

La mediación pedagógica utilizada por una maestra unidocente en el primer ciclo de la Escuela Lourdes de Sacramento, circuito 03 del cantón de Barva, Heredia durante el desarrollo de los procesos de enseñanza y aprendizaje en la clase de Educación Física.

Tesis presentada en la
División de Educología
Centro de Investigación y Docencia en Educación
Universidad Nacional

Para optar al grado de Licenciatura en
Pedagogía con énfasis en Didáctica

Franscini Rodríguez Coronado
Víctor Emilio Valverde Madrigal

Marzo 2021

**CENTRO DE INVESTIGACIÓN Y DOCENCIA EN EDUCACIÓN CIDE
DIVISIÓN DE EDUCOLOGÍA**

“LA MEDIACIÓN PEDAGÓGICA UTILIZADA POR UNA MAESTRA UNIDOCENTE EN EL PRIMER CICLO DE LA ESCUELA LOURDES DE SACRAMENTO, CIRCUITO 03 DEL CANTÓN DE BARVA, HEREDIA DURANTE EL DESARROLLO DE LOS PROCESOS DE ENSEÑANZA Y APRENDIZAJE EN LA CLASE DE EDUCACIÓN FÍSICA”.

ESTUDIANTES:

FRANSCINI RODRÍGUEZ CORONADO
VÍCTOR EMILIO VALVERDE MADRIGAL

SE HACE CONSTANCIA DE QUE EL PRESENTE TRABAJO FINAL DE GRADUACIÓN FUE APROBADO MEDIANTE SESIÓN VIRTUAL REALIZADA EL 27 DE NOVIEMBRE DEL 2020 A LAS 1:30 P.M.

EL COMITÉ EVALUADOR SE CONFORMÓ DE LA SIGUIENTE MANERA:

| | |
|----------------------------|------------------------|
| MED. GUISELLE ROMÁN LÓPEZ | TUTORA |
| MED. ALBA CANALES GARCÍA | LECTORA |
| MED. ANA AZOFEIFA LIZANO | LECTORA |
| MED. MARCELA GARCÍA BORBÓN | SUBDIRECTORA |
| LIC. YERRY MURILLO MORA | REPRESENTANTE DECANATO |

FIRMA DEL DIRECTOR DE UNIDAD ACADÉMICA

DEDICATORIAS

Yo Víctor Valverde quiero dedicarle esta tesis a Dios por darme la oportunidad de aportar mi granito de arena en la educación de nuestro país, también a todo el personal docente que labora en este tipo de escuela unidocente de Costa Rica, que con su labor han contribuido en la formación de sueño de miles de niños y niñas. Por último, está dedicada a mi familia y mi novia por su apoyo incondicional.

Quiero dedicarle este triunfo a mis padres Sairy María Coronado Guevara y Wagner Rodríguez Espinoza por todo el apoyo y la paciencia que tuvieron durante este tiempo, sobretodo dedico y agradezco este logro a mis hermanas Melissa Rodríguez Coronado y Carolina Rodríguez Coronado por motivarme a terminar mis estudios de licenciatura, por ser ellas un ejemplo para mí; dedico este logro también a mi sobrina Valeria Calderón Rodríguez y a mi querido primo Luis Mariano Rodríguez Espinoza por estar alegrándome los días de estudio.

Franscini Rodríguez Coronado

AGRADECIMIENTOS

Quiero agradecer a la institución donde hicimos nuestro trabajo de investigación que nos abrió la puerta para conocer la realidad en su contexto, la cual me hizo reflexionar del quehacer educativo, además, de ayudarme a entender que somos agentes de cambio y que debemos estar en constante aprendizaje.

Así mismo, agradezco a mi compañero Víctor Valverde Madrigal por la confianza, la alegría y el apoyo que me dió durante estos años de estudio, también, a mi tutora Guiselle Román López por estar presente durante el desarrollo de la tesis a pesar de todas las circunstancias vividas y a mis lectoras que colaboraron en la lectura de la tesis y a todas esas otras personas cercanas, que de alguna u otra forma, colaboraron y ayudaron a mantenerme positiva y con ganas de seguir adelante por mis sueños profesionales y personales, gracias Lic. María Jesús Araya Vargas, Bach. Donovan Vargas Sandí, Bach. Alejandro Alfaro, Dr. Luis Solano Mora y Dr. Jorge Salas Cabrera.

Franscini Rodríguez Coronado

Quiero dar un agradecimiento especial para mi madre Digna Madrigal y mi padre Carlos Valverde, quienes con su incansable labor diaria lograron darme la oportunidad de estudiar y así convertirme en el profesional que soy hoy. También quiero agradecer a Dilia Colindres, por ayudar a expandir mis experiencias, abrir mis ojos al mundo y conocer la realidad educativa tanto de mi país como de otros, en el continente. Gracias por enseñarme a amar la educación y hacer de ella una oportunidad para mejorar el mundo.

También, agradezco a la escuela unidocente Lourdes de Sacramento, por abrirnos sus puertas y regalarnos experiencias. A su vez, le agradezco a la División de Educología y al personal docente por el apoyo brindado durante la realización del presente trabajo.

A mi compañera Franscini Rodríguez Coronado, por el apoyo brindado durante los diferentes procesos de aprendizaje vividos a lo largo del periodo universitario, lo cual me hizo mejorar como persona, educador e investigador educativo.

Víctor Valverde Madrigal

RESUMEN

Rodríguez F. y Valverde V. *La mediación pedagógica utilizada por una maestra unidocente en el primer ciclo de la Escuela Lourdes de Sacramento, circuito 03 del cantón de Barva, Heredia durante el desarrollo de los procesos de enseñanza y aprendizaje en la clase de Educación Física.*

El propósito de dicha investigación fue analizar la mediación pedagógica empleada por una unidocente en primer ciclo de la Escuela Lourdes de Sacramento, en Barva de Heredia, durante las clases de Educación Física. Se realizó un diagnóstico en el contexto institucional, donde se describen las estrategias de mediación pedagógica utilizadas por la unidocente, además, se sistematizaron las experiencias de las personas involucradas y se plantean actividades lúdico-pedagógicas específicas en el área de Educación Física como material de apoyo para los unidocentes. La investigación se abordó desde el paradigma naturalista, con un enfoque cualitativo y el modelo pedagógico fue constructivista, el tipo de estudio es el fenomenológico y en cuanto al diseño de estudio este es el emergente o no lineal.

En relación con las técnicas empleadas, éstas fueron la observación, la entrevista en profundidad, el grupo focal, con el apoyo de recursos audiovisuales para registrar tanto en video como en audio las experiencias vividas, a manera de diario de campo. Dentro de los principales resultados se indica que es una escuela con una población no mayor a 10 estudiantes, con un aula multigrado y escasos recursos didácticos, los planes utilizados no son específicos con respecto a las necesidades referentes al contexto rural. Desde la experiencia de la profesional unidocente se plasma una carga laboral elevada debido a sus diferentes puestos, funciones y tareas que le corresponde desempeñar; asimismo, se consideran las experiencias de los y las estudiantes vividas en esta escuela.

Actualmente, sigue existiendo una brecha muy grande con respecto a la formación del personal docente que labora en aulas multigrado y su praxis, además, en el tema de infraestructura y recursos materiales existen necesidades aún no cubiertas que interfieren en el quehacer educativo. Es importante generar espacios de diálogo e investigación para conocer más sobre las necesidades y características de las escuelas unidocentes con el fin de generar alternativas específicas al contexto.

Palabras claves. Maestra unidocente, escuela unidocente, mediación pedagógica, educación física.

TABLA DE CONTENIDOS

| | |
|--|---------------------|
| DEDICATORIAS..... | iii |
| AGRADECIMIENTOS..... | iv |
| Resumen..... | vi |
| Índice de tablas..... | ix |
| Lista de abreviaturas..... | x |
| Capítulo I..... | 1 |
| Introducción..... | 1 |
| Descripción, contextualización y formulación del problema..... | 1 |
| Antecedentes..... | 5 |
| Justificación..... | 16 |
| OBJETIVOS..... | 21 |
| Objetivo General..... | 13 |
| Objetivos Específicos..... | 13 |
| Capítulo II..... | 22 |
| Referente Teórico..... | 22 |
| La teoría cognitiva..... | 22 |
| El constructivismo..... | 26 |
| Mediación pedagógica..... | 30 |
| Estrategias de aprendizaje..... | 31 |
| Educación Física..... | 33 |
| Vida saludable..... | 35 |
| Ejercicio como parte del desarrollo integral..... | 36 |
| Modelo educativo costarricense..... | 38 |
| Escuelas unidocentes..... | 39 |
| Capítulo III..... | 44 |
| Referente Metodológico..... | 44 |
| Paradigma..... | 44 |
| Enfoque..... | 46 |
| Tipo de estudio..... | 47 |
| Diseño..... | 48 |
| Participantes del estudio..... | 49 |
| Técnicas e instrumentos utilizados para la recolección de datos..... | 63 |
| La observación..... | 63 |

| | |
|---|---------------------|
| Nota de campo o notas Etnográficas..... | 64 |
| La entrevista..... | 64 |
| La entrevista en profundidad..... | 65 |
| Grupo focal | 65 |
| Consideraciones éticas | 67 |
| Capítulo IV | 69 |
| Análisis de Resultados..... | 69 |
| Categoría 1. Contexto institucional del centro educativo Lourdes de Sacramento..... | 69 |
| Subcategoría 1: Características de la escuela unidocente e implicaciones en el acto educativo | 70 |
| Subcategoría 1: necesidades presentes en el centro educativo | 75 |
| Categoría 2. Mediación Pedagógica..... | 78 |
| Subcategoría 2: estrategias utilizadas por la unidocente | 80 |
| Subcategoría 2: rol de los/as estudiantes..... | 83 |
| Subcategoría 2: características de las clases de Educación Física..... | 84 |
| Categoría 3. Experiencias educativas vividas en Lourdes de Sacramento..... | 85 |
| Subcategoría 3: experiencias de la unidocente..... | 86 |
| Subcategoría 3: experiencias de los estudiantes..... | 87 |
| Capítulo V | 89 |
| Conclusiones..... | 89 |
| Capítulo VI..... | 94 |
| Recomendaciones | 94 |
| Referencias | 96 |
| Apéndices | 109 |

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1

Categorías de análisis y Subcategorías 35

Tabla 2

Cronograma para la elaboración del TFG 2018-2020 43

LISTA DE ABREVIATURAS

CONARE Consejo Nacional de Rectores

EF Educación Física

EU Escuela Unidocente

GAM Gran Área Metropolitana

MEP Ministerio de Educación Pública

MP Mediación Pedagógica

TFG Trabajo Final de Graduación

UNESCO Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura

UNICEF Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia

CAPÍTULO I

INTRODUCCIÓN

La mediación pedagógica utilizada por una maestra unidocente en el primer ciclo de la Escuela Lourdes de Sacramento, circuito 03 del cantón de Barva, Heredia durante el desarrollo de los procesos de enseñanza y aprendizaje en la clase de Educación Física.

Descripción, contextualización y formulación del problema

El presente capítulo muestra los principales elementos de la investigación, entre ellos, aspectos que describen la escuela donde se llevó a cabo la investigación, el contexto, la comunidad educativa y agentes participantes, así como, el problema de investigación formulado.

La escuela seleccionada para la investigación se localiza en el distrito de San José de la Montaña, del cantón de Barva de la provincia de Heredia; fue nombrada como Escuela Lourdes de Sacramento y pertenece al circuito 03, dirección regional de Heredia, su categoría es de Escuela Unidocente (EU). Cuenta con poca asistencia estudiantil, además, tiene una única profesional a cargo, y es quien se desempeña tanto en las labores propias de la docencia, como en las que corresponden al área administrativa.

La población participante se encuentra en el rango de edades entre los siete a nueve años, son niños que cursan primero, segundo y tercer grado de primaria. Una de las características principales de la EU, es la de contar con una infraestructura mínima para dar las clases, solo un aula, en la que convive un grupo multinivel, es decir, los niños de los distintos grados reciben clases en el mismo horario y en el mismo lugar; la docente ofrece las cuatro materias básicas. Además, de la clase de Educación Física (EF) y la de Cómputo, al mismo tiempo ejerce

funciones administrativas como la de la dirección de la institución; dicha profesional se encarga de generar vínculos entre escuela- familia-comunidad, para gestionar en corresponsabilidad, una educación de calidad en beneficio de quienes asisten al centro educativo.

El centro educativo se localiza en la zona rural, a 16.1km del distrito primero de la provincia de Heredia, y a 13.3km del centro del cantón de Barva, el acceso se dificulta por un sistema de transporte que brinda un servicio con horarios poco eficientes, situación que repercute en que las niñas y los niños deban caminar largas distancias para asistir a clases, sumándole que las madres y padres del estudiantado son personas que trabajan en el campo y no siempre tienen los medios necesarios para llevar a sus hijos e hijas a clases.

Con respecto a las clases de Educación Física (EF), éstas, se imparten los jueves, con la misma característica señalada anteriormente con respecto a las cuatro materias básicas, es decir, en una clase multigrado, y las actividades se realizan en un espacio abierto (plaza de fútbol). Se cuenta con poco material de apoyo, condiciones que representan limitantes para la docente en términos de la posibilidad de desarrollar una mayor diversidad de actividades.

La docente que realiza sus labores en la Escuela Lourdes de Sacramento, estudió la carrera de Pedagogía para I y II Ciclo de la Educación General Básica en la Universidad Estatal a Distancia (UNED), no contemplaba en el diseño del plan de estudio, materias relacionadas con la Educación Física, ni como disciplina ni como carrera profesional, por lo tanto, los recursos que utiliza para impartir la asignatura, responde a su creatividad, innovación y la necesidad misma del contexto y las condiciones, de tal manera que, organiza la clase con lo que conoce o considera, es de interés para implementar en ese momento de encuentro semanal y que denomina, clases de EF, tales como, el atletismo, el fútbol, el voleibol, el baile, los juegos tradicionales , entre otras actividades más.

Con respecto al tema que se desarrolla en este trabajo, el Estado de la Educación en su sexto informe (2017), menciona que “Costa Rica debe volver a poner su mirada en la educación primaria, pues los logros en cobertura pueden estarse deteriorando y hay significativas deudas pendientes en materia de calidad” (p. 131), por ejemplo, la EF es obligatoria, sin embargo no se imparte en todas las escuelas del país, es decir, falta más promoción académica a nivel nacional, aunque el Ministerio de Educación Pública (MEP) haya implementado varios proyectos, sigue existiendo un vacío de esta asignatura, siendo las zonas rurales la más afectadas.

Por otra parte, solo en un 5% de las escuelas del país, el colectivo estudiantil inserto en procesos de educación formal, recibe el currículo completo, un hecho inexcusable, ya que en la Constitución Política se establece que es obligatoria la educación; volver la mirada hacia la enseñanza primaria implica mejorar su eficiencia interna y elevar el desempeño del estudiantado, las prácticas docentes en las aulas y el acceso de la mayoría de los niños y niñas a una oferta formativa de calidad (Estado de la Educación, 2017).

El objeto de estudio de la presente investigación, aborda la mediación pedagógica (MP) utilizada en la clase de EF por parte de la maestra unidocente, materia que le corresponde a un profesional en el área. Esta situación incluye también la escasez de recursos y poca cobertura educativa, así como la falta de investigación en este tema (Chaves y García, 2013); es así como surge la inquietud a partir del contacto con maestras y maestros unidocentes, que compartían sus experiencias sobre su práctica en escuelas de esta índole, quienes no solo deben asumir la carga académica que les corresponde según contrato laboral, sino que también, la carga administrativa del centro educativo en el que se desempeñan.

En esta investigación se propone indagar sobre las condiciones presentes en una institución educativa como la escuela Lourdes de Sacramento, así como aquellas acciones

realizadas por la profesional en educación en su condición de maestra unidocente en los procesos de enseñanza y aprendizaje durante las clases de Educación Física (EF).

En cuanto a la metodología de este trabajo, se parte del paradigma Naturalista con su consecuente enfoque cualitativo, utilizando las técnicas e instrumentos en congruencia con el mismo tales como, la observación, la entrevista en profundidad y el grupo focal. Las personas participantes están representadas por el colectivo estudiantil matriculado en el centro educativo, y la profesional de la educación. Toda la información que se produjo en la fase de trabajo de campo, fue triangulada para un análisis amplio y profundo del objeto de estudio, y poder así destacar aquellas acciones que se desarrollan en la Educación Unidocente (EU) de San José de la Montaña, con el propósito de ofrecer una serie de propuestas lúdico-pedagógicas que respondan a los procesos de mediación pedagógica en la asignatura de EF en una escuela rural con las características ya descritas (y que, en algún momento, pueda ser implementada en otras instituciones similares, una vez adecuada a sus condiciones específicas).

Por todo lo expuesto anteriormente, es que surge la interrogante

¿Cuál es la mediación pedagógica utilizada por una maestra unidocente en el primer ciclo de la Escuela Lourdes de Sacramento, circuito 03 del cantón de Barva, Heredia durante el desarrollo de los procesos de enseñanza y aprendizaje en la clase de Educación Física para la realización de una propuesta lúdico-pedagógica como apoyo en dicha asignatura?

Antecedentes

Los antecedentes que se presentan en este apartado corresponden a la revisión de la literatura que sobre el objeto de estudio se realizó, con el fin de conocer cómo, cuándo, dónde, por quién (es) ha sido abordado el mismo, y los aportes generados al conocimiento, y al mismo tiempo los vacíos que quedan por cubrir, y de ahí la posibilidad de ofrecer el presente trabajo.

La literatura revisada y que aquí se expone, data del 2000 en adelante.

Uno de los primeros documentos a los que se hace referencia, es el de Coto (2008) con su artículo científico, La Educación Física en el área rural y su tratamiento didáctico en el medio natural realizado en Guanacaste, Costa Rica, en el cual menciona la importancia que tiene dicha asignatura realizada en un ambiente natural en los procesos educativos. Dentro de los aportes proporcionados por Coto (2008), se resalta el reconocimiento que hace sobre cómo el personal docente debe responder a las particularidades contextuales para así proponer estrategias de mediación concordantes con la comunidad educativa en las que desarrollo su práctica pedagógica. Además, por el hecho de ser una asignatura que se imparte casi siempre al aire libre, supone una experiencia valiosa e intensa para el estudiantado.

Otro estudio relacionado con el objeto de estudio, es el realizado en Argentina por Cidoncha y Díaz (2012) denominado, El papel del alumno en el ámbito educativo respecto a modelos anteriores del discente, en el cual se expone que la educación como una labor va más allá de ver al estudiante como un objeto de estudio y recipiente vacío el cual se debe llenar, sino que más bien resalta el papel del mismo. En esta visión se coloca al discente en un lugar de protagonismo, en donde es participante activo y capaz de formular opiniones en cuanto a los procesos que van a determinar su futuro. Este artículo le da un enfoque a la investigación orientado en la formulación de estrategias innovadoras específicas para la promoción de una

pedagogía más consciente y a pesar de su año de creación es un estudio que se ajusta a la investigación planteada en esta tesis.

Como aporte a la presente investigación, es importante destacar el papel de la persona discente, quien es el elemento central de la educación, es decir, el sujeto y no el objeto del acto educativo.

Con respecto al documento anterior de Cidoncha y Díaz (2012), se hace relevante el hecho de que carece de una propuesta en la que se involucre al estudiantado de escuelas unidocentes, sin embargo, puede servir para obtener aportes sobre el papel del estudiantado, en el proceso de formación. A la vez, sería importante mencionar la labor de una persona profesional unidocente con respecto al ambiente en donde se desarrolla su práctica educativa, la interacción docente-estudiante, entre otros aspectos.

Por su parte, el Ministerio de Educación Pública de Costa Rica (MEP) y el Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF) (2013), investigaron sobre Centros educativos rurales en Costa Rica, sus desafíos y recomendaciones, incluyendo aspectos sobre la historia de la creación de las escuelas unidocentes, asimismo, recomendaciones para el fortalecimiento de los centros educativos rurales, se explica el perfil del estudiantado y de la persona docente en escuelas que se ubican en zonas rurales. Entre los aportes, destacan la relevancia que se le da a la dimensión histórica de la creación de las escuelas unidocentes, la cual es de suma importancia para la comprensión de su situación actual.

Dicha investigación también expone los desafíos y particularidades de las escuelas unidocentes en zonas rurales. Sin embargo, falta una revisión integral de los datos, detalles, anécdotas y problemáticas que se recopilieron a lo largo del estudio, por lo que sería importante rescatar algunas problemáticas vividas en la actualidad en instituciones lejanas de la Gran Área Metropolitana (GAM).

Una obra clásica por los años en los que fue escrita, la cual sigue teniendo vigencia es la de Santos y Martínez (2011) quienes, en su investigación, *Las actividades en el medio natural en la Educación Física*, brindan una luz para poder entender el campo de estudio en el que se ubica el presente Trabajo Final de Graduación (TFG). Ya que su enfoque principal es la indagación de la clase de EF en un ambiente rural, el cual es factor determinante para la modificación de las diferentes metodologías de enseñanza en las escuelas rurales.

Entre los aspectos que se consideran como aportes para esta tesis está la importancia que se le otorga al ambiente natural para la clase de EF, destacando que el uso de espacios abiertos y conectados con el medio ambiente es aprovechado para el desarrollo y mejora de destrezas y habilidades. Además, consideran que la escuela rural ya cuenta con sus propias características y no se puede comparar con escuelas de zonas urbanas debido a la existencia de necesidades distintas, estas requieren de una adaptación de los contenidos y de la metodología al mundo rural (Santos y Martínez, 2011).

Como una debilidad del documento revisado, se destaca el hecho de que no se presenta una propuesta que permitan subsanar, de alguna manera, las problemáticas encontradas, pero entre los hallazgos. Es así como se considera la necesidad de proponer distintas actividades y juegos extracurriculares que se puedan promover para el aprovechamiento del ambiente natural, así como plantear opciones para otras materias, las cuales puedan involucrarse más con el ambiente.

Otro material que sirvió como antecedente fue el de Bustos (2011) con el documento denominado, *Investigación y escuela rural: ¿irreconciliable?*, para ello realizó una revisión bibliográfica y entre sus principales conclusiones establece que, el hilo que une a la investigación con la escuela rural es considerablemente delgado, ya que son pocas las investigaciones que se realizan desde el interior de los centros educativos. El autor plantea la

importancia de la investigación –acción como forma de involucrar y contribuir al enriquecimiento profesional y formativo de los principales actores del proceso educativo. No obstante, en el contexto abordado, deja por fuera a los países del istmo centroamericano, y por ende, a Costa Rica, por lo que resulta de mayor pertinencia, la presente investigación frente a ese vacío.

Por otro lado, está el estudio de Chaves y García (2013), llamado Las escuelas unidocentes en Costa Rica: fortalezas y limitaciones, en el cual se analizan aspectos, tales como la categoría profesional del personal docente, cobertura, ubicación, porcentajes de aprobación, exclusión y repitencia, datos obtenidos del Ministerio de Educación Pública, así mismo, temas relacionados con la gestión, organización administrativa, infraestructura, material didáctico y tecnológico, planeamientos, práctica pedagógica, relación con familias y comunidad, entre otros. Por último, se pone énfasis en el hecho de que estas escuelas unidocentes no son prioridad para el Estado de Costa Rica.

De dicho trabajo se puede extraer información relevante para la investigación, tal como la labor docente y el trabajo administrativo y organizativo que tiene que llevarse a cabo en un contexto educativo rural. Al mismo tiempo, aporta datos reales de la población en estudio, porque no solamente se realizó una indagación de información de otros autores, sino que también se adentra en el campo interactuando con los elementos analizados. Dentro de los vacíos presentes en el trabajo está la no profundización en el tema de la EF como asignatura impartida en las escuelas unidocentes, ni sobre sus fortalezas y limitaciones.

Hay que recalcar la dificultad de encontrar literatura más reciente sobre el objeto de estudio de esta tesis, no obstante, aunque de antigua data, el estudio de Pérez (2002), quien realiza un estudio llamado las escuelas unidocentes rurales como organizaciones de cambio, aporta un recorrido histórico de la EF en Costa Rica y las responsabilidades administrativas y

académicas de la persona docente, que pueden afectar su labor dentro de la institución. Además, en esta investigación se propone la transformación de estos centros educativos desencadenando procesos de autodesarrollo, a la vez envolviendo a la comunidad en el proceso enseñanza y aprendizaje.

En cuanto al aporte que proporciona para esta investigación, es que la autora hace una crítica en relación con la práctica pedagógica, los contenidos curriculares y cómo estos no se rigen por el contexto de la zona rural, dejando ver la importancia que tiene la formación docente, la realidad en aula y del contexto mismo de la institución. En cuanto a las debilidades el trabajo de Pérez no toma en cuenta la opinión de la persona docente de las escuelas rurales, además, no hace una acotación sobre las escuelas unidocentes y mucho menos de las clases de EF, como parte de la realidad nacional con respecto a estos temas (que están ausentes en el texto).

Por su parte, Ramírez (2015) elaboró un estudio en Costa Rica llamado Valoración del perfil docente rural desde el proceso formativo y práctica educativa, el cual muestra resultados en cuanto a una evaluación del perfil docente por sus funciones, características, rasgos y competencias en los que se consignan aspectos esenciales que lo conforman, tales como habilidades, destrezas, saberes, actitudes y valores. El estudio fue abordado desde el enfoque cualitativo (tal como la presente investigación) igualmente, se utilizaron técnicas como la observación participante y la entrevista a profundidad, todo esto es útil para obtener información relevante sobre el perfil docente. Ramírez (2015), destaca una serie de elementos propios del perfil docente, sin embargo, queda en deuda con la descripción de la función del profesional en educación en el contexto unidocente, en los procesos de enseñanza de la EF, vacío que resuena de manera importante, y que permite justificar aún más, la presente investigación.

En tanto, la tesis denominada El maestro de Educación Física en el colegio rural de López (2014), expone sobre la vida del educador físico en su labor dentro de un colegio rural. Asimismo, explica sobre la enseñanza individualizada que presenta características claves para su desarrollo. Esta investigación se realizó con base en las experiencias vividas por el docente en el momento que se desempeñaba en un colegio público rural; López (2014) relata las experiencias a nivel de una secundaria rural, no así de una institución con categoría unidocente de primaria, por lo que deja un vacío en ese sentido. No obstante, el estudio destaca el hecho de que un profesor de zona rural presenta problemas tales como la escasez de instalaciones, pocos recursos materiales, un número pequeño de alumnos, horarios de una hora y media, incluso de tener aulas multinivel, por lo tanto, la persona docente debe desarrollar más su imaginación y creatividad aprendiendo a trabajar con pocos recursos y con el medio natural que los rodea, además, de que se produce una cercanía con padres y vecinos de la comunidad.

Asimismo, Pedraza y López (2015) llevaron a cabo un estudio multicaso en el que participaban seis docentes de Educación Física de escuelas rurales en España. En este trabajo se encontró que los educadores tuvieron dificultades en sus inicios al planificar las clases, debido a los grupos multigrado y gracias a la experiencia vivida se les hizo más fácil encontrar soluciones ante diversas problemáticas. Por otra parte, rescatan los múltiples beneficios como el medio natural y el cooperativismo.

Como se evidencia en dicha investigación, al ser estudiantes de primaria, la edad es un factor que influye en el desarrollo de las lecciones de Educación Física; por eso, la investigación actual propone (más adelante) estrategias de enseñanza y aprendizaje específicas para toda la población estudiantil aprovechando los recursos con los que cuenta la institución y el medio natural que los rodea.

