

ANEXOS

DIARIOS DE PRÁCTICA

Diario de la práctica Ruby

12/07/2013

Al inicio de la sesión se presentaron dos maestras de Educación Física provenientes de España, Clara y _____. Luego de su presentación nos indicaron que, como el grupo es bastante extenso, se dividiría en dos y que el curso duraría aproximadamente hasta agosto.

Nos preguntaron que para nosotros ¿que es la E. F.? Y surgieron varios términos que se fueron anotando en el pizarrón, tales como: sinónimo de Deportes, Desarrollo de talentos, recrearse, disciplina, capacidades que los niños tienen, gimnasia constructiva, habilidades físicas, aprender jugando, entre otros.

Al final nos indicaron que para el desarrollo de la parte práctica es necesario que nos presentemos con ropa y calzado cómodo.

15/07/2013

Este día llegue tarde, y cuando llegue al aula, el grupo ya se había dividido. Me quede en el grupo coordinado por la profesora Clara.

Empezó indicándonos el tipo de evaluación que aplicaría y como se desarrollaría cada sesión, la cual se dividiría primero en la parte practica y luego en la parte teórica por cuestión del clima, ya que en la mañana es menos la incidencia del sol. En cuanto a la evaluación, nos pidió que redactáramos un contrato de compromiso, además de llevar un registro diario de cada sesión, así como fichas de recursos didácticos, en los cuales destacáramos el objetivo de la sesión tratada, un esquema conceptual, nuestra intervención en el aula y describir como nos hemos sentido en el aula. Al final, la evaluación será propia, no intervendrá la profesora Clara en nuestra nota, ya que de acuerdo a lo que planteemos en la carta compromiso y nuestro cumplimiento hacia la misma, nos dará nuestra autoevaluación.

17/07/2013

Este día hicimos varias dinámicas para hacer grupos; nos ordenamos por edad, por número de zapato, por estatura y por número de hermanos. Este último lo hicimos sin hablar, solo con señas. Cuando quedamos ordenados, nos dividimos en grupos, los que quedamos de primero y los que quedaron de ultimo y se nos repartieron unas separatas para que las discutiéramos en le grupo y luego se eligió a un representante de cada grupo para que fuera a informar a cada grupo lo que cada uno de los grupos discutió. De nuestro grupo fue Tatiana y de los otros grupos fueron Esteffany y Fátima Verónica (Fave). Entre algunos de los temas de discusión fueron los valores intrínsecos de la E.F. (agonístico, hedonístico y lúdico).

39 Me pareció genial la manera en que la profesora Clara evacuó tres temas diferentes en
40 una sola sesión.

41

42

43 18/07/2013

44 Los juegos y actividades de hoy fueron:

- 45 • Correr hasta la línea
- 46 • Establecer formas para correr más rápido
- 47 • Correr y sacar a los perdedores
- 48 • Juego del pañuelo

49 El objetivo de la sesión fue: Diferenciar entre E.F. y Deporte

50 Después del juego y las actividades en el Estadio, se llevó a cabo una actividad en el
51 aula, la cual consistía en que; agrupados en tríos, una persona actuaría según una actitud
52 y los demás observaríamos. En esta ocasión trabajé con Angelita y Damari. Ella hizo la
53 acción de hablar positivamente y Angelita la escuchaba, mientras yo las observaba y
54 anotaba sus impresiones. Yo, al igual que Angelita, no entendíamos al principio por que
55 actuaba así, con tanta felicidad y positivismo. A mi compañera le daba risa pero luego le
56 siguió la corriente. A mi también me causaba risa el observarlas. Después de un tiempo
57 comenzamos a comprender de que se trataba y al final, la compañera nos dijo de lo que
58 le había tocado actuar. Fue una actividad muy bonita porque mientras yo la observaba,
59 también observaba a los demás compañeros y a algunos a los que conozco los veía
60 actuar de una manera que no iba de acuerdo con el comportamiento de ellos. Esta
61 actividad nos permitió desarrollar un poco la expresión corporal.

62 19/07/2013

63 Objetivo de la sesión: Desarrollar diversas dinámicas y juegos que permitan activar la
64 expresión corporal, así como la mente y el cuerpo conectados.

65 Este día vimos un video titulado “El circo de la mariposa”. Al final hicimos una
66 evaluación del mismo, a partir de una pregunta: ¿Qué sentimientos nos provocó el
67 video?

68 Sentimientos: Valores: Anti valores:

69 -tristeza -solidaridad -injusticia

70 -alegría -confianza -desigualdad

71 -optimismo -superación

- 72 Los juegos y dinámicas de este día fueron:
- 73 Juegos de presentación:
- 74 • Me pica aquí
- 75 • Asociar nombre con objeto o animal
- 76 • Canasta de frutas
- 77 Dinámicas para formar grupos:
- 78 • Mama gallina
- 79 • Pelota de ping-pong
- 80 • Sonido de los animales
- 81 Dinámicas de atención
- 82 • Toco rápido
- 83 • Explicar con gestos
- 84 • Tapa- tapita- tapón
- 85 Canciones
- 86 • Noé
- 87 • Tambor
- 88 • Pato con una pata
- 89 • El tallarín
- 90 • El pato que nada
- 91 Esta clase me gusto mucho porque jugamos, cantamos, bailamos mucho y aprendimos
- 92 nuevas formas y juegos de diversión. Por momentos nos cansamos un poco pero la
- 93 maestra supo combinar juegos de activación y con mucho movimiento, con juegos más
- 94 tranquilos.
- 95 En el aula hicimos un recuento de todos los juegos y actividades que realizamos y luego
- 96 vimos un video llamado “el circo de la mariposa”. Luego Clara hizo papelitos con
- 97 nombres de animales. Luego todos hicimos el sonido de los animales que nos toco y nos
- 98 juntamos en grupos de seis. Discutimos los sentimientos, los valores y los antivalores
- 99 que observamos en le video y los pusimos en común con los otros grupos.
- 100 El video fue muy interesante y nos dejo una gran enseñanza de superación porque el
- 101 personaje del viseo, Neil Vjick, un joven sin miembros logro superarse, ser
- 102 independiente y autónomo, ser aceptado y valorado como persona por sus cualidades y

103 virtudes, lo que nos hizo ver que no importa los impedimentos físicos, sociales o de
104 cualquier índole para poder alcanzar nuestras metas y sueños.

105 Una frase que escuche en el video y que me gusto mucho, que destaco fue:

106 *“Entre mas grande es la prueba, mas glorioso es el triunfo”*

107 23/07/2013

108 Objetivo de la sesión: Conocer el esquema corporal y las maneras adecuadas para
109 desarrollarlas en niños y niñas a través de la E.F.

110 Nos organizamos en grupos y se nos distribuyeron unos artículos sobre el esquema corporal
111 de los niños y niñas y lo discutimos. Posteriormente hicimos una lluvia de términos de
112 los que destaque para formar un esquema los siguientes:

113

114

115 Esquema corporal

116 • Control de cuerpo - Tono muscular - Respiración

117 • Equilibrio - Lateralidad - Resistencia

118 • Coordinación - Velocidad - Concentración

119

120 Los juegos de este día fueron:

121 • Lanzamiento de botella para decir nombres

122 • Figuras de animales con el cuerpo

123 • El escorpión

124 • La mica

125 • Partes del cuerpo en el suelo

126 • Mi pozo

127

128 Al inicio de la clase me sentía molesta porque se llevaría a cabo en el parqueo de
129 la facultad e íbamos a estar mucho tiempo en el sol. Luego Clara nos hizo ver
130 que debemos aprender a lidiar con estos problemas, a trabajar con lo que
131 tenemos y no dejarnos limitar por cualquier cosa. En este caso no teníamos
132 espacio para hacer la práctica de física. Eso no fue un problema porque

133 trabajamos donde hubo espacio. Cuando se desarrollo la clase se me olvido el
134 tema del sol porque nos divertimos mucho.

135 En el desarrollo de la clase en el aula hablamos del tono muscular, del esquema
136 corporal en niños y niñas e hicimos una lluvia de términos sobre el tema.

137 Al final de la clase hicimos una rutina de relajación; nos acostamos en el piso y
138 cerramos los ojos para relajarnos y practicamos la educación de la respiración.

139

140 24/07/2013

141 Objetivo de la sesión: desarrollar la coordinación y dominar el equilibrio

142 Juegos de hoy

143 • Ejercicios de calentamiento

144 • Movimientos coordinados

145 • Mama pato

146 • Pies y manos sobre el piso

147 • Caminar sobre líneas

148

149 Coordinación: Dinámica general, oculopedica (vista/pie), oculomanejo
150 (vista/mano)

151 Equilibrio: mantener una posición del cuerpo contra la ley de la gravedad, en
152 donde se debe controlar el cuerpo y el peso.

153 Lateralidad: ambidextrismo, capacidad de dominar la izquierda o derecha o
154 ambas.

155

156 Hoy salimos a correr por un momento en las afueras de la facultad para
157 activarnos, luego de calentar articulaciones. Al regresar empezamos a
158 movilizarnos en grupo para coordinar nuestros movimientos.

159 Al final nos volvimos a relajar, colocando nuestra cabeza sobre el estomago de
160 otro compañero, tratando de coordinar nuestra respiración.

161 25/07/2013

162 Objetivo de la sesión: Desarrollar y practicar la resistencia y velocidad como
163 capacidades físicas básicas.

164

165

Capacidades físicas básicas

166

Resistencia aeróbica Velocidad

167

- Movimiento constante - Recorrer distancias en el menor

168

- Velocidad constante tiempo posible.

169

- Periodos de tiempo mas grande - Velocidad de desplazamiento

170

Y de reacción.

171

Control del tono muscular

172

Juegos de hoy:

173

- Calentamiento/ movilidad articular

174

- Ladrón y policía

175

- Mica

176

- La muralla

177

- Las frutas

178

- Pape y tijera

179

180

Este día me gusto mucho porque salimos a correr afuera de la facultad y más allá de la Casa de la Juventud.

181

182

Al inicio de la carrera iba enérgica, pero ya avanzado en un 60% ya no podía y baje la velocidad. Fue divertido porque cruzamos un pequeño charco sobre piedras y tuvimos que hacer equilibrio y llegamos hasta un área con vegetación. Luego nos regresamos y ya todos habíamos bajado la velocidad porque nos sentíamos cansados a pesar de que no fue mucha la distancia recorrida.

183

184

185

186

187

La clase practica la continuamos en la calle y jugamos ladrón libado, corrimos, jugamos, saltamos, en fin, fue una locura y la gente que pasaba se nos quedaban viendo. Nos divertimos mucho.

188

189

190

La clase en el aula fue un recuento de lo realizado en la práctica. El día anterior nos quedo una tarea de complicar el juego de la mica y en clase lo discutimos.

191

192

La profesora Clara nos envió un documento del Esquema Corporal discutido el día 23 para que hiciéramos un esquema de todos los conceptos.

193

194 AAAAAH, y hoy hicimos un poco de estiramiento para diferenciarlo del
195 calentamiento pues no hay movimiento.

196

197 30/07/2013

198 Objetivo de la sesión: Ampliar el trabajo de las capacidades físicas básicas como
199 la flexibilidad y la fuerza.

200

201 *Capacidades físicas básicas*

202

203 Flexibilidad Fuerza

- 204 • Estiramiento del cuerpo al máximo - Fuerza resistencia: constante

205 De su capacidad. - Fuerza isométrica: estática

206 - Fuerza máxima: aplicación mayor fuerza

207 Juegos de hoy

- 208 • Activación: los medios de transporte

- 209 • Tuli-pan

- 210 • Casa y terremoto

- 211 • Carrera de canguros con obstáculos

- 212 • Haz lo que escuchas y no lo que ves

- 213 • El globo

214 A partir de hoy las clases se desarrollaran en la Escuela Superior de Maestros
215 (ESMAS), el ex Tecnológico. Después de la práctica física que fue muy divertido nos
216 fuimos al aula. Pero antes de continuar, acabo de recordar que durante el juego de Casa
217 y Terremoto, la compañera Angelita se accidento y se golpeo muy fuerte la cabeza
218 contra el suelo, por lo que perdió la conciencia momentáneamente. Todos nos
219 preocupamos porque no reaccionaba. Clara llamo a Lucia para que entre las dos la
220 asistieran. Lo que hice fue alejarme porque no sabia que hacer y no quería estorbar.
221 Poco a poco fue recobrando el conocimiento y se pudo reponer. L dejamos tranquila,
222 descasando y seguimos jugando Tuli- pan. Clara se quedo con ella. La verdad, yo me
223 preocupe mucho cuando me di cuenta de lo que había pasado porque yo la quiero
224 mucho y no me gusto verla tirada inconscientemente. Me alegra mucho de que no haya
225 sido algo grave.

226 En el aula hicimos un recuento rápido de la practica en el Tecnológico, luego nos
 227 agrupamos para hacer preguntas sobre las capacidades físicas básicas como la
 228 resistencia, velocidad, coordinación, lateralidad y equilibrio. Nos pusimos un nombre.
 229 Mi grupo se llamo “Las Equis” y empezamos a competir, lanzándonos preguntas y
 230 tratando de contestarlas correctamente para ganar puntos. Al final gano el equipo de las
 231 “Súper Poderosas”. Fue una dinámica de repaso muy buena porque a través de la sana
 232 competencia retroalimentamos lo aprendido con anterioridad.

233 07/08/2013

234 Objetivo de la sesión: Definir y diferenciar la autoestima y el auto concepto.

235 Autoestima: valoración positiva de autoconcepto (sentimientos)

236 Autoconcepto: imagen que se tiene de uno mismo.

237 Este día se trato de discutir lo que se vivió el día 31 de julio en la práctica de natación
 238 en el parque acuático Amapulapa. Todos expresamos nuestras impresiones y
 239 experiencias que vivimos. Anotamos nuestras experiencias más importantes en un papel
 240 y luego los distribuimos de manera que otros leyeran lo que cada uno escribió. La
 241 puesta en común fue el vencimiento de los miedos a experimentar nuevas experiencias.

242

243 08/08/2013

244 Objetivo de la sesión: trabajar con las habilidades y destrezas motrices que tienen que
 245 desarrollar los niños y las niñas a través de la práctica de la educación física.

246 Patrones de Movimiento Básicos

247 Caminar, saltar, lanzar, correr, empujar, tirar, girar, trepar, rodar, golpear, esquivar,
 248 flotar, reptar, gatear, agarrar, recibir, estirar, arrastrar.

249 Juegos de hoy:

250 Cooperativos: Las sillas, el nudo,

251 Motor: La muralla, escondite ingles, cinco esquinas, pentágono, figuras geométricas

252 Sensoriales: el tren, el masaje en la espalda.

253 Con un nuevo local para el desarrollo de la práctica, la dinámica de la sesión cambio.
 254 Ahora tenemos la parte teórica primero y luego la practica. En la discusión de las
 255 habilidades y destrezas motrices hicimos la dinámica de los planetas. Nos dividimos en
 256 tres planetas: el del Esquema Corporal, el de las habilidades y destrezas, y el del juego
 257 lúdico. Cada grupo expuso las ventajas y desventajas de vivir en su planeta. Concluimos
 258 que todas las partes que comprende cada planeta son importantes para el desarrollo
 259 mente- cuerpo.

260 Hicimos la dinámica o juego de las sillas pero con la variante de que los participantes
261 no salían del juego, solo las sillas se iban reduciendo, así que lo que teníamos que hacer
262 es que unos se sentaban sobre otros porque el objetivo era que todos nos sentáramos.
263 Cuando solo quedo una silla, hicimos todo un remolino por sentarnos todos y al final
264 nos caímos. Fue muy divertido y chistoso ver como nos acomodábamos unos sobre
265 otros a medida se acababan las sillas.

266 09/08/2013

267 Objetivo de la sesión. Discutir el aprendizaje significativo a través del juego y los
268 niveles de desarrollo del mismo.

269 Juegos y desarrollo

270 Aprendizaje Deportivo: El juego es un recurso pedagógico lúdico que abarca lo
271 cognitivo, afectivo y social.

272 Niveles de desarrollo del juego: 1º nivel: 3-5 años, 2º nivel: 5-7 años, 3º nivel: 7-12
273 años, 4º nivel: 12 a mas.

274 Desarrollo cognitivo: 3 años: habilidad motriz, 4 años: rigidez y fuerza, 5-6 años:
275 dominio corporal, 7-8 años: Elegancia de movimientos.

276 Juegos de hoy:

- 277 • Dibujar mediante lectura
- 278 • Sillas cooperativas
- 279 • El burro
- 280 • Ladrón librado
- 281 • Escondite al revés
- 282 • La galleta
- 283 • Desenrollar la serpiente
- 284 • Rutina de relajación

285

286 Hoy en clase tuvimos que hacer un dibujo mediante la lectura. Una persona veía
287 el dibujo y le decía a la otra persona como hacerlo, sin enseñárselo. A mi me
288 toco decirles como hacerlo a Marina y Tatiana. Obviamente el resultado no fue
289 igual. De hecho cada uno hizo un dibujo totalmente diferente y a Clara le causo
290 mucha risa y le gusto el resultado. Cuando se los explicaba a mis compañeras
291 me daba risa porque no se los podía decir bien y dibujaban otra cosa. Me gusto
292 esta dinámica.

293 Hoy nos subimos a cantar y bailar sobre las sillas. Primero nos ordenamos por
 294 diferentes categorías sin tener que bajarnos de ellas, solo ayudándonos.
 295 Luego nos ordenamos por canción favorita de las que hemos desarrollado. Nos
 296 pusimos a cantar y bailar.

