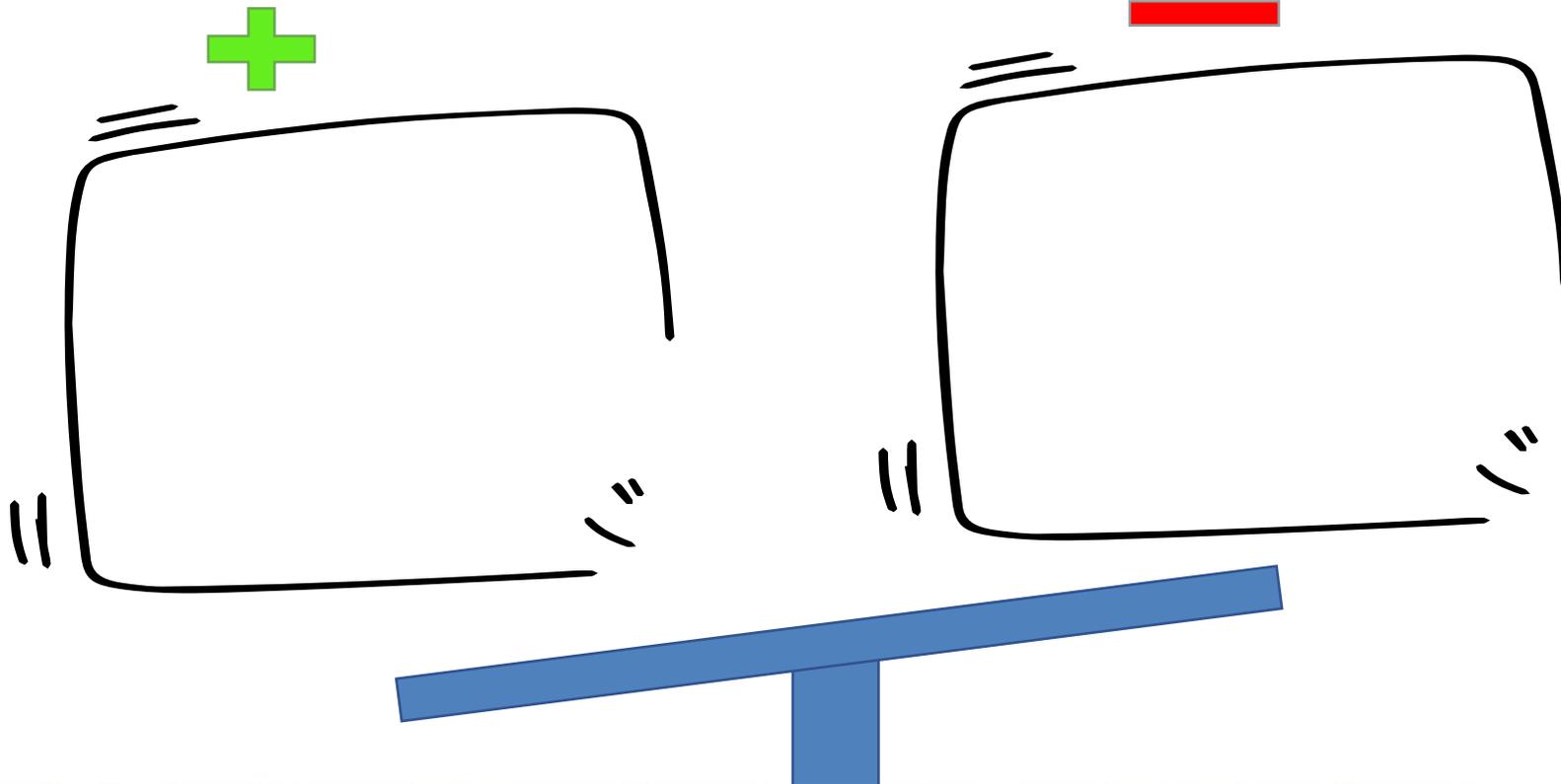
## Movimiento, Cerebro y Aprendizaje

Observa el video Movimiento y Cerebro, aliados en el conocimiento. Dr. Roberto Rosler

[https://www.youtube.com/watch?v=m\\_sL80couc0](https://www.youtube.com/watch?v=m_sL80couc0)



Actividad 4: Con respecto a lo observado en el video podrás realizar esta actividad, colocando en una balanza aquellas acciones que realizas para ayudar a tu cerebro para aprender.



Durante la primera infancia que comprende de los 0 a los 6 años, el cerebro se encuentra en un proceso madurativo en el que continuamente se establecen nuevas conexiones neuronales y dan lugar al crecimiento de sus estructuras a esto le llamamos plasticidad cerebral, es el periodo más sensible para generar las bases del aprendizaje.

