

# **PARÁMETROS DE LA EVALUACIÓN A DISTANCIA EN LA PRÁCTICA DE LA EDUCACIÓN FÍSICA CON ALUMNOS DE PRIMARIA**

**Categoría:** Evaluación a distancia

**Docente:** Rocío Marisol Espinoza Calderón

**Función:** Docente

**Entidad Federativa:** Michoacán

**Nivel:** Primaria

**¿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.

**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.

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

Las recomendaciones serían:

- El uso de la evaluación para fundamentar la práctica docente y nuestra labor cada día.
- Como docente plantearnos nuevos retos hacia la innovación y conocimiento.

- El 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)
- Vínculo y apoyo de los padres de familia, estar en constante comunicación y trabajo de la empatía