

Lúdica y didáctica en el proceso de enseñanza de la educación física para los estudiantes del  
grado 6° del Colegio Gimnasio La Alameda

Angie Natalia Paiva Martín

Trabajo presentado para obtener el título de Especialista en Pedagogía de la Lúdica

Asesor

Jhon Alejandro Diosa García

Fundación Universitaria Los Libertadores

Facultad de Ciencias Humanas y Sociales

Bogotá D.C., septiembre 16 de 2021

## CONTENIDO

|  |    |
|--|----|
| 1. Punto de partida.....                 | 4  |
| 1.1 Planteamiento del problema.....      | 4  |
| 1.2 Objetivos.....                       | 6  |
| 1.2.1 Objetivo general.....              | 6  |
| 1.2.2 Objetivos específicos.....         | 6  |
| 1.3 Justificación.....                   | 7  |
| 2. Marco Referencial.....                | 8  |
| 2.1 Antecedentes.....                    | 8  |
| 2.2 Marco teórico.....                   | 10 |
| 3. Diseño de Investigación.....          | 15 |
| 3.1 Enfoque y tipo de investigación..... | 15 |
| 3.2 Línea de investigación.....          | 15 |
| 3.3 Población y muestra.....             | 15 |
| 3.4 Instrumento de investigación.....    | 16 |
| 4. Estrategia de intervención.....       | 18 |
| 5. Conclusiones y recomendaciones.....   | 28 |
| Referencias.....                         | 30 |

## **Resumen**

El área de Educación física se encarga de fortalecer y desarrollar las habilidades recreativas, deportivas, motoras y sociales del ser humano, aunque no se puede dejar de lado la lúdica ya que, es una dimensión para poner en practica en esta asignatura y en las demás porque permite que el estudiante obtenga un mejor proceso de enseñanza, y mas que los tiempos han pasado y se encuentra un poco ausente. Este proyecto realiza varias estrategias lúdicas y didácticas con estudiantes de grado 6º del Colegio Gimnasio La Alameda; para cambiar el proceso de enseñanza frente al pensamiento que tienen los estudiantes de la clase que no es solo jugar al futbol o sentarse a hablar sino algo fundamental en la formación integral del ser humano.

**Palabras claves:** Lúdica, didáctica, educación física

## **Abstract**

The area of Physical Education is in charge of strengthening and developing the recreational, sports, motor and social skills of the human being, although playfulness cannot be ignored since it is a dimension to put into practice in this subject and in the others because it allows the student to obtain a better teaching process, and more than the times have passed and he is a little absent. This project carries out various recreational and didactic strategies with 6th grade students from Colegio Gimnasio La Alameda; to change the teaching process against the thinking that students in the class have that it is not just playing soccer or sitting down to talk but something fundamental in the integral formation of the human being.

## 1.1 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

Hoy en día es notable la falta de cultura en la capital colombiana y a nivel latinoamericano por diferentes situaciones en la realidad de los ciudadanos como la indiferencia, falta de pertenencia, exclusión social, el alto porcentaje de discriminación tanto de género, racial, religiosa, política, regional, estrato socioeconómico, laboral que inducen a un malestar en la convivencia de las personas desde las edades más jóvenes hasta el adulto mayor.

De acuerdo con lo anterior se puede relacionar la Cultura con la educación física teniendo en cuenta que es una de las bases fundamentales para poder enseñar y formar al niño desde una edad temprana, por eso define Jaramillo (2003) establece que: “La educación física como práctica pedagógica, se encuentra estrechamente relacionada con el juego y el recreo; a la vez que ocupa un lugar privilegiado en la vida del niño, ya que le permite conformar y consolidar su proyecto de vida” (p.5)

La lúdica mejora el aprendizaje, promueve la creatividad y la participación. Además, permite identificar ciertos problemas por las personas y de aspectos referentes. De esta manera la lúdica es un factor importante para el desarrollo humano, para enriquecer los procesos que pueda realizar la personas según sus capacidades, desarrollar lo cognitivo y emocional de todos los niños en cuanto a la adquisición de nuevos saberes, manifestación de una gran variedad de actividades donde se evidencia el gozo, el conocimiento, el placer y la creatividad.

Motta (2004) plantea: “la lúdica es un procedimiento pedagógico en sí mismo. La metodología lúdica existe antes de saber que el profesor la va a propiciar. La metodología lúdica genera espacios y tiempos lúdicos, provoca interacciones y situaciones lúdicas”. (p. 23).

Actualmente se observa que los estudiantes del grado 6° entre 12 y 13 años de edad del Colegio Gimnasio La Alameda del Municipio de Soacha del Barrio La Unión, carecen de conocimiento y compromiso, debido a la falta de inclusión de la lúdica en la malla curricular como un proceso pedagógico que le brinde al estudiante satisfacción e interés por aprender las diferentes temáticas y no creer que la educación física es solo jugar al fútbol. Otros factores que influyen son: la falta de material didáctico e implementos deportivos que impiden el desarrollo completo de las actividades propuestas y la infraestructura del colegio tiene un espacio muy pequeño para la recreación y la realización de la clase de educación física de los estudiantes.

