

# PARÁMETROS DE EVALUACION A DISTANCIA EN LA PRÁCTICA DE LA EDUCACIÓN FÍSICA CON ALUMNOS DE PRIMARIA.

**Categoría:** Evaluación a distancia

**Nombre completo:** Rocío Marisol Espinoza Calderón

**Función:** Maestra de educación física

**Entidad Federativa:** Michoacán

**Nivel Educativo:** Primaria

## NARRACIÓN DE LA BUENA PRÁCTICA

**Tema, asignatura o asignaturas en las que se implementó, implementa o desea implementarse la Buena Práctica**

Parámetros y habilidades para dar seguimiento y evaluación de la educación física en época de pandemia en el formato de formación a distancia de manera sincrónica.

**Explique brevemente por qué la experiencia que narra podría considerarse una Buena Práctica.**

En este periodo de pandemia la práctica docente es un reto para el maestro en general, pero muy especialmente en la educación física; ya que se ha tornado un desafío organizar los contenidos teóricos y prácticos, hacerlos llegar a los alumnos y aún más complicado, realizar las adecuaciones al proceso de evaluación ante las circunstancias que se presentan actualmente.

Las cuatro categorías en las que se desarrolla la información de la evaluación son: el área médica, las capacidades físicas condicionales, las capacidades físicas coordinativas y por último las posturales.

En la primera categoría que denominamos como el **ESTADO DE SALUD** de los alumnos desde una perspectiva general, donde se obtuvieron los datos de la temperatura, el pulso, presión arterial, peso y estatura.

La categoría del diagnóstico de las capacidades físicas condicionales son las de fuerza en brazos, abdomen y piernas, así como la flexibilidad, velocidad cíclica y de reacción.

Dentro del rango de las capacidades coordinativas tenemos que se consideraron la capacidad de ubicación y orientación, equilibrio estático y dinámico, así como la coordinación óculo manual y pedial.

Por último, se propuso el diagnóstico de la postura a través de las pruebas de disimetría en columna, cadera y rodillas, huella plantar, cifosis y lordosis.

Estas cuatro categorías en las que se distribuyó el diagnóstico son de suma importancia, ya que nos plantean datos e indicadores que son nuestras líneas de acción para la práctica docente en la Escuela Morelia 150 Aniversario.

**¿Qué retos específicos, surgidos en el marco de la pandemia (o en otro momento, según sea el caso), se buscaron atender con esta Práctica?**

Evaluar al niño de manera integral en educación física y el uso de las tic's para hacer llegar los materiales (Batería de Evaluaciones y Hoja de Captura de Datos) y aprendizajes en los alumnos, tales como:

- El funcionamiento de su cuerpo y su interacción con su entorno.
- El uso y aplicación de instrumentos del área médica.
- Conoce los alcances y limitaciones de sus capacidades.
- Interacciona en su vida diaria con los hábitos de higiene, alimentación, descanso e hidratación.

Estos aprendizajes se consideraron en los contenidos a desarrollar durante las sesiones virtuales de educación física

**¿Es una Buena Práctica que atiende o atendió un caso en particular, a algunos estudiantes de un grupo, a todo el grupo, o a toda la escuela?**

A toda la escuela

**¿A cuántos alumnos/as impactó la Buena Práctica? (De manera directa o indirecta)**

300, distribuidos en los 6 grados de primaria, en 12 grupos de 25 alumnos, aproximadamente.

## ¿Cuál ha sido o fue la duración de la Buena Práctica?

Iniciamos en agosto del ciclo escolar 2020-2021, hasta enero 2021

**Si está sistematizando una Buena Práctica surgida en el marco de la pandemia, ¿en qué momento de la contingencia comenzó (y terminó, de ser el caso), de implementarla, y por qué en ese momento?**

Este proyecto se originó después de 5 meses de suspendidas las clases presenciales en el estado de Michoacán, este trabajo tiene su arranque al inicio del ciclo escolar 20 - 21, donde se implementaron diferentes estrategias para la aplicación de una **Batería Integral de Evaluación** (contando con el apoyo de los padres de familia para su aplicación en casa), la cual nos fue útil para el diseño de la dosificación y aplicación de los contenidos y actividades. Se tiene considerado la realización de 3 evaluaciones (inicial, intermedia y final. Actualmente se está en la etapa de evaluación intermedia donde se comparan los cambios que han tenido los alumnos en el aspecto físico.