297 En el terreno de juego, lo que destaco hoy fue el escondelero al revés. Marina se
 298 escondió y nosotros la buscamos pero no la encontrábamos. La buscamos por
 299 todo el Tecnológico pero nadie la encontraba. Pasaron varios minutos antes de
 300 que nos diéramos cuenta de que alguien ya la había encontrado porque faltaban
 301 compañeros, incluso Clara. Las buscamos con un grupo de compañeras y las
 302 encontramos escondidas en una zanja con mucha vegetación. Nos escondimos y
 303 escuchábamos como otras compañeras nos buscaban y gritaba el nombre de
 304 Rafa para que saliera. Todos nos reíamos en silencio. Cuando salimos, las
 305 encontramos sentadas. Todos felicitamos a Marina por el escondite que busco.
 306 Fue divertido.

307

308 14/08/2013

309 Objetivo de la sesión: organizar la salida ex aula a la comunidad Calderitas y
 310 desarrollar los primeros juegos en parejas.

311 Juegos de hoy:

312 • El chivo perdido (palmadas)

313 • Roba la cola

314 • Globo cooperativo

315 *Juegos de Liliana, Damary y Roxana*

316 • El gavián

317 • Levantarse en grupo

318 • El teléfono descompuesto

319 *Juegos de Esteffany y yo*

320 • Canción: Patos, pollos y gallinas

321 Al iniciar la clase de hoy, ambos grupos, el de Clara y Lucia nos reunimos en una
 322 misma aula para organizarnos de lo que se va a hacer el día 15 en la comunidad
 323 Calderitas, en la escuela donde el compañero Milton hace su practica. Nos organizamos
 324 en tres grupos para atender por turnos a los alumnos y desarrollar los juegos que hemos
 325 preparado.

326 Después de la reunión, el grupo se movilizó a desarrollar los juegos que habíamos
 327 preparado para la clase. Liliana, Damari y Roxana empezaron y expusieron sus juegos

328 que he destacado en este día al inicio. El juego que mas me gusto fue el del chivo
 329 perdido. Luego desarrollamos con Esteffany nuestros juegos. Cuando desarrollamos el
 330 del teléfono descompuesto muchos se rieron porque no entendían lo que se les
 331 comunicaba y el mensaje inicial no era el mismo que llegaba al final.

332 Finalmente cantamos una canción que Clara nos enseñó: Patos, pollos y gallinas. La
 333 hacíamos con mímicas y la íbamos acertando con balbuceos y tarareo.

334 16/08/2013

335 Objetivo: Conocer las partes en que se divide una sesión.

336 Partes de una sesión

337 Inicial: calentamiento o juegos de activación: toco rápido, mica, muralla.

338 Principal: objetivo de la sesión, juegos adecuados de acuerdo al objetivo.

339 Final: relajación o vuelta a la calma, sensoriales, mensajes, el tren, manos esntrelazadas.

340 Los juegos de hoy:

- 341 • El túnel
- 342 • El tigre cazador
- 343 • El tren con números
- 344 • Cuadro cooperativo
- 345 • La pelota loca
- 346 • Doble rueda
- 347 • El pum y el zum
- 348 • ¿Quién tiene la bola?
- 349 • Animalitos de la granja
- 350 • Lapicero cooperativo
- 351 • Aros o cuerda cooperativa
- 352 • Basquetbol con globo
- 353 • Juego de los 10 pases

354 La primera parte fue para discutir lo que se trabajo el día anterior en la Comunidad
 355 Calderitas.

356 Se evaluaron las fallas y fortalezas que se experimentaron.

357 En el terreno de juego, el compañero Erick, Iris y Guadalupe desarrollaron sus juegos y
358 estuvieron divertidos, sobre todo el cuadro cooperativo en el que todos nos debíamos
359 meter en un cuadro cada vez más pequeño, sin salirnos. Además, el juego del lapicero
360 cooperativo que implemento el compañero Rafael fue muy innovador.

361 22/08/2013

362 Objetivo de la sesión: Organizar el proceso de autoevaluación y desarrollar juegos en
363 parejas.

364 Juegos de hoy

- 365 • Semáforo
- 366 • Pato-pato-ganso
- 367 • La gallina turuleta
- 368 • Los reyes ciegos
- 369 • La bola prisionera

370 El día de hoy fue una locura, creo que fue la clase en la que mas nos reímos.

371 Después de quedar de acuerdo con la autoevaluación que se realizaría el día de mañana,
372 pasamos al terreno de juego a desarrollar los juegos de Marina y de Rebeca. Cuando se
373 pusieron a cantar La Gallina Turuleta, todos nos moríamos de risa porque los gestos que
374 hacían cuando cantaban eran preciosísimos. Mientras más avanzaba con el canto, mas
375 nos reíamos y al final creo que no la cantamos bien. Fue súper gracioso y un día de
376 mucha risa.

377

378

379

380 Aporte Final

381 El último día de clase, Clara nos tenía preparado un juego, que en lo personal me
382 pareció extraordinario. A través de un mapa, buscamos pistas en grupo por todas las
383 instalaciones del Tecnológico para que finalmente formáramos una frase con todas las
384 pistas que encontramos. Fue divertido ver como todos los grupos se rebuscaban por
385 encontrar las pistas, y cuando finalmente la encontrábamos, salíamos corriendo al aula
386 para que nos marcara en el mapa un nuevo destino; fue muy bonito, con el único
387 inconveniente de que en un intento por llegar primero, la compañera Isela se cayó y se
388 golpeo muy fuerte que perdió el aliento. Todas nos preocupamos y la auxiliamos para
389 que se repusiera. Clara se la llevo al aula para que descansara y muy pronto estaba de
390 vuelta con nosotros en la búsqueda. Luego de que formamos la frase: “Mientras más
391 grande es la prueba, mas grande es el triunfo”, Clara nos presento un emotivo video con
392 imágenes de todas las actividades y momentos especiales que vivimos en el curso. Fue

393 un detalle muy especial que todos lo disfrutamos y casi lloramos viéndolo. Después
394 expresamos nuestra opinión sobre lo que nos pareció el curso y en donde le externamos
395 nuestro agradecimiento a Clara por ser una excelente maestra y porque a lo largo del
396 curso aprendimos mucho con ella; para este entonces ya todos estábamos llorando,
397 incluso Clara ya que era la despedida. Finalmente, compartimos con el grupo de Lucia
398 un delicioso tutti-frutti que preparamos y ellos también compartieron con nosotros
399 sorbete y soda. Al terminar recibimos nuestro diploma por haber participado en el curso.

400

401

402

403

404

405

406

407

408

409

410

Diario de la práctica Brenda

Fecha: Miércoles 17 de Julio de 2013.

Objetivo de la sesión: conocer algunos temas que son de mucho interés, en lo que es el deporte y la Educación Física. Analizar algunas problemáticas que se desarrollan en la ejecución de los mismos.

Reflexión.

Hoy iniciamos las clases de Educación Física, fue muy interesante.

Me gusto la metodología que las encargadas han usado donde han separado al grupo en dos. Esto me parece muy bien porque más pequeño un grupo, se trabaja mejor.

Realizamos algunas dinámicas donde pudimos conocer datos importantes de nuestros compañeros/as como: cantidad de hermanos. Edad, n° de calzado, también medimos nuestra estatura. Todo me gustó mucho, me agrada ña maestra Clara, me motiva su forma de enseñar. Espero aprenda lo suficiente para luego ponerlo en práctica con el grupo de alumnos/as que me sea asignado.

Diario de la práctica

Fecha: Jueves 18 de Julio de 2013.

Objetivo de la sesión: conocer la diferencia entre Educación Física y Deporte.

Reflexión.

Este día hemos realizado algunos ejercicios en el estadio de la universidad, esta actividad me gustó mucho porque pudimos demostrar nuestras capacidades para desarrollar actividades deportivas, como nuestra velocidad y la resistencia ante una competencia.

Nos enseñaron que el deporte no es una competencia, sino más bien una forma de compartir con los compañeros/as.

La dinámica de unos papelitos no me funciono muy bien porque estábamos en tríos, las otras dos compañeras se confundieron y mal interpretaron la actividad pues me correspondió el de “agresivo verbalmente” y ellas se molestaron cuando empecé a hablar grosera, por lo demás todo estuvo muy bien, me pareció muy interesante lo desarrollado.

Diario de la práctica

444

445 **Fecha: Viernes 19 de Julio de 2013.**

446 Objetivo de la sesión: realizar dinámicas que favorezcan el aprendizaje en los
447 alumnos/as, practicando diferentes juegos que ayuden a memorizar su nombre, conocer
448 sus gustos y características, al igual a liberar energía.

449 Reflexión.

450 Realizamos dinámicas y cantamos algunas canciones infantiles, todo estuvo muy
451 bonito. Nos divertimos mucho, realizamos todas estas actividades.

452 Aprendimos a hacer juegos de presentación, como hacer para formar grupos con
453 nuestros estudiantes. También que tanta atención podemos haber desarrollado mediante
454 algunas de estas dinámicas.

455 Las canciones me gustaron muchísimo, porque no las conocía, sé que son una buena
456 opción para cantarle a los estudiantes, son muy divertidas. Más tarde vimos un video
457 donde nos presenta el ejemplo de superación más sorprendente que haya conocido, se
458 trata de Nick Vujicic un joven que a pesar de no tener sus miembros, hace todo por salir
459 adelante. Él inspira un sentido de no vencerme ante las dificultades y salir siempre
460 haciendo lo que nos propongamos y que sea de mucho beneficio.

461 ¡Me encanto mucho!

462

463 **Diario de práctica**

464 **Fecha: Martes 23 de Julio de 2013.**

465 Objetivo de la sesión: realizar juegos que ayuden a desarrollar la memoria y la atención,
466 también la agilidad y a conocer las partes del cuerpo.

467 Reflexión.

468 Se han desarrollado muchas dinámicas que me parecieron muy bonitas, probamos las
469 destrezas, y la velocidad de los miembros del grupo. También se observa la atención
470 que se puede tener ante una determinada actividad.

471 Se discutieron también varios temas sobre innovación y experiencias educativas donde
472 se hizo una lluvia de ideas de términos y realizamos un esquema corporal, todo muy
473 bien porque participamos en la lluvia de ideas.

474 Las clases son muy dinámicas e interesantes, me gusta asistir todos los días a l clase y
475 realizar todo lo de la práctica. Prendo mucho.

476 **Diario de la práctica**

477

478 **Fecha: Miércoles 24 de Julio de 2013.**

479 Reflexión.

480 Todo me gusta con la Prof. Clara, lo único que nos da un poco de problemas es el lugar
481 para realizar nuestra práctica, pues no se nos puede prestar el estadio de la universidad
482 porque lo están remodelando.

483 Hoy nos ha tocado realizar la práctica en el parqueo de la universidad, todo estuvo muy
484 interesante y dinámico. Se han hecho algunos ejercicios que nos ayudan a descubrir la
485 coordinación y el equilibrio que tenemos con nuestro cuerpo. Eso estuvo muy divertido
486 porque realizamos cosas muy novedosas.

487 Pude darme cuenta de cómo puedo coordinar las acciones que realizo con mi cuerpo y
488 me doy cuenta de los tipos de coordinación que puedo realizar con todo mi cuerpo, con
489 solo mis manos, y solo mis pies. Todo a través de ejercicios muy sencillos. Al igual
490 como funciona el equilibrio y los tipos de equilibrio que existen, los ejercicios fueron
491 muy divertidos y aprendí demasiado de estos dos términos.

492 La lateralidad fue comprobada al realizar la práctica puesto que se nos hace más fácil
493 con determinada parte del cuerpo. Me gusta participar en las dinámicas, me gustan las
494 clases.

495

496

497

498 **Diario de la práctica**

499

500 **Fecha: Jueves 25 de Julio de 2013.**

501

502 Objetivo de la sesión: realizar ejercicios de resistencia aeróbica y velocidad.

503 Reflexión.

504 Hoy iniciamos haciendo un poco de calentamiento antes de comenzar con la práctica.
505 Luego hemos un pequeño trote para salir de las instalaciones de la universidad y así
506 recorrimos varias cuerdas debajo de esta, pasamos un riachuelo donde probamos nuestro
507 equilibrio al tener que cruzarlo casi en puntillas por un par de piedras que simulaban un
508 puesto. Esto me gustó mucho, porque luego tuvimos que trotar por un potrero y así
509 mismo nos hemos regresado.

510 Con esta práctica comprobamos nuestra resistencia aeróbica, pues se trataba de un
511 movimiento constante. Al igual realizamos otros ejercicios que tenían que ver con la
512 resistencia, como: la muralla, ladrones y policías, las frutas (tiene que ver con la
513 memoria) y la mica. Estuvo muy interesante, me gusto hacer esta clase de ejercicios, me
514 divertí a la misma vez que aprendo.

515

516 También practicamos la velocidad, donde hicimos pequeñas carreras, algo así como
517 competencias pues nadie quería ser el último en llegar a la meta. Teníamos que correr lo
518 más fuerte que pudiéramos, fue una buena forma de ponernos activos.

519 Cuando jugamos piedra papel o tijera, me gustó mucho porque perseguimos al otro pues
520 estábamos n pareja. A mí siempre me pillaban y yo no podía alcanzar a mi amiga, pues
521 con ella estaba de pareja. Fue interesante todo esto.

522 Después todos los compañeros/as estaban agotados y pasamos al salón de clase, ahí
523 hicimos ejercicios de estiramiento, donde yo sentí dolor fe todas las partes del cuerpo.
524 Casi no práctico esto por eso me agoto, pero al final hice el intento por realizarlos junto
525 a la Prof. Clara.

526

527 Por ultimo hemos pasado nuevamente al salón, pues estábamos en el pasillo, ahí
528 discutimos lo que es el juego de la mica donde vemos cual sería la forma más fácil y la
529 difícil de jugarla, Se armó una discusión entre los compañeros/as porque unos dicen una
530 cosa y los otros otra sobre cómo se juega.

531 Fue un día medio loco, porque siento que el grupo estuvo muy distraído, nos hizo falta
532 la concentración, pero espero que mañana sea diferente y podamos aprender el
533 contenido de la clase.

534

535

536 **Diario de la práctica**

537

538 **Fecha: Viernes 26 de Julio de 2013.**

539

540 Objetivo de la sesión: interiorizar en el concepto de resistencia aeróbica y estiramiento
541 del cuerpo.

542 Reflexión.

543 La clase inicio con una serie de inconvenientes, pues primeramente la maestra del otro
544 grupo no puedo asistir a desarrollar la clase y los compañeros debían unirse a nuestro
545 grupo, pero ellos no querían hacerlo. La verdad no entiendo el porqué de su
546 comportamiento pues llevamos dos años juntos y solo han sido unas pocas semanas que
547 hemos estado separados en grupos y ya no quieren juntarse con nosotros, pero yo
548 también me siento mejor solo con mi grupo y sinceramente no quería que nos
549 volviéramos a juntar.

550 Después otro inconveniente es que no encontrábamos aula para recibir la teoría, Clara se
551 molestó, pues nos dice que debíamos hacer algo solucionar el problema, pero la verdad
552 nadie decía nada a buscar una solución, pero como no queríamos juntarnos todos, no
553 buscamos una solución. Al final todo se arregló, no recibimos la teoría; nos fuimos
554 trotando hasta una montaña, a unas cuadras de la Universidad, haya descansamos y
555 luego regresamos de la misma manera como subimos, sin olvidar que antes ya habíamos
556 hecho ejercicios de calentamiento.

557 Fue una experiencia muy bonita porque pude medir mi resistencia ante una actividad de
558 este tipo. Algunos compañeros no lo pudieron lograr pues no resistieron, pero todo
559 estuvo bien.

560 Después regresamos a la Universidad, realizamos ejercicios de estiramiento; me cuesta
561 un montonooooon hacerlo, pero siempre me esfuerzo por realizarlo pero es porque casi
562 no lo práctico, por eso me duele todo el cuerpo. Pero me gustan las clases y dolo lo que
563 hacemos.

564 Espero con emoción la próxima clase, me gusta asistir, no me las perdería por nada.

565

566 **Diario de la práctica**

567

568 **Fecha: Martes 30 de Julio de 2013.**

569 Objetivo de la sesión: desarrollar las capacidades físicas básicas en el grupo de
570 estudiantes.

571 Reflexión.

572 Este día la Prof. Clara nos deja coordinar la clase.

573 Una compañera desarrollo un juego muy bonito, donde ella decía un animal o un medio
574 de transporte y nosotros lo debíamos representar con gestos o movimientos, también
575 jugamos el pañuelo, el mosco, carrera del canguro, juego del globo, hacer lo que
576 escuchas no lo que ves, por último el tulipán el cual consiste en que se dice de qué
577 manera será el descanso diciendo: tupi, para volver al juego otro compañero toca tu
578 mano y dice pan, o padas debajo, subiendo en él/ella, etc., muchas maneras de
579 descongelarte y volver a jugar.

580 Todo estuvo muy interesante, aunque anduve un poco decaída y casi no tuve ánimo para
581 participar en los juegos. Luego pasamos al salón de clase y nos dividimos en cuatro
582 grupos donde se hizo un concurso. Cada grupo planteaba tres preguntas y debía hacerlas
583 a los otros grupos, era sobre los temas discutidos en las clases.

584 Estuvo muy reñido porque casi todos los grupos respondieron correctamente, al final
585 nuestro grupo gano el concurso. Todo estuvo muy bien.