Es más importante las conexiones que se establecen entre neuronas que la cantidad de las mismas, cualquier cosa que aprendemos altera estas conexiones, en ese patrón se almacena la memoria. Aprender es generar conexiones nuevas, entre más conexiones haya es más fácil recordar.

**La Educación Física, a través del movimiento, activa muchas partes de nuestro cerebro y nuevas conexiones neuronales, por eso es trascendental y es un pilar fundamental en el aprendizaje de niñas, niños y adolescentes.**

Estas redes neuronales se generan principalmente por el movimiento, la estimulación sensorial y cognitiva. El movimiento genera mayor producción de mielina, la cual permite el flujo de los neurotransmisores, a mayor producción de mielina más rápido llega la información a las diferentes áreas del cerebro.

Actividad 5. A partir de las lecturas y videos revisados, reflexiona y anota lo siguiente.

¿Cuáles son las ideas principales?

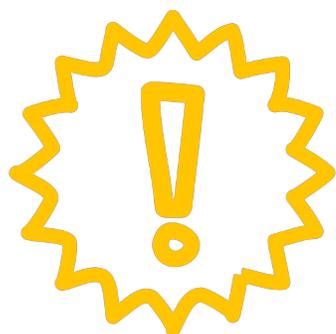
¿qué aspectos incorporas en tus clases, vida cotidiana, trabajo?



---

---

---



*A los niños les encantan las sorpresas y a sus cerebros también. Un entorno cambiante y variado que cada día despierte la curiosidad hacia lo nuevo. Lleva casi de modo automático a aprender. (Friedrich y Preiss, 2003).*

## 2.2 Educación Física en la escuela

Si bien la Educación Física experimentada por los estudiantes es “jugar”, cabe señalar que es a través del juego en el cual se despiertan y crean infinidad de aprendizajes y conocimientos, sin juego no hay aprendizaje.

La Educación Física es una 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”(SEP, 2018).

Actividad 6. Observa el video La importancia de la Educación Física.

[https://youtu.be/tg7OEWf3\\_jU](https://youtu.be/tg7OEWf3_jU)



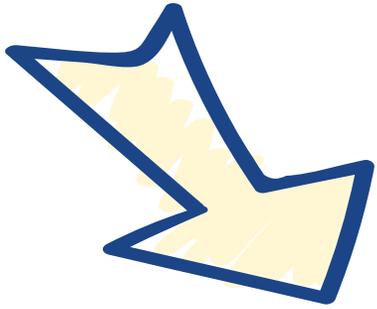
Anota las ideas que más te llamaron la atención y elige.



Ideas que llamaron mi atención	Con las que más te identificas 1	Con las que compartes menos 2	Las que no te quedan claras 3

De los tres grupos de respuestas ¿cuál es la más frecuente? ¿por qué?

Reflexiona: ¿qué tanto utilizas el movimiento para fortalecer el aprendizaje?



**Recuerda que...** La Educación Física tiene como finalidad la educación del movimiento como una herramienta para mejorar la calidad de vida, no solo hace referencia a aspectos motrices, sino que concibe al ser humano como un ser integral, desarrollando capacidades físicas, cognitivas, emocionales y sociales.

## 2.3 Organizadores curriculares de la Educación Física.

### Competencia motriz

La edificación de la competencia motriz, principal aportación pedagógica de la Educación Física. Ser competente significa aprender e identificar nuestras posibilidades y límites al momento de realizar una acción motriz o resolver una tarea; tiene que ver con la generación, actualización y aplicación de tres tipos de conocimientos: declarativo, procedimental y estratégico, implicados en el saber hacer, saber actuar y saber desempeñarse (Sep, 2018).



Actividad 7. Realiza las siguientes lecturas y revisa los videos sobre los organizadores curriculares de Educación Física .

### Desarrollo de la motricidad

Se entiende la motricidad como el conjunto de acciones motrices que engloban una intención y un alto nivel de decisión; implica potenciar la capacidad de cada persona para darle sentido y significado a los movimientos a partir de sus intereses, expectativas, necesidades y motivaciones. Además, se vincula con la construcción permanente de conceptos como espacio, tiempo y causalidad e incorpora diversas experiencias para la construcción del *Yo en la acción*.

Observa el siguiente video.

<https://youtu.be/7DtOJhtPO0E>



<https://youtu.be/7DtOJhtPO0E>



<https://youtu.be/-QCRMIgNChU>

## Integración de la corporeidad

Se entiende la corporeidad como una construcción permanente que las personas hacen de sí; una unidad que fusiona la parte física y funcional del cuerpo con lo cognitivo, afectivo, emocional, actitudinal, social y cultural. La corporeidad se manifiesta por medio de gestos, posturas expresiones corporales y las distintas acciones motrices relacionadas con las emociones y los sentimientos que cada uno experimenta.