Todos estos aspectos nos llevan a incluir la lúdica y la didáctica en el desarrollo de las clases innovando cada día para despertar en los estudiantes el interés y aprecio por adquirir nuevas habilidades y conocimientos que llevan a realizar prácticas físicas llamativas.

De acuerdo con los autores que amplían el contexto referente a la educación física, la lúdica y a las actividades recreo deportivo; se genera la siguiente pregunta problema: ¿Qué estrategia lúdica y didáctica favorece la enseñanza de la educación física en los estudiantes del grado 6° del Colegio Gimnasio La Alameda?

## **1.2 OBJETIVOS**

### **1.2.1 Objetivo General**

Diseñar estrategias lúdicas y didácticas para la enseñanza de la educación física en los estudiantes del grado 602 del Colegio Gimnasio La Alameda.

### **1.2.2 Objetivos específicos**

Formular estrategias lúdicas y didácticas para la enseñanza de la educación física en los estudiantes del grado 6° del Colegio Gimnasio La Alameda.

Implementar estrategias lúdicas y didácticas para la enseñanza de la educación física en los estudiantes del grado 6° del Colegio Gimnasio La Alameda.

Evaluar las actividades lúdicas y didácticas que se emplearan en la enseñanza de la educación física en los estudiantes del grado 6° del Colegio Gimnasio La Alameda.

### 1.3 JUSTIFICACIÓN

Este proyecto de investigación es importante porque, Según el Ministerio de Educación y Cultura, la educación física se considera un área obligatoria para el nivel primario, secundario y media pues permite que los alumnos desarrollen destrezas motoras, cognitivas y afectivas esenciales para su vida diaria. Por lo general, las instituciones educativas desconocen la importancia de la Educación Física, pero si se estructura como proceso pedagógico y permanente, se puede garantizar la continuidad para el desarrollo y especialización deportiva de los niños en su vida futura.

Teniendo en cuenta lo anterior, la educación física es una asignatura del sistema educativo y futura promoción del deporte y la actividad física. Es una materia en la cual se maneja la expresión corporal, se trabaja las capacidades motrices y las habilidades condicionales, la iniciación y formación deportiva, el juego. Sin embargo, la educación física tiene como objetivo contribuir al desarrollo humano de los niños, niñas y jóvenes, por lo cual se debe contar con programas estructurados para que le permitan al docente y al estudiante hacer un seguimiento del proceso de enseñanza para alcanzar los objetivos antes mencionados. Como incluyendo la lúdica y la didáctica en el programa curricular de grado sexto, creando nuevas estrategias en los diversos temas de la asignatura y los estudiantes tengan una visión diferente de la educación física y despertando en ellos interés por aprender.

Para mejorar el proceso de enseñanza en el área de educación física en los estudiantes de grado 6° del Colegio Gimnasio La Alameda, se hace necesario elaborar un Plan de Educación Física acorde a las necesidades de los estudiantes para llamar su atención, mejorar su rendimiento escolar y desarrollar sus dimensiones: ética, estética, motriz, socio afectivo, comunicativa, cognitiva, trascendente y lúdica queriendo cambiar el pensar del estudiante de no salir solamente a jugar fútbol en clase.

## **2 MARCO REFERENCIAL**

### **2.1 ANTECEDENTES INVESTIGATIVOS**

Un primer trabajo corresponde a Bernal, Corredor & Robles (2015) quienes realizaron la propuesta del Mejoramiento de las prácticas pedagógicas de los docentes de la institución educativa liceo moderno de Suesca mediante la implementación de estrategias lúdica. Este trabajo busca Determinar el impacto de la aplicación de la dimensión lúdica en la creación de ambientes de aprendizaje en el mejoramiento de las prácticas pedagógicas en los docentes de la Institución Educativa Liceo Moderno de Suesca; como primera medida realizan encuestas a los docentes, padres y estudiantes de preescolar, primero y segundo luego diseñan cinco talleres lúdicos enfocados a la lúdica, ambientes de aprendizaje y practicas pedagógicas; después aplican los talleres a los docentes de preescolar y primaria.

Se evidencia que las estrategias empleadas fueron de gran interés para los estudiantes en cuanto a las ganas de aprender y saber más sobre el tema abordado; así mismo, para los docentes la cual mostraron interés por seguir investigando e implementando las actividades a los estudiantes.

Este trabajo se relaciona con la investigación en curso, ya que habla sobre las actividades lúdicas que se necesitaban para generar más impacto y motivación para los estudiantes en cuanto a la importancia de las diferentes temáticas creando talleres lúdicos y dinámicos.

Un segundo trabajo corresponde a Ramos (2010), quien realizo la propuesta de una Investigación Lúdica y aplicada: experiencia de una práctica antropológica y pedagógica. Este trabajo busca generar ciertas recomendaciones y estrategias didácticas que permitan apoyar y enriquecer la labor educativa e investigativa. A partir de eso los docentes de

educación superior y estudiantes promovieron el estudio del juego desde una perspectiva antropológica y a su vez crean una propuesta pedagógica de trabajo en donde realizaron diversas actividades de habilidades de pensamiento conocidas como Estructuras de inteligencia y la segunda parte en un programa de enriquecimiento instrumental teniendo como referencia conceptual la didáctica, los juegos tradicionales y educación, el concepto de jugar y juego.