586 **Diario de la práctica**

587 **Fecha: Miércoles 31 de Julio de 2013.**

588 Objetivo de la sesión: evaluar la capacidad y la resistencia que se tiene al probarla.

589 Reflexión.

590 Las profes Clara y Lucia han organizado un turicentro a Amapulapa, es este lugar
591 hemos recibido la clase de Educación Física.

592 Se ha dividido a los compañeros en tres grupo de 20 cada uno. Luego cada grupo
593 ingreso al agua a realizar pequeños ejercicios que tenían que ver con la respiración y
594 resistencia.

595 Mi grupo fue el primero en practicarlo, estuvo muy interesante la clase, aprendimos a
596 flotar en el agua lo cual se logra controlando nuestra respiración. También movilidad
597 articular al simular que estamos nadando en la piscina.

598 Hicimos ejercicios en pareja, donde tu compañero/a te ayudara a flotar mientras te
599 relajas.

600 Termine nuestro turno, el segundo grupo inicio sus ejercicios y nosotros pudimos ir a
601 distraernos a otro lado. Toda la tarde estuvimos en este lugar, fue muy bonito, pudimos
602 almorzar.

603 Estuve con mis amigas, luego pusimos en práctica lo que se nos había enseñado.

604 Fue muy importante lo que aprendimos, pues cuando tengamos contacto con el agua
605 podremos estar preparados para aprender a nadar y no sufrir ningún accidente.

606 **Diario de la práctica**

607

608 **Fecha: Miércoles 07 de Agosto de 2013.**

609 Objetivo de la sesión: interiorizar el concepto de autoestima y auto concepto en el
610 desarrollo de nuestras habilidades motrices.

611 Reflexión.

612 Hoy estuvimos discutiendo sobre viaje que realizamos a Amapulapa, se ha conversado
613 sobre las sensaciones de cada uno de nosotros al momento de estar en el agua. Se nos
614 explica como todo tiene que ver con nuestra autoestima y el auto concepto, donde el
615 autoestima es la valoración positiva del auto concepto y el auto concepto es la imagen
616 de uno mismo, se observa que tienen estrecha relación.

617 Luego realizamos unos juegos muy interesantes, como lo fue el escondite ingles que
618 consistía en que una persona estaba con los ojos cerrados y cantaba, luego todos
619 quedábamos como estatuas y el que cuenta observa quien se mueve ese vuelve al inicio
620 de donde estaba la línea de salida. La meta es llegar al final.

621 También jugamos a la zapatilla, las manos y volvimos a jugar la muralla. Estuvo muy
622 bonito todo lo de este día.

623 La maestra Clara, nos hace una bonita propuesta, nos dice que no realicemos un
624 proyecto donde tendremos que ir a un centro educativo y desarrollar todos los juegos
625 que hemos prendido. También iremos a clases natación.

626 **Diario de la práctica**

627

628 **Fecha: Jueves 08 de Agosto de 2013.**

629 Objetivo de la sesión: interiorizar en juegos sensoriales, motrices y práctica de valores.

630 Reflexión.

631 Con la profe Clara, hoy en la clase estuvimos analizando los patrones de movimiento
632 básicos, nos dividimos en tres planetas, cada uno tenía que ponerse un nombre y se han
633 discutido algunos temas que luego se han compartido con los demás compañeros/as.

634 Después realizamos juegos. Iniciamos jugando a las sillas donde el propósito no era que
635 alguien fuera perdedor, sino de poner en práctica el compañerismo, pues todos tenían su
636 silla, pero poco a poco se van quitando donde tenemos que ayudarnos unos con otros
637 para que todos nos quedemos sentados al momento que el maestro/a da la indicación.

638 Hicimos uno, un tanto complicado, llamado el nudo. Se desarrollaba la perseverancia,
639 aunque tratamos de muchas maneras para soltarlo, no logramos. Pero estuvo muy
640 divertido, también hicimos el del tren a ciegas; fue muy divertido el de escribir una
641 palabra en la espalda del compañero de adelante, hasta llegar al final, fue muy
642 interesante.

643 Realizamos otros, el cual era hacer figuras geométricas agarrados de la mano con los
644 compañeros/as. Después jugamos a las cuatro esquinas, donde teníamos que estar en un
645 lugar cuatro alumnos. Uno lo dirigirá, los demás al darse la indicación intercambiamos
646 los lugares, el del centro trata de quitar una de las esquina.

647

648

649 **Diario de la práctica**

650

651 **Fecha: Viernes 09 de Agosto de 2013.**

652 Objetivo de la sesión: analizar las etapas del desarrollo del ser humano, sus niveles y las
653 actividades que se desarrollan, depende de la edad del niño/a.

654 Reflexión.

655 Hemos iniciado con una dinámica de comunicación, donde se desarrollan las
656 habilidades sensoriales de los alumnos/as, se trataba que en parejas se trabajaba un
657 dibujo, donde uno orienta al otro para que lo realice. No puede dar mayores detalles
658 solo lo guiara diciendo ejemplo: dibujar un triángulo, una línea vertical o puede ser
659 horizontal, etc. Lo que se demuestra es que tan hábil es para hacer las cosas.

660 Después del ejercicio del dibujo, nos hemos dividido en tres grupos donde se han
661 discutido las etapas o niveles del desarrollo del ser humano. Se han intercambiado con
662 los demás grupos. Luego salimos a desarrollar algunas dinámicas entre ellas están:
663 ladrón librado, escondelero; que estuvo muy divertido, porque todos se perdieron y no
664 los encontrábamos, el de la galleta; que debíamos cuidarla para que nadie la mordiera;
665 bien chistoso estuvo el del burro, que era en parejas y uno se subía en el otro y este debía
666 decir cosas bonitas al otro para que caminara. Hicimos el de la serpiente que debíamos
667 desenredar. Todo bien divertido. Al entrar hacemos el de la silla cooperativas. Todos
668 nos subimos en ellas y ahí realizamos otros juegos. Bien chistoso, casi nos caíamos
669 cuando nos desplazábamos sobre las sillas.

670

671 **Diario de la práctica**

672

673 **Fecha: Miércoles 14 de Agosto de 2013.**

674 Objetivo de la sesión: practicar juegos motorices, sensoriales y cooperativos.

675 Reflexión.

676 Hoy estuvo muy interesante la clase, nos tocaba desarrollarla, nos hemos dividido en
677 parejas y tríos para planificarlo. Estamos trabajando juegos motoricos, sensoriales y
678 cooperativos, los grupos de hoy lo han hecho bien, estuvo bonito todos los juegos.

679 Realizamos el juego del chivo perdido, estuvo muy divertido porque todos participamos
680 y corrimos, ahhh!!! El de roba la cola, muy bonito porque nadie quería que se la
681 robaran. Todos defendían su cola. Me pareció muy interesante el del globo, todos muy
682 emocionados jugando. También el del gavilán, muy bueno, el de levantarse todos juntos

683 nos costó un poco porque todos agarramos no podíamos hacerlo; el del teléfono
684 descompuesto estuvo bien, porque siempre se distorsionaba el mensaje.

685 Me gustó muchísimo la canción que nos enseñó la profe. Es muy dinámica y
686 participativa esa canción.

687 **Diario de la práctica**

688

689 **Fecha: Jueves 15 de Agosto de 2013.**

690 Objetivo de la sesión: realizar juegos con alumnos/as, donde se ponga en práctica lo
691 aprendido en las clases de Educación Física.

692 Reflexión.

693 Se organizó un viaje a un centro escolar de la comunidad de uno de nuestros
694 compañeros/as. Asistimos ahí para poner en práctica lo aprendido en las clases de física.

695 Fue una experiencia inolvidable, primeramente cuando íbamos en el carro, porque nos
696 movíamos para todos los lados. Luego llegamos a la escuela donde nos recibieron super
697 bien. Los niños/as nos veían muy emocionados, pues ya se habían dado cuenta de lo que
698 estaríamos realizando con ello esa mañana.

699 Iniciamos animados un poco primeramente en el aula donde nos presentamos ante
700 ellos/as y conocimos un poco de los alumnos/as. Después salimos a la cancha donde
701 realizamos juegos que les encantaron a los niños y niñas.

702 Estuvo muy divertida toda la mañana, jugamos; cantamos; reímos; gritamos, etc. Es
703 inolvidable.

704 Todos estaban muy felices.!!!

705 **Diario de la práctica**

706

707 **Fecha: Viernes 16 de Agosto de 2013.**

708 Objetivo de la sesión: analizar las partes de una sesión al momento de realizar juegos
709 con los alumnos y alumnas.

710 Reflexión.

711 Primeramente se hizo una evaluación del viaje de ayer al centro escolar. Se discutieron
712 muchos asuntos importantes sobre los juegos realizados. Luego discutimos las partes en
713 que se divide una sesión de trabajo con niños y niñas, se debe tener en cuenta que
714 debemos saber que podemos realizar con determinadas edades y que no.

715 Se enumeraron algunas situaciones que incluyen en el control corporal o esquema
716 corporal, luego discutimos las habilidades físicas que se practican con los alumnos y
717 alumnas.

718 Vemos cuales son las actividades pre deportivas que se desarrollan con los niños/as, por
719 sus edades.

720 Salimos a jugar al patio, estuvo muy interesante todo lo que hicimos. Fue dirigido por
721 algunos compañeros/as. Fueron muy creativos a la hora de realizarlos, también muy
722 divertidos.

723 Me gusto la clase!!!!.

724 **Diario de la práctica**

725

726 **Fecha: Miércoles 21 de Agosto de 2013.**

727 Objetivo de la sesión: practicar juegos sensoriales, motoricos y cooperativos.

728 Reflexión.

729 Hoy hemos realizado juegos muy divertidos, una pareja de compañeros los ha dirigido.
730 Todo estuvo muy interesante, jugamos al semáforo, fue muy bonito, luego jugamos al
731 pato ganso, mar tierra y aire, la gallina turuleta, los reyes ciegos, el balón prisionero,
732 etc.

733 Nos tocó correr, saltar, hemos reído al máximo. Estos juegos han sido muy dinámicos
734 como los de otros días. He aprendido mucho, espero poner en práctica luego todo lo que
735 nos han enseñado.

736 No quisiera que acabara este taller, pero todo tiene su final. A hora queda transmitir los
737 conocimientos adquiridos durante este tiempo que fue muy provechoso.

738

739

740

741

742

743

Diario de la práctica Sonia

744

745 **Fecha: Miércoles 17 de Julio de 2013.**

746 Objetivo de la sesión: conocer conceptos de situaciones o acontecimientos que se dan en
747 el deporte a la hora de desarrollar con los alumnos y alumnas.

748 Reflexión.

749 Querido diario, este día me la pase genial, compartí con mis compañeros/as, también
750 conocí a mi profesora que impartirá las clases, la verdad es bien amable y alegre, solo
751 que es estricta pero me gusta que sea así.

752 Practique algunos juegos como por ejemplo: colocarnos en una fila por número de
753 zapatos, cantidad de hermanos, edad y estatura; estuvo divertido, más cuando no
754 podíamos hablar y nos colocamos solo con señas, jajá bien chivo.

755 Pero aparte de los juegos, aprendimos conceptos básicos que se practican en la
756 Educación Física, que son: las relaciones personales, lengua sexista, valor intrínseco,
757 etc.; se discutieron en grupos, luego un representante lo compartió con los demás, Es
758 importante conocerlos ya que son un medio para el desarrollo de estos y enseñar a
759 prender de la mejor manera.

760

761

Diario de la práctica

763

764 **Fecha: Jueves 18 de Julio de 2013.**

765 Objetivo de la sesión: diferenciar entre Educación física y deporte.

766 Reflexión.

767 Queridísimo diario, ahora ha sido un día cansado, tenía mucho tiempo de no hacer
768 ejercicio; es por ello que me rendí rápido y me canse demasiado. Sé que no soy tan
769 resistente, pero me esforcé. Al principio hicimos ejercicios para calentar, luego pasamos
770 a practicar ejercicios de velocidad, atención y resistencia aeróbica; los cuales cada uno
771 de los compañeros y yo pudimos hacer un mayor esfuerzo.

772 Me pareció la actitud de mi maestra porque en ningún momento felicito a los ganadores,
773 ni humillo a los perdedores, eso me motivó a seguir aprendiendo.

774 Algunas variantes que he sentido es que a veces no entiendo a mi maestra, pero la
775 entiendo quizá no sabe explicar por la diferencia de idiomas, pero es buena maestra y
776 estoy aprendiendo mucho de ella.

777 **Diario de la práctica**

778

779 **Fecha: Viernes 19 de Julio de 2013.**

780 Objetivo de la sesión: realizar dinámicas que favorezcan el aprendizaje en los
781 alumnos/as, practicando diferentes juegos que ayuden a memorizar sus nombres,
782 conocer sus gustos y características, al igual a liberar energía.

783 Reflexión.

784 Hola diario, te cuento este fue uno de mis mejores días, me gusto lo que hicimos con mi
785 maestra y mis compañeros. Realizamos muchas dinámicas, canciones de las cuales
786 aprendí mucho, por ejemplo: trabajar en grupo, conocer más a mis compañeros/as, etc.

787 Las dinámicas que realizamos fueron: la gallina, que perdió a sus pollitos y estos la
788 buscaban, pero no funciono, yo no sentí la confianza en cerrar mis ojos, no me gusto la
789 verdad; otra fue la pelota de ping-pong; gestos sin hablar; tapa- tapita –tapón; animales,
790 etc.

791 Algunas canciones fueron: arca de Noé; tambor; pato con una pata; tallarín; pato que
792 nada. El problema con estas canciones es que no me las aprendí, pero me las aprenderé
793 porque me gustaron. Sé que a todos mis compañeros/as les agrado y las disfrutaron y yo
794 mucho más.

795 También vimos un video muy bonito, el cual me conmovió mucho y aprendí de él. Fue
796 la historia de un muchacho llamado Nick Vujicic, a quien le hacen falta sus miembros
797 (pies y brazos) de su cuerpo, ver como es humillado y con baja autoestima, pero luego
798 se encuentra unas personas que le ayudan a pensar diferente y hacen que crea en sí
799 mismo y en lo que es capaz de haber sin importar su discapacidad. La verdad es
800 admirables y nos deja una enseñanza. Eso fue lo triste del día, pero lo demás que hice
801 estuvo muy divertido. Me alegra aprender y compartir con los demás.

802

803

804

805

806

807

808

809

810

Diario de la práctica

811

812 **Fecha: Martes 23 de Julio de 2013.**

813 Objetivo de la sesión: realizar actividades que ayuden a conocer a los compañeros/as,
814 mantener la atención a lo que se desarrolle y a la vez relacionar los juegos con
815 conceptos importantes aplicados en la clase de Física.

816 Reflexión.

817 Querido diario, te cuento que este día no me gustó mucho la clase, sé que andaba un
818 poco aburrida, es por ello que me sentí sin ánimos de practicar los juegos.

819 Algunos de los juegos que practicamos son: lanza la botellas; representación de
820 animales con nuestro cuerpo; alacrán; mica; pozo; las partes del cuerpo en el suelo y
821 dinámica de relajación.

822 Estuvieron interesantes, solo que yo no pude concentrarme en lo que hacíamos, sé que
823 estuvo mal, pero espero la próxima clase pueda poner de mi parte por hacerlo bien.

824 También discutimos términos importantes relacionados con la Educación Física, los
825 cuales son necesarios saberlo para poder aplicarlos con los alumnos/as, y relacionarlos
826 con los juegos aplicados.

827

828

829

Diario de la práctica

830

831 **Fecha: Martes 23 de Julio de 2013.**

832 Objetivo de la sesión: desarrollar coordinación y equilibrio.

833 Reflexión.

834 Querido diario, este día no participe con ánimos en la clase, los ejercicios estuvieron
835 suaves y a mí la verdad me gustan fuertes, pero aprendí de ellos.

836 La práctica se dividió en dos sesiones:

837 1. Calentamiento: movimos nuestro cuerpo, corrimos.

838 2. Coordinación: corrimos, saltamos, etc., coordinamos los pies y manos de mis
839 compañeros/as y míos, la verdad algunos me costaron, pero otros ya me los
840 sabía, así fue muy fácil practicarlos.

841 También practicamos el equilibrio, lo cual me costó a la hora de sostenerla solo con
842 pocas partes de mi cuerpo, pero sé que aprender mediante lo practique.

843 En fin me gusto al final el ejercicio de relajación, me reí mucho con mis compañeros/as,
844 por sentir su respiración, lo cual costo coordinarlo.

845

846

847

848 **Diario de la práctica**

849

850 **Fecha: Jueves 25 de Julio de 2013.**

851 Objetivo de la sesión: mejorar la resistencia y la velocidad.

852 Reflexión.

853 Querido diario, este día me agarro un poquito la tarde, la profe ya había empezado a dar
854 unas indicaciones.

855 Este día, acepto que no hice como debía todos los ejercicios que se plantearon y
856 practicaron, andaba un poco haragana, pero sí estuvieron bonitos no más que practicar
857 el mismo por mucho tiempo me aburre y creo que es por eso que no los hice bien.

858 Realizamos juegos de velocidad, donde se puso en práctica la atención, el equilibrio,
859 concentración, etc.; también de resistencia aeróbica, practicamos la rapidez, velocidad,
860 memoria, atención, concentración, etc. Se realizaron ejercicios de calentamiento, los
861 cuales me ayudaron a preparar mi cuerpo.

862 Me sentí participe en todos los juegos, lo cual me gusta, porque trabajar con uno y con
863 otro nos hemos ido conociendo más.