**¿Cuáles son los objetivos (general y específicos) que se plantearon en la/s actividad/es que hoy se coloca/n como una Buena Práctica?**

- Establecer los contenidos y actividades de educación física más apropiados para los alumnos de la primaria morelia 150 aniversario y ser difundidos a través de las diferentes plataformas y aplicaciones digitales en el periodo de pandemia
- Identificar las alternativas tecnológicas disponibles para hacer llegar los contenidos y actividades de la educación física a los alumnos de la escuela primaria morelia 150 Aniv.
- Aplicación de una batería de evaluación para conocer los alcances de la educación física en los alumnos de la escuela primaria morelia 150 Aniv. En el periodo de pandemia.

**¿De dónde surgió la idea que fundamentó esta Buena Práctica?**

Surge desde el último trimestre del ciclo escolar anterior, cuando terminamos ya en pandemia, se presentó la necesidad de replantear la práctica docente y la forma de abordar las sesiones de educación física. Se coordinó la práctica docente con el proyecto del sector 02 de educación física, Morelia.

La importancia que tuvo el recuperar la información a través de Classroom de la batería de evaluación, es que a partir de esta en primera instancia se diseñó la dosificación de los contenidos a desarrollar a través de cada una de las actividades a utilizar en las sesiones virtuales de educación física, así como los retos a cumplir por parte de los alumnos y su posterior entrega de evidencia (video, foto, comentario, dibujo, etc.). Con esta estructura y seguimiento de las actividades se observó que en la prueba diagnóstica intermedia se presentó un incremento en el estado de salud en general, del alumnado de la Escuela Morelia 150 Aniversario.

### **¿En qué consiste la Buena Práctica?**

Descripción ordenada y detallada de las actividades que conforman su Buena Práctica. R= Se presentaron dos documentos que al docente de educación física le ayudan en su práctica al poder evaluar a los alumnos a través de la batería de evaluación, la cual consta de 22 pruebas, las cuales se explican detalladamente mencionando el reto a realizar, la finalidad, los materiales necesarios, la descripción de la evaluación y una referencia visual de cada prueba, cabe mencionar que estas pruebas se pueden determinar según las características de cada escuela.

Las categorías que comprenden la batería de evaluación son en el ámbito de la salud, las capacidades físicas condicionales, las capacidades físicas coordinativas y por último la postura, así como sus componentes estructurales.

Como parte última del proceso se les envió un cuestionario a través de la aplicación Google Forms generando un código, en el cual se nos retroalimentaba con los resultados obtenidos y con ello evaluamos de manera específica por grado, ciclo y a toda la comunidad escolar.

A partir de la obtención de estos resultados se genera un panorama detallado, claro y real de las necesidades de los alumnos desde estas cuatro categorías. Es por este motivo que la dosificación tiene un avance programático aterrizado a través de los contenidos a desarrollar cada semana, que a su vez promueven el aprendizaje activo en el alumno con el movimiento y el conocimiento de su cuerpo adquiriendo nuevas habilidades, destrezas, conductas y valores; Así como el aporte en los beneficios en el estado de salud con la practica de la actividad física.

### **¿Cuál considera que es la actividad más exitosa de la Buena Práctica?**

Cuando los alumnos nos regresan los cuestionarios y a través de la aplicación de Google Forms nos arrojan datos significativos en materia de salud (saturación de oxígeno, peso, estatura, tensión arterial, fuerza en brazos, abdomen, flexibilidad, velocidad, ubicación, equilibrio, problemas de escoliosis, cifosis y tipo de pie) y con ello tenemos una evaluación real, confiable de cómo se encuentran los niños para poder dosificar las actividades en base a las necesidades más imperantes.

Por otra parte, el cambio de hábitos en relación a la frecuencia de la práctica de la actividad física, en virtud de que dentro de la dosificación se consideraron 5 sesiones de actividades tendiendo a estimular las capacidades tanto condicionales como coordinativas, el tipo de ingesta en la calidad y cantidad de los alimentos, al proporcionarle al alumno una serie de recomendaciones en la forma de consumir los alimentos y la adecuada hidratación presente siempre en las clases virtuales y fuera de ella, sin olvidar la incentivación sobre el adecuado descanso que deben tener los alumnos en relación a la edad y su importancia.