Observa el siguiente video.

<https://youtu.be/-QCRMIgNChU>





<https://youtu.be/8xnDltXzEqI>

### **Creatividad en la acción motriz**

Se entiende la creatividad, como la capacidad de elaborar diversas respuestas para afrontar las tareas o situaciones que se presentan, mientras que la acción motriz es la suma de las distintas conductas y desempeños que realiza una persona; representa la oportunidad para explorar sus posibilidades y tomar decisiones. Se busca que niñas, niños y adolescentes generen distintas propuestas, seleccionen las más apropiadas de acuerdo con cada problema o situación, las pongan en marcha, las organicen y, en todo caso, las reestructuren otorgándoles un toque personal, auténtico y creativo a su desempeño, lo cual implica procesos de decisión, intención y anticipación.

Observa el siguiente video.

<https://youtu.be/8xnDltXzEqI>



En este último apartado has revisado los planteamientos pedagógicos y didácticos de la Educación Física, esto te ha permitido reconocer la importancia para el desarrollo integral de las niñas, niños y adolescentes. Al finalizar el módulo podrás evaluar de manera personal las diferencias entre los organizadores curriculares que conforman el programa de estudio.

### Actividad. 8 Reconocer los organizadores curriculares.

Coloca la letra en cada Componente Pedagógico Didáctico según corresponda a la descripción.



Exploración y estimulación de los Patrones básicos de movimiento  
Combinación e integración de Habilidades motrices  
Reconocimiento y mejora de las destrezas motrices.

A

Creatividad en la acción motriz  
[ ]



<https://youtu.be/8xnDIXzEqI>

Desarrollo de la motriciad  
[ ]



<https://youtu.be/7DIOJhtPOOE>

Percepción del entorno  
Desarrollo de la expresión corporal  
Percepción de las personas  
Construcción de la identidad corporal

B

Integración de la corporeidad  
[ ]



<https://youtu.be/-QCRMlgNChU>

Descubrimiento libre  
Pensamiento divergente  
Pensamiento y actuación estratégica.

C



Actividad de cierre.

A partir de lo que has revisado sobre la importancia del movimiento en el aprendizaje redacta un breve escrito respondiendo la siguiente pregunta ¿qué aprendizajes para el futuro te dejan las actividades realizadas?

Para saber  
más...

## Lecturas y Videos

- o Pirámide del desarrollo Alfonso Lázaro Lázaro y Pedro Pablo
- o Neuroeducación y movimiento corporal: Línea de generación y aplicación del conocimiento
- o [http://www.memoria.fahce.unlp.edu.ar/trab\\_eventos/ev.7194/ev.7194.pdf](http://www.memoria.fahce.unlp.edu.ar/trab_eventos/ev.7194/ev.7194.pdf)
- o **Recreos cerebrales**
- o [https://www.youtube.com/watch?v=p\\_LjFZHrDX4](https://www.youtube.com/watch?v=p_LjFZHrDX4)
- o **El cerebro y Yo**
- o <https://www.youtube.com/watch?v=tAkEpkruKag>

## MÓDULO III. EDUCACIÓN FÍSICA Y SU VINCULACIÓN CON OTRAS ÁREAS Y ASIGNATURAS.

3.1 La importancia de jugar.

3.2 Vinculación de la Educación Física con Español y Matemáticas.

3.3 Vinculación de la Educación Física con Artes, Vida Saludable y Educación Socioemocional.

3.4 Vinculación de la Educación Física con Exploración y Comprensión del Mundo Natural y Social.

**Propósito:** Reconocer la vinculación entre la Educación Física y algunos de los componentes curriculares de la educación básica, con el fin de identificar los aportes en los aprendizajes académicos de los alumnos.

“Juntarse es un comienzo, seguir juntos es un progreso. Trabajar juntos es un éxito” Henry Ford

En este último módulo llamado *Educación Física y su Vinculación con otras Áreas y Asignaturas*, revisaremos como ésta se relaciona con los demás espacios curriculares para dar cumplimiento al mandato constitucional de ofrecer una educación integral a los educandos. Mediante sus actividades favorece aprendizajes esperados para la construcción de la competencia motriz, a la vez que apoya los de otras áreas y asignaturas, pues comparte con ellas elementos que son ineludibles en la tarea de enseñar.

En el módulo anterior se estableció que la Educación Física utiliza el movimiento corporal como herramienta para el aprendizaje, por otra parte, el juego es un medio inherente a su práctica y permite consolidar la construcción del conocimiento.

