

**FACULTAD DE CULTURA FÍSICA**  
**“NANCY URANGA ROMAGOZA”**  
**PINAR DEL RIO**  
**SUM DE SANDINO**

**TITULO:** Propuesta de programa de educación física para las escuelas multigradas en la enseñanza primaria del municipio Sandino.

**AUTORES:** Lic. Alberto Camejo González.  
Lic. Yosvany Díaz Baños.

**SINTESIS CURRICULAR:**

Lic. Alberto Camejo González. Lugar de nac: Las Martinas.1963.

**CATEGORÍA:** Instructor. Subdirector de superación FCF .SUM Sandino. Teléfono: 3342 (SUM).Dirección particular Calle Lucrecia Acanda SN Las Martinas Sandino.

Lic. Yosvany Diaz Baños. Lugar de nac: Sandino. 1976. Categoría: Instructor. Profesor de FCF. SUM Sandino. Teléfono: 3342 (SUM)

**DIRECCIÓN PARTICULAR** Zona F Edif. #3 Apto 39A.

**CORREO:** sumsandino@fcf.pinar.cu

**RESUMEN**

La Educación Física contemporánea tiene como propósito fundamental la formación multilateral del individuo por lo cual es necesario que existan documentos (programas) con la calidad requerida que tributen a su vez a la efectividad del proceso educativo como eslabón fundamental en la educación de nuestros niños, adolescentes y jóvenes.

La Educación Física constituye una de las asignaturas que ejercen una influencia positiva en dicha formación, a su vez, a la asimilación y adquisición de habilidades motrices básicas, deportivas y al desarrollo de aptitudes y capacidades físicas. Nuestro trabajo está encaminado a la elaboración de un programa apoyado por sus orientaciones metodológicas ya existentes, para el tratamiento de la asignatura Educación Física en las escuelas multigrados del municipio Sandino sobre la base de las existencias contemporáneas y cumpliendo, a su vez, con los principios didácticos metodológicos que constituyen postulados para el desarrollo del proceso de Educación Física, se facilita a maestros no especialistas poder cumplimentar los contenidos con un alto nivel de objetividad. Pretendemos, entre otras cosas, que se trate el movimiento (ejercicios) que constituye el elemento fundamental en el enriquecimiento de acciones motrices como un medio para aprender y no como un fin. Para la ejecución de nuestra investigación utilizamos diferentes métodos investigativos, tanto teóricos como empíricos, incluyendo la encuesta como vías que nos permiten formular nuestro problema científico con un alto grado de confiabilidad.

## **DESARROLLO**

**OBJETIVO:** Diseñar un programa de Educación Física que permita el desarrollo de las habilidades y capacidades en los alumnos de las escuelas multigradas de la enseñanza primaria en el municipio Sandino.

En las escuelas multigradas del municipio Sandino en la enseñanza primaria. Los profesores en formación son los que forman el mayor número de los encuestados que lo constituye un resultado favorable pues ellos son los que aplican el programa actual de la práctica pedagógica. Las opiniones de las demás categorías demuestran ser igualmente importante y aportaron fundamentos prácticos, pues son los que orientan metodológicamente los procesos de enseñanza-aprendizaje. Además, ellos poseen conocimientos sobre la labor educativa que los profesores de forma directa desarrollan cotidianamente en las escuelas con sus discípulos. La mayoría de los encuestados plantean que el comportamiento del proceso de la Educación Física en la escuela multigrado de la enseñanza primaria ha sido de carácter descendente causado