De acuerdo con Gómez, Molana y Rodríguez (2015), quienes presentaron un proyecto de investigación realizado en Colombia, destacan la importancia de la actividad lúdica en la etapa preescolar como herramienta que fortalece el aprendizaje, el desarrollo físico y la comunicación. Aplicaron técnicas de observación, diario de campo, revisión documental y entrevista; en los resultados indicaron que el aprendizaje es divertido por medio de las actividades lúdicas reforzando el interés y las habilidades de los niños y niñas. Este estudio, también demuestra que la lúdica es fundamental en la formación del estudiante, además, de fomentar el aprendizaje, el desarrollo físico, la comunicación e interés de los infantes a la hora de practicar actividad física y lúdica. Lo que para esta indagación significa que los propósitos son viables y poseen una trascendencia superior.

Al mismo tiempo, es imprescindible que en la infancia haya un desarrollo de habilidades y destrezas motoras como parte de un desarrollo integral que todo ser humano debe vivir para asegurar una mejor calidad de vida. El espacio de la clase de Educación Física permite que dichas capacidades pueden ser estimuladas mediante la realización de actividades y juegos, por lo que la presencia de ésta en la educación formal es necesaria. Se encontró una literatura que se identifica bien con la investigación.

En cuanto al estudio realizado por Padro, Salazar, Márquez y Serrano (2009), en Venezuela, sobre las destrezas motoras que poseían 19 estudiantes, por medio de la aplicación de la observación y la administración de una encuesta a la persona docente de la signatura de Educación Física, encontraron que dicho grupo tenía dificultades en la ejecución de destrezas motoras, a la vez, existe un déficit en el planteamiento de actividades para el desarrollo de las mismas durante de la clase. A partir de allí, se planeó y aplicó una serie de actividades aportando a la mejora en la ejecución de dichas destrezas.

Queda en evidencia que, si no se estimulan las habilidades y destrezas motoras desde la infancia, estas irán disminuyendo en desarrollo conforme aumente la edad. Este estudio pretende mediante las actividades y juegos motores, que exista un estímulo de dichos componentes en la etapa escolar.

Con la revisión de la literatura nacional e internacional a manera de antecedentes del objeto de estudio que se aborda en esta tesis, se encontró un conjunto de aportes, así como de vacíos los cuales se exponen a continuación:

Aportes:

- ✓ El personal docente debe responder a las particularidades contextuales para así proponer estrategias de mediación concordantes con la comunidad educativa.
- ✓ Un valor agregado de la Educación Física es que es una asignatura que frecuentemente se imparte al aire libre, lo que supone una experiencia valiosa e intensa para el estudiantado y su desarrollo integral.
- ✓ La persona estudiante debe ponerse en el centro del proceso educativo, es decir, debe tomar protagonismo, con un rol activo y cuya voz sea expuesta, escuchada y considerada en la definición de criterios sobre su futuro; hay que considerar a la persona estudiante como sujeto y no como objeto en el acto educativo.
- ✓ Asimismo, en los estudios del MEP y de la UNICEF, se aporta la importancia histórica de la escuela unidocente o multigrado, la necesidad de seguir fortaleciendo estas instituciones frente al cúmulo de desafíos y particularidades que las caracterizan.

- ✓ Se reconoce la necesidad de contextualizar las estrategias metodológicas para la mediación pedagógica cuando se imparten las clases de Educación Física en las zonas rurales, en ambientes naturales, espacios abiertos en mayor provecho para el desarrollo y mejora de destrezas y habilidades. Además, considerar que la escuela rural ya cuenta con sus propias características y no se puede comparar con escuelas de zonas urbanas. Las escuelas rurales (así como las urbanas), requieren de una adaptación de los contenidos y de la metodología que responda a sus particularidades y especificidades.
- ✓ También se resalta que antes las dificultades que las maestras y maestros tuvieron en sus inicios al planificar las clases de Educación Física en las escuelas multigrado, éstas se fueron superando en la misma práctica debido a la experiencia ganada en lo cotidiano, a fuerza de desarrollar sus propias estrategias metodológicas.
- ✓ Por último, la necesidad de considerar la variable edad para el desarrollo de las clases de Educación Física, así como resaltan los múltiples beneficios, entre ellos el medio natural en el que se inserta la institución educativa rural, y formas de organización colectiva como el cooperativismo.
- ✓ La importancia de implementar el enfoque lúdico en las actividades en la etapa preescolar como herramienta que fortalece el aprendizaje, el desarrollo físico, la comunicación, el interés y las habilidades de los niños y niñas, que redundan en la promoción de los aprendizajes y en el interés de los infantes a la hora de practicar actividad física y lúdica.

Vacíos:

- ✓ Uno de los estudios revisados, aborda datos, detalles, anécdotas y problemáticas sobre el desarrollo de la asignatura de la EF, circunscrito a la Gran Área Metropolitana (GAM), dejando por fuera las zonas rurales, sin posibilidad de acceso a ningún tipo de datos.
- ✓ Uno de los documentos ofrece una serie de hallazgos en cuanto a las problemáticas que se presentan en las escuelas rurales con respecto a la Educación Física, sin embargo, queda en deuda en cuanto a ofrecer una propuesta para incluir en el plan curricular que incluya distintas actividades y juegos extracurriculares, que se puedan promover e implementar para el aprovechamiento del ambiente natural, así como el plantear opciones para otras materias, las cuales puedan involucrarse más o ser más pertinentes con el contexto en que se halla la institución.
- ✓ Se reconoce la importancia de la investigación –acción como forma de involucrar y contribuir al enriquecimiento profesional y formativo de los principales actores del proceso educativo. No obstante, en el contexto abordado, deja por fuera a los países del istmo centroamericano, y, por ende, a Costa Rica.
- ✓ Queda en evidencia en la investigación de Chaves y García (2013), Las escuelas unidocentes en Costa Rica: fortalezas y limitaciones, que dichos centros educativos, no son prioridad para el Estado de Costa Rica. El estudio no profundiza tampoco en el tema de la EF como asignatura impartida en las escuelas unidocentes, ni sobre sus propias fortalezas y limitaciones.
- ✓ También , hay aportes en cuanto a la crítica que se le hace a la práctica pedagógica, los contenidos curriculares y cómo estos no se rigen por el contexto de la zona rural, dejando ver la importancia que tiene la formación docente, la realidad en aula y del contexto mismo

de la institución, no obstante, deja por fuera la opinión de la persona docente de las escuelas rurales, además, no hace una acotación sobre las escuelas unidocentes y mucho menos de las clases de EF, como parte de la realidad nacional con respecto a estos temas.

✓ Hay un estudio que aborda el perfil de la maestra o maestro en la escuela unidocente, pero no incluye características en cuanto al ejercicio docente con respecto a la asignatura de Educación Física.

✓ Por último, uno de los documentos revisados deja patente que el estudiantado presenta dificultades en la ejecución de destrezas motoras, y que hay un déficit en el planteamiento de actividades para el desarrollo de las mismas, situación que deja en evidencia, que, si no se estimulan las habilidades y destrezas motoras desde la infancia, estas irán disminuyendo conforme aumente la edad.

Justificación

De acuerdo con los programas de estudio de Educación Física (MEP, 2013) “La Educación Física, dada su naturaleza, puede y debe promover el desarrollo del pensamiento creativo, de las habilidades para la comunicación, la solidaridad y convivencia pacífica (con otras personas y su entorno)” (p. 22), por eso es fundamental el papel que juega el movimiento humano para la formación de persona, fomentándoles un estilo de vida donde sean activas, creativas, pensantes y que puedan tener hábitos de vida saludable a una temprana edad.

El aprendizaje a través del movimiento humano, ayuda a superar los propios estándares personales y, tener mayores oportunidades de desarrollo a nivel social esto según el estudio de Educación Física (MEP, 2013). Al mismo tiempo, genera al aprendiente tener una mejor respuesta motora ante situaciones cotidianas, a saber, de las capacidades de su cuerpo favoreciendo la expresión y la comunicación mediante diversas formas de movimiento humano. En dichos programas se consigna que

Cuando el cuerpo se mueve, manifiesta un ser humano integral: sus emociones, sentimientos, sueños, valores, creencias, actitudes, entre otros. Cuando el cuerpo se mueve, se abren millones de posibilidades de construir relaciones sociales con otros seres humanos, así como oportunidades de establecer vínculos con el entorno. (MEP, 2013, p. 25).

Por tanto, se reconoce que el “El hecho de que la mayoría de los estudiantes no reciba completo el plan de estudios y la necesidad de mejorar la calidad de la oferta y la calidad de los ambientes de aprendizaje figuran como desafíos urgentes de atender” (MEP, 2013), por tal motivo, como ente ejecutor de la educación en Costa Rica, el MEP tiene la responsabilidad de

solventar la educación a nivel nacional, ofreciendo cobertura de todas las materias que constituyen el proceso formativo, en todas las escuelas del país.

Herrera, Morera, Araya, Fonseca y Vargas (2017), consideran que, debido a los medios de transporte y otros avances tecnológicos como los videojuegos, se ha propiciado que el nivel de actividad física de los niños se vea reducido; como consecuencia de esto se reproducen males relacionados con el sedentarismo, la obesidad y trastornos alimenticios; por lo tanto, el MEP como rector de la educación en nuestro país debe de tomar en cuenta al momento de implementar sus estrategias de intervención.

Lo anterior es importante porque en los primeros años de la niñez se define una auto-representación mental del tamaño, figura y la forma del cuerpo en general, si esta percepción de sí mismo es mala va a provocar un malestar subjetivo, relaciones sociales débiles y bajo rendimiento académico. Por lo que se propone que, gracias a hábitos de vida saludables incentivados en las escuelas de Costa Rica se puedan mejorar las condiciones académicas y cotidianas de niños y niñas con este tipo de contrariedades.

En referencia a lo anotado anteriormente, Ferreira, Silva, Ferreira y Alves (2018) explican que el objetivo de los programas de educación para la salud mediante la EF en las instituciones educativas, asociando las teorías con la praxis, puedan incentivar a los estudiantes a practicar estilos de vida saludables para una vida más sana y en bienestar consigo mismos. Por lo tanto, esta asignatura tiene la función primordial de concienciar a los niños y niñas del país, respecto a una alimentación sana, a la vez, de la importancia del movimiento humano desde edades tempranas y a mantener un cuerpo, espíritu y mente sanos para lograr una mejor calidad de vida. Pero la batalla no es solo de estamento estudiantil o del estamento de docentes, sino, en permanente colaboración entre escuela-familia-comunidad.

Asimismo, Bustos (2011) explica que hacer estudios en centros educativos rurales brinda una gran oportunidad para analizar problemáticas de la región a mayor profundidad, para no solo hallar datos, estadísticas y resultados, sino generar alternativas de desarrollo. La creación de este tipo de ambiente mediante el estudio de temas relacionados con el análisis de los procesos de enseñanza y aprendizaje en las aulas multigrado proporciona la mejora de la calidad de los procesos educativos empleados en dichas instituciones, esto gracias a la implementación de la investigación- acción.

Además, las escuelas unidocentes han jugado un rol muy importante para mejorar la cobertura del sistema educativo en todo el territorio nacional. Lo que constituye en una alternativa para la población que vive en comunidades muy alejadas y de difícil acceso (Estado de la Educación, 2017).

Este trabajo sirve de punto de partida para que otros centros educativos ubicados en zonas rurales o urbanas puedan iniciar con procesos de enseñanza y aprendizaje de la clase de EF para primer ciclo mediante la propuesta lúdico-pedagógica de actividades específicas del área y adaptadas al contexto pudiéndolas llevar a cabo en la mediación pedagógica del centro educativo.

Se proyectan importantes beneficios para profesionales de la educación en instituciones unidocentes y para docentes de la EF. Así como para las personas discentes quienes, mediante la clase, tendrán la posibilidad de aprender, asimilar e interiorizar contenidos específicos, al mismo tiempo, tendrán la experiencia de esta clase tan indispensable en el sistema educativo. Por otra parte, está la importancia de ejercitarse y llevar un estilo de vida saludable desde edades tempranas. Además, en la clase de EF se puede fortalecer, promover y formar un desarrollo integral en donde expresen su espontaneidad, creatividad, trabajo en equipo, movimiento corporal, habilidades y destrezas; habrá niños con distintos talentos y parte del

trabajo del docente es el de identificarlos y poder colaborar en un proceso de formación profesional de atleta a futuro.

La problemática de estas instituciones consiste en que al ser centros educativos unidocentes y con presencia de escasa población estudiantil, se considera necesaria solamente la labor de una persona docente, por lo cual esta persona deberá efectuar todas las materias básicas, incluso las especiales, en este caso, la clase de EF. Como consecuencia, las personas docentes tienen que poner en marcha su creatividad y echar mano de ejercicios y juegos que permitan desarrollar las habilidades motoras, cognitivas, manipulativas, entre otras, del colectivo estudiantil a cargo, ya que el currículum nacional no se contextualiza a la realidad vivida en estas instituciones.

Es de importancia para la mediación pedagógica el ofrecimiento de recursos didácticos que tengan congruencia con lo que establece el MEP en materia de los procesos de enseñanza en las escuelas unidocentes, debido a que este aporte, aunque el docente no sea una persona formada en la disciplina de EF, se logren implicaciones positivas tales como ideas prácticas y específicas que aseguren el éxito académico de los estudiantes de estos centros educativos, mejor organización de ambientes de enseñanza y aprendizaje, alternativas congruentes para la resolución de problemas específicos, tales como escasos de materiales, grupos bastante heterogéneos y demás, variantes didácticas más reales y abordaje de contenidos específicos con un orden adecuado, todo esto con el aporte de un programa adaptado desde la disciplina de la Educación Física.

Específicamente, la escuela Lourdes se caracteriza por ser una institución que se ubica en un contexto rural con condiciones socioeconómicas deprimidas, con baja matrícula, no obstante, representa un emblema de movilidad ascendente para la comunidad de Sacramento,

cuya población ve en sus niños y niñas escolares, el cumplimiento del derecho a la educación y las posibilidades de aspirar a mejores y mayores condiciones de vida, por ende, procuran el sostenimiento de la escuela mediante el vínculo triangular escuela-familia-comunidad.

Al mismo tiempo, la docente que se desempeña en este centro educativo requiere, tal como otros profesionales de aulas multigrado, de apoyos extraordinarios o extraoficiales, siendo que los recursos destinados a este tipo de institución, por el MEP, no son suficientes para satisfacer las necesidades sentidas ni en el orden del personal necesario para la gestión administrativa y pedagógica de la institución, ni en términos de infraestructura, equipo o implementos, como los que son usados regularmente en el desarrollo de las clases de Educación Física.

Todo aporte que se le pueda brindar a las escuelas unidocentes, desde cualquier lugar (en este caso, desde un proceso investigativo como requisito de graduación de la carrera de Educación Física, y además, de una universidad pública que se le debe a la comunidad nacional), debe reconocerse en medio de la escasez propia de lo rural.

Con ello, se podrá alivianar de alguna manera, no solo la tarea de la persona docente ante sus propias carencias formativas en Educación Física, sino que también, en beneficio del proceso educativo de cada uno de sus estudiantes, de su desarrollo integral, de su presente, de su futuro, pero sobre todo, en aras de disminuir la brecha demarcada por la gran desigualdad e inequidad en el sistema educativo costarricense, entre la zona rural y la zona urbana del territorio nacional, tal cual como lo comentó la unidocente a cargo de la institución Lourdes de Sacramento, Heredia.

OBJETIVOS

Objetivo General

Analizar la mediación pedagógica utilizada por una maestra unidocente en el primer ciclo de la Escuela Lourdes de Sacramento, circuito 03 del cantón de Barva, Heredia durante el desarrollo de los procesos de enseñanza y aprendizaje en la clase de Educación Física para la realización de una propuesta lúdico-pedagógica como apoyo en dicha asignatura.

Objetivos Específicos

- Diagnosticar el contexto institucional presente en la escuela seleccionada para el establecimiento de las características del centro educativo, sus necesidades y limitaciones en el desarrollo de la clase de Educación Física.
- Describir las estrategias de mediación pedagógica utilizadas por la maestra unidocente del primer ciclo durante el desarrollo de las lecciones de Educación Física.
- Sistematizar la experiencia vivida por la unidocente y los y las estudiantes durante la aplicación de las estrategias de mediación pedagógica en las clases de Educación Física.
- Plantear actividades lúdico-pedagógicas específicas al área de Educación Física para facilitarle material de apoyo a la maestra unidocente para su aplicación durante la práctica educativa.

CAPÍTULO II

REFERENTE TEÓRICO

En el siguiente apartado se presentan los principales referentes teórico-conceptuales que fundamentan el objeto de estudio que se aborda en esta tesis, entre los cuales están: teoría cognitiva, constructivismo, mediación pedagógica, estrategias de aprendizaje, Educación Física, vida saludable, ejercicio como parte del desarrollo integral, modelo educativo costarricense, escuelas unidocentes y educación rural; conceptos relevantes en esta investigación.

La teoría cognitiva

Al hablar de la teoría cognitiva “los teóricos cognitivos se centran en el aprendizaje humano, sobre todo en el aprendizaje significativo: acentúan el lenguaje como instrumento del aprendizaje, enfatizan la percepción organizada y el aprendizaje activo y sistemático” (Escribano, 2004, p. 284).

Referente a la teoría cognitiva Escribano (2004), presenta una información relevante al tema en cuestión:

Las teorías del desarrollo cognitivo se han centrado en tres preocupaciones de tipo general. Primero, en averiguar cómo funciona la mente de los niño/as en los diversos estadios del desarrollo; segundo, saber cómo hacen los niños/as la transición de un estadio al siguiente y, por último, que pueden hacer los educadores a fin de garantizar

que cada individuo alcance su pleno potencial cognitivo. En realidad, este enfoque aporta al panorama de la enseñanza un esfuerzo científico cuidadosamente elaborado en conocer cómo el aprendizaje puede favorecer el desarrollo cognitivo y cómo es posible averiguar con rigor los mecanismos cognitivos mediante los que se producen aprendizajes. En definitiva, los modelos de enseñanza que presentamos giran alrededor de este importante aspecto, a saber: optimizar, tanto como sea posible, el potencial intelectual de los alumnos/as. (p. 285).

Un ejemplo de lo citado anteriormente, puede ser observado en una clase de EF cuando existe un grupo de estudiantes que entendió el concepto de rebote mediante experiencias previas con un balón que rebota en el suelo, pero cuando se encuentran con un objeto que no rebota, el grupo tendrá dudas al respecto, pero mediante la interacción con este nuevo elemento lograrán entender que existen objetos que no lo hacen, por tanto los sujetos adaptarán sus esquemas para encontrar nuevas realidades en un mismo ambiente, entendiendo que hay objetos que si rebotan y otros que no lo hacen, para luego modificar sus estructuras con el fin de interaccionar con este nuevo elemento y concepto.

Como reforzamiento de lo dicho Serrano y Pons (2011) realizan un aporte más pedagógico en donde expresan que:

En primer lugar, para Piaget, efectivamente, el proceso de construcción de los conocimientos es un proceso individual que tiene lugar en la mente de las personas que es donde se encuentran almacenadas sus representaciones del mundo. El aprendizaje es, por tanto, un proceso interno que consiste en relacionar la nueva información con las

Representaciones preexistentes, lo que da lugar a la revisión, modificación, reorganización y diferenciación de esas representaciones. Ahora bien, aunque el aprendizaje es un proceso intra-mental, puede ser guiado por la interacción con otras personas, en el sentido de que “los otros” son potenciales generadores de contradicciones que el sujeto se verá obligado a superar. (p. 6)

Partiendo de lo planteado anteriormente por Serrano y Pons (2011), se puede argumentar que la investigación constructivista se basa en análisis de las diferentes representaciones del mundo. Las cuales, son interpretadas de formas distintas según el ambiente o experiencias que se tengan, partiendo de esto, se abre una gran cantidad de mesas de diálogo, en donde las opiniones de las diferentes partes importan, pero que, aún más importante, se complementan para formar una idea colectiva.

Además, Escribano (2004) explica que entre la relación del desarrollo cognitivo de Piaget y los procesos educativos existen una serie de nociones que explican mejor este modelo, se detallan a continuación:

- Los niños/as deberían de construir su propio aprendizaje, esto quiere decir, que los estudiantes aprenden mejor cuando se involucran en el proceso, ya que es más significativo porque se muestran más activos y tienen la posibilidad de manipular sus propios materiales.
- El centro de la educación es el estudiante, porque partiendo desde el descubrimiento de Piaget se entiende que los niños están preparados en todo momento para vivir nuevas aventuras por su propia cuenta sobre la más amplia gama de probables situaciones.

- La educación debería ser individualizada, este es un principio constructivista que parte de una idea en donde el estudiante necesita procesos de enseñanza y aprendizaje individualizado, por el hecho de que todos tenemos diferentes estilos y ritmos para adquirir nuevos conocimientos. Entonces, el deber del docente es el de promover un ambiente en donde el estudiante confeccione sus propias experiencias basadas en sus necesidades e intereses.
- Interacciones sociales como elemento importante en el aula, ya que gracias a estas interacciones los estudiantes se ven obligados a expresar sus propias opiniones, a defender y justificar sus postulaciones ante otros compañeros (pp. 295-297).

Escribano (2004) argumenta que en el modelo cognitivo un profesor tiene una serie de funciones de gran importancia para el desarrollo de procesos de enseñanza y aprendizaje que sean competentes y ayuden al estudiante en su proceso de construcción de conocimiento, éste organiza entornos, ambientes y espacios para el desarrollo de clases agradables, segundo el docente como promotor de interacciones sociales, promoción de un contexto donde prevalezca el respeto, la tolerancia y la igualdad, tercero está el diagnosticador del desarrollo del estudiante que procura comprender las experiencias del niño (a) y tratar de ver el mundo como lo ven ellos y ellas, y por último, el facilitador del conflicto cognitivo, en donde el profesor crea una cantidad de tareas educativas para promover las posibilidades de que el estudiante participe en alguna actividad de acuerdo a su nivel estructural.

El constructivismo

Para iniciar con este referente, fundamental en este estudio, Carretero (2005) propone la siguiente definición:

Básicamente es la idea de que el individuo –tanto en los aspectos cognitivos y sociales del comportamiento como en los afectivos- no es simplemente un producto del ambiente ni resultado de sus disposiciones internas, sino una *construcción propia*; que se produce día a día como resultado de la interacción entre esos factores.

En consecuencia, según la posición constructivista, el conocimiento no es una copia de la realidad, sino una *construcción* del ser humano ¿con qué instrumentos la realiza? Fundamentalmente con los *esquemas* propios, es decir, con lo construido en relación con el medio (pp. 24-25).

Por su parte, Soler (2006) presenta una definición de constructivismo más vinculada con el contexto de enseñanza y aprendizaje:

El constructivismo retoma las premisas epistemológicas del paradigma “interpretativo” y las aplica al aprendizaje, considerando una actividad cognoscitiva del aprendizaje, quien organiza y da sentido a la experiencia individual. De manera sucinta, el constructivismo es la creencia de que los estudiantes son los protagonistas en su proceso de aprendizaje, la construcción de su propio conocimiento a partir de sus experiencias.

El constructivismo se centra en la creación y modificación activa de pensamientos, ideas y modelos acerca de los fenómenos y afirma que el aprendizaje está influenciado por el contexto sociocultural en que está inmerso el aprendizaje. (p. 29).

En este posicionamiento teórico, se presentan varias definiciones de constructivismo que permiten desglosar aún más el tema, permitiendo una mayor comprensión sobre la forma en que participa e interviene en los procesos de aprendizaje, tal como el que señala Soler (2006), con respecto al llamado Constructivismo exógeno, que hace referencia a:

El conocimiento es visto como captación y reconstrucción de la realidad externa, mientras que el aprendizaje se centra en la adquisición de información para elaborar representaciones del mundo real. El docente transmite segmentos discretos de información al estudiante, quien reconstruye la realidad: se aprenden contenidos dados por objetivos instruccionales atomizados y segmentados. (p. 37)

Por otra parte, se tiene otro tipo de constructivismo que presenta diferentes posiciones en cuanto a este paradigma, el cual es conocido como Constructivismo endógeno, el cual Soler (2006) explica que:

Sostiene que el conocimiento no es una representación fidedigna del mundo externo y que el aprendizaje es resultado de una conducta cognoscitiva “adaptada”. Por lo tanto, se enfatiza en el proceso interno del conocimiento, el cual es construido desde las

estructuras mentales tempranas y modificadas a la luz de las nuevas estructuras que se van adquiriendo. Estas nuevas estructuras están influenciadas por la experiencia personal, como resultado del proceso de adaptación del aprendizaje. (p. 37)

Por último, otro tipo de constructivismo que tiene diferentes alternativas para la intervención en los procesos de enseñanza y aprendizaje, es el constructivismo Dialéctico, que según Soler (2006):

intenta integrar y alimentarse de las posiciones extremas. Por una parte, enfatiza la naturaleza dialéctica del conocimiento que es el resultado del diálogo entre lo interno y lo externo, es decir entre el aprendiz y el entorno externo. Por otra parte, el aprendizaje es el proceso de construcción de modelos internos influenciados por experiencias previas, valores y creencias personales por una parte y por la otra, determinadas por las estructuras observadas afuera tales como las que transmiten la cultura y el lenguaje. Este proceso dialógico se desarrolla en un clima de estimulación, interacción y modelaje entre los actores: docentes y aprendices. (p. 38)

Adicionalmente, Soler (2006) explica que este último tipo de constructivismo se acerca a la postura planteada por el señor Vygotsky, el cual propone que el desarrollo cognitivo centra sus bases en los procesos de socialización cultural, explica que el conocimiento es esencialmente la capacidad para utilizar las herramientas sociales más importantes para la

construcción del mismo. Estas pueden ser desde lápices a signos culturales como el lenguaje y demás, todo esto inmerso en un proceso de socialización,

Además, Soler (2006) expone que dentro de este transcurso se produce un aprendizaje, en donde los factores externos experimentales logran modificar la forma de pensar del individuo (proceso interno) pero a su vez estos se ven afectados por elementos sociales, culturales y contextuales, que dependiendo de donde se encuentre el sujeto los cambios variarían con respecto a otras personas. En general son varios factores en juego y dificulta determinar cuáles son las respuestas antes determinados estímulos.

Entre las distintas definiciones planteadas, está la de Serrano y Pons (2011), quienes afirman que en términos generales a lo largo del tiempo han surgido respuestas alternativas de varios términos que podrían ser encasillados en el marco del constructivismo y que a su vez responden a visiones teóricas. Por lo tanto, cuando se realice cualquier clasificación del constructivismo estará implícitamente la existencia de:

a) Un constructivismo cognitivo que se origina desde la psicología y la epistemología genética planteada por Piaget.

b) Un constructivismo orientado en la sociedad y la cultura, ya sea constructivismo social, socio-constructivismo o co-constructivismo, el cual tiene como impulsor al señor Vigotsky.

c) Un constructivismo que tiene como orientación el construccionismo social de Berger y Luckmann, que a su vez tiene enfoques posmodernos en la psicología, que tiene como fuente de conocimiento las practicas discursivas

El modelo pedagógico es el constructivismo, el cual es una perspectiva psicológica, filosófica que sostiene que las personas forman o construyen gran parte de lo que aprenden y comprenden (Bruning, Schraw, Norby y Ronning, 2004, citado por Schunk, 2012).

El constructivismo no propone que existan principios del aprendizaje que se deban descubrir y poner a prueba, sino que las personas creen su propio aprendizaje (Schunk, 2012), como parte del constructivismo se encuentra el espacio de descubrimiento, de construir en equipo o individualmente, es decir, las personas construyen su conocimiento a partir de creencias y vivencias teniendo presente el entorno como factor influyente en esta construcción de conocimiento.