### 3.1 La importancia de jugar

Observa el video Jugar... ¡Un asunto muy serio! Importancia del juego en el desarrollo infantil

<https://youtu.be/UATxQmKSJZE>



Una de las grandes manifestaciones de la motricidad es el juego motor, considerado como uno de los medios didácticos más importantes para estimular el desarrollo infantil; a través de éste identificaremos diversos niveles de apropiación cognitiva y motriz de los alumnos, al entender su lógica, estructura interna y sus elementos, como el espacio, el tiempo, el compañero, el adversario, el implemento y las reglas, pero sobre todo el juego motor como un generador de acontecimientos de naturaleza pedagógica.

Se adapta a la lógica cognitiva y motriz, que favorecen un pensamiento crítico y reflexivo, lo que le permitirá el logro de otros aprendizajes.

Experimenta diversas acciones motrices que le permiten desarrollar habilidades y destrezas.

Cuando un alumno participa en un juego

Pone en práctica valores universales, que le permiten vivir en sociedad.

Se expresa y comunica con los demás estableciendo códigos y afianzando vínculos de compañerismo.

Tabla 3. El juego

Actividad 1. En la siguiente cancha hay palabras o frases relacionadas subraya las que consideres que hacen referencia a la importancia del juego.



*Necesidad*

*castigo*

*actitudes*

*estimulación personal*

*vencer retos*

*es un impulso primario    pérdida de tiempo*

*requiere de tiempo, espacios y compañeros*

*Desarrollo del cuerpo, inteligencia y sociabilidad*

*siempre es costoso*

*es competitivo    genera hábitos y normas*

*pone en práctica valores*

Jugar es sin duda una de las fuentes mas importantes de progreso y aprendizaje, el juego adquiere en la infancia un valor educativo evidente, en primer lugar, porque despierta la curiosidad, es motor del aprendizaje, también proporciona alegría y satisfacción.

A través del juego los niños buscan, exploran, aprueban y descubren el mundo por ellos mismos, siendo así un instrumento eficaz para la educación. Cuenta con múltiples beneficios para el proceso de maduración del niño, pues satisface las necesidades básicas de ejercicio físico, además de ser una vía excelente para expresar y realizar sus deseos.

La imaginación del juego facilita el posicionamiento moral y la maduración de ideas, es un canal de expresión y descarga de sentimientos.

Con relación a ello observa el siguiente video.

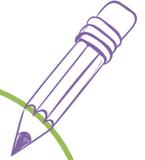
El juego como herramienta de aprendizaje

<https://www.youtube.com/watch?v=TwVwbKF8Le0>



Después de ver el video te invitamos a contestar la siguiente pregunta.

¿Qué crees que los niños aprenden al jugar a la tiendita, que les sirva en su vida cotidiana o en la escuela?