La investigación se enmarco dentro de la perspectiva antropológica sobre la liga entre el juego y la educación viene a sumarse a los demás enfoques de las otras ciencias de la educación. La diferente conceptualización y teorización del juego permitió abrir nuevas rutas analíticas y didácticas de trabajo.

De lo anterior, este estudio brinda un aporte muy importante ya que, nos cuenta sobre esa importancia que tiene el juego, esa lúdica y didáctica que se emplea por los docentes para llamar la atención y a su vez la motivación de los estudiantes.

Un tercer trabajo corresponde a (Celdrán, 2016) quienes realizaron la investigación sobre la importancia de la educación física en el sistema educativo.

Este trabajo pretende analizar la importancia de la Educación Física en el sistema educativo, a partir de eso se realiza una síntesis de los diferentes problemas de salud que hay a causa del sedentarismo, luego enumeran los beneficios de la Educación física en las instituciones realizando una comparación de las distintas leyes de la educación desde 1990 hasta la actualidad y por ultimo hacen una modificación justificada de la ley LOMCE para que la Educación Física pueda tener más importancia en el sistema educativo; teniendo en cuenta la importancia de la actividad físico deportiva en la sociedad e importancia de la educación física en el curriculum.

Este estudio muestra un alto porcentaje en obesidad y enfermedades cardiovasculares, la cual buscan reducir este número creando una adherencia a la práctica deportiva en la vida diaria del estudiante para que conozca los beneficios de la actividad física y del deporte.

Teniendo en cuenta lo anterior esta investigación brinda un gran aporte ya que, los estudiantes no conocen los beneficios y la importancia que tiene la educación física a lo largo de la vida; que se trabajan diferentes aspectos y no solo el jugar al fútbol.

## **2.2 MARCO TEÓRICO**

### **Lúdica**

La lúdica es una estrategia que mejora el aprendizaje, fomenta que el personal sea más participativo y promueva la creatividad en todas las actividades que pueda estar involucrado.

La lúdica es más bien una condición, una predisposición del ser frente a la vida, frente a la cotidianidad. Es una forma de estar en la vida y de relacionarse con ella en esos espacios cotidianos en que se produce disfrute, goce, acompañado de la distensión que producen actividades simbólicas e imaginarias con el juego. La chanza, el sentido del humor, el arte y otra serie de actividades (sexo, baile, amor, afecto), que se produce cuando interactuamos con otros, sin más recompensa que la gratitud que producen dichos eventos. (Jiménez, 2002, p. 42)

Teniendo en cuenta lo anterior, estoy de acuerdo con lo que dice el autor ya que, la lúdica es una estrategia que se ha dejado a un costado de la enseñanza con los niños por eso es importante involucrarla en la metodología del docente para brindar al estudiante un conocimiento acertado y que permita que reflexione de el mismo.

La lúdica no tiene una edad para emplearla, como en sentido pedagógico como recreativo pero lo importante es adaptarlo a esas necesidades e intereses que se busca en la institución como en lo alumnos de manera integral. (Torres, 2004 citado por Romero et al 2009), De esta manera se puede abordar la lúdica como una estrategia en donde se incluyen juegos educativos, dinámicas de grupo entre otras que sean utilizados para el aprendizaje y las competencias dentro y fuera del aula para obtener un trabajo con grandes resultados. (Chi cauch, 2018)

## **Didáctica**

La didáctica es una disciplina y estrategia que se incluye dentro la pedagogía de manera formativa (Hernández, 2010). Ya que, explica, describe y estudia ese proceso de enseñanza – aprendizaje para brindar un conocimiento profundo y asertivo.

Teniendo en cuenta lo anterior, Según (Zabalza, 2007):

Retoma el análisis de la enseñanza y el aprendizaje como proceso asociado a la Didáctica y la define como ese campo de conocimientos, de investigaciones, de propuestas teóricas y prácticas que se centran en los procesos de enseñanza y aprendizaje: cómo estudiarlos, cómo llevarlos a la práctica en buenas condiciones y cómo mejorar todo el proceso. (p.5)

De esta manera la didáctica tienes ciertas decisiones que llevan al aprendizaje por los diferentes métodos de enseñanza que se crean, se incluyen y se proponen. (Escudero, 1980) habría que decir también que algunos objetivos son orientar la enseñanza de acuerdo a la edad del estudiante de tal manera que sienta un apoyo, planear de acuerdo a la necesidad y a la realidad, tener un acompañamiento consciente del aprendizaje, etc.

De la didáctica salen estrategias la cual son los medios y recursos que se necesitan lograr el aprendizaje, teniendo en cuenta Jiménez & Robles (2016):

Las estrategias didácticas como elemento de reflexión para la propia actividad docente, ofrecen grandes posibilidades y expectativas de mejorar la práctica educativa. El docente para comunicar conocimientos utiliza estrategias encaminadas a promover la adquisición, elaboración y comprensión de los mismos. Es decir, las estrategias didácticas se refieren a tareas y actividades que pone en marcha el docente de forma sistemática para lograr determinados aprendizajes en los estudiantes.