En cuanto a la noción de la “comunidad de aprendizaje” que presenta el constructivismo se puede decir que se maneja un concepto de participación y raciocinio, es decir, se definen como una aglomeración de personas buscando un aprendizaje en común, esto mediante la implementación de herramientas provenientes de un mismo entorno. Los estudiantes que representan en este modelo son personas con diversos niveles de experiencia y conocimientos aprendidos gracias a su implicación en actividades que gozan de un elevado nivel de autenticidad, esto gracias a la colaboración brindada entre los miembros de este proceso.

Mediación pedagógica

Abarca (2016) enuncia que la Mediación Pedagógica (MP) busca que las actividades, los ejercicios y los procedimientos se conviertan en experiencias de aprendizaje placenteras, significativas, novedosas y requeridas por los discentes; el énfasis está centrado en el estudiante, esos seres inmersos en la maravillosa tarea de recrearse y formarse apropiándose de su mundo. Además, esta autora alude a que la mediación promueve experiencias de

aprendizaje desde la interacción con la necesidad de compartir para construir juntos, todo como un proceso permanente; parte desde lo cotidiano, es decir, involucrándonos en la apropiación de la realidad.

La MP es un elemento sumamente importante para guiar la labor docente dentro de su institución, no solo por dar una perspectiva de que enseñar, sino también de qué aprender, desde las experiencias del diario vivir, de las acciones que se lleven a cabo, de la interacción, el cómo se faciliten los contenidos para hacer posible el acto educativo dentro de un proceso de formación participativa.

Por otra parte, Reyes (2014) menciona que la MP se refiere al hecho de estar en medio de una situación determinada, permite volver la mirada a los principios de la incertidumbre y complejidad desde los paradigmas emergentes, esto implica la realización de una reflexión sobre el accionar de los sujetos sociales en relación con otros, en varias circunstancias de la vida. También, se está refiriendo a un acto de amor, en donde hay reconciliación entre dos o más personas, logrando como fruto de su conciliación un acuerdo común; en el ámbito educativo se habla de una esperanza sustancial que implica aprovechar toda la subjetividad en la comprensión de la realidad.

El sentido de la mediación es hacer posible el proceso de apropiación de la realidad al posibilitar un aprendizaje integral, participativo, reflexivo y crítico a partir de las convivencia, interacción y conocimientos de todas las personas aprendientes para llevar a cabo el proceso de enseñanza y aprendizaje.

Estrategias de aprendizaje

Bernard (2007) realizando un esfuerzo para dar a conocer el concepto de estrategia de aprendizaje, realiza una postulación en donde explica que son:

La Escala de Estrategias de Aprendizaje Contextualizado parte del supuesto de que el alumno es un estratega del pensamiento y, por lo mismo, que esta escala considera las “estrategias de aprendizaje” como uno de sus ejes vertebradores principales. Interpretar el aprendizaje de los alumnos *estratégicamente* supone considerarles sujetos que habitualmente se ven precisados a realizar actividad tomando decisiones tendentes a clarificar la ambigüedad con que se enfrentan para analizar contenidos complejos y nuevos que sus profesores y los programadores escolares les proponen aprender. (p. 77)

Bernard (2007) también explica que en general en cada una de las actividades que realizan los seres humanos se pueden apreciar estos cambios cognitivos y se evidencian procedimientos compuestos por tres niveles para el análisis de la información, los cuales son:

1. En el primer nivel se habla de las actividades reflejas que ejecuta el estudiante, estas se pueden evidenciar en su vida cotidiana o académica, un ejemplo es cuando reconocen a personas o lugares familiares, también, al evitar obstáculos cuando corren o caminan y al recordar fórmulas o definiciones que ya fueron memorizadas.

2. El segundo nivel es cuando los estudiantes se enfrentan a situaciones o problemas nuevos, por lo que en este caso tienen que plantearse procedimientos complejos para la solución de estas vicisitudes, es decir mecanismos de pensamientos estratégicos a seguir con el fin de aprender de las nuevas condiciones adquiriendo nuevos conocimientos.

3. En el último nivel los aprendices pueden ser estudiantes o bien personas de todos los niveles educativos, pero la diferencia principal es que las actividades a resolver se catalogan como expertas, compuestas por tareas más complejas que exigen mecanismos estratégicos más

4. complicados. Ejemplo: resolución de problemas matemáticos más detallados o bien la ejecución de tácticas de juego especiales para sorprender al rival. (pp. 75-77)

Educación Física

La EF es la disciplina desde donde se impulsa la promoción del movimiento humano, de la actividad física para la salud, la recreación, el esparcimiento. Sobre la misma Cañizares y Carbonero (2016) explican que el concepto es polisémico, por lo tanto, nos muestra dos conceptos de EF, el primero es:

1. Es el proceso sistemático de ayudar al individuo en el correcto desarrollo de sus posibilidades personales y de relación social, con especial atención a sus capacidades física de movimiento y expresión. Para identificar a la Educación Física hay que partir de dos grandes realidades antropológicas: cuerpo y movimiento. (p. 11)

2. La EF es educar a través de la motricidad. El movimiento no hay que entenderlo como movilización mecánica de segmentos corporales, sino como la expresión de percepciones y sentimientos, de tal manera que el movimiento consciente y voluntario es un aspecto significativo de la conducta humana. (p. 12)

En la misma línea el Ministerio de Educación Pública (2013), en la actualización de su programa de EF para I y II ciclo de educación general básica, nos presenta el concepto de EF a partir de dos puntos de vista, desde el enfoque epistemológico y desde el curricular, y el autor desde el primer enfoque expone que:

El objeto de estudio o conocimiento de esta asignatura debe ser el movimiento humano en sus diversas manifestaciones y aplicaciones (como deporte, ejercicio físico, actividad

física con fines de recreación, o como expresión-comunicación a través del movimiento corporal), considerando los aspectos que intervienen en su desarrollo (qué es el cuerpo, como funciona, cómo se mantiene en buen estado funcional), a nivel cualitativo y cuantitativo. (p. 24).

Desde el segundo punto de vista, el cual es el enfoque curricular, el Ministerio de Educación Pública (2013) busca transformar seis asignaturas, las cuales tratan la convivencia social, el desarrollo de la identidad, por eso el MP muestra otra explicación que sirve como apoyo para el reforzamiento del concepto de EF, la cual es:

La educación física es una asignatura fundamental para la operacionalización de ese cambio, pues es a través del cuerpo y sus acciones (objeto de estudio de la educación física) que los seres humanos tienen presencia física (temporal y espacial), en un contexto en el que la música, las artes plásticas y demás asignaturas cobran vida, integradas en las actividades cotidianas de las personas. (p. 25)

La EF logra que el ser humano se manifieste como un ser integral, es decir, que muestre sus emociones, sueños, valores, actitudes, que construya relaciones sociales con otros seres humanos; que sea un ser libre.

¿Cómo se involucra la ética, la estética y la ciudadanía en la EF? Esta materia involucrarla ética, la estética y la ciudadanía, a partir de la naturaleza misma, como material en la cual se promueve la toma de conciencia del propio cuerpo y de las posibilidades que este brinda, para

favorecer la expresión personal, la comunicación, la participación social, la sobrevivencia, mediante diversas formas de movimiento. (p. 25)

Adicionalmente a estos enfoques en el programa del Ministerio de Educación Pública. (2013) se presenta un énfasis de la EF que permite comprender en que consiste esta asignatura, el cual es:

El otro gran énfasis que el programa tiene, es en la **promoción de la salud integral y calidad de vida**, mediante la estimulación constante para que la o el estudiante aplique conceptos y herramientas que favorezcan que, en su vida cotidiana, dentro y fuera de la institución educativa, practique estilos saludables de vida y que, además, sea capaz de promoverlos entre las personas con las que se relacione en su cotidianidad (familiares, vecindario, compañeros, compañeras, entre otros). La ética, la estética y la ciudadanía se vive de este modo, como un aprender para la vida y aprender a convivir, mediante la adopción, práctica y promoción de estilos saludables de vida. (p. 17)

Vida saludable

Leyton, Lobato, Batista, Aspano y Jiménez (2018) detallan lo que es disfrutar una nutrición adecuada, en donde también se incluye la realización de actividades físicas programadas y además de una adecuada higiene personal. Pero vida saludable no solo consiste en realizar acciones positivas para mejorar mi estado actual, sino también evitar negativas, que disminuyan el nivel en que la persona se encuentre actualmente, tales como el estrés, la falta de sueño, el fumado de tabaco u otros y el consumo excesivo de alcohol.

Con el fin de apoyar la teoría anterior Leyton, García, Fuentes y Jiménez (2018) explica que:

Unos buenos hábitos alimenticios, junto con un descanso regular y una práctica de actividad física regular y continuada, van a hacer que los practicantes adquieran un estilo de vida y mejoren su desarrollo en todos los niveles (cognitivo, motor y afectivo-social). Será importante conocer la intención que tiene el individuo de ser físicamente activo ya que es una conducta beneficiosa que nos permitirá obtener estilos de vidas saludables acompañados de una buena alimentación y descanso. Investigaciones previas han indicado que la práctica de actividad física y deportiva influye sobre conductas de salud como la alimentación equilibrada entre otras. (p. 167).

Por lo tanto, estilos de vida saludable se relaciona con aspectos nutricionales, tales como comer en cantidades, hora y calidad adecuados que no influyan negativamente la salud, también es la práctica de ejercicio físico e higiene personal, a su vez es evitar factores como el estrés, la falta de descanso, el tabaquismo, el sedentarismo, beber alcohol en grandes cantidades y otros que ponen en riesgo la salud.

Ejercicio como parte del desarrollo integral

Cabe mencionar que dentro de la EF el ejercicio, como parte del desarrollo integral, juega un papel muy importante y más desde edades tempranas. Por eso esta asignatura es una herramienta importante para el crecimiento del ser humano, el enfoque de ésta debe ser

integral; sin embargo, las prácticas equivocadas y el empirismo de algunas personas continúan implementándose. Por otra parte, el desconocimiento y la praxis deficitaria, aunado a otro sin número de factores, han señalado de una manera impropia el rumbo que esta disciplina ha tomado respecto a su accionar o al tipo de intervención que se realiza en los centros donde es posible llevar al campo sus contenidos (Rodríguez, 2010), por eso es importante que desde la infancia se empiece a aprender un estilo de vida saludable, partiendo desde su corporeidad para enfrentar situaciones de la vida.

Por otra parte, el ejercicio físico como desarrollo integral del ser humano ayudará a la formación de individuos para que sean capaces de enfrentarse con éxito a los requerimientos de la sociedad, por lo que su cumplimiento resulta necesario e imprescindible en el proceso de formación de los discentes. La actividad deportiva del ser humano debe ser entendido como la actividad motriz que representa un fundamento y una condición importante, no sólo para el desarrollo físico, sino también para el desarrollo intelectual y socio-afectivo (Rodríguez, 2010).

El Colegio Americano de Medicina Deportiva, se convierte en una de las máximas entidades que impulsan al ejercicio físico como el único medio que le va a permitir a las personas mejorar su salud integral y su calidad de vida, esta entidad promueve a nivel mundial la práctica física dirigida a todos los eslabones de la sociedad y recalca la importancia de mantener estrategias de actividad física diaria, mejorar la ingesta alimentaria y controlar las situaciones que puedan generar deterioro de la corporeidad y detrimento de la calidad de vida (Rodríguez, 2010).

Modelo educativo costarricense

De acuerdo con Ballestero, Chaves, Lobo y Román (2013) en Costa Rica, el Ministerio de Educación Pública es el encargado de promover el desarrollo de un sistema educativo que permite a toda la población acceder a la educación, a la vez, mencionan que la EF inicia en el país a mediados del siglo XIX, donde se impartían lecciones de gimnasia en las instituciones de educación pública. Estos programas gimnásticos evolucionaron a programas de EF estructurados y actualmente forman parte de la educación formal, asimismo, es obligación del gobierno otorgar la infraestructura, el material didáctico y el personal docente necesarios para llevar a cabo el acto educativo.

La educación costarricense a mediados del siglo XIX declaró la educación primaria gratuita, obligatoria y costeadada por el Estado para constituir el sistema educativo nacional y reforzar la educación primaria; este legado ofrece una plataforma sólida para enfrentar los grandes retos del siglo XXI; sin embargo, el modelo educativo no ha sido sólido en sus fundamentos conceptuales y flexible en los elementos pedagógicos, curriculares y de gestión a fin de permitir su actualización (Martinez, 2016).

En referencia al modelo educativo costarricense los fundamentos del mismo se enmarcan en el régimen jurídico político contemplado en la constitución de 1949; por lo tanto, pretende garantizar la libertad de enseñanza, de pensamiento, de asociación y de culto, el respeto a los derechos humanos y a los valores del régimen democrático constitucional, fortaleciendo así el estado de derecho (Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO, 2010, p. 2).

Escuelas unidocentes

Un elemento presente en la educación costarricense son las escuelas unidocentes, una categoría de centro educativo primario que funciona en el país, formada producto de una política de acceso a la educación de las personas alejadas de las zonas más desarrolladas del país, dicha institución que presenta características peculiares y que la hacen única. Estas son instituciones que se centran en la atención de las necesidades de niños y niñas de primaria, en las comunidades rurales (en su mayoría) en donde la matrícula no supera los 30 estudiantes. Se trabaja en una sola aula donde se encuentran personas de diversos niveles, bajo la responsabilidad de un único docente, que aparte de su labor pedagógica realiza trabajos administrativos en dicha institución (MEP y UNICEF, 2013).

De acuerdo con Chaves y García (2013), estas instituciones tienen sus diferencias con respecto a otras del sistema público, pues en una misma aula se ubican a todos los estudiantes desde primero hasta sexto, con edades comprendidas entre los seis y los 14 años, por lo que la organización administrativa, curricular y didáctica es distinta a los centros educativos rurales. En estos centros la matrícula no es mayor a 30 estudiantes y el MEP recomienda un horario de 7:00 a.m. a 1:15 p.m. horario en donde se tienen que dar clases de las materias básicas y, además, de algunas materias especiales, como la EF, de la cual se puede hablar mucho por aspectos que la hacen diferente a las de los centros educativos urbanos.

Referente a la EF en escuelas unidocentes y rurales, Santos y Martínez (2011) postulan que la escuela rural tiene la particularidad de que no puede ser una imitación de las escuelas existentes en las ciudades, por lo cual las metodologías de enseñanza deben de variar, un ejemplo de esto es en cuanto a las instalaciones, la carencia de las mismas obliga a los docentes a usar su creatividad, a su vez apoyándose en los diversos recursos (propios del campo) que no

necesariamente están creados para usos pedagógicos, pero gracias a la imaginación del profesor (a) son adaptados para su beneficio.

Otra de las particularidades que presenta este tipo de centro educativo rural es que los docentes de EF cuentan con una cantidad limitada de materiales, pero siempre van a existir debilidades en cuanto a la calidad y cantidad de estos. Ante tal situación se tiene que modificar su metodología para lograr un aprendizaje significativo y que genere un buen impacto en las mentes de la comunidad educativa (Santos y Martínez, 2011).

De acuerdo con lo anterior Viera (2003) afirma que

La tarea del educador o maestro no será rápida ni fácil, pero sí imprescindible si se desea lograr un aprendizaje significativo en sus alumnos [...] y de capacidades y condiciones internas de los educadores (psicopedagógicas, diagnósticas, conocimientos y entrenamiento en este tipo de aprendizaje), que, si bien lleva tiempo desarrollarlas, lo más que se necesita es disposición y conciencia de la importancia del mismo. (p.42)

Por lo anterior, la función de una persona profesional de la educación en el rol de unidocente, va más allá de simplemente presentarse en un centro educativo y desarrollar el planeamiento previamente confeccionado, la labor de estos profesionales tiene un elevado grado de dificultad siempre y cuando se desee generar un impacto positivo en el estudiantado, las vicisitudes son amplias y más cuando se labora en una escuela rural, partiendo desde la cantidad de materiales y las condiciones geográficas de la misma, por eso es pertinente analizar cómo se manejan los procesos de enseñanza- aprendizaje en estos centros, con el fin de desarrollar alternativas educativas para brindar mejoras a la clase de EF.

De acuerdo con el VI Informe Estado de la Educación (2017) la modalidad en que opera el colegio o el centro educativo, el horario en que imparte lecciones, la infraestructura educativa y las características del personal docente, son los principales factores asociados al rendimiento estudiantil. Por eso brindar una comodidad en aspectos antes mencionados podrá variar el éxito académico de los estudiantes, además, de generar docentes calificados para distintos contextos sociales, por otra parte, no se puede omitir el apoyo familiar y la actitud del estudiante hacia el estudio en diversas condiciones, todo esto influye en el proceso de enseñanza-aprendizaje de cada uno de los estudiantes implicados en este proceso de formación.

En cuanto a las labores de planeamiento y trabajo de aula, estas se organizan según se disponga en las instancias administrativas de las que forme parte la EU. En este sentido, el rango desde la total libertad, hasta la obligatoriedad de seguir con la planeación que se elabora desde la dirección regional o desde el circuito correspondiente, es decir, entra en juego el currículo oculto (UNICEF, 2013), sin embargo, se considera que el personal de escuelas unidocentes puede hacer modificaciones a dichos planeamientos pensando en las necesidades del estudiantado y en el material con el que se cuenta.

Importante mencionar que, el rol de la persona de una escuela unidocente en los procesos de enseñanza aprendizaje es un elemento que corresponde investigar profundamente, para analizar qué factores están propiciando una educación significativa y qué problemas se están produciendo, con respecto a la mediación llevada a cabo día con día. El ejercicio de la docencia en las zonas rurales con respecto a los procesos de enseñanza y aprendizaje requiere de una formación universitaria en permanente acercamiento con la escuela rural y una práctica profesional que permita el conocimiento de las dinámicas que caracterizan esta labor docente (Ramírez, 2015).

Para el caso de las escuelas unidocentes, se hace necesario que maestros y maestras tengan las habilidades y conocimientos para enlazar estos procesos con las características propias de sus instituciones educativas, así como con las variables de su contexto (UNICEF, 2013, p. 30).

Por otro lado, la UNICEF (2013), menciona que las actividades que realiza el unidocente, tanto en la escuela como en la comunidad, son de diversa naturaleza, pues no sólo comprenden los procesos de aprendizaje de todos los grados de primero a sexto, sino que también incluyen todas las asignaturas y (cuando sus habilidades lo permiten) las denominadas “materias especiales” tales como música, inglés y EF.

No se puede dejar de lado el rol del y la estudiante es cual es clave durante el proceso de enseñanza y aprendizaje, ya que también son partícipes en su totalidad. Cidoncha y Díaz (2012) mencionan que se entiende al discente como sujeto mentalmente activo que actúa sobre la información construyendo el conocimiento cultural a partir de su contexto más próximo y significativo. Esto hará que la enseñanza adquiera un enorme valor en cuanto al aumento de significatividad de los aprendizajes, ya que, casi nadie duda de que, partiendo de situaciones cotidianas, la enseñanza y aprendizaje de los contenidos se hará mucho más eficaz y duradero (el contexto facilita que el proceso educacional tenga lugar en ambientes socioculturales, con la relevancia que pueda adquirir cada uno de ellos).

Cabe destacar que dentro del proceso de formación en la escuela unidocente, también, participan de forma indirecta los padres de familia, que son pilares fundamentales para poder llevar a cabo distintas actividades en el centro, además, de colaborar con la alimentación y organizaciones de eventos deportivos o festivales culturales; como menciona Ortega y Cárcamo (2018) asumiendo que familia y escuela son contextos fundamentales en el desarrollo de niños y niñas, es relevante atender académicamente a la relación que se establece entre estos agentes, es decir, existe claramente una relación familia-escuela y más en este contexto rural.

Como otro punto a resaltar, es que en el proceso de enseñanza y aprendizaje del contexto educativo unidocente se trabaja bajo una integración de participantes activos, es decir, existe un estudiante líder, el cual tiene un papel preponderante en el desarrollo de las clases, es un apoyo para la docente, éste puede variar. Es importante recordar que las escuelas unidocentes poseen características propias que las hacen de gran importancia para todos los actores que participan en el proceso educativo, puesto que ofrecen una oportunidad de educación y que éstos amplíen la visión de mundo.

En cuanto a la evaluación, cabe mencionar que estos centros educativos los profesionales utilizan la evaluación formativa y la sumativa y que la relación entre docente y estudiante es una relación de respeto, confianza, libertad y armonía.

CAPÍTULO III

REFERENTE METODOLÓGICO

La estrategia metodológica presentada en el siguiente capítulo, incluye aspectos tales como: el paradigma, el enfoque, tipo de estudio, el diseño, los participantes, las técnicas e instrumentos utilizados en la investigación, a la vez, otros elementos prescindibles para el desarrollo del presente trabajo como las notas etnográficas y las consideraciones éticas.

Paradigma Naturalista/Interpretativo

Azevedo y Wielewski (2016) explican que este paradigma se orienta en el interés de comprender al mundo como él se muestra y quiere ser visto, se preocupa por entender la naturaleza de su sociedad desde un punto de vista subjetivo. Procura explicaciones en el ámbito de la conciencia social y desde la subjetividad, desde el pensamiento de los participantes dejando de lado la opinión de los observadores; se pretende excluir los criterios o perspectivas que tengan los observadores con respecto a la acción o a los actores, esto por el hecho de que se estaría introduciendo un factor que puede cambiar la realidad de lo observado. También, es importante mencionar que los mayores representantes de este paradigma son Dilthey, Weber, Husserl, Schutz, Heidegger, Wittgenstein y Gadamer. Además, algunas de las metodologías utilizadas en el paradigma interpretativo son la Fenomenología (utilizada en este trabajo), interaccionismo simbólico y etnometodología.

Lo anterior es afirmado por Schuster, Puente, Andrada, y Maiza (2013) quienes creen en que el paradigma interpretativo como dice su nombre busca interpretar y comprender la conducta que presentan las personas desde las intenciones de éstas, a la hora de intervenir en los ambientes educativos. Se centra en la descripción de lo único particular del sujeto, más que la

generalización de estos, gracias a que aceptan la existencia de una realidad múltiple, holística y dinámica.

Vain (2012) habla del papel del paradigma interpretativo en la investigación educativa, el cual permite analizar el currículum oculto de las y los docentes en general, un ejemplo de esto es el siguiente, una maestra utiliza la técnica de las caritas tristes y alegres cuando califica los trabajos realizados por los niños y niñas (calificados en malo, regular, muy bien y excelente), cuyas caritas cumplen la función de premiar si hacen bien el trabajo o castigar si lo hacen mal, sin embargo, partiendo de lo anterior nace la inquietud de ¿Cuál es el mensaje que el estudiante está recibiendo mediante la implementación de este sistema?

Dicha técnica produce efectos no deseados para el aprendizaje de los estudiantes, lo que nos dice es cuánto le agradó o no a la docente ese trabajo, por lo que fomenta una relación de estudiante –docente en la que lo que se desea satisfacer es, las expectativas de la docente. Difícilmente, los profesionales que utilicen este sistema simbólico anoten en sus planificadores que los objetivos centrales son orientados en la idea de que el estudiante trabaje para satisfacer al docente, pese a la utilización de las caritas se está imponiendo un mandato, el cual no está explicado en los documentos curriculares, esto es a lo que se llama currículum oculto y es lo que gracias al paradigma interpretativo se puede analizar.

Sin embargo, Vain (2012) explica que a la hora de realizar este tipo de estudio en el ambiente investigativo se pone en tela de juicio la relación entre lo que el investigador observa y la realidad. Con respecto a esto, muchos investigadores sostienen que los trabajos realizados en el campo etnográfico tienen una cierta carencia en cuanto a su validez y objetividad, ante lo cual Vain en su artículo, propone una serie de medidas para evitar este tipo de sesgos, para ello la labor podría orientarse hacia:

- Implementar prácticas que ayuden a objetivar la investigación y disminuyan la posibilidad de la aparición de sesgos.

- Triangular técnicas de análisis como la observación con la entrevista, esto para tener un mejor control de la información recabada.

- Analizar qué elementos dentro de nuestra biografía pueden generar sesgos que empobrezcan la misma.

- A la hora de explicar nuestras teorías, dejar de lado posiciones teóricas o ideológicas que puedan contradecir o modificar el verdadero objetivo.

- Mantener un esquema de expectativas previas cerrado y dejarnos sorprender en todo momento del largo proceso de investigación.

- Dar uso a la dialéctica teórica - empírica, la cual es característica de la investigación cualitativa, permitiendo el control de sesgos que puedan aparecer, esto triangulándolo con otros investigadores. (p. 37-40)

De acuerdo con Barrantes (2005) “este paradigma se centra en el estudio de los significados de las acciones humanas y de la vida social” (p. 60); en este proceso el sujeto y el objeto interactúan para construir el conocimiento.

Enfoque

Para Barrantes (2013) en el paradigma naturalista predomina el enfoque cualitativo y entre los criterios de calidad que se utilizan está la triangulación, están los instrumentos contruidos por él u otros investigadores que responden a una realidad propia de su investigación. También, arguye que el enfoque cualitativo “Estudia, especialmente, los significados de las acciones humanas y de la vida social. Utiliza la metodología interpretativa (etnografía, fenomenología, interaccionismo simbólico, etc.)”. (p. 65)

Hernández, Fernández y Baptista (2006), plantean que el enfoque cualitativo es un conjunto de prácticas interpretativas que hacen al mundo visible, lo transforman y convierten en una serie de representaciones en forma de observaciones, anotaciones, grabaciones y documentos; es naturalista por el hecho de estudiar a los seres vivos en sus contextos o ambientes naturales e interpretativo, puesto que intenta encontrar sentido a los fenómenos en términos de los significados que las personas le otorguen. Además, tiene las siguientes características:

- Busca principalmente “dispersión o expansión” de los datos e información.
- Es un enfoque de reflexión, intenta descubrir la realidad, por eso los métodos de recolección se basan en obtener las perspectivas y puntos de vista de los participantes, es decir, sus emociones, experiencias, significados y otros aspectos subjetivos; algunas técnicas son la observación, entrevistas en profundidad, discusión en pequeños grupos, registro de historias de vida, entre otras.
- Todo este proceso es flexible y el propósito consiste en “reconstruir” la realidad tal como lo observan los actores de un sistema social previamente definido. (pp. 11-13)

Tipo de estudio

El tipo de estudio es el emergente o no lineal, que de acuerdo con Márquez (2007), logra alcanzar la legitimidad social en la realidad social, ya que guarda una justa relación con la realidad investigada, es decir, se puede definir este diseño como una construcción social, partiendo desde el contexto particular de esta escuela para desarrollar esta investigación. Sandín (citado por Márquez, 2007) resalta el carácter contextual del enfoque cualitativo, su adaptación a la realidad investigada y a las contingencias propias de la investigación, así como el

protagonismo de quien investiga y su posicionamiento epistemológico, señalando que el investigador se posicione y adopte una serie de decisiones antes, durante y al finalizar el estudio.

Por otra parte, este diseño aborda la producción de conocimientos desde una perspectiva interaccionista considerando a los actores sociales (entrevistados e investigador) como seres activos, históricos y culturales, a la vez, construye su mundo mediante relaciones intersubjetivas que se expresan a través del lenguaje y de la producción simbólica (Márquez, 2007). En este diseño el papel de quien investiga es el de abordar las acciones, acontecimientos, creencias, valores y experiencias desde la perspectiva de los actores sociales, dándole sentido a partir de la reflexividad.