864

865

866

867

868

869

870

871

872

Diario de la práctica

873

874 **Fecha: Viernes 26 de Julio de 2013.**

875 Objetivo de la sesión: interiorizar el concepto de resistencia aeróbica y estiramiento.

876 Querido diario, este día mi profe, se enfadó porque no estaba habilitada un aula para
877 recibir la clase, nos tocó solo hacer la práctica.

878 Algunos ejercicios que practicamos fueron primeramente calentamiento, movimos cada
879 parte del cuerpo; luego fuimos a trotar por un cerro, estuvo muy bonito. Ahí pudimos
880 practicar la resistencia. Para finalizar hicimos ejercicios de estiramiento.

881 Ahhh!!!, salimos antes de la hora, porque nos unimos los dos grupo de las clase, ya que
882 la profe del otro grupo no asistió, estaba enferma.

883 Hubo algo que no me gusto, algunos de los estudiantes del otro grupo, no quisieron
884 participar, mejor se fueron para sus casas, la verdad no aprovecharon el día que estuvo
885 muy lindo.

886

887

Diario de la práctica

888

889 **Fecha: Martes 30 de Julio de 2013.**

890 Objetivo de la sesión: desarrollar las capacidades físicas básicas en los estudiantes.

891 Reflexión.

892 Este día paso de todo, para empezar se supone que nosotros los estudiantes
893 prepararíamos la clase, pero los grupo no trabajaron; mi compañera y yo tratamos de
894 hacer un ejercicio y la lastime, la hice llorar y me dio pena por lo sucedido, luego en
895 otro juego se cayó y se golpeó otra compañera, lo cual me susto mucho.

896 Después que paso eso no me sentía con ánimos de participar en los juegos. Me dio
897 miedo golpearme.

898 Todos los juegos estuvieron interesantes y participativos, ya que no los dirigió sola la
899 profesora sino también unas compañeras.

900 Para finalizar se formaron grupos para elaborar preguntas, las cuales se dirigían a los
901 demás grupo y cada uno se defendió para acumular puntos; al final mi grupo perdió,
902 pero pude aprender mucho de los demás.

903 **Diario de la práctica**

904

905 **Fecha: Martes 31 de Julio de 2013.**

906 Objetivo de la sesión: desarrollar capacidades de respiración, flotar y manejar cada uno
907 de los movimientos empleados para nadar en cualquier dimensión.

908 Reflexión.

909 Se practicaron pequeños ejercicios que ayudan a prender y mejorar el movimiento en el
910 agua, para eso fuimos juntos los dos grupos a Amapulapa; donde trabajamos algunos
911 ejercicios en la piscina como: controlar la respiración, sumergirse al agua con la boca
912 abierta sin tragarla, desplazarse de un lugar a otro utilizando diferentes movimientos
913 con las manos y los pies, flotar y principalmente para lograr todo eso fue necesario la
914 relajación lo cual yo no pude; por eso los ejercicios me vencieron, tuve miedo al agua y
915 no los practique.

916 Todo estuvo muy bonito, me divertí mucho y ha sido una gran experiencia. Logre hacer
917 algunas cosas que pensé nunca lo haría, como por ejemplo: sumergir la cabeza en el
918 agua con los ojos abiertos.

919

920

921 **Diario de la práctica**

922

923 **Fecha: Miércoles 07 de Agosto de 2013.**

924 Objetivo de la sesión: interiorizar el concepto de autoestima y auto concepto en el
925 desarrollo de nuestras habilidades motrices.

926 Reflexión:

927 Querido diario, este día estuvo muy divertido, al principio me sentí apenada porque
928 hablaban y preguntaban de quienes lograron aprender a nadar cuando fuimos a
929 Amapulapa y yo la verdad el miedo no me dejo hacerlo.

930 Muchos no participamos contando nuestras experiencias, pero para cambiar de
931 metodología hicimos dos grupos y escribimos lo realizado en un papel, luego las
932 compartimos con el otro grupo, de esa manera todos aportamos algo.

933

934

935

936

Diario de la práctica

937

938 **Fecha: Jueves 08 de Agosto de 2013.**

939 Objetivo de la sesión: interiorizar juegos sensoriales, motoricos y práctica de valores.

940 Reflexión: querido diario, este día la profe estaba un poco molesta, porque era la hora
941 de la clase y aún faltaban muchos compañeros/as.

942 Hicimos una actividad muy divertida, nos dividimos en tres grupos donde cada uno era
943 un planeta; a mí me tocó el planeta corporal y explicamos cuál era su importancia.
944 Visitamos los demás planetas, el de capacidades físicas, y el de habilidades y destrezas,
945 conocí lo que nos ofrece cada uno.

946 Practicamos unos juegos que estuvieron súper divertidos, primero jugamos a las sillas
947 que fue cooperativo ya que entre todos lográbamos sentarnos hasta una sola silla. Luego
948 jugamos el tren, el mensaje, el nudo, figuras geométricas; en estas compartimos,
949 cooperamos y nos esforzamos mucho. Me motivaron mucho para trabajar en conjunto y
950 me di cuenta que es divertido.

951

Diario de la práctica

952

953 **Fecha: Viernes 09 de Agosto de 2013.**

954 Objetivo de la sesión: manejar diferentes conceptos que son empleados para el
955 desarrollo de la Educación Física.

956 Reflexión.

957 Querido diario, te cuento que este día iba algo desanimada a la clase, pero mi profe nos
958 animó porque hicimos una dinámica muy bonita. Nos subimos a las silla y ahí
959 practicamos algunos juegos, ahhh!!! Cante la canción que más me gusta: el tallerín.

960 Aprendí mucho con los grupos que se formaron este día, la profe hizo tres grupos y a
961 cada uno dio un tema el cual se discutió y expuso a los demás, son temas muy
962 importantes. Para finalizar fuimos afuera del aula y jugamos muchos juegos que me
963 hicieron divertirme. Algunos fueron: el escondelero, ladrón librado, la serpiente, la
964 galleta, el burro y liberar la serpiente. Todos estuvieron muy interesantes y me alegra
965 aprender cada día nuevas cosas que se, me servirán mucho en un futuro. Agradezco a mi
966 profe Clara por su trabajo con nosotros.

967 **Diario de la práctica**

968

969 **Fecha: Miércoles 14 de Agosto de 2013.**

970 Objetivo de la sesión: practicar juegos motoricos, sensoriales y cooperativos.

971 Reflexión.

972 Querido diario, te cuento que este día llegue a la clase con muchos ánimos de participar
973 en los juegos más que todos.

974 Primeramente nos reunimos con el otro grupo de Lucia para planear la actividad del
975 Jueves, se buscó la estrategia de cómo lo podíamos hacer a la hora de ida y regreso.

976 Este día, a dos compañeros les toco dirigir los juegos, por lo tanto ellos/as llevaban
977 preparados. Algunos de los que practicamos son: el chivo, roba la cola, el globo, el
978 gavilán, levantarse en grupo, y el teléfono descompuesto. Los compañeros/as lo
979 hicieron muy bien y me parece que la Prof. Lo haga participativo para que todos
980 aportemos e investiguemos muchos juegos.

981 Se practicaron juegos motoricos, sensoriales y cooperativos y se nos explicó en que
982 consiste cada uno antes de jugarlo.

983 La verdad, estuvo muy divertido, me gusto los juegos y espero aprender más de mis
984 compañeros/as y compartir también.

985

986 **Diario de la práctica**

987

988 **Fecha: Jueves 15 de Agosto de 2013.**

989 Objetivo de la sesión: compartir con los alumnos y alumnas del Centro Escolar de San
990 Esteban Catarina, San Vicente; algunos juegos aprendidos en la clase de educación
991 física.

992 Reflexión.

993 Querido diario estaba ansiosa porque llegara este día, practique en mi casa los juegos
994 que he aprendido con la profe Clara.

995 Junto con mis compañeros habíamos planeado un día antes lo que jugaríamos con los
996 niños que visitamos este día en una escuela rural de San Esteban Catarina. Me dio
997 mucha alegría al ver como los alumnos/as de la institución nos recibían; se mostraban
998 felices porque estábamos ahí, ya que practicamos muchos juegos con los alumnos de
999 segundo y tercer grado quienes se portaron muy bien, fueron pocos los que no quisieron

1000 participar; me divertí mucho. Compartir con los niños y niñas fue una experiencia muy
1001 bonita y este día será inolvidable.

1002 En la institución, nos recibieron muy bien y creo que estuvieron agradecidos por nuestro
1003 trabajo, lo cual para nosotros es adquirir experiencia.

1004

1005 **Diario de la práctica**

1006

1007 **Fecha: Viernes 16 de Agosto de 2013.**

1008 Objetivo de la sesión: compartir algunos juegos con los compañeros y compañeras
1009 como: sensoriales motoricos y cooperativos.

1010 Reflexión.

1011 Querido diario, este día me agregue a la clase un poco tarde ya que tuve que ir a dar
1012 clase a la escuela de la práctica. Me perdí algunos de los juegos que practicaron mis
1013 compañeros/as.

1014 Algunos de los juegos que practique son: pelota loca, doble rueda, quien tiene la bola, el
1015 pum, lapicero cooperativo, aro o cuerda, básquetbol, y juego de los diez pases. Todos
1016 estos, fueron dirigidos por unos compañeros/as de la clase.

1017 Estoy tomando experiencia que me ayuda en un futuro trabajar con los niños y niñas
1018 todos los juegos aprendidos.

1019

1020 **Diario de la práctica**

1021

1022 **Fecha: Miércoles 21 de Agosto de 2013.**

1023 Objetivos de la sesión: practicar juegos sensoriales, motoricos y cooperativos.

1024 Reflexión.

1025 Querido diario, este día dos de mis compañeras dirigieron los juegos y estuvieron muy
1026 bonitos, más uno, que nos hizo reír sin parar, la mayoría nos divertimos mucho.

1027 Realizamos el juego del semáforo, pato-pato, gallina, mar y tierra, el rey ciego, gallina
1028 turuleta.

1029 Vemos la importancia de conocer, y practicar juegos porque ayuda al cuerpo a estar en
1030 movimiento. A mí en particular me gusto mucho lo que hicimos este día.

1031

1032

Diario de la práctica Nelly

1033

1034 **Fecha: Jueves 18 de Julio de 2013.**

1035 Objetivo de la sesión: diferenciar entre la Educación Física y deporte.

1036 Reflexión.

1037 Este día fue muy importante para mí porque conocí a la profesora Clara. También me
1038 informe la forma en la que se trabajara, me gustaron los ejercicios de calentamiento ya
1039 que nos permite preparar el cuerpo para realizar las actividades físicas, luego
1040 experimente que ayuda a disminuir la fatiga, el estrés en las personas. También me
1041 gusta el momento de relajación que tuvimos con todo el grupo en el aula.

1042 Me gustaría que todo esto se implementara en cada clase, ya que el algo que no se hace
1043 en la vida cotidiana.

1044

1045

Diario de la práctica

1046

1047 **Fecha: Viernes 19 de Julio de 2013.**

1048 Objetivo de la sesión: aprenderse los nombres, conocer los gustos o características de
1049 los compañeros/as.

1050 Reflexión.

1051 En esta mañana me divertí mucho, realizamos juegos de presentación y pude conocer
1052 los gustos, preferencias que tienen cada compañero y compañera.

1053 Otro punto importante es el video que vimos en el aula nos deja un mensaje a los
1054 alumnos ya que genera sentimientos, tristeza, y sobre todo admiración. Nos enseña a no
1055 discriminar a las personas que presentan alguna discapacidad, ya que todos somos
1056 importantes en la sociedad y tenemos que valorar a los demás por sus sentimientos que
1057 cada uno manifiesta ante los demás.

1058

1059

1060

1061

1062

1063

1064

1065

Diario de la práctica

1066

1067 **Fecha: Martes 23 de Julio de 2013.**

1068 Objetivo de sesión: conocer la importancia que tiene el esquema corporal.

1069 Reflexión.

1070 Hoy conocí el esquema corporal por medio de movimientos y su explicación que tiene,
1071 ya que es muy importante porque en la medida en que aprendemos, así también
1072 enseñaremos a los niños y niñas todo lo aprendido, ya que Educación Física no es solo
1073 jugar.

1074 También el esquema corporal es el conocimiento que tiene cada niño con su cuerpo y en
1075 la medida que va creciendo están desarrollando otros movimientos que pueden hacer
1076 con su cuerpo. Todo esto tiene importancia en los alumnos/as.

1077 Esta clase fue muy interesante, sentí que el tiempo pasó tan rápido.

1078

1079

Diario de la práctica

1080

1081 **Fecha: Miércoles 24 de Julio de 2013.**

1082 Objetivo de la sesión: desarrollar la coordinación corporal.

1083 Reflexión.

1084 En este día aprendí a dominar el equilibrio. También conocí el equilibrio estático y
1085 dinámico.

1086 Experimente diversidad de movimientos de acuerdo al equilibrio, realizamos ejercicios
1087 de calentamiento, también se hizo la coordinación de movimientos. Luego aprendimos
1088 muchos temas que desconocía, pero que son importantes para la enseñanza, ya que la
1089 profe. Clara explica muy bien la clase y es muy dinámica, divertida, todos la pasamos
1090 muy bien con ella.

1091

1092

1093

Diario de la práctica

1094

1095 **Fecha: Jueves 25 de Julio de 2013.**

1096 Reflexión.

1097 En esta mañana corrimos a la finca, realizamos muchos juegos en la calle, hicimos
1098 competencia de velocidad y de esta manera pudimos experimentar la resistencia de
1099 nuestro cuerpo, también jugamos mica, ladrón y policía y muchos juegos y dinámicas
1100 más.

1101 Luego fuimos al aula a dialogar cada uno de estos juegos, hubo participación de parte de
1102 los alumnos/as. Después tuvimos un momento de relajación, me sentí muy relajada y no
1103 quería que el tiempo pasara.

1104

Diario de la práctica

1105

1106 **Fecha: Viernes 26 de Julio de 2013.**

1107 **Reflexión.**

1108 Realizamos movimientos corporales y este día nos unimos los dos grupos y corrimos
1109 hacia la finca y luego realizamos algunos ejercicios de calentamiento.

1110 Trabajamos la fuerza, la resistencia, el equilibrio, pero por motivos de falta de espacio
1111 no realizamos juegos y dinámica con los compañeros.

1112 La ida a la finca fue una experiencia muy bonita, porque la profe Clara y un grupo de
1113 alumnos animamos a los compañeros para continuar corriendo ya que algunos tienen
1114 menos resistencia ya que el ejercicio ayuda a nuestro cuerpo y mantenerlos saludable, es
1115 porque debemos practicarlo.

1116

1117

1118

1119

1120

1121

1122

1123

1124

1125

Diario de la práctica

1126 **Fecha: Martes 30 de Julio de 2013.**

1127 Objetivo de la sesión: mantener la fuerza en un tiempo determinado.

1128 Reflexión.

1129 En esta mañana perdí la primera parte de la clase por motivo que no había podido
1130 inscribir un día antes. Pase toda la mañana haciendo fila, hubiese querido estar en la
1131 clase porque no me gusta faltar y sentí que me perdí una gran clase, ya que todo es
1132 importantes para mí.

1133 Entre en la segunda parte de la clase en la cual se habló de los juegos que se habían
1134 hecho en el ex tecnológico, ya que era la primera vez que se había llevado la clase de
1135 física. Pero luego se llevó a cabo un debate con los compañeros, en el cual realizamos
1136 preguntas a los diferentes grupos y todo esto sirvió para tener un mayor conocimiento
1137 de los temas vistos en clase.

1138 Me gusta la dinámica que utiliza la profe. Clara.

1139

Diario de la práctica

1140

1141 **Fecha: Miércoles 31 de Julio de 2013.**

1142 Objetivo de la sesión: compartir con los compañeros y experimentar ejercicios en el
1143 ambiente acuático.

1144 Reflexión.

1145 Convivencia hacia Amapulapa. Hoy me divertí mucho, nos reunimos en la esquina de la
1146 iglesia los Amocitos; luego nos fuimos caminando y otros en carro.

1147 Esta actividad fue muy bonita, ya que tenía mucho miedo de estar en el aula, pero con
1148 ayuda de la Prof. Aprendí un poquito a nadar, ya que ella nos brindó esa confianza para
1149 poder estar dentro del agua.

1150 Me la pase muy bien con mis amigas, creo que si este tipo de actividad se realizaran
1151 frecuentemente, aprendería mucho a nadar porque las Prof. Saben mucho de natación y
1152 son muy divertidas.

1153 Espero no sea la primera ni la última que tengamos.

1154

1155

Diario de la práctica

1156

1157 **Fecha: Miércoles 7 de Agosto de 2013.**

1158 Objetivo de la sesión: sensaciones y sentimientos que manifestamos en la actividad de
1159 Amapulapa.

1160 Reflexión.

1161 Este día dialogamos sobre las sensaciones y sentimientos en la actividad de Amapulapa,
1162 en la cual cada uno de los alumnos/as participamos en la clase por medio de una
1163 dinámica que realizo la Profe. Clara. Entre las sensaciones están: confianza, ayuda,
1164 alegría, lograr dominar mi cuerpo y realizar una actividad. Otro tema del que se trato
1165 fue la autoestima, la valoración, positiva del auto concepto o la imagen de uno mismo.
1166 También realizamos juegos como el escondite inglés, a la zapalla, y las manos
1167 entrelazadas, ya que cada uno de estos juegos tiene que ver con lo motor, los valores y
1168 lo sensorial. Por medio del juego el niño aprende más fácil y poderse relacionar con los
1169 demás

1170

1171

Diario de la práctica

1172

1173 **Fecha: Jueves 8 de agosto de 2013.**

1174 Objetivo de la sesión: habilidades motrices que tienen los niños y niñas de acuerdo a su
1175 edad.

1176 Reflexión.

1177 La presente clase ha sido de mucha importancia ya que hay muchas habilidades que
1178 posee cada niño y niña como por ejemplo: caminar, saltar, lanzar, rodar, golpear,
1179 agarrar, recibir, etc.