## **Educación**

Según Nixon & Jewllet (1980):

La educación es un “proceso continuo para toda la vida de cambio, modificación o ajuste del individuo (fuera o dentro de la escuela) que resulta de respuestas a estímulos ambientales internos y externos. Estos cambios que persisten en los comportamientos, los cuales resultan de las actividades del aprendiz, afectan los aspectos mentales, físicos, emocionales, morales y éticos de la vida en muchas maneras significativamente.

De acuerdo a lo anterior se piensa que la educación es uno de los factores más importantes en el avance y progreso de la sociedad. Además de proveer conocimientos, la educación enriquece la cultura, el espíritu, los valores y todo aquello que caracteriza como parte vital del ser humano.

## **Educación Física**

Según Bonilla (2008):

La educación física como pedagogía es esencialmente una experiencia cotidiana de carácter cultural, en la cual profesores y estudiantes establecen una acción comunicativa impregnada de actitudes, expectativas, deseos, temores, valores, símbolos, que en la realidad espacio temporal de la clase, de la sesión diaria, se expresa mediante el lenguaje verbal y, perfectamente, no verbal de tipo corporal-gestual. (p.12)

Para complementar, la Educación física es importante porque educa en valores y enseña que es indispensable aceptar a las demás personas como son, reconoce el esfuerzo de todos y cada uno dentro de un grupo, y aprecia y reconoce la importancia de todos al momento de disfrutar y pasarla bien, ya que se integra de manera contextualizada y coherente los contenidos propios de la materia con valores como la justicia, solidaridad, tolerancia, respeto, salud, responsabilidad, superación, libertad e igualdad empleando actividades recreo deportivas para fortalecer su conocimiento y prácticas físicas.

Cabe señalar que dentro de la educación física los estudiantes expresan sus sentimientos y emociones por eso se observa que:

la formación y las carreras relacionadas con la educación se han desarrollado mucho en los últimos 10 años, atravesando al presente nuevas tensiones y evoluciones. Menciona como alguno de estos cambios, las reformas del sistema educativo, la demografía escolar, la heterogeneidad de públicos, el cuestionamiento a la autoridad, el individualismo y las altas exigencias tanto de padres como de los propios alumnos. Es por ello que se requieren nuevas formas de enseñanza, nuevos modelos de educadores, de estilos pedagógicos y

de gestión de la clase. El docente debe ser modelo para sus alumnos. Más allá de los saberes y del saber hacer como contenido de capital humano del docente, son las competencias emocionales, sociales y personales, las que constituyen el capital esencial en la actividad del educador, imprescindibles en la actualidad para trabajar en profesiones donde están presentes las emociones y las interacciones humanas”. (Gendron, 2017)

Podemos decir que la Educación Física y el Deporte inciden sobre el ser humano en su totalidad contribuyendo a la formación de su personalidad, ayudándole a realizarse física, intelectual y moralmente con ejemplo a seguir del docente para desarrollar las competencias emocionales, sociales y personales.

### **3 DISEÑO DE INVESTIGACIÓN**

#### **3.1 Enfoque y Tipo de investigación**

El proyecto se cualifica en la modalidad de investigación cualitativa de tipo investigación acción. Porque se busca explorar fenómenos y analizar la realidad subjetiva por ende no se puede comprobar con números, así como lo menciona Sampieri (2010) “Utiliza la recolección de datos sin medición numérica para descubrir o afinar preguntas de investigación en el proceso de la interpretación”. p. 7

#### **3.2 Línea de Investigación**

Por ende, este proyecto pertenece a la línea de investigación: Evaluación, aprendizaje y docencia la cual, busca al desarrollo histórico institucional ya que prioriza la responsabilidad como parte integral de una propuesta formativa de calidad en los procesos de enseñanza y aprendizaje. De modo que, el proyecto le brinda un aporte de estrategias lúdicas que permitan una enseñanza innovadora, creativa y reflexiva al estudiante obteniendo una evaluación con conceptos claros.

#### **3.3 Población y muestra**

##### **Población**

El Colegio Gimnasio La Alameda posee una población estudiantil de 500 niños, niñas y adolescentes distribuidas en quince cursos de educación Preescolar, Básica Primaria, Básica Secundaria y Media Académica, esta investigación se realiza con los 22 estudiantes que cursan el grado Sexto.

##### **Muestra**

Se tomará como muestra para realizar este proyecto con veintidós (22) estudiantes del grado 6° del Colegio Gimnasio La Alameda.

### 3.3 Instrumentos

**Anotación directa:** Se escogió porque permite describir lo que se está viendo, escuchando, lo que está en el contexto o de los participantes; la cual se realizó en la primera y segunda semana de marzo de 2020 queriendo mejorar las estrategias lúdicas y didácticas del área de educación física.