Diseño

El diseño de estudio es el fenomenológico, el cual, de acuerdo con Medina, Mora, Rodríguez, Vildosola y Basurto (2009):

... se enfoca en las experiencias individuales subjetivas de los participantes. Responden a la pregunta ¿Cuál es el significado, estructura y esencia de una experiencia vivida por una persona (individual), grupo (grupal) o comunidad (colectiva) respecto de un fenómeno? El centro de indagación de estos diseños reside en la (s) experiencia (s) del participante o participantes. (p. 73)

Por otra parte, Aguirre y Jaramillo (2012), explican que “El método fenomenológico contribuye, de modo privilegiado, al conocimiento de realidades escolares, en especial, a las vivencias de los actores del proceso formativo”. (p. 52), en este caso nos referimos a los involucrados de la Escuela Lourdes de Sacramento y su contexto.

Participantes del estudio

En primera instancia la participante principal es la unidocente del centro educativo Escuela Lourdes de Sacramento, ubicada en Barva, Heredia. Además; se seleccionaron los participantes de primer ciclo de primaria que comprende de 1er grado a 3er grado de este centro institucional.

El centro educativo cuenta con 12 estudiantes, sin embargo, para la presente investigación se trabajó solamente con seis estudiantes (dos mujeres y cuatro hombres) del I ciclo: tres de primer grado, dos de segundo grado y uno, de tercer grado.

Tabla 1.*Categorías y Subcategorías de Análisis*

| Categoría | Sub-categoría | Descripción conceptual | Descripción instrumental |
|-------------------------------|--|--|--|
| Contexto Institucional | Característica de la escuela unidocente e implicaciones en el acto educativo | Referente a la EF en escuelas unidocentes y rurales, Santos y Martínez (2011) postulan que la escuela rural tiene la particularidad de que no puede ser una imitación de las escuelas existentes en las ciudades, por lo cual las metodologías de enseñanza deben de variar, un ejemplo de esto es en cuanto a las instalaciones, la carencia de las mismas obligan a los docentes a usar su creatividad, a su | Las técnicas e instrumentos a utilizar fueron la observación, un diario de campo, grabación de voz, la entrevista en profundidad y el grupo focal. |

| | | | |
|--|--|---|--|
| | | <p>vez apoyándose en los diversos recursos (propios del campo) que no necesariamente están creados para usos pedagógicos, pero gracias a la imaginación del profesor (a) son adaptados para su beneficio.</p> <p>Otra de las particularidades que presenta este tipo de centro educativo rural es que los docentes de EF cuentan con una cantidad limitada de materiales, pero siempre van a existir debilidades en cuanto a la calidad y cantidad de estos. Ante tal situación se tiene que modificar su</p> | |
|--|--|---|--|

| | | | |
|--|---|--|--|
| | | <p>metodología para lograr un aprendizaje significativo y que genere un buen impacto en las mentes de la comunidad educativa (Santos y Martínez, 2011).</p> | |
| | <p>Necesidades presentes en el centro educativo</p> | <p>Las escuelas unidocentes presentan problemas de infraestructura y mobiliario. A la vez, de que estos centros cuentan con baja matrícula, se les asigna poco presupuesto por parte del MEP, también, no cuentan con conserjes lo cual hace que muchas de las funciones del centro educativo se cumplan</p> | |

| | | | |
|--|--|--|--|
| | | <p>por parte de los niños y las niñas, los padres de familia y la docente (Chaves y García, 2013).</p> | |
| | | <p>Como reforzamiento de lo dicho anteriormente Serrano y Pons (2011) realizan un aporte más pedagógico en donde expresan que:</p> <p>El aprendizaje es, por tanto, un proceso interno que consiste en relacionar la nueva información con las representaciones preexistentes, lo que da lugar a la revisión, modificación, reorganización y</p> | |

| | | | |
|--|--|--|--|
| | | <p>diferenciación de esas representaciones.</p> <p>Ahora bien, aunque el aprendizaje es un proceso intra-mental, puede ser guiado por la interacción con otras personas, en el sentido de que “los otros” son potenciales generadores de contradicciones que el sujeto se verá obligado a superar. (p. 6)</p> <p>Escribano (2004)</p> <p>Una educación individualizada, este es un principio constructivista que parte de una idea en donde el estudiante necesita procesos de</p> | |
|--|--|--|--|

| | | | |
|--|--|--|--|
| | | <p>enseñanza y aprendizaje individualizado, por el hecho de que todos tenemos diferentes estilos y ritmos para adquirir nuevos conocimientos.</p> <p>Entonces, el deber del docente es el de promover un ambiente en donde el estudiante confeccione sus propias experiencias basadas en sus necesidades e intereses.</p> <p>También, Escribano (2004) nos menciona sobre las interacciones sociales como elemento importante en el aula, ya que gracias a estas</p> | |
|--|--|--|--|

| | | | |
|------------------------------------|---|--|---|
| | | <p>interacciones los estudiantes se ven obligados a expresar sus propias opiniones, a defender y justificar sus postulaciones ante otros compañeros.</p> | |
| <p>Mediación pedagógica</p> | <p>Estrategias utilizadas por la unidocente</p> | <p>Chaves y García (2013) en su artículo mencionan que las escuelas unidocentes tienen una matrícula escasa.</p> <p>El docente debe favorecer la conformación de verdaderas comunidades de aprendizaje, en las cuales todos aprenden, todos enseñan y todos tiene algo que aportar</p> | <p>Las técnicas e instrumentos a utilizar fueron la observación, un diario de campo, una grabación de voz, la entrevista en profundidad y el grupo focal.</p> |

| | | | |
|--|---|--|--|
| | | <p>para lograr los objetivos de la escuela, éstos también, deben ser personas creativas (Cidoncha y Díaz, 2013). Si bien es cierto, no cuentan con material suficiente, tampoco, con buena infraestructura, por eso, el docente debe solventar las necesidades buscando distintas alternativas para involucrar a todos en el proceso de enseñanza y aprendizaje en las clases de Educación Física.</p> | |
| | <p>Rol del estudiante y la estudiante</p> | <p>El movimiento humano debe iniciarse desde la infancia, por eso el Ministerio de Educación Pública</p> | |

| | | | |
|--|--|---|--|
| | | <p>(2018) expresa que en las materias especiales los estudiantes aprenden sobre el disfrute, la apreciación, la importancia de la actividad física, la convivencia, la promoción de la salud integral y calidad de vida, el alumnado asume un papel diferente en este tipo de escuela, es decir, colaboradores, solidarios.</p> <p>Por otra parte, se debe entender al discente como sujeto mentalmente activo que actúa sobre la información construyendo el</p> | |
|--|--|---|--|

| | | | |
|--|--|--|--|
| | | <p>conocimiento cultural a partir de su contexto más próximo y significativo (Cidoncha y Díaz, 2010), además, se debe partir de situaciones cotidianas, es decir, su contexto se hará mucho más eficaz y significativo en cuanto a su proceso de enseñanza y aprendizaje (el contexto facilita que el proceso educacional tenga lugar en ambientes socioculturales, con la relevancia que pueda adquirir cada uno de ellos).</p> | |
|--|--|--|--|

| | | | |
|--|--|---|--|
| | <p>Características de las clases de Educación Física</p> | <p>El tipo de alumnado que participa en las clases de Educación Física se identifica con la diversidad, la heterogeneidad, coparticipación e integración, mostrando especial interés hacia el aprendizaje lúdico-pedagógico y cooperativo (Santos y Martínez, 2011). Las clases de Edufi en contextos rurales involucran juegos en conjunto, juegos tradicionales, juegos deportivos principalmente fútbol; además, se aprovecha la naturaleza que el medio rural ofrece.</p> | |
|--|--|---|--|

| | | | |
|--|----------------------|--|--|
| <p>Experiencias vividas por la comunidad educativas</p> | <p>De la maestra</p> | <p>De acuerdo a Chaves y García (2013) el personal docente debe favorecer la conformación de verdaderas comunidades de aprendizaje, en las cuales todos aprenden, todos enseñan y todos tienen algo que aportar para lograr los grandes objetivos de la educación primaria. También, se ven en la obligación de desarrollar la creatividad; como bien lo dicta el MEP con los círculos de armonía y el círculo creativo.</p> <p>Además, de que la docente debe ser una</p> | |
|--|----------------------|--|--|

| | | | |
|--|---------------------------|--|--|
| | | <p>docente activa, debe fomentar la colaboración entre sus estudiantes, a la vez, busca actividades equilibradas para todos los estudiantes.</p> | |
| | <p>De los estudiantes</p> | <p>El estudiante es un estudiante activo, líder, como bien lo dicen Chaves y García (2013) el alumnado en estas escuelas debe asumir un papel diferente, ya que la dinámica escolar requiere de niños y niñas autónomos, solidarios, que pueden seguir indicaciones, que investigan, además de trabajar en forma individual o en grupos.</p> | |

Técnicas e instrumentos utilizados para la recolección de datos

Para la investigación realizada se utilizaron las siguientes técnicas e instrumentos: la observación, la entrevista en profundidad, el grupo focal, grabación de video y de voz, hasta un diario o notas de campo que por su estructura son de vital importancia en la investigación cualitativa.

La observación

La observación ha sido una de las técnicas más utilizadas desde el desarrollo de cada una de las personas, comprende un cierto periodo de tiempo para extraer información relevante; es decir, todos hacen uso de esta técnica diariamente, sin embargo, dentro de la investigación se realiza la observación sistemática (Álvarez-Gayou, 2003). Para Campos y Lule (2012) “La observación es la forma más sistematizada y lógica para el registro visual y verificable de lo que se pretende conocer; es decir, es captar de la manera más objetiva posible”. (p. 49)

La observación ayuda a describir el objeto de estudio desde una perspectiva científica, por eso requiere de un sujeto que investigue y objeto a investigar; es pasar de un proceso sensorial a un proceso de pensamiento para construir las ideas. El objeto de observación se constituye por hechos o fenómenos en el que se puede distinguir la esencia a observar, es decir, cualidades y características que le dan sentido e identidad a éste; por ende, le dan forma, prestancia y claridad a la observación (Campos y Lule, 2012).

Los hechos observables deben realizarse lo más natural posible, se utilizan todos los sentidos, no debe ser con prejuicios. A la vez, los que aplican esta técnica deben definir la ruta a seguir, puesto que se puede desviar del objeto de estudio. Por lo tanto, como lo mencionan Campos y Lule quienes definen la observación como una técnica por medio de la cual se crea una vinculación concreta y constante entre el investigador y el hecho o fenómeno (2012).

En la presente investigación se aplicó la observación al colectivo estudiantil en su diario vivir en la escuela, para ello se utilizó un diagnóstico (ver apéndice A) que permite valorar de manera

específica aspectos puntuales como vestimenta, actitudes, comportamientos, actividades y roles que desempeñen. También, se observó a la docente en su ambiente natural en el desempeño de sus funciones como maestra de institución unidocente. Las observaciones se hicieron en un total de dos sesiones para estudiantes y, de dos sesiones para la docente. Por último, se realizaron observaciones de las instalaciones del centro educativo y del área en el que se ubica.

Notas de campo o notas etnográficas

De acuerdo a Rekalde, Vizcarra y Macazaga (2014) con las notas de campo la persona que investiga puede registrar todo tipo de actividad o elemento relevante que pueda ser observado desde la perspectiva analítica, de manera profesional y con una estructura previamente establecida (vea apéndice F), de esta forma puede contar con información que se va a correlacionar con los datos recolectados mediante la implementación de otras técnicas similares, pero con formas de operar diversas. Las notas de campo se utilizaron para llevar a cabo un mejor análisis, también, para percibir las distintas ideas de quienes participaron en la investigación; a la vez nos permite releer las situaciones vividas en el centro educativo.

La entrevista

La entrevista, según Díaz, Torruco, Martínez y Varela (2013) es “una conversación que se propone con un fin determinado distinto al simple hecho de conversar” (p. 162). Es un instrumento técnico de gran utilidad en la investigación cualitativa, para recabar datos. Para la presente investigación se eligió la entrevista en profundidad.

La entrevista en profundidad

Este instrumento, según Taylor y Bogdan (citado por Barrantes, 2013), consiste en reiterados encuentros cara a cara entre la persona que entrevista y la persona entrevistada, dirigidos hacia la comprensión de las perspectivas que tienen los informantes respecto de sus vidas, experiencias o situaciones, tal como lo expresan con sus propias palabras, es una especie de conversación entre iguales, y no un intercambio formal de preguntas y respuestas. El investigador es el principal instrumento de la investigación, y no un protocolo o formulario de entrevista.

Se aplicó la entrevista en profundidad a la maestra unidocente gracias a un espacio brindado para dicha investigación, para cumplir con la finalidad de este proceso se utilizó una hoja de cotejo (ver apéndice E) que permite valorar de manera específica aspectos puntuales como: el perfil de la maestra, la labor de ella en la institución, la información del centro educativo, las clases de Educación Física, fortalezas y debilidades entre otros elementos antes mencionados.

Grupo focal

De acuerdo con Hamui-Sutton y Varela (2013) “La técnica de grupos focales es un espacio de opinión para captar el sentir, pensar y vivir de los individuos, provocando auto explicaciones para obtener datos cualitativos” (p. 56), además, mencionan que trabajar en grupo facilita la discusión y activa a los participantes a opinar sobre dicho tema propuesto en el grupo focal. Este es un grupo focalizado, que según Hamui-Sutton y Varela (2013) se llevan a cabo en el marco de protocolos de investigación, los cuales incluyen una temática específica, preguntas de investigación planteadas, objetivos claros, justificación y lineamientos. De acuerdo con el objetivo, se determina la guía de entrevista y la logística para su consecución (elección de los

participantes, programación de las sesiones, estrategias para acercarse a ellas o ellos e invitarlos).

En la planeación hay que considerar también las características del lugar de encuentro; que sea de fácil acceso, de preferencia un espacio conocido y no amenazante, que haya una sala con una mesa grande y sillas, idealmente debería contar con una cámara; es necesario tener una grabadora de audio y/o video para registrar el intercambio comunicativo del grupo focal, tratando de minimizar el ruido y los elementos distractores para propiciar la concentración del grupo (Hamui-Sutton y Varela, 2013).

Es importante que el moderador dirija el diálogo basándose en la guía de preguntas previamente elaborada y estimulando la participación activa y equitativa de los participantes, así lo expresa Hamui-Sutton y Varela (2013), es decir, esta técnica es útil para explorar los conocimientos y experiencias de las personas participantes.

Se debe aclarar que, un buen moderador conoce el tema que va a indagar, muestra capacidad para estructurar y redondear temas, tiene claridad y sencillez de expresión lingüística, es amable y muestra sensibilidad de escuchar con atención. A la vez, debe tener la capacidad para dirigir e interrogar críticamente, para confirmar datos, debe tener buena memoria y retener lo dicho. El moderador debe dar confianza a las personas tomando en cuenta lo que dicen, y abstenerse de dar su opinión.

Se aplicó el grupo focal a las y los estudiantes de primer ciclo de la institución, para dicho fin se utilizó una hoja de cotejo (ver apéndice D) que permite valorar de manera específica aspectos puntuales como las clases de Educación Física, los contenidos de las mismas, los materiales a disposición para las sesiones, y la distribución de los grupos estudiantiles en la institución. Esto brindando una guía en la cual, quien investiga puede llevar una línea y un orden en su recolección de información.

Consideraciones éticas

A lo largo de la investigación se establecen pautas éticas, con el propósito de resguardar la confidencialidad de las personas participantes. Para el caso de los niños y niñas se utilizó el asentimiento (ver apéndice B), asimismo, a la docente se le entregó un consentimiento informado (ver apéndice C), a la vez, se propone utilizar seudónimos para resguardar la identidad, se omiten detalles geográficos, direcciones exactas u otras señas que podrían vincularse con la casa de habitación de las personas participantes. Del mismo modo, se advierte que la información obtenida será utilizada únicamente para los efectos de la presente investigación.

CAPÍTULO IV

ANÁLISIS DE RESULTADOS

En el presente capítulo se realiza el análisis interpretativo de los resultados obtenidos, una vez culminado el trabajo de campo y producida la información por parte de las personas participantes, de acuerdo con los referentes teóricos y en cumplimiento de los objetivos planteados.

Para efectos de la exposición del análisis interpretativo, se plasman los resultados en tres grandes categorías, que a la vez presentan subcategorías. Dicho análisis se realizó aplicando la triangulación de la información a partir de los resultados obtenidos con la implementación de los instrumentos antes descritos en la metodología, y en apego a los referentes teóricos consignados en el capítulo correspondiente. La primera categoría se refiere al contexto institucional, la segunda categoría hace referencia a la mediación pedagógica y como tercera categoría, se exponen las experiencias vividas por la comunidad educativa de la escuela Lourdes de Sacramento, Barva, Heredia.

Categoría 1. Contexto institucional del centro educativo Lourdes de Sacramento.

La primera categoría general expone aspectos varios sobre el contexto institucional de la escuela Lourdes de Sacramento, dentro de ésta se tratan temas con respecto a la población, infraestructura y materiales didácticos con que cuenta la institución, también, las necesidades y características de la misma.

Subcategoría 1: características de la escuela unidocente e implicaciones en el acto educativo

La escuela Lourdes de Sacramento fue construida gracias al esfuerzo de los vecinos y vecinas de la misma comunidad, quienes donaron el terreno, la mano de obra y los fondos para su construcción. Hoy se considera un emblema de la localidad, puesto que muchas generaciones tuvieron la oportunidad de tener acceso a la Educación General Básica, gracias a la existencia de la escuela.

La población escolar ha estado constituida históricamente, por un promedio de 10 estudiantes, sin embargo, en otras ocasiones, ha superado dicha cifra, pero no de manera significativa. Como escuela unidocente se caracteriza, principalmente, por poseer un aula multigrado, en la que niños y niñas de diferentes edades y de diferentes grados (tal como lo dice el nombre del aula), reciben clases al unísono o simultáneamente.

Al ser un aula multigrado, se presentan implicaciones de carácter multifactorial en dicho espacio, es decir, desde la infraestructura, las condiciones atmosféricas, y por supuesto, con la mediación pedagógica, pues atender a estudiantes de seis diferentes grados al mismo tiempo y en una única aula, resulta un proceso de mayor complejidad en comparación al de las escuelas regulares; no obstante, como lo plantea Escribano (2004) hay que sacar partido de la situación, ya que la interacción social en la que se ven inmersos los estudiantes hará que se creen dinámicas que les presenten retos cognitivos, de desarrollo de habilidades, de oportunidades para expresar sus ideas, sus opiniones, defender una postulación o comentar sobre el tema de interés dentro del salón de clases, es decir, estos factores pueden servir como aspectos positivos para que el unidocente pueda desarrollar otras habilidades y competencias, por ejemplo se

puede dar la construcción de material educativo y específico del área para utilizarlo durante la sesión de aprendizaje.

En este centro educativo se ha conformado una red de apoyo, tejida desde la solidaridad de los vecinos y las vecinas, para que, como colectivo se prosiga con el sostenimiento de la institución, baluarte del desarrollo educativo de las nuevas generaciones y garante del ejercicio del derecho humano de la educación para los niños y niñas de esa zona rural. Como parte de esa red, la presencia y activismo de las madres y los padres o de las personas encargadas, ha sido medular para la realización de distintas actividades, entre ellas, las extracurriculares, artísticas, culturales y deportivas; así como con el apoyo con los deberes extra - clase que se realizan fuera de la escuela y que continúan en los hogares de cada estudiante.

Ortega y Cárcamo (2018) se refieren más directamente a los espacios de recreación o actividades extra - programáticas organizadas en conjunto entre docentes, padres y madres; estos son agentes fundamentales para alcanzar los objetivos de aprendizaje; no obstante, se atribuye a la escuela y, por consiguiente, al cuerpo docente, el protagonismo para orientar dicha relación.

Otra de las características de la escuela Lourdes es la ubicación en un contexto rural en el que predominan las actividades agrícolas y pecuarias, fundamentalmente, cuya comunidad está constituida por sectores sociales en condiciones económicas desfavorables, pues los ingresos que generan las actividades económicas descritas son escasos, repercutiendo en la no satisfacción de algunas de las necesidades básicas; dentro de la cuales está la capacidad adquisitiva para la compra del uniforme escolar para el uso diario de sus hijos e hijas para asistir a la escuela, y mucho menos, para el uniforme de las lecciones de Educación Física.

Con respecto al tema de las clases de EF, y como resultado del grupo focal, queda en evidencia que las mismas se desarrollan los jueves en tres posibles lugares: la plaza de fútbol,

la cancha de baloncesto y el corredor del único pabellón de aulas que existe. Todo depende, del tiempo atmosférico para elegir el lugar para la clase. Además, recuperando lo mencionado con respecto al uniforme escolar, el grupo de estudiantes asiste a las clases de EF con ropa particular, tal como lo compartieron los (as) alumnos (as) participantes en el grupo focal realizado, hecho que se pudo apreciar también, durante las visitas en las cuales se realizaron observaciones guiadas.

A su vez, los y las estudiantes carecen de indumentaria deportiva, por ejemplo, de botines de fútbol, guantes, entre otros; por las condiciones del contexto (una comunidad con sectores de población vulnerados socioeconómicamente), llevan las camisetas de fútbol que les prestan sus parientes, las pantalonetas viejas, o, en otros casos participan con la ropa de la misma escuela porque no cuentan con uniforme, incluso en la época lluviosa asisten a clases con botas de hule, para evitar que se les moje el otro par de zapatos con el que cuentan (aparte de las mencionadas botas).

Los y las estudiantes del centro educativo utilizan un calzado que no se considera como el más adecuado para los propósitos del movimiento humano en el marco de la EF situación que conlleva una serie de repercusiones tanto a nivel de impacto en el desarrollo de las mismas actividades, como en términos de garantizar la integridad física de cada estudiante, y más aún, si se adiciona el hecho de que los lugares donde se desarrollan las clases, son los menos aptos, ya sea por sus características propias o por presentar malas condiciones de infraestructura.

Sin embargo, una desventaja que hay que resaltar y que se presenta a manera de elemento recurrente, es la falta de material deportivo y de elementos para la práctica de gimnasia, tales como colchonetas, balones, aros y demás; en cuanto a la práctica de atletismo, faltan vallas, y principalmente una pista para juegos colaborativos, a la vez, existe la necesidad de balones

para deportes de conjunto como voleibol, baloncesto, béisbol y otros, los balones que más hay son de fútbol (alrededor de tres).

Con respecto a la interacción docente-estudiante, y producto de la entrevista realizada a la maestra, se destaca el hecho de que esa interacción se da de manera individualizada, debido a que la población es poca. A causa de esta variable le permite a la pedagoga atender a cada estudiante de manera más directa y exclusiva y personalizada de acuerdo con sus especificidades individuales.

Además, las madres y los padres se involucran en el proceso de formación, apoyando a sus hijas e hijos con tareas académicas, como parte del compromiso que tienen en su formación, y el deseo de que salgan adelante con su proyecto educativo. Tal y como lo plantea Ortega y Cárcamo (2018), la familia y la escuela son contextos diferentes por la misión que cada una cumple, no obstante, es necesaria una comunicación fluida que permita el diseño de elementos comunes, en pro de mejorar la educación de cada uno de los y las estudiantes, así que la colaboración entre ambas partes es un medio para conocer y ayudar de la mejor manera, al colectivo estudiantil.

Sobre la escuela unidocente o multigrado, la profesional docente de la educación comenta que cada institución tiene sus propias características, así como cada escuela unidocente presentan particularidades distintas unas de otras, lo mismo sucede con sus docentes, ya que unos poseen cierta habilidad para una determinada actividad que otros, por ejemplo, para la realización de actividades en el aire libre o las letras.

Una educación más individualizada puede generar cambios positivos en el proceso formativo, de ahí la importancia de la labor académica en escuelas con la categoría de

unidocente y del apoyo que se les debe brindar en todo sentido. Ya sea a lo interno como lo es el trabajo colaborativo que priva en el aula entre el alumnado y la docente, o como el que se da de manera complementario con las familias, todo con el propósito de propiciar aprendizajes significativos y democráticos, garantizando el derecho a la educación de calidad.

Por su parte, Escribano (2004), explica que una educación enfocada en la individualización de los procesos de enseñanza es constructivista, ya que parte de la premisa de que los estudiantes necesitan procesos de aprendizaje más específicos a sus necesidades, esto por el motivo de que cada persona tiene su propio ritmo y estilo en el momento de construir conocimiento. Por tanto, es obligación del docente crear ambientes de aprendizaje que favorezcan al estudiantado.

Ante lo dicho por el autor citado, se pudo evidenciar en una de las observaciones realizadas que, la docente tenía como criterio la edad, la talla, las habilidades físicas y particularidades de cada estudiante para acomodar a cada quien en las sesiones de EF, lo mismo para explicar o evacuar dudas específicas de la actividad por desarrollar, la maestra se tomaba el tiempo para atender las inquietudes de manera individual. Con respecto a esto, Serrano y Pons (2011) plantean que, en primer lugar, para Piaget, efectivamente, el proceso de construcción de los conocimientos es un proceso individual que tiene lugar en la mente de las personas que es donde se encuentran almacenadas sus representaciones del mundo. El aprendizaje es, por tanto, un proceso interno que consiste en relacionar la nueva información con las representaciones preexistentes, lo que da lugar a la revisión, modificación, reorganización y diferenciación de esas representaciones. Ahora bien, aunque el aprendizaje es un proceso intra-mental, puede ser guiado por la interacción con otras personas, en el sentido de que “los otros” son potenciales generadores de contradicciones que el sujeto se verá obligado a superar. (p. 6)

Existen procesos pedagógicos individualizados en la escuela unidocente que son afines con los planteamientos propuestos por Piaget y otros autores, con respecto a la interacción del estudiante con el medio natural. Como bien menciona Coto (2008), es claro que las actividades en el medio natural para nada afectan el desarrollo de los contenidos de la Educación Física, es una variabilidad del escenario, ya que muchos de los contenidos en primer ciclo recaen sobre la corporeidad, el desarrollo de las habilidades motrices básicas orientadas a las acciones locomotrices, habilidades manipulativas y una inducción hacia los juegos pre deportivos, orientados hacia los intereses del contexto.

Subcategoría 1: necesidades presentes en el centro educativo

Coto (2008) expresa que el tratamiento didáctico en el medio natural promueve la apertura del docente a nuevos horizontes buscando la adquisición de conocimientos a través de experiencias prácticas, es decir, propone ir de la actuación al entendimiento. Si bien es cierto, existen necesidades de infraestructura, no obstante, podría considerarse como factor positivo, el tener contextos naturales al alcance de la mano, para poder desarrollar otras actividades lúdico-pedagógicas, que requieran de mayores espacios al aire libre y en contacto con elementos del ambiente, su flora y fauna, con la naturaleza en sí misma.

El hecho de desarrollar la clase de EF a la intemperie también puede presentar factores adversos o emergentes, tal como se observó en una de las sesiones en donde el factor atmosférico obligó a reprogramar la clase en otro sitio, y con ello, el plan de la misma. Si bien es cierto, el grupo de escolares tiene acceso a una cancha de fútbol, la misma pertenece a la comunidad, y no se encuentra en las mejores condiciones (por ejemplo, los marcos no tienen malla). También tienen acceso a una cancha de baloncesto, sin embargo, en apariencia no recibe el mantenimiento requerido ya que se nota que es una construcción antigua en estado de abandono, no está techada,

situación que le resta a su acceso en el año académico o escolar, pues eso impide usarla en época lluviosa, la cual se extiende casi a seis meses al año en Costa Rica, país tropical con dos estaciones, la seca (de diciembre a abril) y la lluviosa (de mayo a noviembre).