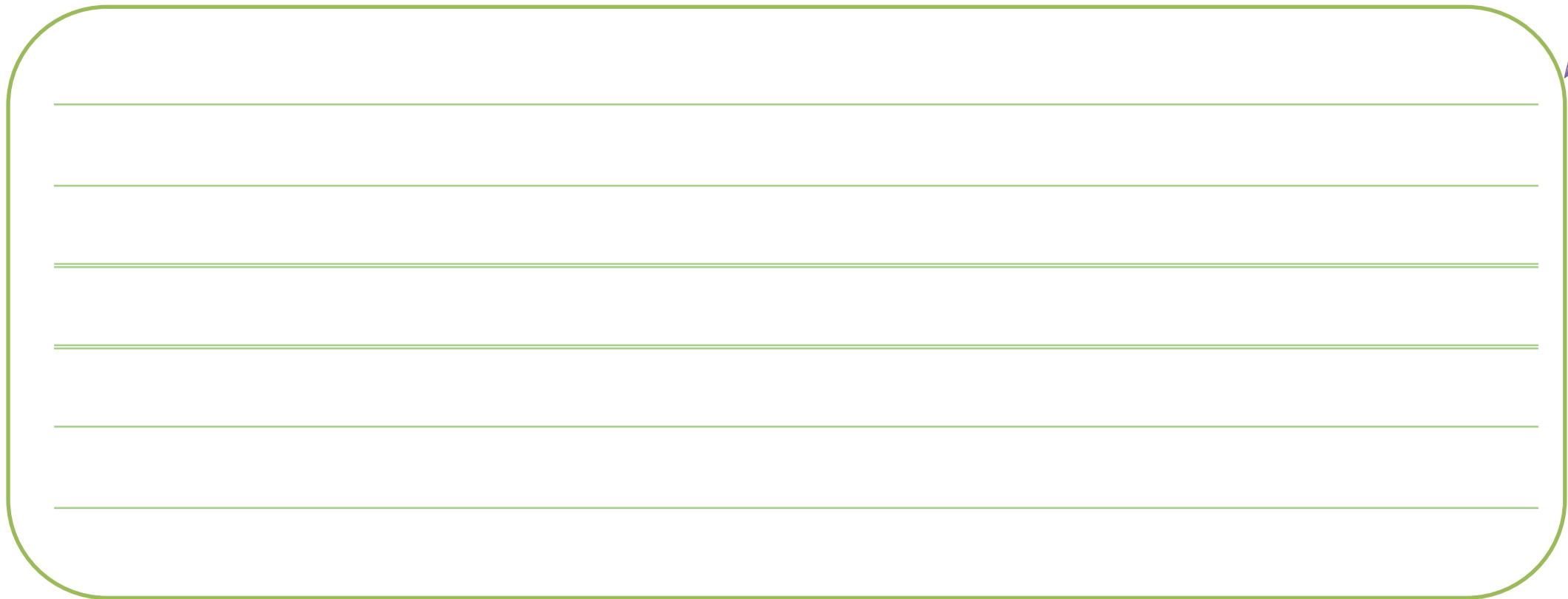


A large rounded rectangular box with a green border, containing seven horizontal green lines for writing.

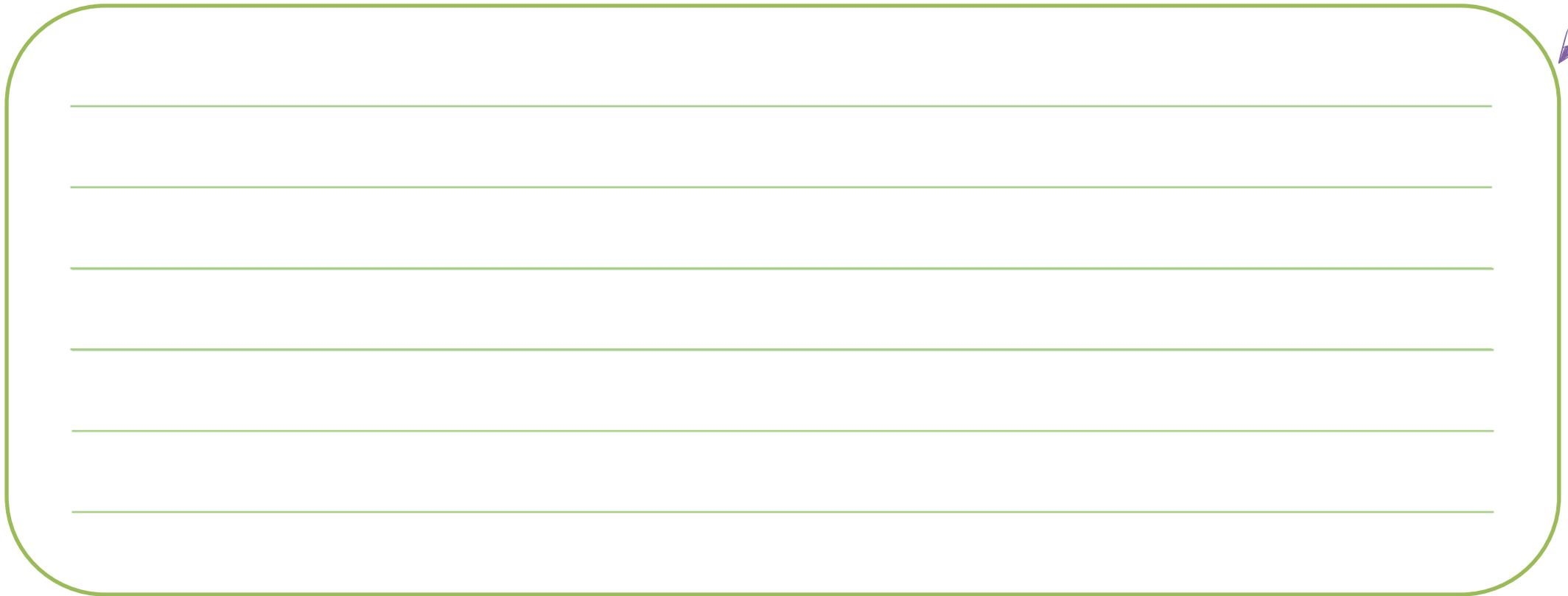
Actividad 2. Reflexiona y contesta las siguientes preguntas desde tu experiencia:



¿Consideras que a través del movimiento corporal y el juego, el niño aprende cosas importantes que le permiten construir sus conocimientos?