*Tabla 1. Resultados anotación directa a los estudiantes de grado 6° del Colegio Gimnasio La Alameda*

| Los días más esperados...  |
|--|
| <p>En la primera semana de marzo de 2020 clase 1 en las instalaciones del Colegio Gimnasio La Alameda, los 22 estudiantes de grado 6° y docente de Educación física se reunieron en el patio del colegio para realizar una clase. Ellos dejaron en las bancas la hidratación y gafas de algunos estudiantes, la Docente les dice a las niñas “que se recojan el cabello y a los niños retirar relojes para prevenir algún accidente”. El estudiante 1 dice a uno de sus compañeros “no quiero hacer nada” y el le responde que “quiere jugar fútbol”. El docente dice a los estudiantes “chicos iniciamos un trote alrededor de la cancha, son 5 minutos. vamos” los estudiantes empezaron a trotar de manera ordenada y a cada rato ellos preguntaban “profé cuanto falta?”, el docente les dice “vamos chicos el tiempo es corto y hasta ahora iniciamos”.</p> <p>Se inició el juego de ponchados para tener una activación cardiovascular y algunos motivados, mientras los otros niños y niñas corrían porque tocaba realizar la actividad, una estudiante se sentó y le pregunta el docente “¿porque no juegas con tus compañeros?” y ella le responde “profé es que a mi no me gusta correr” y le responde “dale, intégrate con tus compañeros. La educación física es un espacio para desarrollar habilidades que en otras asignaturas no puedes”. De pronto, la docente explica las actividades con materiales como palos de escoba, aros y balones para hacer unos circuitos; los estudiantes empezaron a</p> |

realizar las actividades, pero no de la manera adecuada y con afanes por querer jugar al futbol o en caso de algunas niñas sentarse y hablar.

En la segunda semana de marzo de 2020 clase 2, en las instalaciones del Colegio Gimnasio La Alameda en el patio, se encontraban los 22 estudiantes de 6°. Los estudiantes se cambiaron para la práctica, las niñas se recogen su cabello y los niños se quitaron sus relojes y cadenas para evitar algún accidente. La docente les hizo un calentamiento y estiramiento dinámico para ver si cambiaba esa perspectiva que tenían ellos pero siguió pasando lo de la semana 1; ella les empezó a explicar el tema y cuales ejercicios iban a realizar por grupos de forma competitiva pero el estudiante 1 le dijo “profe cuanto demora la actividad queremos jugar futbol o voleibol” le dijo la profe “hasta ahora estamos comenzando y ya quieren jugar futbol” el estudiante bajo la cabeza, se volteo y dijo entre los dientes “que pereza esos ejercicios no nos sirven para nada”.

Se desarrollo la clase de tal manera, de los 13 estudiantes 12 trabajaron en las actividades y una estudiante se quedó sentada porque se encontraba enferma, pero mirando su celular sin poner atención a lo que decía la profe.

**Análisis:** Analizando la tabla anterior se puede decir que para los estudiantes es más importante jugar futbol y hacer otras actividades que hacer los ejercicios destinados a la temática programada en la clase de educación física. Sin embargo, la docente cambio a la semana 2 otra manera de iniciar con un calentamiento dinámico, pero tampoco fue llamativo para los niños y niñas de grado 6°.

## 4. ESTRATEGIA DE INTERVENCIÓN

### “LO TRADICIONAL VS ESTRATEGIAS LUDICAS Y DIDACTICAS”



#### 4.1 Ruta de intervención

Con la siguiente propuesta se pretende crear una estrategia lúdica y didáctica en el proceso de enseñanza de la educación física en los estudiantes de grado 6° del Colegio Gimnasio La Alameda.

Esta estrategia tiene actividades como juegos, elaboración de materiales que va a utilizar en las prácticas y videos, que sirven para la preparación y orientación de los ejercicios programados para clases empleando lo didáctico la cual genera un buen clima de trabajo, creativo, relajado, cordial, positivo que favorecen notablemente la participación de los estudiantes. Y por último se practicará una encuesta para saber si la perspectiva del estudiante cambio después de practicar dichas actividades.

Estas actividades permiten que los estudiantes vean de la mejor manera y como parte importante de la formación integral del ser humano, aprovechar el espacio de la clase de la educación física relaciones basadas en el trabajo en equipo, compartir conocimientos y así mejorar el proceso de aprendizaje escolar.

## 4.2 Plan de acción

En este espacio se presentarán las actividades propuestas por un cronograma donde se decretan según su orden y tiempos para poder realizarlas.

| ACTIVIDAD                 | CRONOGRAMA |          |           |          |            |                |
|---------------------------|------------|----------|-----------|----------|------------|----------------|
|                           | MES MARZO  |          | MES ABRIL | MES MAYO | MES AGOSTO | MES SEPTIEMBRE |
|                           | SEMANA 1   | SEMANA 2 |           |          |            | 1 SEMANA       |
| Observación (Diagnostico) | ■          |          |           |          |            |                |
| Actividad 1 "Creación de" |            |          | ■         |          |            |                |
| Actividad 2 "Creación de" |            |          |           | ■        |            |                |
| Actividad 3 "Juegos app"  |            |          |           |          | ■          |                |
| Grupo focal               |            |          |           |          |            | ■              |

*Fuente: Autor del proyecto*

### Actividad 1: “Creación de elementos I”

**Objetivo:** Creará una pelota que rebota con bombas para que empiecen a trabajar de manera adecuada en las actividades propuestas en clase.

**Docente encargado:** Angie Natalia Paiva Martín

#### Materiales:

- Entre 12 a 24 bombas de cualquier color
- Tijeras

Observarán un vídeo con los pasos para elaborar el material (la docente proyecta el video)



(Dcrafts, 2014)

Pasos a realizar:

1. Llenar una bomba con agua, tamaño mediano.
2. Cortar todas las bombas y guardar lo que sobra.



Grafica 1. Como hacer una pelota de globos saltarina

3. A la bomba que esta con agua se empieza a cubrir con las partes mas anchas de las bombas cortadas.
4. Luego, se cortan pedacitos de bomba para decorar la pelota.