La institución depende, en gran medida, de la comunidad y de los servicios que le pueda brindar para los efectos que aquí se vienen mencionando, es decir, hay una dependencia en términos de recursos de infraestructura como soporte para la formación en Educación Física. Lo que pone en evidencia de nueva cuenta que, las instalaciones del centro educativo son insuficientes para el desarrollo de las sesiones de la disciplina, la cual se sustenta en el movimiento humano, en el uso de espacios adecuados, en buenas condiciones y de material didáctico para desarrollar la sesión de trabajo, aunque se cuente con espacio al aire libre.

A todo lo anterior, también se le suman los pocos recursos didácticos con que cuentan, el escaso mobiliario y un currículo poco flexible, es decir, la educación actual se empeña en reproducir un modelo de educación urbano (industrial) en un contexto rural, dejando de lado las particularidades que caracteriza a esta última.

Otra de las necesidades aparte de espacios adecuados para las clases de EF, se requieren materiales que permitan llevar a cabo, de la mejor manera posible, los objetivos y contenidos propuestos. Tal es así que, entre los resultados obtenidos en el grupo focal, hay una lista de materiales que desde cada estudiante se expresaron como necesidades sentidas:

Dentro de estos implementos se puede reconocer la cancha de fútbol en mejores condiciones, marcos con su respectiva malla, conos, tapitas e implementos como guantes de guardameta, balones (de fútbol, de baloncesto de hule, suaves, entre otros), cuerdas, bates, colchonetas y cualquier otro recurso que pueda ser usado como recursos didácticos durante las sesiones de EF como lo establece el MEP. Asimismo, es necesaria la reparación y mantenimiento de la cancha de básquetbol.

Todo lo expuesto con respecto a los materiales se apega a lo dicho por Santos y Martínez (2011), cuando argumenta que las escuelas unidocentes no poseen una variedad y cantidad de materiales, es decir, siempre van a existir flaquezas en cuanto a la cantidad y el estado de estos implementos, por lo tanto, los docentes tendrán que apoyarse en su creatividad para poder salir adelante con el proceso de enseñanza y aprendizaje en dichas instituciones educativas. Definitivamente la condiciones en las que se encuentra la escuela Lourdes de Sacramento, es congruente con el contexto al que pertenece: una zona rural, económicamente deprimida, con actividades económicas que generan pocos ingresos a las familias que habitan la zona, además, recibiendo poca o casi ninguna inyección de recursos económicos por parte de las instituciones correspondientes. Tal como expresó la docente, “si se quiere educación de calidad, hay que invertir en ella, en todos los aspectos”.

Sin embargo, tal como lo sostienen Chaves y García (2013), en la investigación realizada por ambos estudiosos, en estos centros educativos al contar con baja matrícula, el MEP les asigna poco presupuesto, lo que implica no contar con recursos económicos suficientes para cumplir con todas las obligaciones propias tales como mantenimiento, adquisición de material didáctico, pago de servicios públicos, pago de servicios contables, alimentación, mejoramiento de la infraestructura, entre otras.

Según lo expresado por el colectivo estudiantil que participó en el grupo focal, hay consenso en que la infraestructura es una necesidad sustantiva, a la que se le suma el hecho de no poseer uniforme para las clases de EF y ante este vacío, el alumnado tiene que usar prendas de su guardarropa particular para asistir a las clases de las materias básicas, asimismo, a la clase de EF.

Gracias a la observación etnográfica se corroboraron dichas necesidades, es así como se pudo ver a estudiantes recibiendo clases con ropa particular, zapatos casuales, botas, entre

otros; vestimenta y calzado no aptos para la práctica del deporte, poniendo en riesgo su integridad física por la disonancia entre las actividades deportivas y las condiciones de los distintos espacios donde se llevan a cabo las sesiones de trabajo, tal es el caso de un área que se encuentra en construcción y denota un estado de deterioro importante, la cual tampoco cumple con las medidas de seguridad requeridas que habiliten el acceso a la misma, lo que implica el riesgo de que alguna persona sufra algún incidente o percance.

En síntesis, la infraestructura del centro educativo se caracteriza por una serie de carencias como la ausencia de un espacio adaptado para la práctica deportiva. Además, existen zonas en donde pueden realizar actividades con cantidad reducida de estudiantes, pero no cuentan una zona donde se les facilite practicar y aprender sobre los distintos deportes que se ofrecen desde los contenidos de la EF. Estos otros deportes ofrecidos por la EF necesitan requerimientos especiales, generando que la docente desarrolle al máximo su creatividad para las clases de EF., Puesto que las condiciones adversas no facilitan la promoción de los aprendizajes de manera significativa, es imposible la aplicación correcta de lo que engloba la disciplina de EF

Categoría 2. Mediación Pedagógica

En cuanto a la mediación pedagógica, Pérez (2002) menciona que los maestros de las escuelas unidocentes trabajan con el plan de estudios y los programas para cada uno de los seis grados de la escuela primaria y con el material didáctico utilizado para cada grado, y que es el mismo programa que se usa en escuelas no unidocentes, sin contemplar las particularidades que presentan las primeras, tales como la poca población, contexto rural, aula multigrado, falta de recursos, entre otras. Por tal motivo, la pedagoga a cargo de la escuela Lourdes de Sacramento genera estrategias de mediación para la enseñanza y aprendizaje de la EF. De esta

forma, la mediación pedagógica no se delimita al proceso educativo, sino que se amplía a la búsqueda de alternativas para solventar las necesidades del centro educativo con apoyo de la comunidad estudiantil, de los padres y las madres de familia y otros actores de la comunidad.

En concordancia con lo dicho, Chaves y García (2013) consideran que

El personal docente, al tener que atender a seis o tres niveles a la vez, asume un papel muy diferente al que tienen los profesionales en educación de otras escuelas, ya que debe planificar el trabajo diario de tal forma que pueda estimular, orientar y mediar los aprendizajes de una forma no directiva, puesto que no puede atender directamente a todos los niveles a la vez [...]. El personal docente debe favorecer la conformación de verdaderas comunidades de aprendizaje, en las cuales todos aprenden, todos enseñan y todos tienen algo que aportar para lograr los grandes objetivos de la educación primaria. (p. 8).

A manera de conclusión en esta categoría, se puede apreciar el esfuerzo que realiza la profesional de la educación en la Escuela Lourdes, ya que, a pesar de ser esta institución unidocente caracterizada por múltiples carencias, en especial de infraestructura y de equipo para la práctica de la EF, es una materia que se imparte con regularidad en beneficio del desarrollo integral de cada estudiante.

Como lo mencionó la profesional de la pedagogía, cada escuela rural y unidocente tiene su propia filosofía, sus valores y particularidades que no pueden ser comparadas e imitadas con respecto a los centros educativos urbanos. Por ejemplo, la docente considera que, al tener matriculado estudiantes extranjeros, se debe mantener especial cuidado con las expresiones

que impliquen posicionamientos nacionalistas o etnocéntricas, ya que esto puede generar un sentimiento de exclusión entre los estudiantes que no son costarricenses.

De acuerdo con Carretero (2005) y su enfoque desde el constructivismo, se puede argumentar que durante las clases de Educación Física se torna imprescindible, tomar en cuenta las experiencias de cada estudiante, las cuales, en conjunto con el ambiente o contexto en el que se desenvuelven van a determinar sus actitudes y destrezas, lo que hace de este enfoque pedagógico de suma importancia en las aulas escolares.

Subcategoría 2: estrategias utilizadas por la unidocente

El rol de la persona que se desempeña como profesional de la educación en las escuelas unidocentes, es un tanto particular con respecto a las docentes de las otras instituciones educativas ya que, además del rol de educadora, debe asumir el rol de directora, por lo consiguiente, se le invita a ser una persona creativa, con ganas de formarse en otras áreas como lo son los idiomas, la Educación Física, cómputo.

Todo esto con el propósito de ofrecer una educación de calidad, en la medida de sus posibilidades; como lo menciona Chaves y García (2013) las escuelas unidocentes ofrecen la oportunidad a las niñas y a los niños de zonas rurales, el ampliar la visión de mundo que los rodea para adquirir y fortalecer sus habilidades y destrezas que les permita un mejor desarrollo cognoscitivo, psicomotor y afectivo.

Asimismo, dentro del proceso de enseñanza y aprendizaje juega un papel central en el aprendizaje significativo, donde hay una interacción con el entorno, con sus pares y con las madres y los padres; un aprendizaje planteado desde la exploración, el descubrimiento y el estudio de las potencialidades de cada uno de los involucrados en dicho proceso de aprendizaje (Viera, 2003).

En la escuela Lourdes de Sacramento, una de las estrategias de aprendizaje, como parte de la mediación pedagógica que desarrolla la docente, es la puesta en práctica del Círculo de la armonía y el Círculo de la creatividad con el objetivo de promover la clase de Educación Física haciendo partícipe a toda la población estudiantil en todo momento, como lo dispone el MEP.

Con respecto a los círculos mencionados, es importante explicar que el círculo de la armonía tiene como objetivo armonizar (tal como lo indica la misma palabra), es decir, busca que todas las partes involucradas se sientan en confort con el ambiente y sus colegas. La actividad consiste en brindar un espacio al inicio del día, con todos los niveles para realizar movimientos de estiramiento o activación muscular, o actividades artísticas como el baile y demás. Por otro lado, el círculo de la creatividad se pone en ejecución en cualquier momento de la clase para incentivar a los niños y niñas a realizar actividades diferentes, con el propósito de ayudarles a ser personas más resilientes y espontáneas, esto impulsado mediante actividades lúdicas y artísticas como el dibujo, la música, el baile, la pintura, entre otras.

Por otra parte, en algunas ocasiones se dificulta llevar a cabo la sesión de EF debido a que la docente cuenta con una sobrecarga de su jornada laboral por las funciones académicas, administrativas y de otra índole, que le corresponden como profesional destacada en una escuela multigrado. No obstante, de alguna manera la maestra promueve actividades en algún espacio accesible como el corredor de la escuela (en caso de lluvia), la cancha de baloncesto (no se encuentra en buen estado) o en la zona verde con la que cuenta la institución, en congruencia con la importancia vital que posee el movimiento humano para la formación de las niñas y los niños.

Dicho proceso educativo debe tener un enfoque integral; es decir, la EF es un elemento de importancia para el desarrollo físico, desarrollo intelectual y socio - afectivo de los infantes, como lo señala Rodríguez (2010) al decir que, es una herramienta importante para el crecimiento

del ser humano, su enfoque debe ser integral tomando en cuenta la construcción social e individual de la corporeidad mediante la intervención psicomotriz.

En lo referente a las realidades que se viven en las escuelas unidocentes, los profesores o profesoras tienen que hacer ingentes esfuerzos para poder llevar a cabo las tareas diarias. En ocasiones, a pesar de la gran voluntad, no se pueden resolver de la mejor manera las tareas diarias y en consecuencia la calidad del proceso educativo va a disminuir. Ante ello, Yépez (2010) plantea que se puede avanzar en campos tales como la formulación de objetivos, la diversificación de métodos para adaptar los contenidos según las necesidades del contexto educativo, metodologías de aprendizaje que tomen en cuenta las experiencias en el campo, al niño campesino y la vida familiar. Esto conducirá a mejorar las dinámicas implementadas en el aire libre, brindando sugerencias para el planteamiento de pequeños proyectos escolares, elaboración de materiales didácticos que puedan ser de utilidad en el día a día dentro y fuera de la institución y afinar los métodos de evaluación tomando en cuenta la diversidad cultural de la población con la que se trabaja.

Otra estrategia metodológica que la docente implementa en sus clases es una relacionada con la atención a la diversidad de nacionalidades presente en la institución, producto de los flujos migratorios constantes que caracterizan a los países de la región centroamericana, debido a múltiples factores, entre ellos, la crisis económica y el empobrecimiento de importantes sectores de población que decide dejar su patria en pos de una vida digna; por lo que la pedagoga promueve relaciones de inclusión y confraternidad entre sus estudiantes, sin distinción alguna por origen, particularmente, por ejemplo, en lugar de usar el gentilicio costarricenses, denomina al grupo como, ciudadanos de la institución.

El enfoque constructivista (social, cultura, co-constructivista) es pertinente y necesario frente a una población diversa, con necesidades y destrezas particulares, para generar un espacio

de aprendizaje significativo para todos y todas, mediante una práctica humanizada, pensada que permita hacer de las diferencias, una oportunidad de aprendizaje y no una desventaja.

Subcategoría 2: rol de los y las estudiantes

La persona discente se debe entender como sujeto mentalmente activo que actúa sobre la información construyendo el conocimiento cultural a partir de su contexto más próximo y significativo, consideran Cidoncha y Díaz (2010), además, se debe partir de situaciones cotidianas, es decir, su contexto se hará mucho más eficaz y significativo en cuanto a su proceso de enseñanza y aprendizaje (el contexto facilita que el proceso educativo tenga lugar en ambientes socioculturales, con la relevancia que pueda adquirir cada uno de ellos); el alumnado de estas escuelas asume un papel diferente, es decir, niñas y niños autónomos, solidarios, colaboradores entre sí.

El movimiento humano debe iniciarse desde la infancia, por eso el MEP (2018) expresa que, en las materias especiales los estudiantes aprenden sobre el disfrute, la apreciación, la importancia de la actividad física, la convivencia, la promoción de la salud integral y calidad de vida, por eso la importancia de que el estudiantado de todas las escuelas reciba la clase de EF, además de promover la equidad en cuanto al acceso de servicio y la inclusión educativa.

Los niños y las niñas, mediante el cuerpo y sus distintos movimientos expresan sus capacidades y destrezas, lo cual es posible durante la clase de EF; espacio promovido por la docente. También, la niñez va formando un estilo de vida saludable desde edades tempranas, mejora sus estados de ánimo, su desarrollo motor, cognitivo y, hasta afectivo-social. Por tales motivos, el poder llevar a cabo la sesión de EF hace que los y las estudiantes se llenen de energía, se sientan felices y tomen un rol participativo y con dinamismo; de tal manera que, como lo

indican Cidoncha y Díaz (2012), poco a poco, el alumno va ganando autonomía y libertad dentro del proceso educativo, su labor va haciéndose cada vez más creativa. Asimismo, se hace más partícipe de su propia formación.

Subcategoría 2: características de las clases de Educación Física

Las clases de educación física en la escuela unidocente Lourdes de Sacramento, son todo un universo y tiene características dignas de ser rescatadas (esto para el aprovechamiento personal y profesional de cada docente en todos los ámbitos del país). La principal característica de dicha escuela son los niños y niñas que llegan a sus clases con una energía que se desborda, llegan con una motivación tan capaz de iluminar los corazones a todo el personal docente del territorio nacional, esta es su mayor fortaleza, y tal como lo dice Santos y Martínez (2011), el tipo de estudiante que forma parte de los procesos de aprendizaje en las clases de Educación Física se identifica con la diversidad, la heterogeneidad, coparticipación e integración, mostrando especial interés hacia el aprendizaje lúdico-pedagógico y cooperativo.

Las clases de EF en contextos rurales involucran juegos en conjunto, juegos tradicionales, juegos deportivos, principalmente el fútbol; además, se aprovecha la naturaleza como medio para la práctica deportiva y física, como lo mencionan Santos y Martínez (2011). Pese a la carencia, en muchas ocasiones, de recursos para la práctica de la EF (instalaciones y materiales específicos), el entorno donde está asentada la escuela rural, coadyuva con las distintas posibilidades de compartir recursos entre las escuelas cercanas o de recibir ayuda por parte de la comunidad y de los servicios que pueda brindar la municipalidad. Al respecto, en la escuela unidocente el estudiantado aprovecha los diferentes espacios de la institución para desarrollar sus capacidades locomotoras, manipulativas y no locomotoras. Al existir irregularidad en el terreno, los niños y las niñas se ven en la obligación de adaptarse a las diferentes superficies

para desarrollar las actividades previamente planeadas, es decir, tienen que pasar de un escenario en el que predomina un terreno plano lleno de césped natural, a otro con una superficie con cemento, e incluso, a otro muy irregular con subidas, bajadas y huecos.

Al ser una escuela multigrado, en las clases de EF se presenta una diversidad amplia de características entre el estudiantado desde grupos etarios, capacidades y habilidades distintas en cuanto a velocidad, fortaleza física y motora, y disparidades en talla y estatura, por lo que las actividades que se realizan deben considerar esos aspectos. Por ejemplo, en la actividad de atrapar la bandera, la cual consiste en que dos equipos se colocan uno al frente del otro en su área respectiva, quienes integran cada equipo, deben intentar pasar por el área del contrario sin que les toquen poder atrapar la bandera rival, en este caso, los y las estudiantes de menor estatura se encuentran en franca desventaja, por lo que se adoptan diversas estrategias inclusivas, tales como la de distribuir los equipos de forma equitativa y asignar roles en donde se asegure una mayor participación de los/as pequeños/as.

Con respecto a la evaluación, en la escuela Lourdes de Sacramento, el carácter formativo adquiere un lugar de preponderancia a la par del carácter sumativo en el proceso pedagógico en su dimensión procesual. La participación por parte del estudiantado en la clase de EF es proactivo, enriquecedora y le representa al alumnado, una fuente importante de motivación, a tal punto que, el aspecto de la evaluación sumativa pasa un segundo plano, en el sentido de que el interés por el resultado cuantitativo se disipa frente al disfrute pleno de la clase de EF.

Categoría 3. Experiencias educativas vividas en Lourdes de Sacramento

La tercera categoría aborda las experiencias educativas que vivieron tanto la docente como los/as estudiantes del centro educativo Lourdes de Sacramento. Es así como se describen las vivencias que acontecieron a lo largo de los años de existencia de la institución, esas que al

ser recordadas conllevan a extremos de risas y llantos, esas que merecen ser compartidas para mostrar que la unidocencia no es un trabajo sino una actividad de alegría, de fiesta, de compartir, de vivir y de retos.

Subcategoría 3: experiencias de la unidocente

Con respecto a la tercera subcategoría, la maestra comparte a través de la entrevista realizada que, la vida docente ha sido muy sacrificada, que tiene que tomar de su tiempo en familia para poder cumplir con las demandas de su labor como directora, administrativa y maestra. Esa es la diferencia entre el personal docente que trabaja en una escuela unidocente comparado las escuelas convencionales donde existe un docente para cada especialidad y un encargado en la administración del centro educativo.

La profesional explica que, en sus años de formación como pedagoga, la teoría decía una cosa, pero, en el momento de empezar a ejercer (en la vida real), la situación era otra totalmente diferente. Es así como empieza a tomar conciencia de las necesidades a las que se enfrenta una persona al trabajar en una institución unidocente emplazada en una zona rural, y es justamente en esa vivencia cotidiana en la que se empiezan a poner a prueba todos los conocimientos adquiridos en su etapa como estudiante universitaria, es decir, en el momento del encuentro entre la teoría y la praxis.

El personal docente, al tener que atender a varios grados a la vez, asume un papel muy diferente al que tienen los profesionales en educación de otras escuelas, puesto que debe planificar el trabajo diario de forma que pueda estimular, orientar y mediar los aprendizajes de una forma no directiva, ya que no puede atender directamente a todos los niveles a la vez (Chaves y García, 2013).

Con respecto a la experiencia en el ejercicio unidocente, la profesional narra que en una oportunidad tenía que organizar una carrera de campo traviesa, pero no contaba con la ayuda de ningún docente de EF para organizarla, por lo que le tocó hablar con los padres y madres de familia para pedir los permisos para que los niños y las niñas pudieran competir en dicha actividad deportiva, comentó que la logística fue difícil, pero con colaboración de las personas de la comunidad, se pudo realizar.

Es en estas situaciones donde la persona unidocente deja de ser solamente la maestra y pasa a ser una organizadora comunal, un referente para muchas mujeres, hombres y niños/as, es un personaje muy importante en la comunidad por todas estas labores que cumple. Dichas cualidades mostradas por la maestra que participó en la investigación, en parte fueron desarrolladas gracias a programas de formación que contemplan diversas competencias, tales como las planteadas por Ramírez (2015), desarrollar a partir de una concepción de solidaridad, de la comprensión de las condiciones de un contexto rural, además, de planear estrategias metodológicas especializadas, se desarrolla la capacidad de lograr la participación de la comunidad en los procesos educativos, adicionalmente a dichas competencias se pretende incentivar que el docente domine las teorías educativas y contenidos didácticos de I y II ciclo.

Subcategoría 3: experiencias de los estudiantes

Con respecto a las experiencias del colectivo de estudiantes, se logró evidenciar que, una de las niñas de tercer año, logró clasificar en las pruebas de campo traviesa de entre 18 instituciones del Circuito. Dichas instituciones cuentan con profesores de Educación Física y una mayor cantidad de materiales, lo que significa que a veces la voluntad sobrepasa las carencias de recursos. Son estudiantes que viven con una actitud positiva, con mucha energía y con compañeros (as) que siempre están al lado para ayudar en lo que se pueda. Como lo

mencionan Chaves y García (2013) el alumnado en estas escuelas asume un papel diferente, puesto que la dinámica escolar necesita niños (as) autónomos, solidarios, que pueden seguir indicaciones y que trabajen individualmente o en grupos.

CAPÍTULO V

CONCLUSIONES

Se presentan a continuación una serie de conclusiones sobre el presente trabajo de investigación, la cuales puedan servir de aporte en estudios futuros en el campo de la educación. La tesis realizada, ofrece un espacio para reflexionar sobre las clases de Educación Física, el papel de las escuelas en zonas rurales y las maestras unidocentes. Con respecto al ejercicio de dicha disciplina, permite reconocer las condiciones particulares que ofrecen esos centros educativos y de la persona profesional de la educación, de modo que se pueda lograr un desempeño satisfactorio con base en las necesidades de la población estudiantil y el cumplimiento de los objetivos propuestos por el MEP.

- La escuela Lourdes es un emblema para la comunidad pues fue construida gracias al esfuerzo conjunto de sus habitantes, con el único objetivo de que sus niños y niñas tuvieran una escuela a la cual asistir y gozar del derecho humano de la educación.

- Como escuela multigrado de zona rural, la escuela Lourdes de Sacramento se ha caracterizado por contar con una población promedio de 10 estudiantes a lo largo de su existencia.

- La escuela no cuenta con infraestructura adecuada para el desarrollo de las clases de EF, por lo que se recurre a espacios como la cancha de baloncesto, el corredor del único pabellón de la escuela, un planché y la plaza de fútbol de la comunidad, todo esto se observó en el diagnóstico realizado en el centro educativo.

- Esta escuela solo cuenta con un planché en donde los estudiantes pueden practicar fútbol o baloncesto, sin embargo, esta infraestructura se encuentra en pésimas condiciones, por lo cual,

es muy arriesgado que un estudiante salga lastimado mientras se encuentra en esta zona. Debido a esta desafortunada situación las y los estudiantes desean contar con un espacio adecuado para jugar fútbol, que es el deporte que más les gusta.

- La comunidad estudiantil de la escuela Lourdes, enfrenta múltiples retos en materia de infraestructura, condiciones atmosféricas, y, por supuesto, en lo relacionado con la mediación pedagógica.

- La población estudiantil que asiste a la escuela Lourdes proviene de hogares de escasos recursos. La comunidad es categorizada como rural, y sus principales fuentes de ingreso están vinculadas con labores agrícolas y pecuarias de baja productividad, lo que no les permite a las familias salir de su condición de pobreza.

- Las condiciones socioeconómicas deprimidas del estudiantado que asiste a la escuela Lourdes, les imposibilita el acceso a vestimenta y calzado adecuados para la práctica de la EF, aspecto tomado muy en cuenta por la docente en cada sesión.

- Hay una importante carencia de recursos para la enseñanza de la EF, en concordancia con lo que demandan los contenidos del plan de estudios, lo que conlleva al abordaje de los mismos de manera parcial y con los materiales disponibles.

- Ante la diversidad presente en el aula (edades, talla, habilidades, entre otras), la docente redobla los esfuerzos para que se dé la participación total del alumnado en las clases de EF, desde una mediación pedagógica que favorezca el desempeño de cada estudiante y, al mismo tiempo, minimizando riesgos relacionados con algún tipo de incidente causado por las diferencias referidas.

- La docente práctica la educación inclusiva en su mediación pedagógica, en todo el sentido de la palabra, sin descuidar, por ende, la diversidad cultural presente en el aula,

representada por estudiantes provenientes de diversas geografías, en especial de países de Centroamérica. Considera al grupo como ciudadanía de la escuela.

- La interacción docente - estudiante es individualizada, la atención es personalizada, lo que significa que se abordan directamente las particularidades y especificidades de cada estudiante, contribuyendo con los aprendizajes significativos y democráticos, garantizando el derecho a una educación de calidad.

- La escuela Lourdes cuenta con pocos recursos didácticos, poco mobiliario, y además no tiene un currículo flexible (se aplica el mismo de la educación de zonas urbanas), lo que obvia las características propias de una escuela multigrado y rural.

- Entre las necesidades sentidas y expresadas por el mismo estudiantado, están las relacionadas con espacios e infraestructura adecuada para las clases de EF, así como las que se relacionan con la urgencia de proveerse de implementos deportivos de diversa índole (balones, guantes, cuerdas, colchonetas, mallas para marcos, entre otros).

- La docente genera estrategias de mediación para la enseñanza y aprendizaje de la EF de manera frecuente en beneficio del desarrollo integral de cada estudiante. tales actividades como, el Círculo de la armonía (movimientos de estiramiento o activación muscular) y el Círculo de la creatividad (actividades lúdicas y artísticas), para que toda la población estudiantil participe en todo momento. Tal y como lo dispone el MEP, es importante desarrollar la exploración la interacción, la promoción de habilidades y destrezas, entre otras, para el desarrollo cognoscitivo, psicomotor y afectivo.

- La profesional de la educación recurre al apoyo de las familias y de las personas de la comunidad, para subsanar las carencias de infraestructura, material didáctico, implementos deportivos, entre otros.

- La docente cuenta con una sobrecarga en su jornada laboral por las funciones administrativas y de otra índole, propio de una escuela multigrado, lo que en algunas ocasiones se le presentan dificultades para desarrollar las clases de EF, no obstante, de alguna manera promueve actividades en algún espacio accesible como el corredor, la cancha de baloncesto o en una zona verde.

- La participación de todo el colectivo estudiantil es el fin último de la docente, por lo que, mediante la clase de EF, promueve estilos de vida saludable y relaciones afectivas que contribuyen al mejoramiento del estado de ánimo, el desarrollo motor, cognitivo y afectivo-social con lo que potencia la autonomía, la libertad y, la creatividad en cada uno y una de sus estudiantes.

- La motivación intrínseca y extrínseca de los y las estudiantes es una de las características que se destacan en la clase de EF por razones varias como, el entorno natural donde está asentada la institución, las posibilidades lúdicas y de desarrollo de destrezas locomotoras, además de la entrega y ética profesional de la docente desde lo afectivo-cognitivo.

- La diversidad es una de las principales características en un ambiente multigrado y, por ende, en las clases de EF. Aquí, el enfoque inclusivo está presente tomando en cuenta aspectos físicos (como la estatura, el peso), habilidades y destrezas físicas y motoras (como ritmos, patrones locomotores, entre otros), de cada estudiante. La docente observa aspectos de igualdad y equidad en la propuesta y desarrollo de actividades colectivas e individuales.

- Los y las estudiantes responden de manera positiva al recibir las clases de EF, les encanta tener ese encuentro semanal para poder jugar, expresarse y para construir conocimiento con sus pares. Si bien es cierto, se crea una estrecha relación con la docente a cargo.

- Mediante la clase de EF la comunidad estudiantil aprende a hacer, no solamente es jugar, si no que mediante el juego existe un aprendizaje significativo; a través, de esta clase los y las estudiantes experimentan sensaciones de placer, sensaciones intensas, conviven con el entorno natural a lo cual reaccionan de forma positiva.