principalmente por: Falta de materiales. Falta de instalaciones. No existencia del programa. Falta de indicaciones metodológicas. Falta de inspecciones metodológicas a las clases de Educación Física. Los 16 profesores encuestados plantearon no estar preparados profesionalmente para impartir clases de Educación Física en esta enseñanza, con estas características. Entre los elementos importantes que consideran los encuestados mejorar están: Mejorar el programa y proponer las indicaciones metodológicas para una mayor y mejor comprensión de lo que se enseña. Garantizar los medios, materiales e instalaciones necesarias para el tratamiento de la asignatura. En estudio realizado del programa pudimos constatar que algunos contenidos no se corresponden con las condiciones materiales de las escuelas, preparación de los profesores y con las exigencias de la Educación Física contemporánea, lo que le dificulta a los docentes el trabajo con el programa vigente. Para el desarrollo de este trabajo tomamos como población a las 16 escuelas que representan el 100% del total de las escuelas multigradas del municipio Sandino, todos los profesores poseen el título de técnicos medio y licenciados en Cultura Física, además tienen como experiencia promedio de 5-8 años de trabajo, se escogió así mismo las dos escuelas de la zona de Catalina que tienen un total de 26 alumnos como matrícula con un grado de escolaridad de primero a sexto grado. Por las características de la investigación el tipo de muestreo utilizada es intencional. **En observaciones a clases se pudo constatar que:** De forma general se visitaron 16 clases de Educación Física en todos los multigrados con una duración de 45min. En el 100% de las clases observadas el profesor no posee dominio de los programas. En el 93,7% no existe una correcta distribución de los objetivos y no se trabajan las actividades fundamentales de ambos grados. En 16 de las clases observadas que representa un 100% no se emplean correctamente los medios, métodos y procedimientos para dar cumplimiento a los objetivos.

#### **Elaboración de la propuesta. (Programa)**

El programa ha sido elaborado con el objetivo de propiciar la enseñanza de la Educación Física en las escuelas multigradas de la enseñanza primaria en el municipio Sandino con énfasis en la enseñanza a través del movimiento, cumpliendo, a su vez con el principio de aprender a aprender y no como un aprendizaje mecanizado constituyendo elemento rector que el niño sea capaz de reconocer el nivel de utilidad

que tiene en su quehacer diario lo aprendido en la lección. **INDICACIONES PARA EL TRABAJO CON EL PROGRAMA Y ORIENTACIONES METODOLÓGICAS EN EL SEGUNDO CICLO.**

1. Los objetivos y contenidos que se plantean en el programa son de obligatorio cumplimiento.
2. El profesor podrá hacer adecuaciones al programa solo cuando no cuente con las condiciones mínimas necesarias para impartir algún contenido (dificultades materiales o de área de trabajo). En este caso se podrá adaptar el contenido a las condiciones reales de trabajo tratando siempre de cumplir con los objetivos de las unidades, elaborando los medios de enseñanza necesarios.
3. La sustitución de esta unidad por otra estará debidamente fundamentada y autorizada por la comisión provincial de Educación Física.
4. Los objetivos y contenidos del programa tienen un enfoque general, permitiendo que los maestros, en correspondencia con las características de los grupos, elaboren sus propias actividades, propiciando además posibilidades de creación e independencia en los alumnos.
5. Las orientaciones metodológicas brindaran un profundo tratamiento a los contenidos del programa y ofrecen sugerencias de ejercicios de juegos que contribuyen a cumplir los objetivos de las diferentes unidades por lo que recomendamos su consulta tanto a los maestros noveles como a los mas experimentados.
6. El orden para impartir las temáticas lo establece el profesor en correspondencia con sus intereses, aunque siempre debemos comenzar con las tareas de menos complejidad.
7. Las unidades motivos de estudio tienen un tiempo aproximado, asignado para cada periodo. El profesor deberá hacer los ajustes necesarios en correspondencia con las afectaciones que podrán surgir durante el curso (días feriados, lluvias, etc. Cuando sea necesario reafirmar contenidos se podrán utilizar también las frecuencias del deporte participativo.