Grafica 2. Como hacer una pelota de globos saltarina

5. Obtendrá el siguiente resultado final.



Grafica 3. Autor del proyecto

Con el material elaborado los estudiantes sentirán emoción y curiosidad al realizar los ejercicios con su propia elaboración.

| ACTIVIDAD   | REPETICIÓN                   |
|---|------------------------------|
| Calentamiento   |                              |
| Agarre de fuerza. Lanzar la pelota y dar un giro, agarrar)                                    | 10 c/u (derecha e izquierda) |
| Pellizco. Pasar la pelota debajo de la pierna derecha y agarrar con mano derecha.             | 10 c/u (derecha e izquierda) |
| Extensión pulgar. Pasar la pelota debajo de la pierna izquierda y agarrar con mano izquierda. | 10 c/u (derecha e izquierda) |
| Rodar sobre mesa. Ambas manos y aplaude.  | 15 veces                     |
| Flexión dedos. Lanzar y elevar rodilla con derecha y luego izquierda.                         | 10 c/u (derecha e izquierda) |
| Rotación de pulgar con ambas manos.   | 10 c/u (derecha e izquierda) |
| Estiramiento/ vuelta a la calma   |                              |

*Fuente: Autor del proyecto*

### Actividad 2: “Creación de elementos II”

**Objetivo:** Creará una raqueta con material reciclable para trabajarla con la pelota de globos de manera adecuada en las actividades propuestas en clase.

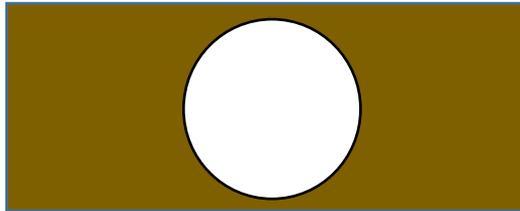
**Docente encargado:** Angie Natalia Paiva Martín

#### **Materiales:**

- Tijeras/ Bisturí
- Cartón
- Cinta
- Pinturas
- Lana

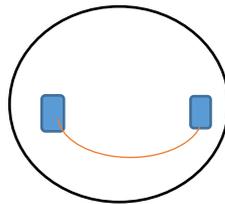
Paso a paso:

1. Dibujar la silueta de la raqueta en el cartón y recortar el círculo.



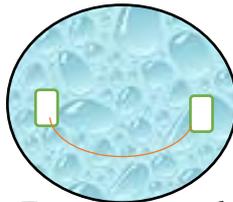
*Fuente: Autor del proyecto*

2. Después de cortar el círculo, hará dos orificios para colocar la lana y sellar con la cinta.



*Fuente: Autor del proyecto*

3. Después, decorar la raqueta de la manera mas creativa.



*Fuente: Autor del proyecto*

Finalmente, empleara la raqueta con la pelota de globos en ejercicios de iniciación al tenis haciendo que ellos sientan interés por aprender un deporte diferente.

| CALENTAMIENTO   |                        |
|---|------------------------|
| Golpear la pelota con raqueta alto - bajo                               | 20 Rep. / 2 series c/u |
| Golpear la pelota con raqueta y con la otra mano lanzar rollo de medias | 20 Rep. / 2 series c/u |
| Abdominales / 2 rollos de medias  | 15 Rep. / 2 series c/u |
| Golpear la pelota con la raqueta y la otra mano se toca la cabeza       | 20 Rep. / 2 series c/u |
| Sentadilla y golpear la pelota con la raqueta                           | 20 Rep. / 2 series c/u |
| Golpear la pelota con la raqueta y velocidad adelante y atrás           | 20 Rep. / 2 series c/u |
| En zigzag ir golpeando la pelota con la raqueta                         | 15 Rep. / 2 Series c/u |
| ESTIRAMIENTO  |                        |

*Fuente: Autor del proyecto*

### Actividad 3: Juegos app

**Objetivo:** Cambiar la perspectiva de los estudiantes frente a la clase de educación física.

**Docente encargado:** Angie Natalia Paiva Martín

Se crearon juegos de memoria, de escalera y multinivel relacionados con los temas de interés; el docente proyecta los juegos y se realizan grupos para saber quien obtiene mas puntos al final de clase.

- **Juego #1 Duchazo o Ahorcado**

Consiste en que el grupo que no adivine el deporte debe realizar un ejercicio propuesto por el grupo ganador.



(Paiva, Video Juego Educativo, 2021)

- **Juego #2 Encuentra la pareja**

Consiste en encontrar la pareja, el grupo 1 tiene un intento y si no arman una pareja de inmediato el otro grupo les pondrá una penitencia hasta el que obtenga mas puntos.



(Paiva, Video Juego Educativo 2)

- **Juego #3 “La oca”**

El juego da opciones de jugar con más de dos grupos y pueden utilizar el nombre que quieran para jugar, en donde cada uno tiene su turno y el mismo juego les muestra la ruleta con los puestos que deben avanzar. Al puesto que llegan deben responder una pregunta y en otras deben realizar ejercicios trabajados en clase.