- La participación por parte del estudiantado en la clase de EF es proactiva, enriquecedora y motivadora. Dicha situación que trasciende el interés más allá de la obtención de una calificación, dándose mayor importancia a la dimensión formativa, a pesar de la carencia del equipo e implementos deportivos y de infraestructura adecuada.

- La maestra de la escuela Lourdes, además de su ejercicio pedagógico y administrativo, se desempeña también como organizadora de eventos mediante una vinculación y colaboración estrecha con las personas de la comunidad, para en conjunto solucionar aspectos que le competen a la escuela y al proceso educativo de la educación física y del proceso en general.

CAPÍTULO VI

RECOMENDACIONES

Las recomendaciones están planteadas con el propósito de colaborarle a la persona lectora con orientaciones en distintos niveles, sobre el rumbo que pueden tomar con acciones específicas alrededor del objeto de estudio de esta investigación.

- Promover en conjunto con la comunidad (que a lo largo de la historia ha apoyado a la escuela) actividades que permitan la generación de recursos (por ejemplo, bingos, ventas de comida, organización de torneos de distintos deportes, etc.). El propósito del mismo es mejorar las condiciones de infraestructura y provisión de implementos deportivos, uniformes, entre otros materiales.
- Se invita al personal del Ministerio de Educación Pública a crear espacios de diálogo y capacitación para todas las personas que fungen como unidocentes en contextos rurales, de modo que estén en la medida de lo posible, formados para desarrollar las clases de Educación Física, con herramientas y contenidos específicos para la generación de espacios más armoniosos y provechosos, de disfrute mediante el juego y el movimiento humano.
- A la vez, se propone al Ministerio de Educación Pública, como ente rector de la educación, potenciar un modelo educativo con un currículum flexible, para atender específicamente, la escuela unidocente o multigrado.
- Desde la perspectiva de la Enseñanza de la Educación Física, Deporte y Recreación, se recomienda la implementación de materiales didácticos que sean versátiles y

creados propiamente para la unidocencia tal como el realizado gracias a la presente investigación (ver apéndice H). Esta guía de actividades está dirigida hacia los profesionales unidocentes para el desarrollo de las clases de Educación Física en primer ciclo de primaria donde la docente podrá de una forma fácil y clara dirigir las actividades según lo estipulado por el programa de dicha materia.

- Incluir en los planes de estudio de las carreras y en el currículo de la formación pedagógica en la Universidad, contenidos, objetivos y actividades más cercanas con el contexto rural costarricense. Dicha contextualización busca que la persona que se forme en esta área, tenga mayor conocimiento y empatía cuando le corresponda atender centros educativos en tales entornos, una vez se haya insertado en la actividad laboral.

- Promover que el personal docente con o sin formación en la disciplina de la EF, tenga la facultad y potestad de implementar, en y con el personal que se desempeña en las escuelas unidocentes, guías con contenidos como las progresiones para la enseñanza de los diferentes deportes, el desarrollo motor o la recreación como aspectos fundamentales para el desarrollo de los diferentes ambientes de las clases.

REFERENCIAS

- Abarca, F. (2016). *La mediación pedagógica en la docencia universitaria*. Editorial Universidad Nacional.
- Aguirre, J. C. y Jaramillo, L. G. (2012). Aportes del método fenomenológico a la investigación educativa. *Revista Latinoamericana de estudios educativos*, 8(2), 52.
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=134129257004>
- Álvarez-Gayou, J. (2003). *Cómo hacer investigación cualitativa. Fundamentos y metodología*. Editorial Paidós.
- Angamarca, R. (2013). *Manual de Judo para niños/as en las edades de 9 a 10 años* (Tesis de la Licenciatura, Universidad Politécnica Salesiana, Cuenca, Ecuador). Recuperado de <https://es.slideshare.net/mobile/jaimadeAvila/manual-de-judo-para-nios>
- Ángulo, L, Torres, N. y Morera, D. (2010). *El proceso pedagógico de la escuela rural unidocente y multigrado centroamericano: su evolución, condiciones actuales y perspectivas de desarrollo (1.st ed)*. San José, Costa Rica: URUK editores.

Ausubel, D. (2000). *Adquisición y retención de memoria*. Editorial Paidós.

Azevedo, H., & Wielewski, G. (2016). Da objetividade à intersubjetividade: contribuições da teoria do Agir Comunicativo para o paradigma interpretativo [De la objetividad a la intersubjetividad: contribuciones de la teoría del Agir Comunicativo al paradigma interpretativo]. *Educação*, 41(2), 471-482.
<https://periodicos.ufsm.br/reeducacao/article/view/19362/pdf>

Ballesteros, C., Chaves, K., Lobo, J. y Román, A. L. (2013). Educación Física em América Latina: Costa Rica. *Revista Electrónica Actividad Física y Ciencias*, 5(1), 1-31.

Barrantes, R. (2013). *Investigación: Un camino al conocimiento Un enfoque cualitativo, cuantitativo y mixto*. Editorial Universidad Estatal a Distancia (EUNED).

Barrantes, R. (2005). *Investigación: Un camino al conocimiento Un enfoque cualitativo, cuantitativo y mixto*. Editorial Universidad Estatal a Distancia (EUNED).

Bernard, J. (2007). *Modelo cognitivo de evaluación educativa*. Recuperado de

<https://books.google.com.br/books?id=QSzKrDKSHv4C&pg=PA62&dq=modelo+cognitivo+de+piaget&hl=en&sa=X&ved=0ahUKEwi go33wNPAAhVIDpAKHYHuAoAQ6AEIJzAA#v=onepage&q=modelo%20cognitivo%20de%20piaget&f=false>

Burgos, D., Rugel, S., Burgos, J., Párraga, A., Carrillo, J. y Diaz, C. (2018). Educación Física, habilidades motrices básicas y estrategia didáctica: una experiencia con estudiantes del subnivel básico elemental, *Lecturas de Educación Física y deportes*, 23(242), 43-58.

Recuperado a partir de

<https://www.efdeportes.com/efdeportes/index.php/EFDeportes/article/view/734>

Bustos, A. (2011). Investigación y escuela rural: ¿irreconciliables? Universidad de Granada,

15(2), 155-170. <http://digibug.ugr.es/handle/10481/17427#.Ws M3Y0jG0nIV>

Cáceres, Y., Madrigal, A. y León, L. (2018). La expresión corporal como alternativa del Deporte para todos. Selección de ejercicios. *Lecturas: Educación Física y Deportes*, 23(239), 77-

86. Recuperado de

<https://www.efdeportes.com/efdeporte/index.php/EFdeportes/article/view/418>

Campos, G. y Lule, N. E. (2012). “La observación, un método para el estudio de la realidad”.

Universidad La Salle Pachuca, VII (13) 46-60.

<https://webcache.googleusercontent.com/search?q=cache:HIqX0khU1UMJ:https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/3979972.pdf+&cd=3&hl=es-419&ct=clnk&gl=cr>

Cañizares, J. y Carbonero, C. (2016). *Enciclopedia de Educación Física en la edad escolar*.

<https://ebookcentral.proquest.com/lib/unacrsp/reader.action?docID=5102805&ppg=1&query=concepto%20educacion%20fisica>

Carretero, M. (2005) *Constructivismo y educación*.

https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=I2zg_a-Iti4C&oi=fnd&pg=PA4&dq=constructivismo&ots=9oJcceAybL&sig=HRDvXChNxQv7sTgUDYLY2Dbjrdo#v=onepage&q=constructivismo&f=false

Chaves, A. L. y García, J. (2013). Las escuelas unidocentes en Costa Rica: fortalezas y limitaciones. *Revista Educación*. 37(1), 1-27.

<http://www.revistas.ucr.ac.cr/index.php/educacion/article/view/10626>

Cidoncha, V. y Diaz, E. (2012). Papel del alumno en el ámbito educativo respecto a modelos anteriores del discente. *E deportes*, 17(167), 1-1.
<http://www.efdeportes.com/efd167/papel-del-alumno-en-el-ambito-educativo.htm>

Coto, E. (2008). La educación física en el área rural y su tratamiento didáctico en el medio natural. *Intersedes*, 9(17), 58-69. <http://www.redalyc.org/pdf/666/66615066005.pdf>

Díaz, L., Torruco, U., Martínez, M. y Varela, M. (2013). La entrevista, recurso flexible y dinámico. *Investigación en Educación Médica*, 2(7), 161-167.
<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=349733228009>

Díaz, M. (2019). Capacitación sobre la enseñanza de las bases de suelo de gimnasia artística en Costa Rica. Alajuela Costa Rica: Dirección Regional de Alajuela

Escribano, A. (2004). *Aprender a enseñar: Elementos de didáctica general*.
<https://books.google.com.br/books?id=HuFiSugKnsIC&pg=PA283&dq=modelo+cognitivo+de+piaget&hl=es&sa=X&ved=0ahUKEwiWgo33wNPAAhVIDpAKHYHuAoAQ6AEIMjAC#v=onepage&q=modelo%20cognitivo%20de%20piaget&f=false>

Ferreira L., Silva, A., Ferreira R., y Alves, S. (2018). Mito y realidad: la Educación Física escolar a debate. *Lecturas: Educación Física y Deportes*, 22(238), 76-93.

<http://www.efdeportes.com>

Garita, E. (2006). Motivos de participación y satisfacción en la actividad física, el ejercicio físico y el deporte. *Revista Mhsalud*, 3(1). Recuperado de

<http://www.redalyc.org/html/2370/237017528002/>

Gómez, T., Molano, O. y Rodríguez, S. (2015). La actividad lúdica como estrategia pedagógica para fortalecer el aprendizaje de los niños de la institución educativa Niño Jesús de Praga (Trabajo fin de grado de Licenciatura). Universidad de Tolima.

<http://repository.ut.edu.co/bitstream/001/1537/1/RIUT-JCDA-spa-2015->

[La%20actividad%20l%C3%BAdica%20como%20estrategia%20pedag%C3%B3gica%20para%20fortalecer%20el%20aprendizaje.pdf](http://repository.ut.edu.co/bitstream/001/1537/1/RIUT-JCDA-spa-2015-La%20actividad%20l%C3%BAdica%20como%20estrategia%20pedag%C3%B3gica%20para%20fortalecer%20el%20aprendizaje.pdf)

Hamui-Sutton, A y Varela, M. (2013). La técnica de grupos focales. *Investigación en Educación*

Médica, 2(5), 56-57. www.redalyc.org/articulo.oa?id=349733230009

Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, P. (2006). *Metodología de la investigación*. McGraw-Hill.

Herrera, E., Morera, M., Araya, G., Fonseca, E. y Vargas, M. (2017). Análisis del estado físico y psicológico de la población escolar del cantón central de Heredia, Costa Rica. *Salud*, 13(2) 1-17. <http://www.revistas.una.ac.cr/index.php/mhsalud/article/view/9073/10589>

Leyton, M., Lobato, S., Batista, M., Aspan, M. y Jiménez, R. (2018). Validación del cuestionario de estilos de vida saludables (EVS) en una población española. *Revista Iberoamericana de psicología del ejercicio y el deporte*, 13(1) 23- 31. <http://www.redalyc.org/pdf/3111/311153534002.pdf>

Leyton, M., García, J., Fuentes, J. y Jiménez, R. (2018) Análisis de variables motivacionales y de estilos de vida saludables en practicantes de ejercicio físico en centros deportivos en función del género. *Federación Española de Asociaciones de Docentes de Educación Física (FEADEF)*, 34(1), 166-171. <https://recyt.fecyt.es/index.php/retos/article/viewFile/58281/38235>

López, A. F. (2014). *El maestro de educación física en el colegio rural* (Tesis de licenciatura, Universidad de Granada). Universidad de Granada, España. http://digibug.ugr.es/bitstream/10481/36197/1/LopezMartin_Antonio.pdf

Manzano, J., Alejo, M., Domínguez, J., Eady, S., Gonzales, F., Jiménez, J., Lorenzo, E., Martín, M. y Trujillo, A. (1996). *215 juegos para educación Física en primaria*. España: Biblioteca ciencia de la Educación.

Márquez, E. (2007). El diseño emergente en la investigación cualitativa. <https://investigacionubv.wordpress.com/2012/03/17/disenio-emergente-en-la-investigacion-cualitativa/>
<https://investigacionubv.wordpress.com/page/11/?archives-list=1>

Martinez, B. (2016) Cronología de la Educación costarricense. Imprenta Nacional

Medina, A. D., Orozco, A. K., Rodríguez, C., Vildosola, N. y Basurto, D. (2009). *Diseños cualitativos*.
<http://webcache.googleusercontent.com/search?q=cache:pRx7f5VE3VgJ:www.salgadoanoni.cl/wordpressjs/wp-content/uploads/2013/12/dise%25C3%25B1os-cualitativos.pdf+&cd=1&hl=es&ct=clnk>

Ministerio de Educación Pública. (2013). *Programas de estudio de Educación Física. Primero y segundos ciclos de la educación general básica*. <http://www.mep.go.cr/programa-estudio/educacion-fisica>

Ministerio de Educación Pública y Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF) (2013). Centros educativos rurales en Costa Rica desafíos y recomendaciones. Unicef.<https://www.unicef.org/lac/InformeCERunicef-mep2.pdf>

Ortega, M. D, y Cárcamo, H. (2018). Relación familia-escuela en el contexto rural. Miradas desde las familias. http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1019-94032018000100006

Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura. (2010-2011). Informe de actividades. <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000226595?posInSet=1&queryId=22e73e58-b458-434a-8e99-5c7f86af20a9>

Palmero, L., Moreira, M., Caballero, C. y Greca, I. (2010). *La teoría del aprendizaje significativo en la perspectiva de la psicología cognitiva*. Octaedro.

Prado, J., Salazar, R., Márquez, R. y Serrano, S. (2009). La Educación Física en la enseñanza y aprendizaje de las destrezas básicas motrices. Primera parte. Revista digital EFdeportes, 130. Recuperado de <http://www.efdeportes.com/efd130/la-educacion-fisica-en-la-ensenanza-y-aprendizaje-de-las-destrezas-basicas.htm>

Pedraza, M. y López, V. (2015). Investigación-acción, desarrollo profesional del profesorado de educación física y escuela rural. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte*. 15 (57), 1-16.

<http://dx.doi.org/10.15366/rimcafd2015.57.001>

Pérez, I. (2002). Las escuelas unidocentes rurales como organizaciones de cambio. *Educare*. 1(3), 161-173.

<http://www.revistas.una.ac.cr/index.php/EDUCARE/article/view/995/919>

Programa Estado de la Educación Costarricense. (2017). Estado de la Educación Costarricense.

<https://www.estadonacion.or.cr/educacion2017/assets/ee6-informe-completo.pdf>

Ramírez, A. (2015). Valoración del perfil docente rural desde el proceso formativo y la práctica educativa. *Revista Electrónica Educare*

19(3). <http://www.revistas.una.ac.cr/index.php/EDUCARE/article/view/6871/7054>

Rekalde I, Vizcarra, M. T. y Macazaga, A. M. (2014). La observación como estrategia de investigación para construir contextos de aprendizaje y fomentar procesos participativos.

Red de Revistas Científicas de América Latina y el Caribe, España y Portugal, 17(1)

201-220. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=70629509009>

Reyes, P. (2014). *La mediación pedagógica y su vinculación con la educación permanente.*

<http://www.ebrary.com>

Ríos, M. (2007) *Manual de Educación Física adaptada al alumnado con discapacidad.*

Barcelona, España: Editorial Paidotribo.

Robles, J. (2014). La enseñanza del judo mediante una metodología activa. Una propuesta de entrenamiento integrado. *Revista Research Gate*. Recuperado de

<https://www.researchgate.net/publication/28064077>

Rodríguez, G., Gil J. y García, E. (1999). *Metodología de la investigación cualitativa.*

<https://es.scribd.com/doc/128205939/METODOLOGIA-DE-LA-INVESTIGACION-CUALITATIVA-Gregorio-Rodriguez-Gomez-Javier-Gil-Flores>

Rodríguez, M. (2010). La actualidad de la educación física en el desarrollo integral del ser humano. *Revista Intercedes* 9(17), 122-129.

<https://revistas.ucr.ac.cr/index.php/intersedes/article/view/909/970>

Santos, M. L. y Martínez, F. (2011). Las actividades en el medio natural en la educación física de la escuela rural. Un estudio de caso. *Revista profesorado*, 15(2) 219-233.

<http://www.ugr.es/~recfpro/rev152COL3.pdf>

Schunk, D. (2012). *Teorías del aprendizaje, una perspectiva educativa*. Pearson Educación.

Serrano, J. M. y Pons, R. M. (2011). El constructivismo hoy: enfoques constructivistas en educación. *Revista Electrónica de Investigación Educativa*, 13(1) 1-28.

<http://web.a.ebscohost.com.una.idm.oclc.org/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=0&sid=47810926-1215-4006-949a-53f16aae8b4d%40sessionmgr4010>

Schuster, A., Puente, M., Andrada, O. y Maiza, M. (2013). La metodología cualitativa, herramienta para investigar los fenómenos que ocurren en el aula. La investigación educativa. *Revista Electrónica Iberoamericana de Educación en Ciencias y Tecnología*, 4(2) 109-139.

<http://www.exactas.unca.edu.ar/riecyt/VOL%204%20NUM%202/TEXT0%207.pdf>

Soler, E. (2006). *Constructivismo, innovación y enseñanza efectiva*.

<https://books.google.com.br/books?id=m271PqM-mswC&printsec=frontcover&dq=tipos+de+constructivismo+en+la+educacion&hl=pt-BR&sa=X&ved=0ahUKEwjx0L38v5nbAhUBh5AKHVh6D7EQ6AEIRDAE#v=onepage&q=tipos%20de%20constructivismo%20en%20la%20educacion&f=false>

Vain, D. (2012). El enfoque interpretativo en investigación educativa: algunas consideraciones teórico-metodológicas. *Revista de educación*, 3(4) 37-

45. http://fh.mdp.edu.ar/revistas/index.php/r_educ/article/view/83/146

Viera, T. (2003). El aprendizaje verbal significativo de Ausubel. Algunas consideraciones desde el enfoque histórico cultural. *Red de Revistas Científicas de América Latina y el Caribe, España y Portugal*, 1(26) 37-43. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=37302605>

Yépez, E. (2010). El sistema Unidocente como Estrategia Curricular (tesis de licenciatura, Universidad de Guayaquil) Guayaquil.

<http://repositorio.ug.edu.ec/bitstream/redug/15226/1/BFILO-PD-LP1-12-086.pdf>

APÉNDICES

Apéndice A

Diagnóstico

Universidad Nacional
 Centro de Investigación y Docencia en Educación (CIDE)
 División de Educología
 Elaborado por Francini Rodríguez Coronado y Víctor Valverde Madrigal

Diagnóstico

Este diagnóstico es un primer acercamiento de la investigación educativa universitaria sobre el tema "Análisis de las estrategias de mediación pedagógica utilizadas por la maestra unidocente en primer ciclo de la escuela Lourdes de Sacramento del cantón de Barva, durante los procesos de enseñanza-aprendizaje en la clase de Educación Física". Las siguientes preguntas se dividen en apartados en cuanto a la institución, población, al rol del docente, el rol del estudiante y aspectos pedagógicos.

Para la validación del presente diagnóstico se procedió a aplicarlo a una población similar a la estudiada, la cual fue la escuela de San José en primer ciclo del circuito 05 del cantón de Pérez Zeledón, el día 15 de julio del 2017. Dentro de las técnicas contempladas para el desarrollo de este diagnóstico están la entrevista y la técnica de observación. Cabe mencionar que toda información recolectada será manejada de manera confidencial y con fines para la presente investigación.

En cuanto a la institución

- ¿Dónde está ubicada la institución? ¿Cómo es el acceso a la misma?

Lourdes de Sacramento, San José de la Montaña, Barva
 El bus llega a Pico Llano (frente de la escuela)

- ¿Con qué instalaciones cuenta la institución? Aulas, baños, gimnasio, zonas verdes, entre otros.

1 comedor (cocina y 1 baño) 1 aula, 1 playground, 1 playground
 en mal estado, 1 aula de recursos, 1 aula de profesores (antes
 por un cuarto del docente (1 baño))

- ¿Cuenta la institución con los recursos necesarios para las personas con alguna discapacidad? ¿Se cumple con la ley 7600?

Lo más es el baño (en proceso de mejoramiento) próximo
 año ingresan 1 niño en silla (46) sin piernas)
 próxim. 2 aula de Kinder otro

- ¿Cuenta la institución con espacios adecuados para prácticas de la clase de Educación Física?

1 cancha (en invierno) verano la plaza de la comunidad

- ¿Existe material adecuado para la clase de Educación Física? ¿Con cuáles materiales cuenta?

Hule Hule, bolas Voleibol, basquet, futbol, pallas, plastico, troncos (tray. tradicionales) bolines, Igual de mesa para el invierno y verano, la red y bolitas de tenis, por la población es suficiente.

- La institución cuenta con salidas de emergencia. ¿Cuáles?

No hay rotulacion porque se pista de escuela por si tienen, tienen plan de emergencia, para salir a los estudiantes

En cuanto a la población

- ¿Cuántos estudiantes tiene la institución? ¿Cuántos de cada nivel? Hombres y Mujeres

17 en total → 2 2^a, 3 2^o, 7 3^{er}, 2 4^{to}, 1 5^{to}
 26^{os} la cual (4 ju) 1 km
 5 H, 8 9^{os} boy (Archivos)

- ¿Cuál es el rango de edad de los estudiantes?

7 - 12 años repetidos de 2^{do} grado

- ¿Cómo es la situación socioeconómica de los estudiantes a nivel general?

45 - 75 mil colones, casitas en faldas, no hay necesidad donde gastar, bajar el costo de comprar alimentos colabores en los act. de la casa

- ¿Cuántos estudiantes hay con alguna necesidad educativa especial? ¿Cuál es la necesidad educativa?

1 chiquita probable (la tiene a diario) en la escuela

- Uso del uniforme de Educación Física ¿hay o no?

No tienen uniforme, no hay normativas internas

- ¿Qué nacionalidades tienen los estudiantes?

7 nicaragüenses

- ¿Hay estudiantes que cuentan con alguna beca? ¿Qué tipo de beca?

7 con beca foránea, que hay comida, se costean cotización servicios

En cuanto al rol del maestro (a) unidocentes

- ¿Propicia un ambiente de motivación para disfrutar la clase de Educación Física?

Si, los estudiantes disfrutan con especial la clase de Ed. Física

- ¿Cómo maneja el orden y la disciplina (dialoga, llama la atención, amenaza, utiliza sanciones por ejemplo boletas)?

Maneja la atención por cuando el problema se inventa. dialoga con todo el grupo

- ¿Mira a los estudiantes cuando explica el tema o da instrucciones?

Si y brinda explicaciones individuales si es necesario

- ¿Utiliza los materiales (con los que cuenta) de manera creativa para innovar en sus clases?

Si, vario los usa de las diferentes actividades

En cuanto al rol del estudiante

- El o la estudiante participa durante las clases de Educación Física.

Depende de la actividad, si hay preparación, si la actividad que se hace algo diferente se divide el tiempo

- ¿Cómo es la actitud del estudiante ante la realización de la clase de Educación Física? Existe motivación (intrínseca y extrínseca).

intrínseca y extrínseca, cuando lo docente propone que quiere hacer.

- ¿Consideran significativa la clase de Educación Física?

Si

Aspectos pedagógicos

- ¿Cómo es la planificación de las clases de Educación Física (trimestral, anual, semanal)?

Semanal, considerando trimestral y 4, ella propone a de que lo docente propone

- ¿Qué instrumentos o técnicas utiliza para evaluar a los estudiantes?

Evaluación formativa, de docente no tiene título por ello

- ¿El planeamiento de la clase de Educación Física está programado y comprometido con la mejora de la calidad del aprendizaje del alumnado tomando a la escuela como un entorno de formación?

No hay un nivel de la calidad de la enseñanza

Observaciones:

Los recursos económicos con que cuenta no son suficientes tienen que suplir el presupuesto para pagar (calentador, productos de higiene)
Falta capacitación ya puede asistir por medio de cursos o talleres
Falta de un plan de la escuela y la institución

Agradecemos la colaboración pues con ella contribuirá a un mejor conocimiento de la realidad de la escuela unidocentes que pretende describir el estudio y de unos parámetros de referencia que le permitirán situar otros estudios en ella.

Apéndice B

Asentimiento Informado

Universidad Nacional

Centro de Investigación y Docencia en Educación

División de Educología (CIDE)

Curso: Diseño curricular en la Pedagogía y la Didáctica

Elaborado por Franscini Rodríguez Coronado y Víctor Valverde Madrigal

Estimado papá, mamá o persona encargada le informamos que su hijo (a) está invitado (a) a participar en esta investigación para ayudarnos a conocer sobre las clases de Educación Física en los centros educativos unidocentes en primer ciclo de primaria.

Si su hijo (a) decide que quiere participar en este estudio, le pedimos permiso para que su hijo (a) se reúna con nosotros y sus compañeros en un salón de clases con tus compañeritos para hablar sobre las clases de Educación Física en tu escuela. Esto mediante la técnica llamada grupo focal, la cual consiste en contestar una serie de preguntas sobre un tema en específico, de una manera libre y espontánea, el propósito es el de conocer conductas y pensamientos sobre el tema a tratar.

Si su hijo (a) decide durante el proceso que no quieres seguir participando, puedes dejar de hacerlo en cualquier momento, simplemente tienes que comunicar que no quieres participar más, ya sea a tu padre/madre o encargado/a, maestras/os o investigadores/as. Nadie se enojará contigo.

Si su hijo (a) tiene alguna pregunta acerca de lo que vas a hacer o qué va a pasar durante la aplicación del grupo focal por favor, pregunta a tu padre/madre o encargado/a, maestras/os o solicítale información a los investigadores/as. No dudes en preguntar.

Le comunicamos que cualquier información brindada será manejada con total confidencialidad y únicamente para nuestra investigación, no se publicará tu nombre, ni tus datos personales, para ello vamos a utilizar seudónimos.

Si has decidido participar, por favor firma y escribe tu nombre completo en la línea de abajo.

| | | |
|-----------------------------------|-----------------|-------|
| _____ | _____ | _____ |
| Firma de niño/a | Nombre completo | Fecha |
| _____ | _____ | _____ |
| Firma de Padre/Madre/Encargado(a) | Nombre completo | Fecha |
| _____ | _____ | _____ |
| Investigador/a | Nombre completo | Fecha |

Apéndice C

Consentimiento Informado

Universidad Nacional

Centro de Investigación y Docencia en Educación

División de Educología (CIDE)

Curso: Diseño curricular en la Pedagogía y la Didáctica

Elaborado por Franscini Rodríguez Coronado y Víctor Valverde Madrigal

CONSENTIMIENTO INFORMADO A PERSONA MAYOR DE EDAD

Permítame saludarle y a la vez invitarle a participar de esta investigación para ayudarnos a conocer sobre las estrategias de mediación durante el desarrollo de las clases de Educación Física en los centros educativos unidocentes en primer ciclo de primaria.

Si decide que quiere participar en este estudio, le pediremos que nos reunamos el día que usted esté disponible para hablar sobre el tema antes mencionado, esto mediante una entrevista en profundidad hacia su persona.

Si durante el proceso no quiere seguir participando, puede parar en cualquier momento. Simplemente tiene que comunicarnos que desea detenerse y nos pondremos de acuerdo para proseguir con la entrevista en otro momento.

Si tiene alguna pregunta acerca de lo que vamos a hacer o qué va a pasar durante la entrevista por favor, pregunte a los investigadores/as. Si tiene alguna otra pregunta mientras que estás participando, por favor, no dudes en preguntar.