### **LOS ESCOLARES DE SEGUNDO CICLO DE LA EDUCACIÓN PRIMARIA**

Los niños que estudian en quinto y sexto grado (segundo ciclo) en nuestras escuelas tienen como promedio de diez a doce años. Conocer las características de los

escolares de estas edades es de gran importancia y constituye un requisito para el trabajo de los maestros y para que la labor docente educativa que realiza pueda cumplirse con éxito. El hecho de que los escolares de quinto y sexto grado tengan características psicológicas, sociales y otras muy cercanas y evidencien conductas y formas de enfrentar la enseñanza y el mundo en general de manera muy similar, posibilita que se pueda delinear una caracterización conjunta para estas edades. Conocemos nuestra exposición abordando las características de los alumnos en el área de su desarrollo social. De diez a doce años, el campo y las posibilidades de acción social del mismo se han ampliado considerablemente en relación con los alumnos de primer ciclo. Ya los alumnos de estos grados han dejado de ser, en gran medida, los pequeñines de la escuela y de la casa, para irse convirtiendo, de forma paulatina en sujetos que comienzan a tener una mayor participación y responsabilidad social. Al observar el desenvolvimiento del niño en la casa, inmediatamente se constata que, por lo común ellos tienen mayor incidencia en los asuntos del hogar, en el cumplimiento de las tareas familiares más elementales y cotidianas; el niño comienza a hacer mandados con más frecuencia, tareas que en muchas ocasiones se le atribuye como responsabilidad que debe cumplir con cierta sistematicidad. Ya no solo es capaz de realizar su aseo personal como le era característico en el primer ciclo; sino, que si tiene más hermanos pequeños, vela por ellos y actúa comunicándoles, tanto personales como en relación con las actividades de la casa y sociales en general. Estos escolares tienen, por lo común, una incorporación activa a las tareas de los pioneros, en los movimientos de exploradores y otras actividades de la escuela; ya salen solos, con otros compañeros y comienzan a participar en actividades de grupo organizados por los propios niños. Es el comienzo por ejemplo, de la participación en fiestas que aumentará después en la adolescencia. En este sentido, tiene gran importancia el conocimiento por parte de los educadores, de las relaciones interpersonales de los alumnos entre si y en su grupo escolar. Los alumnos de este ciclo muestran, respeto a los del ciclo anterior, aumento de las posibilidades de autocontrol, autorregulación de la conducta; lo que se manifiesta sobre todo en situaciones fuera de la escuela tales como el juego, el cumplimiento de encomiendas familiares y otras. Sin embargo, estas posibilidades no se hacen patentes cuando se trata de la realización de las tareas docentes. Este hecho

no indica la incapacidad del alumno; sino que la escuela y en particular los maestros, no explotan al máximo las posibilidades de autocontrol de las tareas en las diferentes asignaturas y situaciones escolares. Es necesario dotar a los alumnos de los procedimientos de control y autorregulación, haciéndoles ver la importancia de este componente de la actividad. Los niños del segundo ciclo son pre-adolescentes por lo que poseen necesidad de independencia. A esta edad comienza a identificarse con personas y personajes que se convierten en modelos o patrones. Esta identificación puede producirse a partir de una valoración crítica de estos; por tanto el proceso de aceptación de patrones y modelos personales se produce mediado por la valoración y el juicio. Ya en estas edades los niños se representan claramente cómo debe ser, cómo les gustaría que fuera y cómo es su maestro; además tiene maestros preferidos y no preferidos. El efecto del maestro preferido muchas veces se extiende a la asignatura y eso es muy importante. No es raro que el interés de un niño de estas edades por una asignatura decaiga precisamente por que antes decayó el prestigio del maestro, o lo contrario. Una esfera en la que los alumnos experimentan un notable cambio es la intelectual; en particular en lo que al pensamiento se refiere. Experimenta un aumento notable de las posibilidades cognoscitivas, en las funciones y procesos psíquicos; lo cual sirve de base para que se hagan altas exigencias a su intelecto. En el segundo ciclo se pone de manifiesto el cambio que han experimentado los escolares en lo que al desarrollo anatomofisiológico respecta. Se aprecia en estos niños el aumento de talla, peso, volumen de la musculatura. Comienzan a despuntar las desproporciones (el tronco con respecto a las extremidades) y aumenta la masa muscular. Los caracteres sexuales secundarios comienzan a hacer su aparición de forma más prematura. Muchas de ellas han experimentado la primera menstruación a los 11 años (menarquía). En correspondencia con dichos cambios aparece también el interés más marcado hacia las cuestiones del sexo, con lo cual se hace necesaria una correcta y oportuna educación sexual. Los cambios hasta aquí descritos hacen que el profesor brinde a los alumnos un tratamiento especial, pues no son niños pero tampoco adolescentes; por lo que se debe actuar con cautela y tacto para influir favorablemente sobre ellos contribuyendo a una adecuada y armónica formación en el terreno