(Paiva, Video Juego Educativo 3, 2021)

### 4.3 Evaluación

Se realiza un grupo focal para la evaluación de la estrategia planteada a los estudiantes de grado 6° del Colegio Gimnasio La Alameda con el fin de obtener información sobre las opiniones y percepciones que tuvieron los estudiantes después de realizar las estrategias planteadas.

Resultados e interpretación del grupo focal:

| <b>RESPUESTAS GRUPO FOCAL<br/>COLEGIO GIMNASIO LA ALAMEDA GRADO 6°</b>                                    |  |   |
|---|--|---|
| <b>PREGUNTAS</b>  | <b>RESPUESTAS</b>  | <b>INTERPRETACIÓN</b>   |
| 1. Después de las actividades realizadas. ¿Cree usted que la educación física es importante para su vida? | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Si, porque con la EF mejoramos nuestras habilidades.</li> <li>- Si, porque realizamos ejercicios y estamos en constante movimiento.</li> <li>- Si, porque podemos integrarnos con otras personas y fortalecemos la coordinación.</li> <li>- De pronto, porque yo no soy amante al deporte, pero me gusta jugar con mis amigos.</li> </ul>         | En esta primera pregunta la mayoría de los estudiantes optaron porque la educación física es importante para su vida ya que, mejoran y fortalecen sus habilidades, están en constante movimiento y por ultimo la integración con los demás. |
| 2. De las actividades realizadas ¿Cuál le llamo mas la atención?  | <ul style="list-style-type: none"> <li>- A mi me gustaron todas las actividades, pero la que mas me llamo la atención fue la creación de los materiales porque me gustan las manualidades.</li> <li>- Me llamo más la atención la tercera actividad de los juegos porque me reí con mis compañeros.</li> <li>- Me gustaron todas las actividades porque hicimos preguntas sobre</li> </ul> | <p>-En esta segunda pregunta los estudiantes estuvieron motivados y concentrados con todas las actividades realizadas.</p> <p>-Se evidencia la manualidad, la diversión, conocimientos y el deporte como gusto en los estudiantes.</p>      |

|   |   |  |
|---|---|--|
|   | <p>EF y todas las conteste bien.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Me gusto la elaboración de la pelota porque me gusta el futbol.</li> </ul>  |  |
| <p>3. Mencione un beneficio de la educación física.</p>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Mejoramos nuestra condición física.</li> <li>- Fortalecemos nuestras habilidades.</li> <li>- No nos sentimos tan tensionados.</li> <li>- No seremos tan obesos si practicamos ejercicios.</li> </ul>   | <p>En esta tercera pregunta los estudiantes tienen varias ideas y son conscientes de los beneficios que trae la educación física para sus vidas.</p>   |
| <p>4. Después de las actividades realizadas. ¿Piensa usted que la EF es solo jugar al futbol?</p>       | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Cambie mi opinión porque, aunque no me guste correr, con estas actividades aprendí y me divertí.</li> <li>- No es solo jugar futbol porque la EF tiene otros temas para conocer.</li> <li>- En la clase de EF aprendemos la coordinación, los saltos y diferentes juegos.</li> </ul> | <p>-En esta cuarta pregunta los estudiantes han cambiado ese pensamiento y actitud que tenían en la clase de EF.<br/>-Ven la EF como diversión y aprender de habilidades, capacidades que pueden fortalecer y mejorar.</p> |
| <p>5. Al realizar las actividades ¿Cómo se sintió?</p>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Como dije antes me sentí cómoda y tranquila.</li> <li>- Me sentí muy emocionado con los ejercicios.</li> <li>- Al inicio estuve normal pero después feliz porque me reí mucho.</li> <li>- Super bien porque se hizo actividades diferentes.</li> </ul>                               |  |
| <p>6. Le gustaría que se siguiera incluyendo juegos y actividades lúdicas en clase de EF. ¿Por qué?</p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Si, porque lo hace mas motivador.</li> <li>- Si, porque me gustaría seguir elaborando materiales.</li> </ul>   | <p>En esta sexta pregunta los estudiantes respondieron de manera positiva frente a las actividades realizadas porque hicieron que aparte</p>   |

|  |   |   |
|--|---|---|
|  | <ul style="list-style-type: none"><li>- Si, porque podemos jugar y a la vez ir haciendo los ejercicios de la clase.</li><li>- Si, porque es algo diferente a lo que anteriormente otros profes que estaban acá nos hacían en clase.</li></ul> | de pensar algo bueno de la educación física ellos también se sintieran bien anímicamente consigo mismos y con sus compañeros. |
|--|---|---|

## 5. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

Este proyecto PID permitió diseñar una propuesta de intervención basado en estrategias lúdicas y didácticas a través de creación de elementos deportivos que posibilitaron a los estudiantes realizar diferentes ejercicios y juegos llamativos en donde se sintieron alegres y libres.

Las estrategias diseñadas en la propuesta mostraron que son útiles para mejoras en la forma de enseñar de los docentes de Educación física y otras asignaturas como en el aprendizaje de los estudiantes, obteniendo comunicación y bienestar para todos.