1180 Todas estas habilidades son muy importantes en muchos niños/as que se sienten
1181 incapaces de realizar alguna actividad y una forma de enseñarles a los niños/as es de
1182 una manera lúdica (jugando) y que el niño descubra sus capacidades y potencialidades
1183 que posee y que va desarrollando.

1184 También, me gustó mucho la dinámica que presento Clara de acuerdo a los planetas que
1185 teníamos que viajar y ponernos un nombre e imaginar cómo es el planeta, las ventajas y
1186 desventajas que tiene cada planeta, y luego la explicación de cada uno. La dinámica
1187 estuvo muy bonita profe Clara.

1188

1189

Diario de la práctica

1190

1191 **Fecha: Viernes 09 de Agosto de 2013.**

1192 Objetivo de la sesión: desarrollar los siguientes temas: cognitivo, niveles del desarrollo
1193 del juego, y juegos lúdicos.

1194 Reflexión.

1195 Este día dialogamos sobre cada uno de estos temas que son importantes para la
1196 enseñanza aprendizaje del niño y niña, formando 3 grupos y a cada uno se nos entregó
1197 un tema diferente. Analizamos el tema en grupo y luego formamos otro grupo diferente
1198 para saber los diferentes temas, luego hubo la exposición por grupo donde se aclaró la
1199 importancia de cada tema.

1200 Luego realizamos juegos y uno de ellos fue: el juego de la silla que es cooperativo, en el
1201 cual todos teníamos que cooperar para que nadie quedara de pie.

1202 La pase muy bien jugando con todo el grupo, siento que la clase de EDUCACION
1203 FISICA es muy importante y aprendo mucho.

1204

Diario de la práctica

1205

1206 **Fecha: Lunes 12 de Agosto de 2013.**

1207 Objetivo de la sesión: familiarizarse con el ambiente acuático.

1208 Reflexión.

1209 Este día fue la segunda vez que fuimos con Clara a Amapulapa. Estuvimos un buen rato
1210 esperando a los compañeros/as, luego nos fuimos en carro hasta Amapulapa, la
1211 actividad solo fue por la tarde pero aprovechamos al máximo.

1212 El lugar se encontraba solo y es mejor para realizar diferentes juegos en el agua, la
1213 mayoría no fue a la actividad, pero los que si logramos vencer el miedo. Bueno en mi
1214 caso me relaje en el agua y logre flotar, me sentí muy contenta e intentare poner en
1215 práctica lo que nos enseñó Clara. ¡No olvidare esos momentos agradables que vivimos!

1216

1217

1218

1219 **Diario de la práctica**

1220

1221 **Fecha: Miércoles 14 de Agosto de 2013.**

1222 Objetivo de la sesión: realizar y conocer los juegos presentados por los grupos.

1223 Reflexión.

1224 En esta tarde nos reunimos con el otro grupo para organizarnos con los otros para
1225 trabajar y poder llevar los diferentes juegos a los y niñas de Calderita. Luego fuimos al
1226 aula a dialogar sobre la experiencia a Amapulapa, después fui a jugar que dirigió el
1227 grupo este fue: agarrar la cola o globo cooperativo; el gavián; levantarse en grupo; el
1228 teléfono descompuesto y muchos juegos más.

1229 Una de las canciones que nos enseñó Clara fue:

1230 Patos, pollos y gallinas van

1231 Corriendo por el gallinero están

1232 Perseguidas bárbaramente por el patrooonnn oh oh oh

1233 Todos estos juegos tienen un objetivo para poder realizarlos con los niños y niñas.

1234

1235 **Diario de la práctica**

1236

1237 **Fecha: Jueves 15 de Agosto de 2013.**

1238 Objetivo de la sesión: actividad con la comunidad de Calderita, el objetivo es convivir
1239 todo el grupo y trabajar con los niños/as muchos juegos que pueden realizarse en la
1240 Educación Física.

1241 Reflexión.

1242 Esta mañana se llevó a cabo una convivencia muy bonita en la comunidad de Calderita ,
1243 fue una buena experiencia en la cual compartimos muchos juegos, dinámicas y la
1244 atolada en donde todos /as colaboramos para que se llevara a cabo, también tuvimos el
1245 paseo a la laguna Bruja en donde algunos compañeros/as se divirtieron bañándose , todo
1246 estuvo muy bien solo que en algunos grupos no hubo coordinación para dirigir los
1247 juegos y poderlos aplicar de una mejor manera. Esto nos servirá para que la próxima
1248 actividad nos coordinemos mejor con el grupo de trabajo.

1249

1250

1251

Diario de la práctica

1252 **Fecha: Viernes 16 de Agosto de 2013.**

1253 Objetivo de la sesión: conocer las partes de una sesión, cual es la parte inicial, parte
1254 principal y parte final, todo esto hay que tomarlo en cuenta para una sesión.

1255 Reflexión.

1256 En esta clase hablamos sobre el esquema corporal y las partes principales de una sesión,
1257 también la Prof. Clara nos habló que los niños/as a los 7 años de edad tiene que conocer
1258 la lateralidad de derecha e izquierda, ya que a la edad de 3 años a un niño/a no lo puede
1259 a poner a correr demasiado.

1260 Me gustó mucho esta clase, los juegos, dinámicas y canciones que fueron dirigidos por
1261 los compañeros/as y las observaciones que hace la Prof. Clara, nos ayudan mucho en
1262 nuestro aprendizaje.

1263

1264

1265

1266 **TRANSCRIPCIÓN VIDEO**

1267

1268

1.- Erick

1269

1270 La clase de Educación Física fue muy diferente a la anterior, aunque fue otro español.
1271 Pero igual, he aprendido muchas cosas interesantes, las cuales han hecho eco en mí ser.
1272 Una de las cosas que más me impacto es otra cultura que nosotros no sabemos. Deja una
1273 gran lección de compartir, sin ser uno solo. Y esto se llama cooperación.
1274 Estoy hablando del incidente del cumpleaños y la vez que la otra profesora no pudo
1275 venir, a mi me cambio de manera muy significativa. Que unidos podemos hacer mucho
1276 por los niños y niñas del Salvador pero separados no.

1277

1278

1279

2.- Marina

1280

1281 Nos ha servido para unirnos más al grupo, ya que siempre hemos sido compañeros pero
1282 no hemos sido unidos. A veces, tal vez por las apariencias, por lo que se ve que “la
1283 pica” o así, verdad? A veces las apariencias engañan y hasta cuando conocemos a las
1284 personas, sabemos como es esa persona. Creo que hasta nos empezamos a querer
1285 verdad? (risas) Es cierto, si, nos tenemos cariño.
1286 Me ha servido para perder la “pena”(vergüenza), ya que en los juegos nos liberamos.
1287 Aprendí a perder el miedo a las profundidades, porque si podía flotar, pero cuando me
1288 sentía en lo hondo el pánico me atacaba, me hacia hundirme y tragar agua. Pero Clara y
1289 sus amigas me ayudaron a perder ese miedo y cuando menos sentí estaba en lo hondo y
1290 ya, me sentía confiada en mi misma que no me iba a ahogar.
1291 Lo veíamos (a un compañero) , no se, no se porque la verdad muchos lo molestan y le
1292 hacen sentir mal. Y cuando usted nos llamó la atención, este, ya como reflexionamos
1293 muchos, creo yo, y yo siento que hacerle burla a una persona aunque tenga muchos
1294 defectos nos hace ver tontos. Una persona que humilla a otra es como un tonto, entonces
1295 yo siento que hemos cambiado en eso. A veces hay que respetar los defectos de las
1296 demás personas, no siempre van a ser como nosotros queramos. Ah y... qué más? Nos
1297 esta dando clase mami, ay, de verdad? O sino, a unos amigos, no es que tengo que ir a
1298 clase de la Española. De verdad que le da clase una española? Y yo...siii, Ah, que
1299 chivo! Pues sí, yo me la picaba (Presumía). Presumía con usted. Ay, pero, aprendí tantas
1300 cosas. Aprendí a cantar porque yo no podía cantarle a los niños, no. Y también, no se,
1301 como, me he hecho más divertida, menos aburrida, menos amargada.

1302

1303

1304

1305

3.- Olma

1306

1307 En Educación Física nos hemos ayudado mucho y a parte de esto nos ha unido como
1308 grupo, porque estábamos un poco separados y ha dejado huellas en nuestros corazones,
1309 ya que por medio de las actividades ayudamos a los centros escolares a tratar de
1310 cambiar un poco la realidad en la que viven los niños y niñas en nuestro país. Todo esto
1311 ha sido inolvidable, este curso, siempre lo vamos a recordar, momento maravilloso que
1312 hemos convivido todos. Muchas gracias.

1313

1314

1315

4.- Maria

1316

1317 Este curso para mí fue muy importante e interesante y lo disfrute mucho. He aprendido,
1318 me he divertido, he compartido, he jugado y he reído. Este curso me ha llenado de
1319 mucha felicidad ya que en los juegos no conocía dinámicas que pondré en práctica en
1320 las escuelas cuando yo sea profesora. Y recordare todo lo vivido en clase. Le doy
1321 gracias a mi profe, por haberme enseñado y su entusiasmo y dedicación me motiva a
1322 saber que educación física no es solo juego de pelota sino algo más. Que no
1323 necesariamente sea de competición, sino que de cooperación y todos podemos llevarnos
1324 bien y todos ganamos.

1325

1326

1327

5.- Rebeca

1328

1329 Lo primero que aprendimos fue a incluir a todos, a no hacer excepción de personas.
1330 Cuando poníamos los pupitres en circulo y siempre llamábamos a los demás que no se
1331 querían incluir en el circulo.
1332 A respetar a ____ (compañero) y no hacerle burla a nadie.
1333 En lo personal crecí como persona, aprendí infinidad de cosas nuevas e innovadoras
1334 aplicables a la Educación Física u otras áreas. Compartí con todos, no solo con mis
1335 amigas, respeté, pero también aprendí a cooperar con todos. Me siento más liberada y
1336 menos tímida para algunas cosas. Me gustó hacerles reír mucho anteayer y me gusto
1337 reírme de mí, fue una experiencia única e inolvidable.
1338 Profe, le agradezco mucho y deseo que siga logrando muchos éxitos en su vida y que
1339 Dios le bendiga siempre y disculpe porque en una clase opiné sobre la comida y fue
1340 algo que no iba al caso y la incomodé.

1341

1342
1343

1344

6.- Etelvina

1345

1346 Me ha servido mucho a mi, verdad, a mi persona, porque a través de todos los juegos
1347 que hemos estado realizando como yo participé. Como para mi es mi materia preferida,
1348 la Educación Física. Pero, hoy me ha servido mucho porque logré como vencer un
1349 miedo que tenía yo a equivocarme, porque, a mi no me gustaba participar mucho por
1350 temor a equivocarme y que mis compañeros se burlaran de mi. Y en cambio ahora, yo
1351 no siento ese miedo, a hablar y a equivocarme, no. Y también nunca pensé que pudiera
1352 nadar, porque cuando fuimos a Amapupala aprendí bastante porque yo no podía nada y
1353 entonces aprendí mucho, lo cual, me va a servir mucho para mi.
1354 También aprendí a asociarme más con todos mis compañeros, porque hemos estado
1355 trabajando juegos así. También aprendí a que debemos trabajar juntos, que debemos de
1356 cooperar todos.
1357 Quería darle las gracias por la dedicación que usted ha tenido para venirnos a
1358 enseñarnos algo que nos va a servir para nosotros.

1359

1360

1361

7.- Roxana

1362

1363 Comencé este ciclo con ellos este año y no me llevaba con todos, no es que no me
1364 llevaba, sino que, no había tenido la oportunidad de tratar con todos. Con los que están
1365 aquí he aprendido a, había algunos que no los hablaba, y quizá era porque, no es porque
1366 ellos no me daban oportunidad sino que igual yo también, quizá. Pero, he aprendido a
1367 hablar a la mayoría. Con ella, que yo la siento que es bien (gesto de alejada), con ____,
1368 pero aquí, hemos hablado mucho. Y así con varias, siento que el curso ha servido de
1369 mucho porque a mi me ha ayudado. Incluso, yo hablé con usted al inicio del curso, yo
1370 pensé que no iba a poder realizar los ejercicios, este, aún mi esposo me dijo – Tenga
1371 cuidado, porque todo eso no lo va a poder hacer.- Y yo dije, yo no voy a poder realizar
1372 los ejercicios, pero voy a ir para que vean que voy a estar ahí.
1373 Pero, me he divertido, he corrido, no he sentido que me haya hecho daño y me he
1374 sentido bien. Y quiero agradecerle a usted porque, porque usted se pone a la par de
1375 nosotros, no es como otros profesores que dirigen y dicen – Hagan- . Usted se pone al
1376 lado de nosotros y eso me motivaba a mi a hacer las cosas, porque soy muy halagana
1377 para hacer ejercicio pero he participado, he logrado hacerlo, la mayoría. Y quiero darle
1378 las gracias a usted.

1379

1380
1381

1382

8.- Ruby

1383

1384 Como grupo creo que nos hemos unido más a trabajar, con dinámicas que no
1385 necesariamente han sido con los compañeros de siempre y al ser un grupo más pequeño
1386 hemos logrado conocernos más, a convivir más.

1387 Creo que este grupo si se ha divertido y...mucho. Porque las clases han sido dinámicas
1388 y divertidas.

1389 En lo personal, creo que he mejorado en mi expresión corporal, anteriormente no me
1390 gustaba mucho la Educación Física porque siempre nos habían metido en la cabeza de
1391 que solo se trata sobre deporte y ahora que he aprendido que Educación Física es más
1392 que eso, es aprender divirtiéndose, mediante el juego y la expresión creo que me ha
1393 empezado a gustar.

1394 Agradezco enormemente a nuestra maestra Clara por enseñarnos todo lo que hemos
1395 aprendido, para mi ha sido un gran placer conocerla, es una persona carismática,
1396 dinámica, emprendedora y ya no se qué más escribir...

1397

1398

1399

9.- Esteffania

1400

1401 Al inicio de este curso he aprendido un sinnúmero de experiencias descritas a lo largo de
1402 cada momento compartido enmarcado en un sinnúmero de aspectos como docentes y
1403 estudiantes, a la vez que esto lleva a cabo una serie de implicaciones que cada uno
1404 valora en su caso.

1405 El compromiso que hemos adquirido nos detalla siempre en reflexionar siempre todo lo
1406 que en un futuro y alejado de la realidad que engloba nuestros ideales para ser agentes
1407 de cambio en nuestros contextos.

1408 Cada paso que damos u objetivos cumplidos nos hacen que seamos críticos, pero para
1409 ejercer un bien común.

1410

1411

1412

10.- Rafa

1413

1414 El taller de Educación Física que ustedes han venido a impartir en lo personal ha sido de
1415 mucha ayuda en mi formación como futuro docente ya que si en un momento
1416 determinado se nos encomienda impartir la materia de Educación Física, llevaré las
1417 bases primordialmente para poderla impartir. No así al 100% pero al menos yo llevo la
1418 base para poderla dar.

1419 Cada dinámica y juego que se nos ha dado en todo el taller en lo personal ha sido de
1420 mucha ayuda ya que me ha ayudado a socializarme más con los compañeros y
1421 compañeras, quizá a perder la pena (vergüenza). A acercarme más a la materia, a pesar
1422 de que en la Educación Básica nunca me gustó la Educación Física, pero esto me ha
1423 ayudado a motivar a saber que esta materia es de mucha importancia en el desarrollo de
1424 los niños.

1425 Y, agradecerles a ustedes porque han sido lo principal, personas altruistas, han dado lo
1426 mejor de ustedes sin esperar nada a cambio de nosotros.

1427
1428

1429 **11.- Damary**

1430

1431 A mi la Educación Física no me gustaba, cuando yo iba a la escuela, el día que me
1432 tocaba “física” era el peor para mí, yo le decía a mi profesora – Me quedo aquí, hago
1433 limpieza- . Yo no quería hacer “Física”.
1434 En cambio, ahora, que vine aquí, al principio decía – No quisiera ir, no me gusta -.
1435 Vine, he pasado momentos divertidos, he estado viniendo y viniendo, incluso la clase
1436 “...” decía yo – A, no, que termine esta clase para ir a Educación Física.-
1437 A si que, usted ha venido aquí para darme un animo para seguir practicando. Yo no
1438 tenía en la mente hacer ejercicio, ni cantar, ni nada y ahora hasta estamos planeando
1439 ayudar a una escuela a la que vamos, que es pequeña, ir con mi amiga, porque ellos no
1440 hacen juegos ni “Física”.

1441
1442

1443 **12.- Brenda**

1444

1445 Agradecerle a usted, por todo lo que nos ha venido a enseñar acá, pues igual, en los años
1446 anteriores solo era jugar a la pelota, cualquier otra cosa, hacer lo que nosotros
1447 queríamos, entonces, hemos descubierto lo que verdaderamente es la Educación Física,
1448 entonces, son conocimientos que llevaremos a la práctica, en el desarrollo de nuestra
1449 profesión y todo eso, no se, creo que será más fácil hacerlo teniendo todas las técnicas

1450
1451

1452 **13.- Katy**

1453

1454 El año pasado hice este mismo curso, pero no se parecía nada a este, porque no
1455 hacíamos tantas dinámicas como hemos practicado ahora. Igual me ha gustado mucho
1456 porque he podido compartir con todos mis compañeros. Porque cuando hacíamos
1457 grupos así en otras clases, solo con los amigos y en cambio aquí no, aquí con quien
1458 fuera teníamos que trabajar. Y así hemos aprendido a llevarnos con todos.