Desde tu propia experiencia ¿Qué cosas aprendiste jugando que te ayudaron en tu formación académica?



¿Cómo consideras que la clase de Educación Física (en la cual los alumnos se mueven y juegan), contribuye en la formación del conocimiento en otras materias?



Como hemos revisado la Educación Física utiliza como principal herramienta el movimiento corporal. Este puede utilizarse para apoyar distintas asignaturas académicas sin que esto implique hacer leer, escribir o realizar operaciones matemáticas en la clase, sino que mediante él se aporta a la formación de los cimientos que le permitirán adquirir, facilitar o potenciar los aprendizajes en otros ámbitos.

Dentro de la clase de Educación Física se desarrollan aspectos de lateralidad, ubicación espacial, posturas, entre otros, los cuales son base para la adquisición de la lecto-escritura.

Por ejemplo, en los juegos cooperativos, se dan procesos de comunicación; es decir, se tiene un objetivo en común, se asume un rol, se es corresponsable, existe compromiso, interdependencia positiva, se toman decisiones y sobre todo se convive.

Además, las nociones espaciales, de agrupación, de conteo, de resolver problemas; son otros aprendizajes que apoya la Educación Física.

Respecto a las Ciencias Naturales, se trabaja para y por el movimiento, activando aparatos y sistemas en la persona, lo que permite el conocer el funcionamiento del cuerpo y promover estilos de vida saludables.

Por otra parte, los juegos tradicionales y autóctonos permiten conocer acerca de las tradiciones y antepasados de una región, vinculando de esta forma la historia y la exploración de la naturaleza y sociedad.

En fin, cómo puedes ver la vinculación de Educación Física con otros ámbitos de la vida académica no tiene límites, la Educación Física va más allá y es un pilar importante en la educación de las niñas, niños y adolescentes.

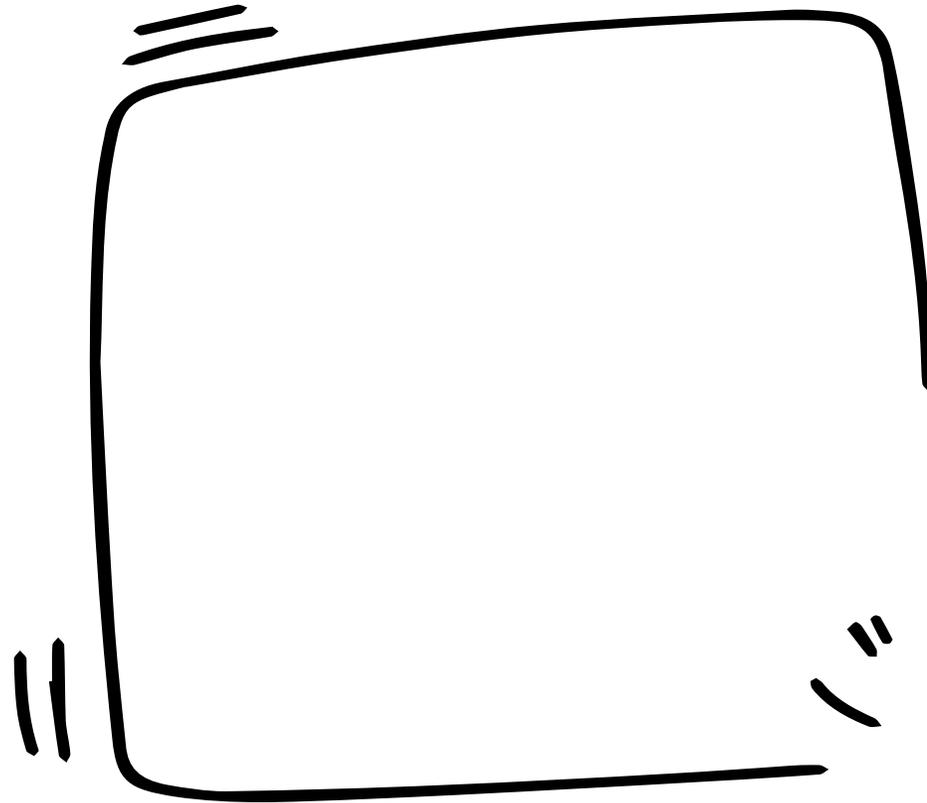
Para ampliar la información anterior, observa la siguiente presentación sobre la vinculación de la Educación Física con otras asignaturas, haz clic en el siguiente enlace:

<https://prezi.com/view/dXssZuO8GzYXUMKk7QP4/>



The screenshot shows a Prezi presentation slide. At the top left is the Prezi logo and the word 'Prezi'. At the top right is the word 'Entra'. The main content area features a large dark blue circle containing the title 'Educación Física' in white. Below the title is a red vertical line followed by the text: 'La relación de la Educación Física con otras asignaturas posibilita el potenciar los aprendizajes de los alumnos a partir del movimiento.' Below this text is an image of four white figures holding together four interlocking puzzle pieces in yellow, blue, red, and green. To the left of the main blue circle is a smaller purple circle with the word 'Vinculación' in white. At the bottom left of the slide is another Prezi logo. At the bottom center are navigation arrows, and at the bottom right is a small square icon.