Los resultados que sobresalen tras la realización de este proyecto PID, nos arrojan que anteriormente en la institución había docentes de educación física que no implementaban la lúdica y la didáctica como, juegos, retos, ejercicios con materiales de su propia creación entre otros; lo cual hacía que los estudiantes tuvieran un pensamiento errado sobre la educación física como lo es “el jugar fútbol las dos horas de clase, sentarse a hablar o mirar el celular”. Por esto, es importante la actitud y la metodología del docente al transmitir todo el conocimiento a sus estudiantes.

Un factor importante es la innovación a través de la lúdica ya que, permite que los estudiantes desarrollen con veracidad las habilidades físicas y destrezas, capacidades físicas y condicionales entre otros temas de la educación física, logrando en ellos un aprendizaje significativo. Y se recalca, que el compromiso por parte del docente fue apropiado y positivo para crear, innovar y poner en práctica las estrategias lúdicas y didácticas a los estudiantes de grado 6° del Colegio Gimnasio La Alameda.

Por eso es importante tener en cuenta que los juegos siempre deben tener un parámetro competitivo o de recompensa, pues esto facilitará la activación del grupo, y se dispondrá con mayor alegría a las actividades.

Teniendo en cuenta las conclusiones anteriores se recomienda a los docentes de Educación Física, estudiantes de grado 6º y a la institución:

- Implementar estrategias lúdicas y didácticas para las clases de Educación física.
- Realizar actividades cada período escolar con el fin de dar a conocer la importancia de la educación física a los estudiantes.
- Adquirir eventos lúdico deportivos en diferentes momentos para fortalecer la formación integral del ser humano.
- Implementar materiales didácticos que permitan crear y realizar actividades lúdicas para la enseñanza de la Educación física.
- Para llevar a cabo las actividades es importante por parte y parte tener una actitud adecuada para desarrollar las estrategias de la manera mas apta y alegre.

## REFERENCIAS

- Bernal et al. (2015). Una propuesta para el mejoramiento de las practicas pedagógicas de los docentes de la Institución Educativa Liceo Moderno de Suesca mediante la implementación de estrategias lúdicas. Especialista en Pedagogía de la Lúdica. Universidad Los Libertadores
- Bonilla. (2008). Educación física, Infancia y Niñez. Bogotá. Colombia. Editorial
- Celdrán et al. (2016). La importancia de la Educación física en el sistema educativo. Rev. Digital de la Educación Física. Vol. 8. 83-92
- Chi cauich. (2018). Estudio de las estrategias lúdicas y su influencia en el rendimiento académico de los alumnos del Cecyte Pomuch, Hecelchakán, Campeche México. p. 1
- Dcrafts. (16 de Junio de 2014). Como hacer pelota de globos saltarina que rebota. YouTube. Obtenido de [https://www.youtube.com/watch?v=KGjR\\_JQ5ssc](https://www.youtube.com/watch?v=KGjR_JQ5ssc)
- Escudero. (1980). Modelos didácticos. Barcelona: Oikos-Tau
- Gendron, Bénédicte (2017). La importancia de las emociones en la educación. Bélgica, Recuperado de: <https://www.teseopress.com/neurociencias/chapter/59/>
- Hernández. (2010). Didáctica General. Universidad de Jaén. [http://www4.ujaen.es/~ahernand/documentos/efdgmagtema\\_1.pdf](http://www4.ujaen.es/~ahernand/documentos/efdgmagtema_1.pdf)
- Jaramillo. (2003) La educación física y el deporte como medios para adquirir y desarrollar valores en el nivel de primaria. Recuperado de: <http://revistas.ucr.ac.cr/index.php/educacion/article/view/536>.
- Jiménez & Robles. Las estrategias didácticas y su papel en el desarrollo del proceso de enseñanza aprendizaje. Rev. EDUCATECONCIENCIA. Vol. 9. n 10
- Motta. (2003) La lúdica como estrategia pedagógica para fortalecer la convivencia escolar. p 23. Recuperado de: <https://core.ac.uk/download/pdf/234805969.pdf>
- Ministerio de Educación y cultura. Recuperado de: <https://www.fundaciontelefonica.com.pe/noticias/la-importancia-de-la-educacion-fisica-en-la-escuela/>
- Nixon & Jewllet. (1980). Conceptos básicos de la educación física. *Saludme*. Recuperado de: <http://www.saludmed.com/EdFisica/EdFi-Cpt.html>
- Paiva, N. (15 de agosto de 2021). Video Juego Educativo. Mobbyt. Obtenido de <https://mobbyt.com/videojuego/educativo/play.php?Id=234779>
- Paiva, N. (20 de Agosto de 2021). Video Juego Educativo 2. Mobbyt. Obtenido de <https://mobbyt.com/videojuego/educativo/play.php?Id=239271>
- Paiva, N. (27 de Agosto de 2021). Video Juego Educativo 3. Mobbyt. Obtenido de <https://mobbyt.com/videojuego/educativo/play.php?Id=239289>
- Ramos. (2010). Investigación lúdica y aplicada: Experiencia de una práctica antropológica y pedagógica. Universidad del Norte, Barranquilla. P 118-127

Sampieri. (2010). Metodología de la investigación. México. Editorial

Romero et al. (2009). La actividad lúdica como estrategia pedagógica en educación inicial.  
Rev. Digital. Vol. 14