1459

1460 **14.- Flor**

1461

1462 Yo pienso, que este curso, nos ha ayudado bastante y mucho en nuestra formación
1463 docente porque sabemos que hay docentes que cuando toca “Física” solo la pelota dan,
1464 no saben hacer otros juegos. En cambio nosotros debemos ser docentes formadores que
1465 no solo que es deporte, sino poner en práctica lo que hemos vivido en este curso. No
1466 solo que quede hoy, estos días y ya olvidarlo.
1467 A mí siempre me ha gustado la Educación Física y lo digo así, desde que vengo, de
1468 primer grado siento que me veían de menos por ser gorda. Pero, la maestra también que
1469 me daba “Física” fue gorda, era así, con la autoestima baja. Yo nunca, me decían cosas
1470 y yo siempre (...)
1471 Y, hoy este curso me ha hecho cambiar más porque, como que me he hecho más
1472 divertida y me he integrado más. A todos les he hablado pero con (...) nunca había

1473 trabajado. Me ha ayudado mucho porque tenia miedo a que me dijera el maestro – No,
1474 no es así.- Y que todos se rieran de mi. Pero al fin lo supere, creo que cambié, mi
1475 manera de ser, más risueña, porque cuando llego a casa me dice mi papá que en “Física”
1476 - ¿Porqué llego a la casa tan riéndome?.- Yo le digo que es la materia la que me hace
1477 sonreír, porque aquí siempre con la risa y no es que yo sea payasa, pero siempre me ha
1478 gustado reír.

1479
1480

1481 *15.- Sonia*

1482

1483 Agradecer a todos porque todas las dinámicas y juegos que hemos realizado, no solo yo
1484 las podía hacer, eran juegos en conjunto, lo cual, si los demás no hubiesen puesto de su
1485 parte y trabajar conmigo se que yo sola nunca lo podría haber hecho.

1486 Igual se que ha sido un curso del cual hemos aprendido muchísimo, muchas
1487 experiencias, compartido alegrías, tristezas, entre todos. Siento yo que nos ha unido
1488 muchísimo, ya tres años que llevamos juntos, tanto que decíamos de realizar actividades
1489 para socializarnos y nunca se pudo lograr hasta hoy .

1490 Este curso ha podido cambiar todo eso en nosotros, es una satisfacción tener un buen
1491 recuerdo al final de nuestra carrera y decir –Bueno, recuerdo a mis compañeros por
1492 cosas bonitas y no por cosas malas.

1493 También, estos juegos, canciones, todo lo que hemos aprendido se que nos va a servir
1494 en un futuro en nuestra profesión para ponerlo en práctica con nuestros alumnos.

1495 Al igual con nuestra familia, que sabemos que nuestros papás dejan a un lado su niñez y
1496 a veces llego a casa con niñerías y me preguntan, qué pasa. – Bueno, que quiero que
1497 todos nos divirtamos.- El ser personas adultas no significa que no puedan jugar, igual
1498 todos tenemos que tener esa oportunidad, y no podemos decir – Nuestra edad ya pasó.-
1499 Podemos divertirnos y ser felices hasta que muramos.

1500 Se que muchas veces nosotros aquí en nuestro país no queremos hacer una cosa
1501 chiquitita de grande, siempre estamos esperando que haya un estímulo, lo cual, usted no
1502 ha estado buscando, solo una satisfacción personal.

1503 Espero que no sea la primera vez que pudiéramos tener a alguien comparta con nosotros
1504 y al igual para nosotros que no sea la última vez que podamos compartir entre todos
1505 sino que haya en cosas mucho más grandes donde nos puedan unir mucho más.

1506 Al igual, todo esto que hemos aprendido, ponerlo en práctica, no ponerlo yo sola con
1507 eso, sino que los demás aprendan. Seguir el ejemplo de usted, se que igual que nos ha
1508 ayudado a nosotros, nosotros podemos ayudar a otras personas.

1509
1510

1511 *16. - Fave*

1512

1513 Pero yo pensé en mi “problema” (se señala las rodillas), porque yo, por ejemplo,
1514 caminar demasiado o el estar mucho en movimiento con mis rodillas, me duelen, ahorita
1515 me están doliendo pero no es mucho. Yo decía cuando usted nos dio los nuevos
1516 cambios de horarios, de 8:00 a 11:00 de tanto a tanto, yo decía – Juela, tanto no voy a
1517 aguantar- . Pero, es ahí donde yo he visto esa capacidad que yo tengo de poder aguantar
1518 y decir – Yo puedo! - Aunque tenga esto. Pero, usted es una persona grande, al menos a
1519 mi me toca el corazón porque yo digo, venir de tan lejos y ayudarnos a nosotros que
1520 quizá nosotros en un principio no mostramos interés. Yo se que usted una vez se sintió

1521 mal porque solo sí le decíamos nosotros, como que no le demostrábamos que queríamos
1522 esto, pero, a la larga yo he comprendido de que me he unido más a ustedes. Y yo ahorita
1523 les pido disculpas si a alguno le he hecho sentir mal, a usted si quizá le hice una mirada
1524 mal, no se.
1525 Y gracias porque usted ha puesto todo de usted para ayudarnos a nosotros a enseñar y
1526 que nosotros despertemos esa niñez en nosotros aunque tengamos cincuenta años, que
1527 siempre recordemos que somos niños y que debemos ayudar a los demás y que todos
1528 juntos debemos de amarnos y querernos como uno solo, porque, no sirve que estemos
1529 en enemistad.
1530
1531

1532

ENTREVISTAS

1.- Rebeca

Investigadora

¿Qué tal ____? Necesito que me hagas un favor, solo contestar dos preguntas. Puedes extenderte todo lo que quieras.

1. Cual fue tu anterior experiencia en Física y cómo la viviste (antes de la que impartimos el año pasado)
2. ¿Cómo te sentias en las clases que dimos? que sentimientos tenias hacia la práctica

Respuesta

07/09/2014 4:35

Hola clara gusto en saber de usted contestare Respuesta de la 1 Fue una experiencia k recordare toda la vida y k me ayudo

Investigadora

07/09/2014 17:09

Hola ____, es sobre cómo has vivido la Educación Física durante Primaria y el instituto

Respuesta

07/09/2014 17:14

Pero es solo en su curso ke nos dieron o en toda mi vida?Yo entendi kon las dos preguntass k solo de su curso?Explicar x

Investigadora

07/09/2014 17:14

Me refiero en toda tu vida.

La primera es en toda tu vida.

La segunda es lo que sentias en las clases, pero también con tu cuerpo

Contesta la primera pregunta cuando puedas y te voy diciendo

Respuesta

07/09/2014 17:47

Bien ya kasi lo hare

Investigadora

07/09/2014 17:49

¿Ahora?

Respuesta

07/09/2014 17:52

1582 Bien ya kasi lo hare
1583
1584 07/09/2014 17:54
1585 Jaaaaaaa es una materia muy agradable y bonita ke kien la imparte tiene ke ser su area
1586 xk si no se vuelve desagradable
1587
1588 Investigadora
1589 07/09/2014 17:55
1590 ¿Crees que es importante quien la imparte?
1591
1592 Respuesta
1593 07/09/2014 17:57
1594 Y desde mi infancia la vivi pura la clase de fisica ejercicios de acuerdo a mi edad de lo
1595 mas sencillo a lo complejo k
1596
1597 Investigadora
1598 07/09/2014 18:03
1599 ¿Qué suponian para ti esas clases?
1600
1601 Respuesta
1602 07/09/2014 18:06
1603 Al principio eran bonitas pero despues se volvia rutina xk siempre eran lo mismo o nos
1604 dejaban a nosotros a ver k jugabamos
1605
1606 07/09/2014 18:12
1607 en el instituto era profesional kien la impartia y nos enseño muchooo aprendi varias
1608 cosas pero aveces era x una n
1609
1610 Investigadora
1611 07/09/2014 18:19
1612 ¿El qué era?
1613 ¿Qué tiene de malo o de bueno dejar al grupo hacer lo que quiera?
1614
1615 Respuesta
1616 07/09/2014 18:37
1617 Era x una nota los ejerercicios en el instituto aveces y es bueno ke nos dejen hacer lo k
1618 keramos pero a ca/Da rato nou
1619
1620 Investigadora
1621
1622 29/10/2014 17:32
1623 Hola ____, una última pregunta. Si pudieses contestarme antes del lunes te lo
1624 agradeceria. Ahi va... -¿Cómo implementarás tus clases de Educación Física en el
1625 futuro, qué será lo que quieras que aprendan tus alumnos/as?
1626
1627 Respuesta
1628 30/10/2014 17:35
1629 Me gustarian ke aprendieran jugando ke se diviertan pero al mismo tiempo aprendan
1630 kon responsabilidad,Ke afronten sus mi
1631

1632 30/10/2014 17:41
1633 Sus miedossss y ke no crean ke hay ejercicios ke solo son para gorditos o flacos ke no
1634 haya ningun tipo d discriminacion
1635
1636 30/10/2014 17:54
1637 Hacia esto o en los generos y ke puedan aprender a socializar x medio de la educacion
1638 fisica
1639 Y ke aprendan a diferenciar entre deporte y educacion fisicaaaaaa
1640 Y ke les guste esta materia ke no la vean komo algo aburrido Clara espero este bien???
1641 a ver si algun día la volveremos
1642 A verrr?? espero le ayude lo ke le conteste y le deseo lo mejor ke Dios le bendiga
1643 siempre grciasss a Dios me va bien en
1644

1645

1646 *2.- Fave*

1647 Investigadora
1648 Hola ____, necesito que me hagas un favorcito, solo son dos preguntas
1649 1. ¿Cuál fue tu anterior experiencia en Física y cómo la viviste (antes de la que
1650 impartimos el año pasado)?
1651 2. ¿Cómo te sentias en las clases que dimos? que sentimientos tenias hacia la práctica
1652

1653 Respuesta
1654 06/09/2014 14:39
1655 Mmm pz en realidad la Física q yo vivía solamente era jugar lo q nos dijeran fuese lo q
1656 fuese, era divertido pero nada mas hasta ahi y al fis siguiente lo mismo hasta me aburría
1657 cuando nos decían q íbamos a Física..
1658 2- Me sentía emisionada porque sabía q seria diferente, cuando comenzó la primer clase
1659 yo dije juuue esto es educación física me divertí tanto q cuando acababan quería q el
1660 siguiente dia llegara rápido para saber algo nuevo, cada día eran sentimientos diferentes,
1661 alegría, emoción , suspenso, etc, porque eran actividades q lograban eso, lo mejor de
1662 todo controlar el cuerpo y la mente para hacer todo aun mejor!!!!
1663 Ok listo!!!!
1664

1665 Investigadora
1666 06/09/2014 17:19
1667 Dices al final para hacer todo mejor, ¿a qué te refieres con lo mejor?
1668

1669 Respuesta
1670 07/09/2014 0:40
1671 Es decir para hacer todo buen pz con mad ganas
1672

1673 Investigadora
1674 29/10/2014 17:32
1675 Hola Fave, una última pregunta. Si pudieses contestarme antes del lunes te lo
1676 agradecería. Ahi va... -¿Cómo implementarás tus clases de Educación Física en el
1677 futuro, qué será lo que quieras que aprendan tus alumnos/as?
1678 2 de noviembre
1679

1680 Investigadora
1681 02/11/2014 19:50
1682 Perdona que te moleste ____, podrias contestarme a la pregunta por favor.
1683
1684 Respuesta
1685 02/11/2014 21:41
1686 Ok ok ahorit le respondo
1687
1688 02/11/2014 21:51
1689 Primeramente lo q haría es darles a conocer el concepto de educación física y en q
1690 realmente consiste, la diferencia entre ella y deporte, xq la educación física va mas allá
1691 de una actividad física, se tiene q llevar a cabo utilizando los 5 sentidos coordinando el
1692 cuerpo y la mente, yo quiero q mis niños aprendan a valorar la educación física cm yo lo
1693 hice a comprenderla en todo lo q es, q no la confundan con un simple juego o deporte.
1694 Y lo principal q amen hacer educación física q la vean cm una necesidad no cm una
1695 obligación
1696 Ahí esta lkmmm
1697 Bendiciones masivas.
1698
1699 Investigadora
1700 04/11/2014 9:54
1701 Muchas gracias. Un abrazo grande desde acá.
1702 5 de noviembre
1703

1704 **3.-Flor**

1705
1706 Solo dos preguntas... puedes decir todo lo que quieras, agradeceria mucho que me
1707 contestases
1708 La primera es... ¿Cual fue tu anterior experiencia en Física y cómo la viviste (antes de
1709 la que impartimos el año pasado)?
1710 Y la otra pregunta 2. ¿Cómo te sentiste de manera individual en las clases de Física del
1711 año pasado qué te hacian sentir las clases?
1712
1713 Investigadora
1714 06/09/2014 0:00
1715 Por favor necesito que me las contestes
1716
1717 Respuesta
1718 06/09/2014 0:12
1719 La primera la verdad creo q profe no sabia q era física xq no pasábamos de lo mismo
1720 jugar fútbol y bate e incluso mica y la vivi no también xq casi no me tomaban en cuenta
1721 por gordita llegue un tiempo q me frustraron y cuando llegue al bachillerato todo era
1722 diferent y pregunta dos bueno de manera personal me gusto muchísimo por que entendí
1723 q era física en si ya que fue en esas clases q me sentía importante ya vivi experiencias
1724 bonitas y se q lo q aprendí me va ayudar a futuro cuando de sempeñe la docencia
1725
1726
1727
1728

1729 Investigadora
 1730 06/09/2014 0:14
 1731 Dices que no te tomaban en cuenta por ser gordita, que diferencia habia en las clases de
 1732 física del año pasado y ahora que es física para ti?
 1733
 1734 Respuesta
 1735 06/09/2014 0:22
 1736 Es una actividad corporal en la cual nos ponemos en movimiento para demostrar
 1737 nuestras habilidades y destrezas
 1738 Eso es física para mi
 1739
 1740 Investigadora
 1741 06/09/2014 0:24
 1742 Corporalmente, que diferencias ves en tus clases del colegio, instituto a la de Física del
 1743 año pasado
 1744
 1745 Respuesta
 1746 06/09/2014 1:58
 1747 Q en el instituto nos dejan aser lo q uno quiera aser en cambio la del año pasodo ya nos
 1748 explica de manera espesifica y con q edades se puede desarrollar diferentes Juegos y
 1749 contenidos
 1750
 1751 Investigadora
 1752 06/09/2014 9:50
 1753 muchas gracias flor, eres un sol!!!
 1754 tienes algo más que decir?
 1755
 1756 Respuesta
 1757 06/09/2014 13:09
 1758 De nada clara espero q le sirva x cual quier cosa ai estoy
 1759
 1760 Investigadora
 1761 06/09/2014 17:16
 1762 Muchas gracias me sirve mucho lo que me cuentas
 1763
 1764 06/09/2014 19:16
 1765 Me nada clara
 1766
 1767 Investigadora
 1768 07/09/2014 17:32
 1769 Dices que en el instituto te dejaban hacer lo que quisieseis, qué problemas ves en ese
 1770 método
 1771
 1772 Respuesta
 1773 07/09/2014 17:47
 1774 Mal xq no usaban un metido a decuado pienso q no sabia q era física y como impartirla
 1775 evecas con solo asistir ya era física y ponían la nota
 1776
 1777 Investigadora
 1778 07/09/2014 17:49

1779 ¿Qué pasaba en esas clases, todo el mundo participaba?
1780 ¿Se asistía y todo el mundo participaba en ellas?
1781
1782 Respuesta
1783 07/09/2014 17:52
1784 No eran muchos solo trabajan con los q participaban y los demás les daba lo mismo y
1785 todos asistían x la nota
1786
1787 Investigadora
1788 07/09/2014 17:53
1789 ¿Tu qué hacías o qué querías hacer?
1790
1791 Respuesta
1792 07/09/2014 18:08
1793 Aceves jugábamos bate o fútbol eso era todo siempre
1794
1795 Investigadora
1796 07/09/2014 18:19
1797 Entonces os divertíais ¿Cómo en las clases de Física del año pasado?
1798
1799 Respuesta
1800 07/09/2014 18:33
1801 Si pero solo esos Juegos eran
1802
1803 Investigadora
1804 07/09/2014 18:34
1805 Entonces, la diferencia de Física del año pasado ¿es el número de juegos que hacíamos?
1806
1807 Respuesta
1808 07/09/2014 18:37
1809 Algo así la manera de como aplicar la Física para diferentes edades
1810
1811 Investigadora
1812 07/09/2014 18:39
1813 Me decías que por tener algo más de peso no te sentías bien en algunas clases de Física,
1814 porque en estas si? Solo era por tener más juegos? ¿Porque eran más divertidos? ¿Qué
1815 pasaba con tu cuerpo o qué paso con tu cuerpo en estas clases?
1816
1817 08/09/2014 20:25
1818 Hola____, si me puedes contestar a esta última pregunta y ya no te molesto más.
1819
1820 Respuesta
1821 08/09/2014 20:43
1822 Si le conteste quizás no se envió el msj como le escribía sentí con mi cuerpo gran
1823 diferencia a como era antes hoy me siento bien no tengo complejos xq gracias a usted
1824 clara pude desarrollar muchas habilidades q las tenía ocultas. No son molestias para mi
1825 las q usted me hace clara
1826
1827
1828