### **¿Cuáles son los principales cambios observados a partir de la Buena Práctica?**

En el alumno al reconocerse como un ser independiente y saber cuáles son sus fortalezas físicas, así como sus debilidades para poder trabajar en ello desde el punto de vista físico.

Desde la acción del maestro percibir que la labor educativa incluye aspectos mucho más trascendentes y realizar un trabajo con seriedad, profesionalismo y ética.

Por parte de los padres de familia, un cambio de actitud al conocer cómo se trabaja en educación física y su trascendencia en los diferentes aspectos de la vida del alumno.

### **¿Cuál fue el papel del maestro/a u otros actores involucrados para el éxito de la Buena Práctica?**

Sin duda este trabajo involucra a todos los actores que rodean al alumno.

Los actores involucrados en el éxito de la buena practica considero que el alumno es el principal, seguido de los padres de familia, sector 02 de educación física, y la Dirección de Educación física, deporte y recreación del estado de Michoacán.

- ✓ Los alumnos al ser los personajes principales al aplicar las baterías y a quien va dirigido el aprendizaje.

- ✓ Los padres de familia al brindar el apoyo necesario desde las reuniones virtuales para explicar el tipo de evaluación a realizar durante el ciclo escolar, así como la disposición de estar con el niño antes durante y al final de las pruebas. Y sobre todo el hecho de compartir los resultados obtenidos de sus hijos de una manera lo más adecuada y real posible.
- ✓ Al sector 02 al ser pionero en realizar una propuesta de proyecto para la evaluación y seguimiento del alumno y buscar las mejoras de las capacidades físicas del alumno, además de difundir el trabajo práctico a la región.
- ✓ La Dirección de educación física deporte y recreación del estado de Michoacán de enlace, al difundir el trabajo a nivel nacional.

### **¿Qué tipo de recursos fueron necesarios para implementar la Buena Práctica?**

Equipos tecnológicos adecuados para la comunicación con padres de familia y alumnos, tuve la necesidad de adquirir una computadora personal y un móvil que contara con las siguientes aplicaciones y plataformas.

- Office
- WhatsApp
- Classroom
- Google Form
- Google Drive
- Google Meet
- Google Calendar
- Google Presentaciones

Herramientas muy importantes para el desarrollo del trabajo en este periodo de pandemia; debo señalar que conforme he avanzado he tenido retos en el manejo de estas herramientas tecnológicas

Y por parte de los alumnos contar con los instrumentos para la medición de cada una de las pruebas (termómetro, baumanómetro báscula, cinta métrica, oxímetro, regla,)

### **¿Qué ha observado que puede mejorarse de esta Buena Práctica, tanto en la pandemia, como después de ella?**

En la pandemia considero que existen muchas alternativas a utilizar para mejorar la practica como son el uso de plataformas, programas, videos, aplicaciones enfocadas a educación física.

En el segundo periodo de aplicación en el mes de enero, las mejoras sustanciales al presentar este trabajo fueron de:

- Disminución de la frecuencia cardiaca en la población estudiantil de la escuela morelia 150 aniversario.
- Aumento de la talla
- Aumento de la fuerza en abdomen
- En grupos superiores aumento de la fuerza en brazos

Las áreas de oportunidad a desarrollar en el segundo semestre del ciclo escolar 2020-2021, son las siguientes:

- Disminución de la presión arterial
- Mejora de rangos de flexibilidad
- Incrementar la asistencia y participación en las sesiones virtuales de educación física

En grupos superiores aumento de la fuerza en brazos.

**¿Qué recomendaciones hace a otros maestros que quieran utilizar su estrategia/actividades de la Buena Práctica?**

Las recomendaciones serian:

- o El uso de la evaluación para fundamentar la practica docente y nuestra labor cada día.
- o Como docente plantearnos nuevos retos hacia la innovación y conocimiento.
- o Cambio de paradigma en nuestra labor es la clave, no lo sabemos todo y podemos aprender siempre y cuando tengamos el deseo de innovar, cambiar y en ocasiones equivocarnos para seguir aprendiendo. (actitud)
- o Vinculo y apoyo de los padres de familia, estar en constante comunicación y trabajo de la empatía