emocional, moral y físico de la personalidad. **PROGRAMA DE QUINTO Y SEXTO GRADO**

### **CARACTERIZACIÓN DE LA ASIGNATURA EN EL GRADO**

La Educación Física en el grado está encaminada entre otros a cumplir tres objetivos:

- ❖ El desarrollo de las capacidades físicas, habilidades motrices básicas, de actividades físicas, deportivas y recreativas así como a la formación de valores y cualidades del carácter morales, volitivas y convicciones.
- ❖ Las unidades programadas son: Gimnasia Básica, Juegos Predeportivos, Baloncesto, Fútbol y Atletismo.
- ❖ La gimnasia Básica se trabajará en los cuatro períodos por ser la de mayor influencia tiene en el desarrollo de capacidades físicas y habilidades motrices, así como en la consolidación de las habilidades trabajadas en grados anteriores.

Por su parte los juegos predeportivos se impartirán durante un período y garantizan principalmente el desarrollo de habilidades antecedentes de los deportes Baloncesto, Fútbol, Voleibol y Béisbol. Se introduce el Fútbol como nueva unidad para ambos sexos y el Baloncesto se mantiene de forma obligatoria durante un período. El objetivo fundamental de los juegos es que el alumno aprenda a jugar de forma sencilla las habilidades deportivas; por lo que la enseñanza debe realizarse en condiciones de juegos fundamentalmente. El Atletismo se impartirá en un período. Independientemente del papel que desempeña este en el mejoramiento de las capacidades, su objetivo principal es el desarrollo de las habilidades motrices propias del deporte. Teniendo en cuenta que en las edades de diez a once años se presenta una mayor aceleración en el proceso de aprendizaje motriz de los alumnos, el maestro debe prestar una mayor atención a ello, de manera que, por una parte no se altere la lógica metodológica del aprendizaje y por otra, no se frenen las posibilidades de desarrollo que manifiesten los alumnos. La facilidad de captación que poseen los alumnos en estas edades posibilita que se reduzca el tiempo de explicación y demostración, pasando rápidamente a la etapa de ejercitación. Al mismo tiempo en estas edades comienzan a observarse diferencias entre las niñas y los niños, en cuanto a los resultados, por lo que deberán establecerse exigencias de forma gradual a paulatina, acorde a las posibilidades de

ambos sexos, hasta llegar a cumplir con las exigencias de grado. No obstante solo una clase dinámica y creativa, podrá garantizar el logro de los resultados.

### **OBJETIVOS DE LA ASIGNATURA EN EL GRADO**

Los contenidos programados están encaminados a que los alumnos sean capaces de:

- ❖ Lograr un desarrollo satisfactorio de las habilidades motrices básicas y las capacidades físicas condicionales, coordinativas y de flexibilidad de forma que le permita cumplir con las tareas propias de su edad y sexo.
- ❖ Ejecutar con niveles de desarrollo grueso las habilidades motrices deportivas principales establecidas en el grado en los deportes: Atletismo, Baloncesto y Fútbol, de forma que pueda aplicarlas en condiciones de juego.
- ❖ Analizar por medio de los juegos predeportivos un desarrollo adecuado de las habilidades antecedentes de los deportes que se imparten en el grado y en grados posteriores.
- ❖ Participar de forma entusiasta en las actividades manteniendo organización, respeto y solidaridad a sus compañeros al trabajar en colectivo.
- ❖ Demostrar con su conducta y actitud en las actividades físicas y deportivas el respeto a las reglas, compañeros y profesores, así como honestidad, combatividad y espíritu colectivista.
- ❖ Dominar y explicar la unidad de los ejercicios físicos para el mantenimiento de la buena salud.
- ❖ Continuar con la labor de la formación vocacional y orientación profesional que permite el interés hacia nuestra profesión, mediante los círculos de interés, movimientos de monitores y el desarrollo del contenido de la asignatura.
- ❖ Reconocer los principales logros del país en el terreno deportivo desde el triunfo de la revolución y las maniobras de nuestros enemigos en este campo.