1829 Investigadora
 1830 08/09/2014 20:46
 1831 No lo recibí.
 1832 Gracias ____
 1833 ¿Que habilidades pudiste desarrollar?
 1834 ¿Y por qué no tienes complejos?
 1835
 1836 Respuesta
 1837 08/09/2014 20:50
 1838 Habilidades motrices y destrezas
 1839
 1840 Respuesta
 1841 08/09/2014 21:06
 1842 Xq antes no me gustab participar en nada ni si quiera hablar xq tenía miedo a
 1843 ekibocarme y ser la burla de los demas
 1844
 1845 Investigadora
 1846 08/09/2014 23:38
 1847 ¿Qué crees que es lo que más te ha ayudado de las clases?
 1848
 1849 29/10/2014 17:31
 1850 Hola ____, una última pregunta. Si pudieses contestarme antes del lunes te lo
 1851 agradecería. Ahí va... -¿Cómo implementarás tus clases de Educación Física en el
 1852 futuro, qué será lo que quieras que aprendan tus alumnos/as?
 1853
 1854 02/11/2014 19:50
 1855 Perdona que te moleste ____, podrias contestarme la pregunta por favor?
 1856
 1857 02/11/2014 19:56
 1858 Cuando puedas
 1859
 1860 Respuesta
 1861 04/11/2014 3:37
 1862 Hola perdón asta hoy me he conectado primeramente conocer á todos luego usiera un
 1863 juego sencillo para ver sus destrezas y habilidades q poseen luego empezara apreguntar
 1864 q es para ellos educación física luego de las respuestas les daría mi aporte espero q le
 1865 servia y mil disculpas
 1866
 1867 Investigadora
 1868 04/11/2014 8:03
 1869 Hola _____. No te preocupes. En relacion a lo que me contestas seria de una sesión. Cómo
 1870 harias en el resto de clases, me refiero a qué y cómo lo enseñarias, qué seria para ti lo
 1871 más importante. Muchas gracias
 1872
 1873 Respuesta
 1874 04/11/2014 22:39
 1875 La misma dinámica ulizara solo q isiera grupos si la sección fuera grande
 1876

4.-Roxana

1877

1878

1879 Solo dos preguntas... puedes decir todo lo que quieras, agradecería mucho que me
1880 contestases

1881 La primera es... ¿Cual fue tu anterior experiencia en Física y cómo la viviste (antes de
1882 la que impartimos el año pasado)?

1883 Y la otra pregunta 2. ¿Cómo te sentiste de manera individual en las clases de Física del
1884 año pasado qué te hacían sentir las clases?

1885

1886 Respuesta

1887 1 pregunta@/ antes de q ustedes llegaran no habíamos recibido ningún curso de física.
1888 Solamente la física q recibíamos cuando fuimos a la escuela y el bachillerato pero era
1889 solamente practicar un deporte no realizábamos ejercicios donde desarrollarían un tema
1890 en específico y desacuerdo a la edad y lo q se quería enseñar e incluso cuando empezó
1891 el curso pensé q sería igual q en la escuela solo ejercicio físico pero me equivoque
1892 do

1893

1894 14/10/2014 5:26

1895 2pregunta/ desde el primer día no se si se recuerda que le conté del problema y de mi
1896 recién operación y la actitud q mostró dándome confianza eso fue muy importante para
1897 durante el curso me di cuenta lo profesional q era . luego de conocer realmente que era
1898 "educación física" y la importancia para nuestros alumnos y en cada una de las clases la
1899 forma divertida sin dejar a un lado lo q se está estudiando y la importancia de
1900 desarrollarla como debe de ser.

1901

1902 Investigadora

1903 14/10/2014 22:46

1904 Gracias ____! Y qué es entonces para ti la Educación física?

1905

1906 Respuesta

1907 15/10/2014 23:05

1908 Hola clara no está dormida

1909

1910 Investigadora

1911 15/10/2014 23:06

1912 No, estoy despierta

1913

1914 Respuesta

1915

1916 15/10/2014 23:11

1917 Con respecto a la pregunta la educación física es una área muy importante para el
1918 desarrollo físico como mental es mas se conocen y se ponen en práctica las demás áreas
1919 de la ciencia matemática y como bien dicen cuerpo sano mente sana el poder ayudar a
1920 los alumnos para un mejor desarrollo

1921

1922 Investigadora

1923 15/10/2014 23:13

1924 ¿Qué supuso para ti la asignatura, corporalmente?

1925 Recuerdo perfectamente cuando te acercaste a decirme que no ibas a poder por que
1926 pensabas que no podías y luego, ¿qué actividades te encontraste y qué supuso para ti?

1927

1928 Respuesta

1929 15/10/2014 23:22

1930 Un momento xf

1931

1932 Investigadora

1933 15/10/2014 23:22

1934

1935 ok

1936

1937 Respuesta

1938 15/10/2014 23:31

1939 Fue totalmente diferente al trascuro del tiempo me di cuenta que las actidades tenían un

1940 propósito y un tema desarrollar por lo cual fue muy grato el aprendizaje sin molestar a

1941 mi cuerpo osea q lo enseñado en escuela solo era una practica de un deporte nada mas

1942

1943 Investigadora

1944 15/10/2014 23:32

1945 A qué proposito te refieres

1946 (____, tu contesta cuando puedas, tenemos una semana para hacer la entrevista)

1947

1948 Respuesta

1949 15/10/2014 23:34

1950 Esta bien que descanse

1951

1952 Investigadora

1953 15/10/2014 23:35

1954 Contesta a lo largo del día, cuando puedas, no quiero que estes desatendiendo otras

1955 tareas por contestarme a mi cuando tengas un rato y estes tranquila lo contestas, piensa

1956 en qué propositos crees que tenia la actividad un abrazo desde el otro lado del charco

1957 gracias

1958

1959 Investigadora

1960 21/10/2014 20:44

1961 Hola ____, cuando puedas contestame a la última pregunta que te hice.

1962

1963 29/10/2014 17:30

1964 Hola ____, una última pregunta. Si pudieses contestarme antes del lunes te lo

1965 agradecería. Ahi va... -¿Cómo implementarás tus clases de Educación Física en el

1966 futuro, qué será lo que quieras que aprendan tus alumnos/as?

1967

1968 02/11/2014 19:58

1969 Perdona que te moleste ____, podrias contestarme la pregunta cuando puedas? muchas

1970 gracias

1971

1972 Respuesta

1973 03/11/2014 2:41

1974 Hola disculpa pero estado tan ocupada ayudándole a calificar mi hermana a calificar ya

1975 q el año escolar se acaba

1976

1977 03/11/2014 2:51
 1978 Pero comencare diciendo que cada maestro aunque nuestra área no sea "física " siempre
 1979 nuestro propósito debe de ser que nuestros alumnos aprendan y de desarrollen sus
 1980 habilidades proporcionándoles las herramientas necesaria en si que mi proposito sera
 1981 brindar a mis alumnos esas herramientas para su mejor desarrollo . Ahora bien en cada
 1982 clase debo de de desarrollar diferentes actividades donde tendrá un objetivo de acuerdo
 1983 al tema que estudiaremos objetivo que debo de lograr al terminar dicha clase o tema
 1984
 1985
 1986 Investigadora
 1987
 1988 04/11/2014 9:56
 1989 Hola ____, lo que me cuentas esta muy bien, pero es más bien para todas las asignaturas.
 1990 Diferenciando la Educación Física, cuales serian los principios que seguirias para
 1991 enseñar la asignatura. Es decir, cómo te dirigirias al grupo, qué creerias más importante
 1992 para enseñar.
 1993 (relacionado con la Educación Física)
 1994 No hace falta que lo mires en ningún sitio, solo lo que tu creas que es lo que me parece
 1995 importante.
 1996

1997 *5.-Marina*

1998
 1999 Solo dos preguntas... puedes decir todo lo que quieras, agradeceria mucho que me
 2000 contestases
 2001 La primera es... ¿Cual fue tu anterior experiencia en Física y cómo la viviste (antes de
 2002 la que impartimos el año pasado)?
 2003 Y la otra pregunta 2. ¿Cómo te sentiste de manera individual en las clases de Física del
 2004 año pasado qué te hacian sentir las clases?
 2005
 2006 Respuesta
 2007 05/09/2014 23:30
 2008 Para mi la fisica era aburrida creia k solo era correr jugar fútbol y los otros deportes
 2009 hacer ejercicio y lo unico q me gustaba de la educacion fisica es ke no recibíamos clases
 2010 no le tomaba para nada de importancia
 2011 Despues de recibir clases con ustedes
 2012
 2013 Investigadora
 2014 05/09/2014 23:33
 2015 ¿Por qué no le tomabas importancia?
 2016
 2017 Respuesta
 2018 05/09/2014 23:38
 2019 Despues de recibir educación fisica con ustedes comprendi q la fisica va mucho mas a
 2020 lla de los deportes , que es divertida y al mismo tiempo saludable que podemos
 2021 ejercitarnos y al mismo tiempo aprender ,podemos utilizar la fisica en el aula para hacer
 2022 el aprendizaje de los niños mas facil.pienso que si doy fisica en un futuro llevare a cabo
 2023 todo lo aprendido con ustedes
 2024
 2025

2026 Investigadora
 2027 05/09/2014 23:39
 2028 ¿Cómo te sentias en las clases que dimos? ¿Qué sentimientos tenias y porqué dices que
 2029 no es deporte, qué pasa con los deportes?
 2030
 2031 Respuesta
 2032 05/09/2014 23:41
 2033 Sentia q volvia a mi adolescencia era divertido
 2034 Es q aki educacion fisica le dicen a los deportes y solo eso
 2035 En mi cole la malloria preferian sentarse porq no les gustaba el Fútbol ni basketbal yo
 2036 era una de ellas
 2037
 2038 Investigadora
 2039 05/09/2014 23:47
 2040 Sentias entonces que volvias a tu adolescencia y corporalmente ¿sentias algo?
 2041 Es decir, ¿las vivencias eran igual que de adolescente?
 2042
 2043 Respuesta
 2044 05/09/2014 23:50
 2045 Corporalmente mi cuerpo mas flexible mas activo
 2046 Mi mente mas atenta
 2047 Mas ligereza
 2048
 2049 Investigadora
 2050 05/09/2014 23:51
 2051 ¿Y porqué?
 2052
 2053 Respuesta
 2054 05/09/2014 23:53
 2055 Porque comi
 2056 Como
 2057
 2058 Investigadora
 2059 05/09/2014 23:53
 2060 ¿Antes no comias?
 2061 ¿Qué diferencias ves entonces en las clases que dimos y en las que se dan normalmente
 2062 o las que has vivido?
 2063
 2064 Respuesta
 2065 05/09/2014 23:55
 2066 Nada que ver
 2067
 2068 Investigadora
 2069 05/09/2014 23:55
 2070 Y qué suponen unas clases y otras para los alumnos de los coles
 2071
 2072 Respuesta
 2073 05/09/2014 23:58
 2074 No entiendo pregunta
 2075

2076 Investigadora
 2077 05/09/2014 23:59
 2078 Pues qué ves que puede causar o causa el que se den las clases de una manera o de otra
 2079 Que si se dan como tu has dicho, con deportes qué es lo que pasa y que si se dan como
 2080 nosotros las dimos qué crees que podría pasar.
 2081
 2082 Respuesta
 2083 06/09/2014 0:01
 2084 Los niños tuvieran mas motivacion para ir al cole aprendieran mas rápido
 2085
 2086 Investigadora
 2087 29/10/2014 17:32
 2088 Hola ____, una última pregunta. Si pudieses contestarme antes del lunes te lo
 2089 agradecería. Ahí va... -¿Cómo implementarás tus clases de Educación Física en el
 2090 futuro, qué será lo que quieras que aprendan tus alumnos/as?
 2091
 2092 Respuesta
 2093 30/10/2014 2:08
 2094 Que aprendan todo acerca de la fisica teoria y práctica
 2095 Objetivo la importancia de la educacion fisica en la vida cotidiana como movimientos,
 2096 la fuerza etc
 2097
 2098 Investigadora
 2099 30/10/2014 9:32
 2100 ¿Cual seria la forma de enseñarlo?
 2101
 2102 Respuesta
 2103 31/10/2014 3:53
 2104 Buscar muchas dinamicas juegos y luego adaptarlos a cada tema q se les de
 2105
 2106 Investigadora
 2107 04/11/2014 9:59
 2108 ¿Qué caracter tendrían esos juegos y dinámicas y porqué. Me refiero a qué se aprendería
 2109 y cómo?
 2110
 2111 **6.- Ruby**
 2112 Solo dos preguntas... puedes decir todo lo que quieras, agradecería mucho que me
 2113 contestases
 2114 La primera es... ¿Cual fue tu anterior experiencia en Física y cómo la viviste (antes de
 2115 la que impartimos el año pasado)?
 2116 Y la otra pregunta 2. ¿Cómo te sentiste de manera individual en las clases de Física del
 2117 año pasado qué te hacían sentir las clases?
 2118
 2119 Respuesta
 2120
 2121 1) Anteriormente no me gustaba la clase de educacion fisica porque generalmente solo
 2122 se le dedicaba al deporte, especialmente futbol. La actividad fisica, combinada con la
 2123 practica de deprtes me resultaba estresante y casi nunca nos explicaban el objetivo de la
 2124 practica deportiva o para que realizabamos cierta actividad.

2125
2126
2127 30/09/2014 0:32
2128 2) En el taller aprendí que la práctica de actividad física, combinada con el juego lúdico
2129 es excelente para alcanzar los objetivos relacionados a la E.F. El estudiante se motiva
2130 más a participar y adquiere hábitos de práctica deportiva para mantener un buen estado
2131 de salud, ya que conoce que el realizar cierto tipo de ejercicio le contribuye a mejorar la
2132 circulación, la coordinación, equilibrio, entre otros. En cada taller que realizamos,
2133 siempre se nos explicaba el objetivo de lo que realizábamos y eso nos ayudó a ver la
2134 E.F. como algo más que la práctica de deportes.
2135
2136 Investigadora
2137 30/09/2014 10:06
2138
2139 Hola ____, muchas gracias por contestarme, si no es mucho pedir, voy a continuar
2140 preguntándote en relación a lo que me contestas.
2141 Dices que la práctica de deportes te resultaba estresante, ¿por qué? ¿Qué es lo que te
2142 llevaba a esa situación de estrés? Dices que un punto importante es que te expliquen las
2143 actividades, pero, ¿cambiaría en algo si te lo explicasen del deporte?
2144
2145 30/09/2014 10:18
2146 Hablas de juegos lúdicos y participación, ¿qué crees que implicaron en tu cuerpo y en el
2147 de los/as demás que se realizasen estas actividades y no actividades deportivas
2148 (es muy interesante lo que me cuentas, me gustaría que me contestases a las preguntas
2149 que te formulé por favor)
2150
2151 Respuesta
2152 03/10/2014 0:04
2153 En lo particular, no me gustan muchos los deportes, sobre todo el fútbol. Una buena
2154 razón de eso es que le temo a las pelotas y a que me golpeen con ellas, igual el softball.
2155 Creo que la práctica de otros deportes como la clase de natación que tuvimos en el
2156 parque acuático me motivó más a practicarlo posteriormente. En general preferiría un
2157 deporte en el que no se utilicen las bolas. Mencione que me estresaban las clases E.F. de
2158 la escuela porque siempre se centraban en este tipo de deportes, pero la práctica de otro
2159 deporte para mí es preferente. Los niños aprenden más con juegos. No digo que con la
2160 práctica de deportes no se alcancen los objetivos de la E.F., sino que es más factible
2161 aprender a través de los juegos. En el taller jugamos más que practicar un deporte y
2162 aprendí más en menos de tres meses que años de ir a la escuela; además de que se
2163 combinaban actividades con más esfuerzo físico, con actividades de menos esfuerzo
2164 físico y utilizábamos además del cuerpo, la mente. Eso equilibraba mejor las cosas.
2165
2166 Investigadora
2167 03/10/2014 10:20
2168 Hola ____. Muchas gracias. Te falta la última pregunta, Hablas de juegos lúdicos y
2169 participación, ¿qué crees que implicaron en tu cuerpo y en el de los/as demás que se
2170 realizasen estas actividades y no actividades deportivas.
2171 solo una puntualización. Durante las actividades que realizamos no hicimos ningún
2172 deporte. El deporte conlleva competición y técnica.
2173 ¿qué otras cosas aprendiste en 2 meses? No solo en contenidos de la asignatura sino
2174 reacciones de tu cuerpo y el de los demás