Le comunico que cualquier información brindada por su persona será manejada con total confidencialidad y meramente para nuestra investigación, no se publicará su nombre, ni sus datos personales, para ello vamos a utilizar seudónimos.

Si ha decidido participar, por favor firme y escriba su nombre completo en la línea de abajo.

| | | |
|------------------------|-----------------|-------|
| _____ | _____ | _____ |
| Firma del entrevistado | Nombre completo | Fecha |

| | | |
|----------------|-----------------|-------|
| _____ | _____ | _____ |
| Investigador/a | Nombre completo | Fecha |

Apéndice D

Grupo Focal

Universidad Nacional

Centro de Investigación y Docencia en Educación

División de Educología (CIDE)

Elaborado por Franscini Rodríguez Coronado y Víctor Valverde Madrigal

Estimables estudiantes, como parte del trabajo de investigación sobre las estrategias de mediación desarrolladas durante las clases de Educación Física en las escuelas unidocentes, les solicito su colaboración para realizar el siguiente instrumento.

Les comunicamos que cualquier información brindada por su persona será manejada con total confidencialidad para la investigación, no se publicará su nombre, ni sus datos personales, para ello vamos a utilizar seudónimos.

Por lo tanto, nos gustaría solicitarle su permiso para grabar en video y en caso de no permitirlo realizar una grabación de audio, de no querer ninguna de las dos opciones nos limitaremos a tomar notas.

De antemano le agradecemos su colaboración.

Como parte introductoria al grupo focal, se les explica lo que se va a realizar, aclarando ciertos puntos, ejemplo, que cuando vayan a responder sea uno por uno, que este grupo focal será grabado, entre otras generalidades que conlleva aplicar el instrumento

Los participantes seleccionados para participar de este grupo focal son los estudiantes de primer ciclo de la Escuela Lourdes de Sacramento, ubicada en San José de la Montaña, Barva, Heredia.

Fecha:

Lugar:

Institución:

Sujeto:

Tópicos:

- Clases de Educación Física
- Contenidos
- Materiales
- Los grupos

Preguntas

- ¿Chicos les gustan las clases de Educación Física?
- ¿Qué días reciben las clases de Educación Física?
- ¿Tienen uniforme para las clases de Educación Física?
- ¿Dónde reciben las clases de Educación Física?
- ¿Qué actividades o juegos realizan en las clases de Educación Física?
- ¿Practican algún deporte durante las clases de Educación Física?
- ¿Qué materiales utilizan en las clases de Educación Física?
- ¿Cuántos compañeros reciben las clases con ustedes?
- ¿Qué nos les gusta de las clases de Educación Física?
- ¿Qué otros deportes les gustaría ver en las clases de Educación Física?

Pregunta de cierre

1. ¿Qué recomendaciones pueden darnos sobre las clases de Educación Física?

Muchas gracias por su participación, sus aportes nos serán de mucha ayuda.

Apéndice E

Entrevista en profundidad (semiestructurada)

Universidad Nacional

Centro de Investigación y Docencia en Educación

División de Educología (CIDE)

Elaborado por Francini Rodríguez Coronado y Víctor Valverde Madrigal

Buenas Sra. _____ queremos agradecerle el tiempo que nos ha brindado para la realización de esta entrevista, aprovechando este espacio queremos mencionarle que los comentarios proporcionados por su persona son muy valiosos para nuestro trabajo de investigación.

Nosotros somos Francini Rodríguez Coronado y Víctor Valverde Madrigal estudiantes e investigadores de la Universidad Nacional, Campus Omar Dengo, estamos investigando sobre las estrategias de mediación pedagógicas utilizadas durante la sesión de aprendizaje de la clase de Educación Física en centros educativos unidocentes en primer ciclo de primaria.

Permítanos comentarle que el objetivo de esta entrevista es el de conocer sus experiencias en cuanto a las clases de Educación Física en ambientes unidocentes y en contextos rurales, aspectos tales como estrategias de mediación pedagógica, fortalezas y debilidades implícitas en esta labor.

Le comunicamos que cualquier información brindada por su persona será manejada con total confidencialidad y con fines para la investigación, no se publicará su nombre en caso de que usted no acceda, ni sus datos personales, para ello se puede utilizar algún seudónimo.

Por lo tanto, nos gustaría solicitarle su permiso para grabar por medio de un video nuestra socialización o en caso de no permitirlo realizar una grabación de audio, de no querer ninguna de las dos opciones nos limitaremos a tomar notas.

Estando todo en línea procederemos a iniciar con la entrevista.

Perfil de entrevistado:

¿Quién es Darling Zúñiga?

¿Cuáles son sus pasatiempos?

¿Cuántos años tiene de estar laborando?

¿Cómo ha sido su experiencia como docente?

El centro educativo

¿Cuál es la historia de la escuela de Lourdes de Sacramento?

¿Cómo es esta escuela?

¿Cómo es trabajar en este centro educativo?

¿Cómo es la población estudiantil?

¿Cómo es la interacción con los padres y madres de los estudiantes?

Su labor en el centro educativo

¿Qué labores realiza en la Escuela?

¿Cómo se desarrolla el trabajo en esta escuela?

Las clases de Educación Física

¿Cómo son las clases de Educación Física?

¿Cómo es su formación en la asignatura de la Educación Física?

¿Cómo es la estructura de los grupos en las clases de Educación Física?

¿Cuál es la actitud de los estudiantes en estas clases?

¿Qué contenidos o actividades se llevan a cabo en las clases de Educación Física?

Aportes sobre fortalezas y debilidades

¿Qué fortalezas rescata de las clases de Educación Física?

¿Qué debilidades existen en cuanto a las clases de Educación Física en su institución?

¿Desea realizar algún aporte más que nos ayude a enriquecer este proceso de construcción de conocimiento?

Apéndice F

Instrumento de validación

UNIVERSIDAD NACIONAL
CENTRO DE INVESTIGACIÓN Y DOCENCIA EN EDUCACIÓN (CIDE)
DIVISIÓN DE EDUCOLOGÍA
CURSO
TALLER DE INVESTIGACIÓN EDUCATIVA E INNOVACIÓN II

Escala de valoración para validar instrumentos de recolección de información

Estimado (a) Docente

El presente instrumento tiene como propósito validar los instrumentos de recolección de información diseñados para el trabajo de graduación denominado Análisis de las estrategias de mediación pedagógica utilizadas por una maestra unidocente en primer ciclo de la Escuela Lourdes de Sacramento, circuito 03 del cantón de Barva, Heredia durante el desarrollo de los procesos de enseñanza-aprendizaje en la clase de Educación Física.

De antemano se le agradece su colaboración en el proceso de lectura y validación de los instrumentos.
Gracias

| Criterios | Totalmente de acuerdo | De acuerdo | En desacuerdo | Totalmente en desacuerdo |
|---|-----------------------|------------|---------------|--------------------------|
| Los instrumentos presentan una estructura clara, lógica y coherente. | ✓ | | | |
| Los instrumentos mantienen una clara congruencia con los objetivos. | ✓ | | | |
| Los instrumentos conservan una extensión adecuada. | ✓ | | | |
| La información que se pregunta es pertinente de acuerdo a las necesidades de la investigación | ✓ | | | |

Observaciones y recomendaciones

Valorar recomendaciones en los instrumentos.

Se le solicita remitir esta validación en un plazo de cinco días ¡Gracias por su ayuda!

Ana Azofeifa Lizano



Nombre completo y firma de la persona validadora.

Apéndice G

Imágenes propias de la investigación



Imagen 1. Investigadores



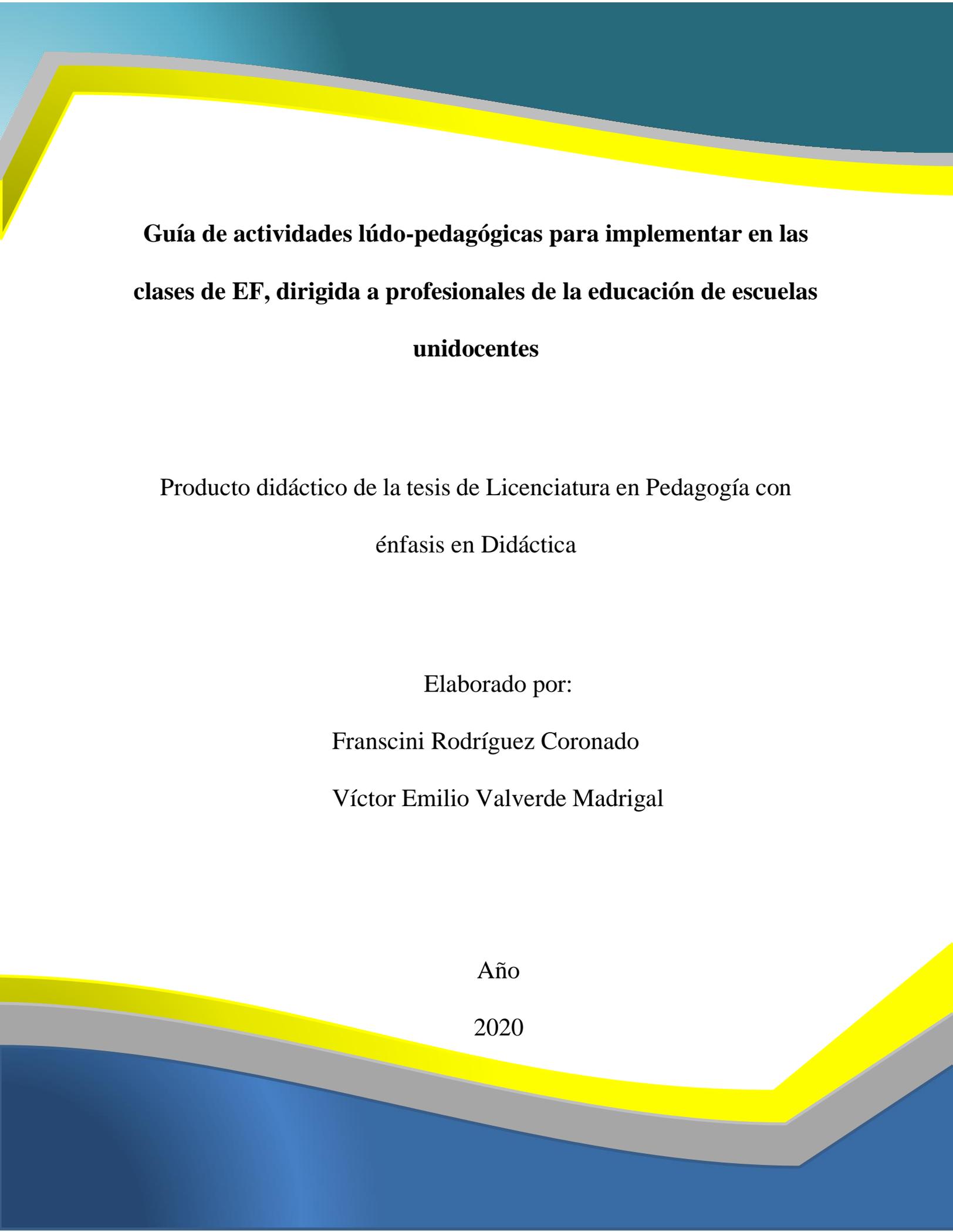
Imagen 2. Instalaciones de la Esc. Lourdes de Sacramento



Imagen 3. Actividades ludopedagógicas con la comunidad estudiantil.

Apéndice H

Propuesta de actividades lúdicas-pedagógicas



**Guía de actividades lúdo-pedagógicas para implementar en las
clases de EF, dirigida a profesionales de la educación de escuelas
unidocentes**

Producto didáctico de la tesis de Licenciatura en Pedagogía con
énfasis en Didáctica

Elaborado por:

Franscini Rodríguez Coronado

Víctor Emilio Valverde Madrigal

Año

2020

CONTENIDO

| | |
|--|----|
| Presentación | 2 |
| Justificación..... | 4 |
| Objetivos | 5 |
| Objetivo general | 5 |
| Objetivos específicos..... | 5 |
| Simbología..... | 6 |
| Glosario | 7 |
| Educación Unidocente..... | 7 |
| Educación Física | 7 |
| Actividades Lúdicas | 7 |
| Judo..... | 8 |
| Flexión-extensión | 8 |
| Desarrollo..... | 10 |
| Áreas temáticas generales para primer año | 10 |
| Actividades del I periodo | 11 |
| Actividades II periodo..... | 15 |
| Actividades III periodo..... | 19 |
| Áreas temáticas generales para segundo año | 23 |
| Actividades del I periodo | 25 |
| Actividades II periodo..... | 29 |
| Actividades III periodo..... | 33 |
| Áreas temáticas generales para tercer año | 37 |
| Actividades del I periodo | 38 |
| Actividades II periodo..... | 42 |
| Actividades III periodo..... | 46 |
| Conclusiones | 51 |
| Referencias | 52 |

PRESENTACIÓN

Como resultado del proceso de investigación del trabajo final de graduación en la modalidad tesis, denominada “La mediación pedagógica utilizada por una maestra unidocente en el primer ciclo de la Escuela Lourdes de Sacramento, circuito 03 del cantón de Barva, Heredia durante el desarrollo de los procesos de enseñanza y aprendizaje en la clase de Educación Física”, en el marco de la Licenciatura en Pedagogía con énfasis en didáctica, se propone esta guía como un recurso de apoyo para la mediación pedagógica respondiendo al cuarto objetivo de dicha tesis, el cual propone Plantear actividades lúdico-pedagógicas específicas al área de Educación Física para facilitarle material de apoyo a la maestra unidocente para poder aplicarlas durante la práctica educativa.

El propósito de plantear una serie de actividades lúdico-pedagógicas para los niños y niñas de esta zona rural Lourdes de Sacramento, Barva, Heredia es que puedan realizarlas en su clase de Educación Física, en los tiempos libres, recreos o en otros espacios; va más allá de jugar con el balón o de repetir siempre las mismas actividades.

El autor y autora, en condición de profesionales del área de Educación Física, le brindamos una guía al centro educativo Lourdes de Sacramento, el cual contiene una serie de actividades específicas de la asignatura de Educación Física de I ciclo de la Educación General Básica para que puedan disfrutar de las mismas, por medio del movimiento humano.

De esta forma se busca el desarrollo de las habilidades y destrezas motoras de las personas participantes, además, se espera que surjan otros beneficios (emocionales, físicos). Asimismo, resulta apropiada la propuesta a la unidocente con el objetivo de brindarle herramientas para la enseñanza y aprendizaje sencillos y comprensibles que faciliten el desarrollo de la clase de Educación Física. De esta forma, ella podrá desarrollar y estimular las habilidades y destrezas

motoras en sus estudiantes, ya sea con material o sin material y en los espacios físicos con los que cuenta la institución.

Por lo tanto, cada actividad será plasmada con un orden y forma, que la unidocente pueda abarcar cada uno de los contenidos propuestos en el plan de estudios de Educación Física en primer ciclo, de una manera práctica y sencilla, aprovechando al máximo las condiciones específicas que conlleva la unidocencia.

JUSTIFICACIÓN

Burgos, Rugel, Burgos, Párraga, Carrillo y Diaz (2018) constatan la importancia de implementar en las clases de Educación Física estrategias didácticas, que sean creativas e innovadoras, esto con un enfoque divertido para llamar la atención de las y los estudiantes pero que, sobre todo, sea diferenciado para el desarrollo de las habilidades motrices en las edades de seis y siete años. Sin embargo, el papel de la persona docente en este factor es trascendental, ya que si carece de las herramientas para lograrlo será más difícil cumplir la meta, por lo cual la administración de recursos didácticos eficaces es aún más importante.

Angulo, Torres y Morera (2010) explican en su trabajo que, en cuanto a la formación unidocente a nivel centroamericano, Costa Rica, principalmente La División de Educación Rural de la Universidad Nacional, es referente en la formación de docentes rurales. Sin embargo, no se puede constatar mediante referencia concreta que estos docentes realmente logren brindar sus servicios profesionales en las zonas rurales.

La importancia de la elaboración de materiales didácticos de apoyo para las y los unidocentes de nuestro país se eleva día con día. Es importante y necesario la elaboración de estos trabajos, puesto que le será de ayuda a estos profesionales formados en educación general básica.

OBJETIVOS

Objetivo general

Proporcionar una serie de actividades ludo-pedagógicas con sus progresiones y recomendaciones mediante una guía que oriente el desarrollo de la mediación pedagógica de la clase de Educación Física.

Objetivos específicos

-Diseñar actividades ludo-pedagógicas adaptadas al contexto educativo de la unidad para el desarrollo de los planes de Educación Física en I ciclo.

-Presentar una serie de recomendaciones útiles en los procesos de mediación pedagógica de las clases de Educación Física de I ciclo en centros unidocentes.

SIMBOLOGÍA

Docente _____ 

Estudiante _____ 

Balón _____ 

Aros _____ 

Desplazamiento solos _____ 

Desplazamiento con objetos _____ 

Lanzamientos del objeto _____ 

Cono _____ 

GLOSARIO

Educación Unidocente

Ministerio de Educación Pública y Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF) (2013), expresan que es un tipo de institución con características, tales como el multigrado en un mismo salón, además, se imparte una misma temática en el mismo momento y la presencia de un solo docente para todos los niños y niñas fungiendo el papel administrativo al mismo tiempo.

Educación Física

Ríos (2007) expresa que es un proceso educativo que busca el desarrollo de los potenciales de sus estudiantes, al nivel cognitivo, psicológico y social, en el contexto cultural, se refiere a una educación corporal, psicomotriz y cultura física. Desde el punto de vista etimológico es una expresión de una actividad pedagógica que influye de gran manera en la educación del ser y desde la epistemología es una ciencia del movimiento en donde la motricidad es un elemento importante a tomar en cuenta.

Actividades Lúdicas

Sánchez (2010) explica que es una actividad de carácter amena en donde la recreación sirve para desarrollar las capacidades de los involucrados mediante alto grado de participación, llevando a transformar el aprendizaje creativo en una experiencia significativa y feliz. Por lo tanto, las actividades lúdicas es un método para ayudar a los más pequeños a entrenarse para

poder afrontar los desafíos de la vida cotidiana. Es importante explicar que existen juegos de tablero, de fiestas, de ingenio, al aire libre u otros más complejos.

Judo

Según el Ministerio de Educación Pública (2013), este es un deporte de origen japonés, creado en 1882 por Jigoro Kano, esto con el fin de la transformación del sistema educativo en este país. Tiene como objetivo primordial de ver esta disciplina algo más que un conjunto de técnicas para la defensa personal. A lo largo del tiempo, después de su creación tuvo un crecimiento importante en los centros educativos (192 países), incluso se convirtió en deporte olímpico. Es idóneo para la enseñanza y aprendizaje por sus aportes en elementos como promoción de los principios básicos de moralidad, disciplina y respeto, tales elementos incluidos en la vida cotidiana de los que lo practican, mejorando su calidad de vida.

Flexión-extensión

Según Cáceres, Madrigal y León (2018) estos son movimientos que se basan en una tensión y precisión, que para su ejecución es necesario partir de todas las articulaciones involucradas, formando siempre líneas rectas. Por lo general una se acompaña de la otra, ya que coexisten y se necesitan para poder funcionar, ya que la flexión se caracteriza por la acción de doblar y la extensión de extender un segmento corporal.

Rotación

Según Cáceres, Madrigal y León (2018) explican que la rotación consiste en un movimiento realizado por cualquier articulación, en líneas curvas, en donde el segmento gira

sobre su propio eje para cambiar de posición, además, expone que su práctica es conveniente para lograr el buen funcionamiento de las articulaciones.

Saltar

Para Cáceres, Madrigal y León (2018) saltar es una habilidad motriz básica que consiste en que la persona tendrá que elevar su cuerpo, mediante los dos pies, despegándolos de la superficie del suelo para luego caer con los dos pies, utilizado generalmente por los estudiantes en los juegos en donde realizan variantes del mismo por diversión.

DESARROLLO

Áreas temáticas generales para primer año

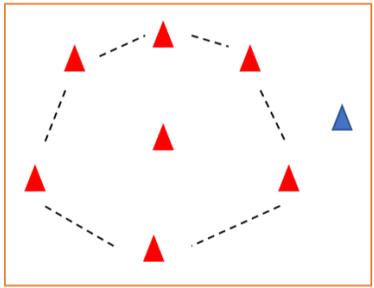
| 1er año Movimiento y ritmos básicos | |
|--|--|
| I periodo | Conociendo mi cuerpo |
| | <ul style="list-style-type: none">- Acciones del cuerpo (flexión, extensión, torsión).- Movimientos en espacio propio y general, importancia de la actividad física.- Formas grupales básicas (hilera, fila, círculo, cuadro, semicírculo, triángulo).- Discriminación visual, movimiento y reglas de seguridad al participar en grupo. |
| II periodo | ¿Cómo se mueve mi cuerpo? |
| | <ul style="list-style-type: none">- Acciones de las partes del cuerpo (apoyar el peso del cuerpo, dirigir la acción, recibir el peso y aplicar fuerza).- Movimientos en direcciones (hacia adelante, atrás, izquierda y derecha) y niveles (alto, medio y bajo).- Discriminación auditiva y movimiento. |
| III periodo | Disfrutando el movimiento |
| | <ul style="list-style-type: none">- Patrones de movimiento y actividades del cuerpo. |

| | |
|--|--|
| | <ul style="list-style-type: none"> - Patrones Locomotores (correr, caminar en línea recta, en curva, zigzag, línea quebrada, línea torcida, balancear, galopar, caballito, rodar, deslizar, saltos y brincos). - Actividades manipulativas (lanzar, golpear, rebotar, apañar y recoger objetos). - Patrones no locomotores (girar, flexionar, extender, empujar, halar, subir, bajar, contra equilibrio y contra tensión). - Coordinación de vista mano, vista-pie y auditivo-motora (movimiento y ritmo). |
|--|--|

Nota: Adaptado de Ministerio de Educación Pública (2013, p. 32-36).

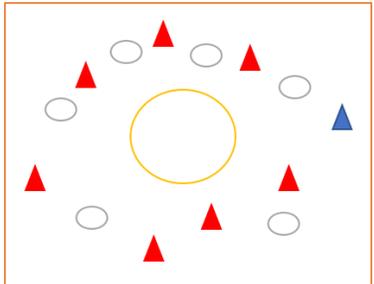
Actividades del I periodo

Actividad 1

| | | |
|------------------------------------|--|--|
| Nombre | ¡Ese cuerpo se mueveeee! |  |
| Tema | -Acciones del cuerpo (flexión, extensión, torsión) | |
| Explicación de la actividad | Distribución: previamente la docente explica cuáles son los movimientos de flexión y extensión a los estudiantes. Seguidamente se realiza un círculo y la docente coloca a un estudiante en el centro, éste es el que realiza los movimientos para que los demás lo tomen de ejemplo. | |
| | Desarrollo: el juego consiste en que los estudiantes van a estar girando hacia la derecha o izquierda según lo indique el o la docente, | |

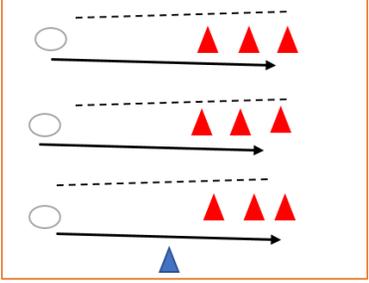
| | |
|------------------------|---|
| | <p>mientras el participante colocado en el centro realiza un movimiento de flexión o extensión, los demás estudiantes deberán de gritar en voz alta, “extensión o flexión”, esto se continúa realizando unas cinco o seis veces para dar espacio a otros estudiantes.</p> |
| | <p>Reglas del juego:</p> <ul style="list-style-type: none"> - No está permitido salir del grupo, se debe de evitar gritar otras cosas que no sean las indicadas por el docente. |
| Materiales | Ninguno |
| Recomendaciones | Se pueden hacer parejas en donde el más grande ayude al más pequeño. También se pueden jugar en grupos por nivel |

Actividad 2

| | | |
|------------------------------------|---|--|
| Nombre | Mi propia burbujita |  |
| Tema | - Movimientos en espacio propio y general | |
| Explicación de la actividad | Descripción: se coloca un círculo con una cuerda en el centro del campo de juego, unos aros por el espacio en diversas áreas y se les dice a los estudiantes que caminen por el espacio. | |

| | |
|------------------------|---|
| | <p>Desarrollo: una vez los participantes estén caminando la unidocente va ir cantado una canción, cualquier canción que sepa, pero la variante que va tener es que en algún momento de la canción va a decir “Propio” o “general”, si dice propio los estudiantes deberán de correr rápidamente hasta sus aros pero si dice general, todo mundo deberá de correr hacia el círculo hecho con cuerdas, este círculo cada vez será más pequeño, así que los que van quedando por fuera tendrán que acompañar a la profesora en una nueva canción.</p> |
| | <p>Reglas:</p> <ul style="list-style-type: none"> - No está permitido empujar o golpear a los compañeros. - Los más grandes tienen que dar espacio a los más pequeños. - Ningún estudiante gana o pierde, solamente si no puede llegar a tiempo pasa a cantar la canción con la docente. |
| Materiales | Cuerdas y aros (se pueden hacer aros con materiales reciclados) |
| Recomendaciones | <p>Se le puede pedir a un estudiante que cante una canción o simplemente grite propio o general.</p> <p>También, se puede hacer pequeños grupos de juego en donde los más pequeños tengan su propio espacio, así se evitará que se golpeen.</p> |

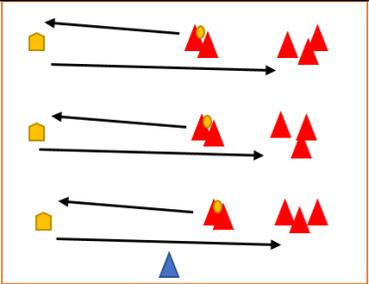
Actividad 3

| | | |
|---|--|---|
| <p>Nombre</p> | <p>Lucha de formas</p> |  |
| <p>Tema</p> | <p>-Formas grupales básicas (hilera, fila, círculo, cuadro, semicírculo, triángulo).</p> | |
| <p>Explicación de la actividad</p> | <p>Descripción: se forman tres equipos con igual cantidad de participantes, de frente a ellos se coloca un balde con una serie de papelitos con las siguientes formas grupales (hilera, fila, círculo, cuadro, semicírculo y triángulo).</p> <p>Desarrollo: cada equipo deberá de desplazarse hasta el balde para recoger un papelito para devolverse a su posición inicial y realizar con sus compañeros la forma que sacó del recipiente, pero para desplazarse los estudiantes deberán de ir realizando un túnel con sus piernas, en donde el que esta atrás debe de pasar hacia adelante por debajo de sus compañeros (por el túnel) y así sucesivamente para avanzar. Gana el equipo que logre realizar todas las formas primero</p> <p>Reglas:</p> <ul style="list-style-type: none"> - No se permite tomar mucho espacio entre los participantes del túnel - Se deben de recoger los papeles uno por uno | |

| | |
|------------------------|---|
| Materiales | Un balde y papel |
| Recomendaciones | <p>Se pueden cambiar las formas de desplazamiento, por ejemplo, pueden ir saltando los participantes o rodando por el suelo.</p> <p>Los más grandes deberán de ayudar formando parejas con los más pequeños para evitar que estos se queden atrás o sean golpeados.</p> |

Actividades II periodo

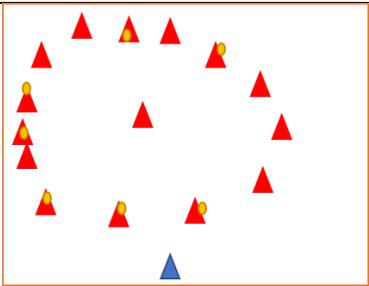
Actividad 1

| | | |
|------------------------------------|--|--|
| Nombre | Portadores de objetos |  |
| Tema | -Acciones de las partes del cuerpo (apoyar el peso del cuerpo, dirigir la acción, recibir el peso y aplicar fuerza) | |
| Explicación de la actividad | Descripción: se hacen equipos, los que gusten, se le da un balón a cada grupo y se les señala una pista en línea recta que deben de recorrer. | |
| | Desarrollo: Se les indica que en parejas deberán de ir y venir, por la pista, apoyando la bola con sus cabezas. | |

| | |
|------------------------|---|
| | <p>Reglas:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Si se les cae la bola deberán de volver al inicio - Participará una pareja a la vez. - Gana el equipo que logre realizar más vueltas en 3 minutos |
| Materiales | Bolas de diferentes tamaños |
| Recomendaciones | <p>Podrán llevar los balones con las diversas partes del cuerpo; cadera, glúteos, hombros, abdomen, espalda...</p> <p>Hacerlo en tríos o cuartetos.</p> |

Nota: Adaptado del juego de Manzano, J., Alejo, M., Domínguez, J., Eady, S., Gonzales, F., Jiménez, J., Lorenzo, E., Martín, M. y Trujillo, A. (1996, p. 18).