### **PLAN TEMÁTICO**

Frecuencias semanales 2h/c

Contenidos

T. aprox.  
(en horas clases)

Primer período

Unidades 1 y 2

Gimnasia Básica y Juegos Predeportivos	18
Días feriados	1
Reserva	1
Total	20
Segundo período	
Unidades 1 y 3	
Gimnasia Básica y Baloncesto	14
Días feriados	1
Reserva	1
Evaluación	2
Competencia	2
Total	20
Tercer período	
Unidades 1 y 4	
Gimnasia Básica y Fútbol	15
Reserva	1
Evaluación	2
Competencia	2
Total	20
Cuarto período	
Unidades 1 y 5	
Gimnasia Básica y Atletismo	12
Días feriados	1
Reserva	2
Pruebas de eficiencia física	4
Evaluación	1
Total	20

## BIBLIOGRAFIA

1. Bandez Ángel, Julia. (1998). La utilización de la materia y del espacio en Educación Física. Barcelona, 2 Ed. Editorial INDER, 17p.
2. Díaz Lucea, Jo di. (1999). La enseñanza y el aprendizaje de las habilidades y Destrezas motrices básicas. Barcelona, Editorial, INDER. 33- 47p.
3. Ruiz, Pérez, LUÍS Miguel (1997). Proceso de adquisición y desarrollo de Habilidades. Madrid. 2ª ED. Editorial Visor. 90- 108p.
4. Zamora, Jorge L. (2001). Texto de Educación Física y desarrollo motriz. Guatemala, Impresos t Servicios 57p.
5. López Rodríguez, Alejandro. (1998) Actualidad y perspectivas. MEXICO. Editorial, Deportivas Latinoamericana.
6. Instituto Andaluz del deporte. (1998). La enseñanza de la Educación Física y Deporte escolar. Actas del II congreso internacional.
7. Instituto Andaluz del deporte (1998). Nuevos horizontes en la Educación Física y el deporte escolar. Málaga. Editorial Andaluz del deporte.
8. PROMET. (1999). Proposiciones metodológicas. La Habana. Editorial, Academia.
9. Castaner Balcells (1996). La Educación Física en la enseñanza primaria. Barcelona. 3ªed. Editorial INDER.
10. Quintana Yáñez, Ángeles (1997). Ritmo y educación física de la condición Física a la expresión corporal. Madrid. Gymnos Editorial.
11. Arteaga Checa, Milagros. (1997). Desarrollo de la expresividad corporal. Barcelona. Editorial Ide.
12. Castaner Balcells (2000). Expresión cultural y danza. Barcelona. Editorial INDER.
13. Maccio, Charles (1998). Practica de la expresión. Barcelona. Editorial Paidotribo.
14. M. Esther González Herrero (1999) Educación física en primaria vol. 1. Barcelona, Editorial Paidotribo.
15. Océano uno color (2001). Diario enciclopédico. Edición del milenio. Barcelona, Océano grupo editorial.
16. England. Naational currículo. Key stage 1 and 2.

17.C. Dr. Ariel Ruiz Aguilera. Metodología de la enseñanza de la educación Física tomo II. 108p.

18. Manual de educación física y deporte. Análisis de la motricidad. Cuba. Instituto Nacional de Deporte, educación física y recreación.