2175 me refiero a cómo y qué sentías, primero de manera individual y después de forma
 2176 grupal
 2177 y lo último, crees que influyó el tipo de clases con vuestras acciones en el resto, en la
 2178 sociedad?
 2179
 2180 Respuesta
 2181 04/10/2014 0:22
 2182 El estado de animo es lo que mas influyo de manera corporal, ya que con las actividades
 2183 que realizamos nos sentiamos con mas energia y animo para paricipar en cada una de
 2184 las actividades. Todo eso nos animaba a realizar las atividades, el grupo se motivaba. Es
 2185 la reaccion mas visible que puedo mencionar en cuanto a lo fisico-corporal, el aumento
 2186 de la energia, sentirse mas descansado y relajado el cuerpo y la mente.
 2187
 2188 04/10/2014 0:36
 2189 Algo mas que aprendi fue la proyeccion social que hicimos de lo que aprendimos:
 2190 compartir nuestros aprendizajes y conocimientos con los demas, tal es el caso de la
 2191 actividad que realizamos en la Comunidad Calderitas cuando visitamos la escuela para
 2192 compartir con los estudiantes. Al igual, la actividad que realizamos con un grupo de
 2193 compañeras en la escuela Marcelino Garcia Flamenco fue de bastante provecho para
 2194 nosotros y para los estudiantes que se motivaban y alegraban cada vez que llegabamos
 2195 a compartir con ellos juegos y actividades y notamos el trabajo en equipo que ellos
 2196 realizaban con las actividades. Al final de esa pequeña intervencion en la escuela, los
 2197 estudiante nos pedian que regresaramos el siguiente año xq nos comentaban q se
 2198 aburrían en las clases. Esas dos actividades las puedo mencionar como algo positivo que
 2199 influyo en la sociedad mas proxima con respecto al curso de E.F.
 2200
 2201 Investigadora
 2202 04/10/2014 11:46
 2203 Hola de nuevo ____!
 2204
 2205 04/10/2014 11:56
 2206 Qué aprendizajes sobre tu cuerpo tuviste al estar este relajado?
 2207 2. También en algún momento utilizamos balones, cuales crees que fueron las
 2208 diferencias de esas actividades frente al futbol (a parte de ser un juego)? 3. cómo te
 2209 sentías?
 2210
 2211 Respuesta
 2212 21/10/2014 19:45
 2213 1-la resistencia ha sido el aprendizaje sobre mi cuerpo debido a que en algunas
 2214 ocasiones realizaba ejercicio con mis hermanas y rapidamente me cansaba xq no
 2215 combinaba bien el tipo de ejercicio. 2- las actividades q realizamos con balones no
 2216 fueron especificamente futbol, sino mas recreativas y por lo cual me divertia mas en
 2217 este tipo de actiidades 3- no senti miedo a q me golpearan y me diverti mucho
 2218
 2219 Investigadora
 2220 21/10/2014 19:52
 2221 Hola ____!
 2222 Muchas gracias por tus respuestas ¿qué aprendizajes tuviste sobre tu cuerpo y el de los
 2223 demás? es decir, al hacer las actividades no estabamos aislados unos de otros, sino que
 2224 estabamos juntos, qué aprendiste del resto de cuerpos

2225
2226 Respuesta
2227 21/10/2014 19:59
2228 como asi?...no entiendo, sobre el cuerpo de mis compañeros?
2229
2230 Investigadora
2231 21/10/2014 20:23
2232 Es decir como veias el cuerpo de los demás en las clases, más capaces, menos capaces,
2233 diferente, igual, no importaba, dime como lo veias.
2234
2235 Respuesta
2236 21/10/2014 20:47
2237 en momentos pensaba q los demas eran mas capaces q yo, q tenian mas resistencia y
2238 agilidad para ciertas actividades como Etelvina, Fave eran bastante rapidas y agiles,
2239 pero eso no importo despues xq todos estabamos aprendienso y comprendi q todos
2240 somos capaces
2241
2242 Investigadora
2243 21/10/2014 22:12
2244 ¿Qué actividades realizabas para pensar que eran más capaces? ¿Y qué actividades te
2245 hacian aprender sobre tu cuerpo?
2246
2247 29/10/2014 17:29
2248 Hola ____, una última pregunta. Si pudieses contestarme antes del lunes te lo
2249 agradecería. Ahi va... -¿Cómo implementarás tus clases de Educación Física en el
2250 futuro, qué será lo que quieras que aprendan tus alumnos/as?
2251
2252 02/11/2014 19:58
2253 Perdona que te moleste ____, podrias contestarme la pregunta cuando puedas. Muchas
2254 gracias
2255
2256 Respuesta
2257 03/11/2014 1:09
2258 disculpe por la demora. Ultimamente no he tenido mucho acceso a internet pero con
2259 gusto se la contesto
2260
2261 03/11/2014 1:17
2262 Lo principal seria explicarles la diferencia entre la E.F. y el deporte, porque en nuestro
2263 ambito eso suele confundirse. Lo que mas me gustaria que mis estudiantes aprendan son
2264 los beneficios que tiene el practicar actividad fisica en la salud y mostrarles los tipos de
2265 actividades fisicas para desarrollar ciertas capacidades como equilibrio, resistencia,
2266 coordinacion, siempre acompañado de juegos y ademas de la teoria, la practica.
2267
2268 Investigadora
2269 04/11/2014 9:58
2270 Muchas gracias _____. Me ha servido mucho lo que me cuentas. Un abrazo desde acá
2271

2272 **7.- Damary**

2273 Solo dos preguntas... puedes decir todo lo que quieras, agradecería mucho que me

2274 contestases

2275 La primera es... ¿Cual fue tu anterior experiencia en Física y cómo la viviste (antes de

2276 la que impartimos el año pasado)?

2277 Y la otra pregunta 2. ¿Cómo te sentiste de manera individual en las clases de Física del

2278 año pasado qué te hacian sentir las clases?

2279

2280 Respuesta

2281 07/10/2014 19:57

2282 Algo aburridas cansadas y solo ejercicio y a veces ni las podia hacer casi no me gustaba

2283 ir a física

2284 Y la 2

2285 Me sentí muy bien me gusto mucho xq eran animadas y divertidas lo disfrute mucho

2286 aprendi muchas dinámicas las cuales sirven para compartir y comunicarnos

2287 Y también me di cuenta que la física no es aburrida

2288 Al contrario es divertida

2289 Y depende mucho quien la imparta

2290

2291 Investigadora

2292 07/10/2014 20:04

2293 ¿Porqué es importante quien la imparta?

2294

2295 Respuesta

2296 07/10/2014 20:06

2297 Xq de eso depende que nos guste debe de tener cualidades tales como divertida que

2298 tenga desenvolverse y motivadora

2299 Y tenga mucha creatividad

2300

2301

2302 Investigadora

2303 07/10/2014 20:11

2304 ¿Cómo crees que esas características docentes se transmitieron en el curso?

2305 Es decir, cómo se transmitieron para que vosotras pudieseis hacer que la asignatura les

2306 gustase a vuestros alumnos y alumnas ¿qué actividades crees que son las que

2307 fomentaban que tuvieseis mayor creatividad por ejemplo?

2308

2309 Respuesta

2310 07/10/2014 20:16

2311 Primero usted siempre tubo buen ánimo eso nos transmitio motivacion tenia manejo de

2312 grupo y nos animo mucho hacer todo diciendo usted puede intentelo y lo importante

2313 todos ganábamos

2314 Las dinámicas eran divertidas y utilizo material del que havia me acuerdo que isomos

2315 nolitas de bolsa con semilla de aguacate

2316

2317 Investigadora

2318 07/10/2014 20:20

2319 ¿Porqué crees importante la creatividad?

2320

2321 Respuesta

2322 07/10/2014 20:21
 2323 Xq eso llama mucho la atención y motiva a realizar los ejercicios o dinámicas
 2324
 2325 Investigadora
 2326 07/10/2014 20:24
 2327 Hablas del buen ánimo y de la motivación como importantes para ser un buen
 2328 transmisor. ¿Crees que esos puntos los adquiristeis vosotras? ¿Al igual que la
 2329 creatividad?
 2330
 2331 Respuesta
 2332 07/10/2014 20:25
 2333 Sí lo tenían y también la preparación y manejo de su materia
 2334
 2335 Investigadora
 2336 07/10/2014 20:26
 2337 Me refiero a vosotras ____, que si los adquiristeis vosotras?
 2338
 2339 Respuesta
 2340 07/10/2014 20:28
 2341 Pues bastante pero tengo que mejorar mas para llegar así como usted
 2342
 2343
 2344 Investigadora
 2345 07/10/2014 20:28
 2346 Y ¿cómo aprendiste por ejemplo a ser más creativa?
 2347
 2348 Respuesta
 2349 07/10/2014 20:29
 2350 Bueno a usar las cosas que tenemos de nuestro alrededor
 2351 El espacio las bolsas ramitas de los arboles
 2352 Los pañuelos
 2353 Lo practique en la escuela
 2354 Donde ise las prácticas
 2355 Les gusto a los niños
 2356
 2357 Investigadora
 2358 07/10/2014 20:32
 2359 Recuerdo que dijiste, creo que eras tu, que ibais a ir de voluntarias a un colegio de cerca
 2360 de vuestra casa, al final lo hicisteis?
 2361
 2362 Respuesta
 2363 07/10/2014 20:33
 2364 No exactamente lo hice en la escuela donde ise la última práctica de la universidad
 2365
 2366 Investigadora
 2367 07/10/2014 20:35
 2368 Explicame mejor, ya habias hecho las prácticas y después volviste o mientras hacias las
 2369 practicas hiciste lo de Física
 2370
 2371 Respuesta

2372 07/10/2014 20:37
 2373 El curso lo isimos en interciclo y la práctica la ise después en el ciclo que lleve la última
 2374 práctica de la universidad en la escuela
 2375
 2376 Investigadora
 2377 07/10/2014 20:38
 2378
 2379 Entonces fue de forma obligatoria, parte de las prácticas de la universidad?
 2380
 2381 Respuesta
 2382 07/10/2014 20:39
 2383 No xq los contenidos los di en clases y lo de física en las horas libres
 2384 De la escuela
 2385
 2386
 2387 Investigadora
 2388 07/10/2014 20:40
 2389 Ah! ya entendí, ¿y porqué lo realizaste? ¿tuvo que ver con algo la formación de Física
 2390 en la universidad?
 2391
 2392 Respuesta
 2393 07/10/2014 20:43
 2394 No yo lo ise xq ellos no hacían nada todos aburridos estaban centados y comense y les
 2395 gusto
 2396
 2397 Investigadora
 2398 07/10/2014 20:45
 2399 ¿siempre has ayudado entonces?
 2400
 2401 Respuesta
 2402 07/10/2014 20:46
 2403 No a veces
 2404
 2405 Investigadora
 2406 07/10/2014 20:49
 2407 Cómo pudo influir en que ayudases el que vieses que tus compañeras también estaban
 2408 haciendolo en otro colegio.
 2409
 2410 Respuesta
 2411 07/10/2014 20:52
 2412 A mejorar la física y ver la física como divertida no aburrida y se interesen por ella
 2413
 2414 Investigadora
 2415 07/10/2014 20:53
 2416 Porqué crees que es importante la Física
 2417
 2418 Respuesta
 2419 07/10/2014 20:56
 2420 Xq por medio de ella desarrollamos habilidades destrezas equilibrio nos recreamos de
 2421 tanto estres corremos jugamos

2422
2423 Investigadora
2424 07/10/2014 20:57
2425 Si, es muy importante todo eso.¿A qué estres te refieres?
2426
2427
2428 Respuesta
2429 07/10/2014 20:59
2430 Por ejemplo cuando estamos cargado de mucho estudio o trabajo eso nos ayuda a
2431 liberarnos un poco el cuerpo se libera de tanta preocupación
2432
2433 Investigadora
2434 07/10/2014 21:00
2435 Crees que las tensiones que hay en El Salvador pueden ser diferentes a otros lugares?
2436
2437 Respuesta
2438 07/10/2014 21:02
2439 Creo que igual todos nos preocupamos pero de diferente manera
2440
2441 Investigadora
2442 07/10/2014 21:04
2443 Y porqué es importante la Física en los niños y niñas, ellos trabajan?
2444
2445 Respuesta
2446 07/10/2014 21:05
2447 Ellos tienen mucha energía y x medio de la física la pueden usar y desarrollar habilidades
2448 Y se divierten
2449 Juegan
2450
2451 Investigadora
2452 07/10/2014 21:06
2453 En el salvador juegan en la calle?
2454
2455 Respuesta
2456 07/10/2014 21:07
2457 Antes si pero ahora es raro muy peligroso esta
2458
2459 Investigadora
2460 07/10/2014 21:09
2461 ¿Qué supone para los niños y niñas no poder jugar en la calle?
2462
2463 Respuesta
2464 07/10/2014 21:10
2465 Estan en la casa viendo tele o en Internet
2466
2467 Investigadora
2468 07/10/2014 21:11
2469 ¿Y eso que supone socialmente?
2470
2471 Respuesta

2472 07/10/2014 21:13
2473 Que los niños se harán más perezosos y no tendrán recreación y les afectará
2474 En lo emocional y físico
2475
2476 Investigadora
2477 07/10/2014 21:15
2478 La última pregunta, al hilo de las emociones, dime que emociones experimentabas en
2479 tus clases de Física anteriores y las que experimentaste en las clases que dimos todos
2480 juntos
2481
2482 Respuesta
2483 07/10/2014 21:17
2484 Aburrido y preocupación por tener mala nota al no poder realizar los ejercicios no me
2485 gustaba
2486 Y lo segundo
2487 Alegría disfrute rei mucho y lo importante todos ganamos y realice dinámicas
2488
2489 Investigadora
2490 07/10/2014 21:20
2491 Muchas gracias ____, creo que ya te he hecho demasiadas preguntas
2492

8.- *Esteffany*

2493
2494
2495 Solo dos preguntas... puedes decir todo lo que quieras, agradecería mucho que me
2496 contestases
2497 La primera es... ¿Cual fue tu anterior experiencia en Física y cómo la viviste (antes de
2498 la que impartimos el año pasado)?
2499 Y la otra pregunta 2. ¿Cómo te sentiste de manera individual en las clases de Física del
2500 año pasado qué te hacían sentir las clases?
2501
2502
2503 1. R/ antes de conocerla la E. F. Que nos impartían al ir a la Escuela y el Bachillerato
2504 era realmente monótona en donde al individuo se trataba como un coléctivo y sus
2505 verdaderas habilidades y destrezas no eran descubiertas y explotadas para que se puedan
2506 desarrollar la realidad es que en el país el deporte se confunde con la Educación Física y
2507 no le dan la debida atención a ambos porque la falta de recursos hace que muchos se
2508 desmóten y no quierán continuar en su carréra al ser marginal y desvvalorizada como
2509 otras que existen.
2510 2. R/ Al conocerlas como docentes especializadas en E. F. Como siguiente facililitadora
2511 en la educación básica del país me ha ayudado tanto a realmente el contráste al haber
2512 sido estudiante y ahora docente en formación realmente mis sentimientos fueron tán
2513 presente en cada una de las actividades realizadas porque por primera vez el egoísmo y
2514 el deseo de solo ganar estaba a un lado lo que importaba era disfrútar como un equípo y
2515 poder ser empáticos con el compañero de la par compartír la experiencia con ellos al
2516 final ha sido muy gratíficante.
2517
2518 Investigadora
2519 A qué te refieres "en donde al individuo se trataba como un colectivo"
2520 Dices que se confunde la E.F con el Deporte, ¿qué es para ti cada cosa?

2521
2522 Respuesta
2523 Que cada individuo o persona es tratada u evaluada de la misma forma que a todos sin
2524 saber que sus capacidades y destrezas son diferentes.
2525 Como la misma Educación es amplía así es hay deficiencias en el sistema y se necesita
2526 la debida atención para que se pueda proceder a una mejor solución.
2527
2528 Investigadora
2529 Dices que el deporte se confunde con la EF, era solo por saber a qué te referias con ese
2530 comentario, si tu entiendes que haya diferencias
2531
2532 Respuesta
2533 Se ahora contigo que la E. F. Es la disciplina que nos ayuda a comprender nuestro
2534 cuerpo y el Deporte es toda la actividad que realizamos dentro de la E.F. Ambas se
2535 complementan pero no son lo mismo.
2536
2537 Investigadora
2538 Crees entonces que las actividades aunque fuesen cooperativas creaban ambiente
2539 competitivo
2540
2541 Respuesta
2542 Sí, el problema siempre era que ambos grupos siendo compañeros ha existido las
2543 rivalidades entre sub- grupos que se habían formado desde el inicio de la carrera.
2544
2545 Investigadora
2546 Hola ____, una última pregunta. Si pudieses contestarme antes del lunes te lo
2547 agradecería. Ahi va... -¿Cómo implementarás tus clases de Educación Física en el
2548 futuro, qué será lo que quieras que aprendan tus alumnos/as?
2549
2550 Respuesta
2551 30/10/2014 3:15
2552 Fundamentales para su aprendizaje serían: - Desarrollo de sus destrezas y habilidades -
2553 Adaptabilidad de su entorno que lo rodea - Conocimiento de los fundamentos básicos
2554 sobre la educación física según sus niveles de aprendizaje - Desarrollo de sus
2555 habilidades física
2556
2557 Investigadora
2558 30/10/2014 9:32
2559 Y ¿cual seria la forma de enseñarlo?
2560
2561 Respuesta
2562 30/10/2014 13:45
2563 Por medio, de los programas de estudios en E. F. Adaptados a sus niveles y con las
2564 herramientas e instrumentos necesarios.
2565
2566 Investigadora
2567 30/10/2014 17:19
2568 Si, supongo que eso lo realizarias en todas las asignaturas por igual. Me refiero a la
2569 metodología, a cómo enseñarias, cuales serian tus principios para enseñar educación
2570 física

2571
2572 Respuesta
2573 30/10/2014 19:47
2574 Principios todo dependen del área u deporte a enfocar.
2575 Mis primordiales sería:
2576 - disciplina
2577 - responsabilidad
2578 - honestidad
2579 - lealtad
2580 - compañerismo
2581 - generosidad
2582 Hay que saber ganar y perder para aprender también.
2583
2584