Actividad 3. Realiza un listado de ideas en el que menciones la relación de la Educación Física con otros ámbitos académicos.



## 3.2 Vinculación de la Educación Física con Español y Matemáticas.



### Vinculación de la Educación Física y el Lenguaje

En cuanto al lenguaje, se sabe que este se adquiere y se educa en la interacción social, en intercambios orales variados, y en actos de lectura y escritura que sean significativos para los estudiantes. Hacer uso de la lengua al interactuar con los otros nos permite comprender, expresar o compartir las ideas.

En la sesión de Educación Física, los alumnos enfrentan constantemente la necesidad de interactuar con sus compañeros, ya sea para hacer equipos, elaborar estrategias, ponerse de acuerdo en qué material ocupar o qué espacio usar, todo ello en un ambiente lúdico que favorece el aprendizaje.

## Vinculación de la Educación Física y la Matemática

Algunas habilidades para adquirir conceptos necesarios para la Matemática se apoyan en habilidades desarrolladas en Educación Física.

Jugando, los alumnos deberán resolver problemas, contarán, clasificarán y organizarán objetos o sucesos, favoreciendo con ello el uso significativo de los números y sus operaciones. Recordemos que aprendemos al movernos, manipulando y reflexionando después sobre ello.

En las clases de Educación Física, todo juego o actividad que implique orientarse en el espacio, usar material didáctico, el ritmo, y más habilidades físicas, repercute favorablemente en el aprendizaje de la matemática.

Observa el siguiente video al respecto.

Educación Física, Español y Matemáticas



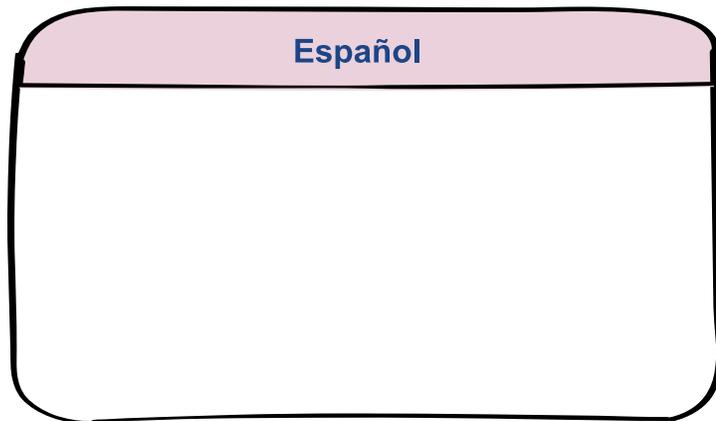
<https://drive.google.com/file/d/1Taxz1hqD8pU5Q2yN5Ef6Wfjmohf9YGnM/view?usp=sharing>

Actividad 4. Con relación al contenido de la lectura y video contesta lo siguiente:

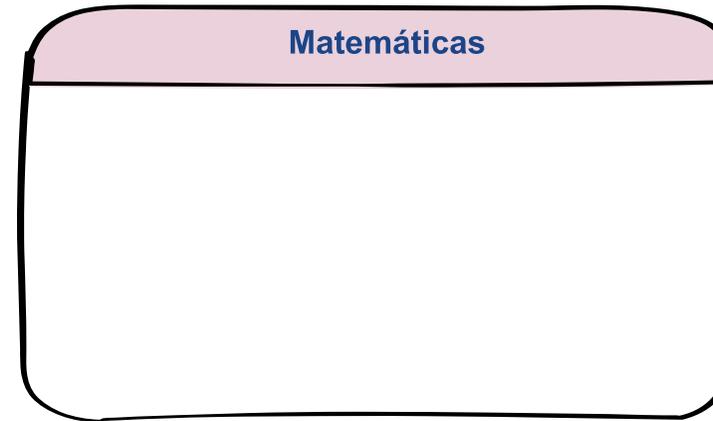
Menciona algunos juegos que puedan hacerse en clase de Educación Física y apoyen el aprendizaje de la matemática.

¿Qué juegos permiten y hacen hablar a los niños entre ellos? Escribe algunos ejemplos

Español



Matemáticas



### 3.3 Vinculación de la Educación Física con Artes, Vida Saludable y Educación Socioemocional.



#### Educación Física y otras asignaturas

En las clases de Educación Física el alumno hace uso de su expresión artística al utilizar su cuerpo y el movimiento para expresar ideas, pensamientos y emociones de una manera creativa, original y lúdica, lo cual le permite comunicarse y utilizar sus cualidades estéticas.

Por otra parte, la Educación Física y la Educación Socioemocional están altamente ligadas una de otra; durante la clase los alumnos a través del juego, actividades, deporte o estrategias de enseñanza, fomentan en los estudiantes una serie de valores, actitudes y habilidades sociales.

En lo que respecta a la Educación Física y Vida Saludable, por esencia al utilizar el movimiento, deporte y la actividad física como parte inherente a su práctica, se fomentan estilos de vida sanos y activos, se ponen en marcha aparatos, órganos y sistemas del cuerpo que lo preparan para un funcionamiento óptimo y que desarrollan una mejor condición física.

Observa el siguiente video.

Educación Física y otras asignaturas



<https://drive.google.com/file/d/1yywoTPB7RDLP GnXc-pkDRCw037YrRbBt/view?usp=sharing>

Actividad 5. Para reforzar lo aquí expuesto:

- Realiza o recuerda algún juego de tu infancia, posteriormente reflexiona y describe como este juego contribuye a mejorar el conocimiento en estas asignaturas.
- Propón a un niño (hijo, alumno, amigo), un juego que ayude al desarrollo de alguna de estas asignaturas.
- Reflexiona: ¿por qué elegiste ese juego?



### 3.4 Vinculación de la Educación Física con Exploración y Comprensión del Mundo Natural y Social



#### Educación Física y Conocimiento del mundo

El ser humano conoce el mundo a partir de los estímulos que recibe a través de sus sentidos. Como fundamento principal, la Educación Física utiliza actividades, juegos y medios de enseñanza para estimular los sentidos y con ello favorecer la exploración de su mundo y sobre todo la capacidad para recibir información, lo cual es determinante en el conocimiento de otras áreas.

En el caso de la Historia; la clase de Educación Física permite vivenciar, experimentar y enfocarse en las relaciones humanas.

En Ciencias Naturales y Tecnologías el enfoque responde a la capacidad de indagación, cuestionar y argumentar los fenómenos naturales del entorno; en este caso, el tratamiento didáctico de la Educación Física aporta la capacidad de observación sobre su actuación personal y colectiva.

Observar el siguiente video.



Educación Física y Conocimiento del mundo

[https://drive.google.com/file/d/1KeS\\_SWOVj3Bk6Vv7Hfdlro4F-rrjAjo/view?usp=sharing](https://drive.google.com/file/d/1KeS_SWOVj3Bk6Vv7Hfdlro4F-rrjAjo/view?usp=sharing)

Actividad 6. Contesta las siguientes preguntas:

Explica ¿Cómo el ser humano utiliza el cuerpo para conocer el mundo?

¿Por qué es importante educar el cuerpo para relacionarse adecuadamente con el entorno?



Four horizontal lines for writing answers.

Actividad 7. Relaciona los contenidos de Educación Física con las asignaturas con las que tiene vinculación, algunos tienen impacto en más de una.

## Materias

Español

Matemáticas

Formación cívica y ética

Artes

Vida saludable

Conocimiento del mundo natural y social

Educación socioemocional



## Educación Física

Valores

Lateralidad

Ubicación espacial

Pensamiento divergente

Resolución de problemas

Expresión corporal

Trabajo cooperativo

## Reflexión del aprendizaje

Una vez que ya conoces cómo se vincula la Educación Física con otros campos del saber; detente un momento, reflexiona y describe cómo lo que realizas en tu vida cotidiana tiene relación con el movimiento.

A small, stylized pencil icon is positioned at the top right corner of the writing area.

---

---

---

---

# Reflexión final

A través del siguiente juego podrás observar como la Educación Física se hace importante al tener que sortear algunos obstáculos, como el sedentarismo, los malos hábitos alimenticios, la velocidad misma de la vida; al educar el cuerpo a través del movimiento desde edades tempranas se esta en posibilidad de formar excelentes ciudadanos.

Juego. Vinculación de la Educación Física.

<https://scratch.mit.edu/projects/485234059>

**¡Te invitamos a explorar el mundo y tu potencial, pon manos a la obra y disfruta, que aprender no sólo es juego de niños!**

*Autor Georgina Reséndiz Navarrete*

# QRO ORGULLO DE **MX**



GOBERNADOR EN TU  
**CALLE**