Actividad 2

| | | |
|------------------------------------|--|---|
| Nombre | Pégale tú |  |
| Tema | -Movimientos en direcciones (hacia adelante, atrás, izquierda y derecha) y niveles (alto, medio y bajo). | |
| Explicación de la actividad | Descripción: Se hace un círculo entre todos los compañeros, se le pide a un estudiante que se coloque en el centro y se les da balones de goma a los participantes. | |
| | Desarrollo: juego consiste en que los estudiantes deberán de atinarle al compañero que está en el centro, éste deberá de moverse en todas | |

| | |
|------------------------|--|
| | <p>direcciones para evitar ser casado, una vez tocado por un balón deberá darle espacio a otro participante.</p> <p>Reglas:</p> <ul style="list-style-type: none"> - No se puede impactar el balón en la cara. - No está permitido acercarse más allá de lo señalado para lanzar el balón, solo pueden acercarse a recoger algún balón. |
| Materiales | Balones de goma |
| Recomendaciones | <p>Se pueden hacer dos grupos, los que tienen balón y los que no.</p> <p>Solamente los estudiantes más pequeños pueden lanzar los balones, los demás se encargarán de alcanzarlos.</p> |

Nota: Adaptado del juego “Cazar al conejo” de Manzano, J. Et al (1996, p. 29).

Actividad 3

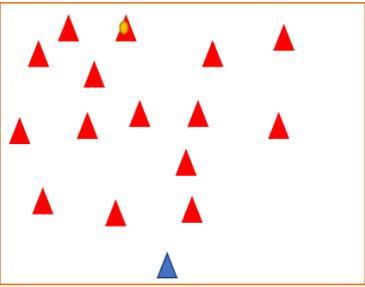
| | | |
|------------------------------------|---|--|
| Nombre | Los buscadores locos | |
| Tema | -Discriminación auditiva y movimiento. | |
| Explicación de la actividad | <p>Descripción: se realizan cuatro grupos, de cada grupo se escoge a un compañero, el cual deberá de vendarse los ojos y colocarse en el área de juego (el ciego), se colocan una serie de balones dispersos por el espacio.</p> | |

| | |
|-------------------------------|---|
| | <p>Desarrollo: el juego consiste en que cada grupo simultáneamente deberá de guiar mediante indicaciones verbales al “ciego” de su equipo, para que recoja la mayor cantidad de balones posibles, gana el equipo que tome más balones.</p> |
| | <p>Reglas:</p> <ul style="list-style-type: none"> - El que hace de ciego no podrá destaparse los ojos. - Ningún participante con excepción del “ciego” deberá de ingresar al área de juego - Gana el equipo que tome más objetos. |
| <p>Materiales</p> | <p>Balones y tres pañuelos</p> |
| <p>Recomendaciones</p> | <p>Se pueden colocar a los “ciegos” en parejas.</p> <p>En lugar de recoger balones se les puede pedir que traten de reventar unos globos inflados que estarán pegados a los pies de los otros “ciegos”.</p> |

Nota: Adaptado del juego del juego “buscador ciego” de Manzano, J. Et al (1996, p. 15).

Actividades III periodo

Actividad 1

| | | |
|------------------------------------|---|---|
| Nombre | Pum locomotor muerto |  |
| Tema | <p>-Patrones Locomotores (correr, caminar en línea recta, en curva, zigzag, línea quebrada, línea torcida, balancear, galopar, caballito, rodar, deslizar, saltos y brincos).</p> | |
| Explicación de la actividad | <p>Descripción: se delimita un espacio determinado, además, se le entrega un balón a un participante.</p> | |
| | <p>Desarrollo: el juego consiste en que el estudiante que tenga el balón deberá de atinarle a sus compañeros con este, el estudiante, una vez tocado por el balón, deberá de quedarse inmóvil hasta que otro compañero lo toque.</p> | |
| | <p>Reglas:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Los estudiantes que huyen podrán desplazarse corriendo, caminando, galopando, en caballito, deslizando, saltando y brincando según lo indique la docente. | |
| Materiales | 1 balón de goma | |

| | |
|------------------------|--|
| | |
| Recomendaciones | <p>Los más pequeños deberán de ir en pareja con un estudiante más grande para que les ayude.</p> <p>A los estudiantes más pequeños no se les puede lanzar el balón, estos tienen que ser tocados con el mismo.</p> |

Nota: Adaptado del juego “Pum muerto” de Manzano, J. Et al (1996, p. 32).

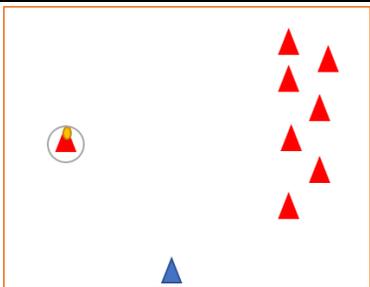
Actividad 2

| | | |
|------------------------------------|---|--|
| Nombre | Métela tú | |
| Tema | -Actividades manipulativas (lanzar, golpear, rebotar, apañar y recoger objetos). | |
| Explicación de la actividad | Descripción: se hacen dos equipos, se le da una cantidad de balones, que se tengan, a cada equipo y se colocan de frente a unos aros. | |
| | Desarrollo: el juego consiste en que los equipos deberán de meter la mayor cantidad de balones en los aros, pero no podrán acercarse, únicamente para recoger los balones, por lo que tendrán que lanzarlos. | |
| | Reglas: | |

| | |
|------------------------|---|
| | <ul style="list-style-type: none"> - Los estudiantes no podrán acercarse a los aros para lanzar, únicamente para recoger balones. - Gana el equipo que meta más balones, - Los puntos serán llevados por la docente. |
| Materiales | Aros y balones |
| Recomendaciones | <p>En lugar de balones se puede elegir palos o bolas hechas de papel.</p> <p>Los más pequeños pueden lanzar a una distancia más cerca.</p> |

Nota: Adaptado del juego “Pa tu campo” de Manzano, J. Et al (1996, p. 30).

Actividad 3

| | | |
|------------------------------------|--|---|
| Nombre | Estatuas giratorias |  |
| Tema | -Patrones no locomotores (girar, flexionar, extender, empujar, halar, subir, bajar, contra equilibrio y contra tensión). | |
| Explicación de la actividad | Distribución: se colocan a los estudiantes en un espacio sin poder desplazarse y se posiciona a un participante de frente a ellos con un balón. | |

| | |
|------------------------|--|
| | <p>Desarrollo: el juego consiste en que el estudiante deberá de impactar con el balón a sus compañeros, pero estos deben evitarlo sin desplazarse de su espacio, es decir, pueden girar, flexionarse y demás patrones no locomotores.</p> |
| | <p>Reglas:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Los estudiantes no podrán alejarse y el que tiene el balón tampoco puede acercarse, solamente para recoger los balones |
| Materiales | Un aro y balones |
| Recomendaciones | Se les pide a los más pequeños que lancen a una distancia más cerca. |

Nota: Adaptado del juego “Pum muerto” de Manzano, J. Et al (1996, p. 32).

Actividad 4

| | | |
|------------------------------------|--|--|
| Nombre | Encesto la bola | |
| Tema | -Coordinación de vista mano, vista-pie y auditivo-motora (movimiento y ritmo). | |
| Explicación de la actividad | Descripción: se colocan en pareja, cada pareja se sitúa uno al frente del otro a una distancia de cinco metros y se le da un balón a cada pareja. | |

| | |
|------------------------|--|
| | <p>Desarrollo: la actividad consiste en que el compañero que no tiene balón deberá de realizar la figura de un aro con sus brazos, para que su compañero intente lanzar el balón dentro de éste, una vez realizado se intercambian los roles para que los dos puedan lanzar el balón.</p> |
| | <p>Reglas:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Los estudiantes no podrán acercarse o alejarse. - Los más pequeños podrán colocarse más cerca. |
| Materiales | Balones |
| Recomendaciones | <p>Se puede colocar un niño grande con uno pequeño para que se ayuden entre sí.</p> <p>Se pueden hacer dos grupos en donde el que está al frente de la hilera, lance el balón y se coloque en la última parte de la hilera.</p> |

Nota: Adaptado del juego “Encesto la bola” de Manzano, J. Et al (1996, p. 26)

Áreas temáticas generales para segundo año

| | |
|--|---|
| 2do año Aplicación y control de la fuerza | |
| I periodo | Moviéndome; gimnasia y actividades complementarias I |
| | - Gimnasia: rolo atrás, movimientos imitando animales, actividades de equilibrio con miembros superiores e inferiores. |

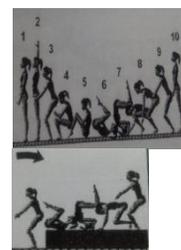
| | |
|------------------------------|--|
| | <ul style="list-style-type: none"> - Fundamentos básicos del Judo: caídas de judo “ukemi” (caída hacia atrás), “tai sabiki” (desplazamiento hacia el frente) y “kusushi” (desequilibrio hacia atrás y adelante). - Tai chi: técnicas de respiración, automasaje y ejercicios de Chikung. |
| II periodo | Moviéndome; gimnasia y actividades complementarias II |
| | <ul style="list-style-type: none"> - Gimnasia: rollo al frente, desplazamientos en diferentes direcciones y niveles, parada de pino. - Fundamentos básicos del Judo: caídas de judo “ukemi” (caída izquierda/derecha), “tai sabiki” (desplazamiento hacia atrás) y “kusushi” (desequilibrio izquierdo/derecha). - Tai chi: movimientos de fluir (formas básicas de tai chi). |
| III periodo | Moviéndome; gimnasia y actividades complementarias III |
| | <ul style="list-style-type: none"> - Gimnasia: rueda carreta, el puente, desplazamientos en relación con objetos - Fundamentos básicos del yudo: caídas de judo “ukemi” (caída hacia adelante), “tai sabiki” (desplazamiento izquierdo/derecha) y “kusushi” (desequilibrio diagonal). - Tai chi: movimientos imitando animales (formas básicas de tai chi). |

Nota: Adaptado de Ministerio de Educación Pública (2013, p. 32-36).

Actividades del I periodo

Actividad 1

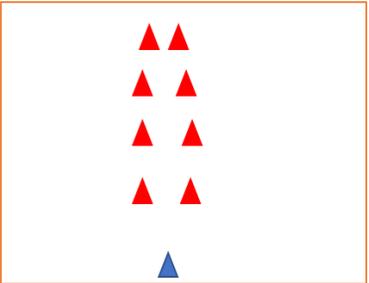
| | |
|------------------------------------|--|
| Nombre | Progresión de enseñanza de rollo hacia atrás |
| Tema | -Gimnasia: rollo atrás, movimientos imitando animales, actividades de equilibrio con miembros superiores e inferiores. |
| Explicación de la actividad | Estiramiento del cuerpo: se realiza una movilidad de las articulaciones y seguidamente se procede con un estiramiento general de las mismas. |
| | Preparación física: se trabajan movimientos de carrera en velocidad, equilibrio y coordinación, los cuales pueden ser saltos, sentadillas, abdominales, lagartijas, posiciones en equilibrio con uno o los dos pies o con las manos, pasos de baile, desplazamiento en caballito o galopando. |
| | Enseñanza del elemento: el rollo hacia atrás inicia con un movimiento descendiente del cuerpo para sentarse e iniciar una rotación que inicia desde los glúteos y pasa por la espalda, donde simultáneamente las manos buscan el suelo, apoyándose para empujar el cuerpo hacia arriba sin que la cabeza toque el suelo para lograr ponerse de pie, |
| | Progresiones del rollo: <ol style="list-style-type: none">Desde una superficie elevada proceden a realizar el rollito.Desde una posición más baja, se hace el rollito en un colchón grueso. |



| | |
|------------------------|---|
| | <p>3. Realizar el elemento completo en una superficie suave.</p> <p>4. Se procede a realizar el rollo hacia atrás, pero antes de ponerse de pie, se devuelve a quedar en cuclillas y se mantienen en este tándem.</p> <p>La docente deberá de ayudar el movimiento mediante apoyos para esconder la cabeza, mantener la posición agrupada y levantar el tronco desde el suelo</p>  |
| Materiales | Colchonetas |
| Recomendaciones | Se trabaja por estaciones en donde los ejercicios se hacen por turnos para evitar lesiones y así cuidar de los más pequeños |

Nota: Adaptado de Diaz, M. (2019, p. 6-23).

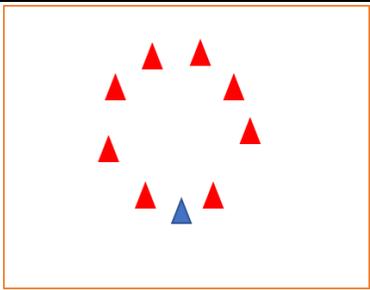
Actividad 2

| | | |
|---------------|---|---|
| Nombre | Empuje de champulones |  |
| Tema | <p>-Fundamentos básicos del Judo:</p> <p>caídas de judo “ukemi” (caída hacia atrás), “tai sabiki” (desplazamiento hacia el frente) y “kusushi” (desequilibrio hacia atrás y adelante).</p> | |

| | |
|------------------------------------|---|
| Explicación de la actividad | Descripción: se colocan en parejas uno al frente del otro, en posición de cuclillas, sobre una superficie suave. |
| | Desarrollo: la actividad consiste en que un estudiante tendrá que botar al otro hacia atrás, se pueden agarrar pero no se pueden poner de pie. |
| | Reglas: <ul style="list-style-type: none"> - No se permite golpear o patear al compañero (a) - Las parejas se harán equitativamente para evitar golpear a los más pequeños |
| Materiales | Lo pueden realizar en el césped de la plaza o en colchonetas si se cuenta con este material. |
| Recomendaciones | Se agrupan a los estudiantes más pequeños y por aparte a los grandes. Se puede realizar un torneo de caídas. |

Nota: Adaptado de “Pelea de gallos” de Robles, J. (2014, p. 9)

Actividad 3

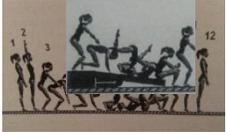
| | | |
|---------------|---|---|
| Nombre | Círculo de la respiración |  |
| Tema | -Tai chi: técnicas de respiración, automasaje y ejercicios de Chikung. | |

| | |
|------------------------------------|---|
| Explicación de la actividad | Distribución: se ubica a todo el grupo sentados en el suelo formando un círculo grande. |
| | Desarrollo: se procede a realizar de forma guiada los ejercicios de respiración de Tai chi. Inhalación por la nariz y exhalación por la boca mientras permanecen estáticos sentados en el suelo. |
| | Reglas: <ul style="list-style-type: none"> - No se permite realizar ruidos mientras se ejecutan las respiraciones - Ningún estudiante podrá salir de la formación a menos que lo indique la docente. |
| Materiales | Ninguno (pueden sentarse debajo de la sombra de un árbol o en algún lugar calmado) |
| Recomendaciones | La docente le puede pedir a los más grandes que dirijan el ritmo de las respiraciones mientras los demás lo siguen. En lugar de estar sentados pueden acostarse. |

Actividades II periodo

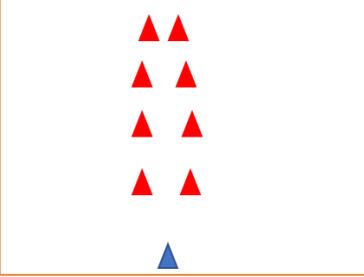
Actividad 1

| | |
|------------------------------------|--|
| Nombre | Progresiones de enseñanza del rollo al frente |
| Tema | -Gimnasia: rollo al frente, desplazamientos en diferentes direcciones y niveles, parada de pino. |
| Explicación de la actividad | Estiramiento del cuerpo: se realiza una movilidad de las articulaciones y seguidamente se procede con un estiramiento general de las mismas. |
| | Preparación física: se trabajan movimientos de carrera en velocidad, equilibrio y coordinación, los cuales pueden ser saltos, sentadillas, abdominales, lagartijas, posiciones en equilibrio con un o los dos pies o manos, pasos de baile, desplazamiento en caballito o galopando. |
| | Enseñanza del elemento: para realizar el rollo hacia adelante la persona se coloca de pie, luego, desciende su cuerpo para apoyar las manos al frente y se ejecuta un movimiento en desequilibrio donde se empuja con los pies, llevando la barbilla al pecho para que la espalda alta haga contacto con el suelo y toda la espalda rueda por el suelo para ponerse de pie. |

| | |
|------------------------|--|
| | <p>Progresiones del rollo:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Se realiza el movimiento sobre una pendiente hecha con colchonetas.  2. Desde una superficie más alta, esta vez sin la pendiente se procede a realizar el movimiento.  3. Desde una superficie más baja, se realiza el rollito hacia adelante sobre una colchoneta.  4. Se procede a realizar el rollito hacia adelante sobre un tatami. <p>La docente deberá de apoyar el movimiento mediante apoyos para esconder la cabeza, mantener la posición agrupada y levantar el tronco desde el suelo.</p> |
| Materiales | Colchonetas |
| Recomendaciones | Se trabaja por estaciones en donde los ejercicios se hacen por turnos para evitar lesiones y así cuidar de los más pequeños. |

Nota: Adaptado de Diaz, M. (2019, p. 6-23)

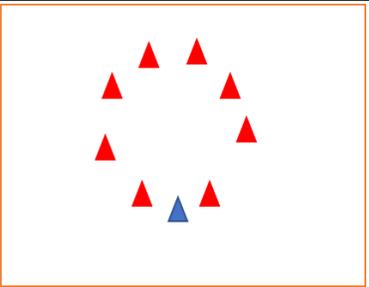
Actividad 2

| | | |
|------------------------------------|--|---|
| Nombre | Vuelca a tu compañero |  |
| Tema | <p>-Fundamentos básicos del Judo: caídas de judo “ukemi” (caída izquierda/derecha), “tai sabiki” (desplazamiento hacia atrás) y “kusushi” (desequilibrio izquierdo/derecha).</p> | |
| Explicación de la actividad | <p>Descripción: se agrupan en parejas, uno al frente del otro, agarrados de los hombros, sobre una colchoneta.</p> | |
| | <p>Desarrollo: la actividad consiste en que intentaran volcar de lado a su compañero, esto con la ayuda de los pies, se hacen por turno, primero uno y luego el otro.</p> | |
| | <p>Reglas:</p> <ul style="list-style-type: none"> - No se puede golpear ni patear a los compañeros - Cada pareja tendrá que esperar su turno para practicar - Gana el estudiante que tire al suelo a mas contrincantes | |
| Materiales | Ninguno (solo una superficie suave) | |

| | |
|------------------------|--|
| Recomendaciones | <p>Se agrupan a los pequeños y los más grandes se agrupan por aparte.</p> <p>Se les pide a los más grandes ayudarles a los más pequeños.</p> <p>Se puede hacer una hilera frente a la docente y esta muestra uno a uno la caída.</p> |
|------------------------|--|

Nota: Adaptado de “Dar la vuelta a la tortilla” de Robles, J. (2014, p. 9)

Actividad 3

| | | |
|--------------------|--|--|
| Nombre | Enseñanza de los movimientos de fluir |  |
| Tema | - Tai chi: movimientos de fluir (formas básicas de tai chi). | |
| Descripción | Descripción: se coloca el grupo en un círculo y se pone música relajante y lenta. | |
| Desarrollo | Desarrollo: el docente procede a mostrar los movimientos de fluir (son movimiento suaves y al ritmo de la música lenta) mientras los estudiantes la imitan, luego, la docente le sede la oportunidad a un estudiante, ahora este es el que guía y así hasta que todos lo hagan en forma de coreografía. | |
| | Reglas: <ul style="list-style-type: none"> - Se permite disfrutar y relajarse, pero sin molestar o hacer ruidos incómodos que molesten a los demás | |

| | |
|------------------------|---|
| | - Gana el que se divierte más y termina más relajado |
| Materiales | Ninguno |
| Recomendaciones | Se hacen subgrupos en donde la docente vaya pasando de un grupo a otro realizando los movimientos. Se puede organizar presentaciones grupales. |

Actividades III periodo

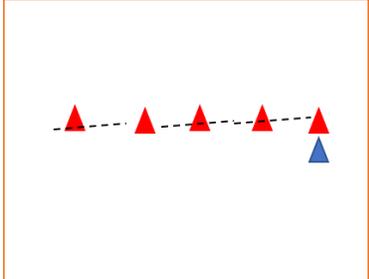
Actividad 1

| | |
|------------------------------------|--|
| Nombre | Progresión de enseñanza de la rueda carreta |
| Tema | - Gimnasia: rueda carreta, el puente, desplazamientos en relación con objetos |
| Explicación de la actividad | Estiramiento del cuerpo: se realiza una movilidad de las articulaciones y seguidamente se procede con un estiramiento general de las mismas. Preparación física: se trabajan movimientos de carrera en velocidad, equilibrio y coordinación, los cuales pueden ser saltos, sentadillas, abdominales, lagartijas, posiciones en equilibrio con un o los dos pies o manos, pasos de baile, desplazamiento en caballito o galopando. |

| | |
|------------------------|--|
| | <p>Enseñanza del elemento: para realizar la rueda carreta se procede a dar un paso adelante, luego, se apoya una mano al suelo, seguidamente la otra trasladando el peso del cuerpo, elevando las piernas para llevarlas hacia el frente y el suelo, terminando en posición de fie.</p> <p>Progresiones del rollo:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Se realiza una parada de manos contra la pared manteniendo las manos en forma de T.  2. Se realiza el movimiento en medio de dos colchonetas.  3. Realizar la vuelta carreta sobre una pendiente hecha con colchonetas.  4. Realizar el elemento procurando llevar las manos en forma de T y girando el cuerpo al realizar la vuelta carreta.  <p>La docente debe colocarse delante y al lado del estudiante, para sujetar la cadera y apoyar el movimiento de rotación del tronco.</p> |
| Materiales | Colchonetas |
| Recomendaciones | Se trabaja por estaciones en donde los ejercicios se hacen por turnos para evitar lesiones y así cuidar de los más pequeños. |

Nota: Adaptado de Diaz, M. (2019, p. 6-23)

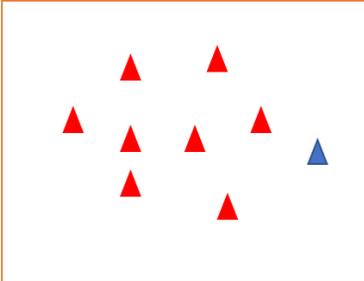
Actividad 2

| | | |
|------------------------------------|--|---|
| Nombre | Salto a mi compañero |  |
| Tema | -Fundamentos básicos del Judo: caídas de judo “ukemi” (caída hacia adelante), “tai sabiki” (desplazamiento izquierdo/derecha) y “kusushi” (desequilibrio diagonal). | |
| Explicación de la actividad | <p>Descripción: previamente la docente explica cómo se realiza la caída de Judo “ukemi” (caída hacia adelante) a todos los estudiantes.</p> <p>Se colocan en una hilera, agachados en cuatro apoyos a una distancia de dos metros de cada uno.</p> <p>Desarrollo: el estudiante de atrás deberá de ir saltando a sus compañeros (as) y en el momento que toque el suelo deberá de realizar el ukemi, esto con ayuda de la docente.</p> <p>Reglas:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Se debe de mantener el orden - Cada estudiante debe de saltar cuando lo indique la docente | |
| Materiales | Ninguno | |

| | |
|------------------------|--|
| Recomendaciones | <p>Los más pequeños reciben ayuda de uno o dos compañeros más, para evitar lesiones.</p> <p>Se pueden hacer dos equipos y realizar competencias, ganando el que pase los obstáculos primero.</p> |
|------------------------|--|

Nota: Adaptado de la actividad “salto del tigre” de la tesis de Angamarca, R. (2013, p. 19).

Actividad 3

| | | |
|------------------------------------|--|--|
| Nombre | La selva del tai chi |  |
| Tema | <p>-Tai chi: movimientos imitando animales(formas básicas de tai chi)</p> | |
| Explicación de la actividad | <p>Descripción: se distribuyen a los estudiantes por el espacio, en un área determinada.</p> <p>Desarrollo: la docente inicia imitando formas de animales, se desplaza por el espacio realizando la primera forma, mientras tanto va tocando a los estudiantes, el estudiante que fue tocado tiene que seguir a la docente. Cuando todo el grupo este siguiendo a la docente ella grita “va a llover” entonces los estudiantes tendrán que volver a sus sitios, luego, la docente inicia con otra forma de animal, así hasta hacer todas las formas.</p> | |

| | |
|------------------------|---|
| | Reglas: los estudiantes deberán de mantener el orden y seguir a la docente cuando esta lo indique |
| Materiales | Ninguno |
| Recomendaciones | Se organizan en sub-grupos, donde unos estudiantes realizan un tipo de movimiento y los otros efectúan otros movimientos, pero cuando la docente lo indique tendrán que cambiar de movimiento según el gusto de ella. |

Áreas temáticas generales para tercer año

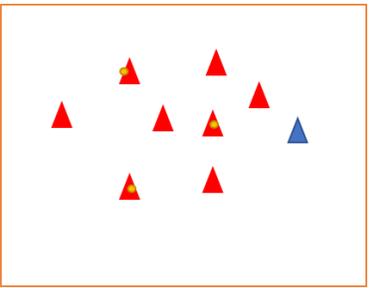
| 3er año Juegos psicomotores integrales | |
|---|--|
| I periodo | A divertirme y aprender jugando |
| | <ul style="list-style-type: none"> - Juegos integrando actividades no y si locomotoras. - Juegos para discriminar entre espacio propio y general. - Juegos para estimular las habilidades visomotoras, relación entre tipos de juegos y la salud. |
| II periodo | A jugar usando la música |
| | <ul style="list-style-type: none"> - Juegos con actividades manipulativas. - Juegos para reconocer distintas direcciones. - Juegos para estimular habilidades auditivo-motoras. |

| | |
|------------------------|---|
| III periodo | El juego en mi vida |
| | <ul style="list-style-type: none"> -Juegos con actividades locomotoras, no locomotoras y manipulativos. - Juegos para distinguir los patrones de movimiento. - Juegos para estimular la propiocepción (balance estático y dinámico). |

Nota: Adaptado de Ministerio de Educación Pública (2013, p. 32-36).

Actividades del I periodo

Actividad 1

| | | |
|------------------------------------|--|--|
| Nombre | El iglú loco |  |
| Tema | - Juegos integrando actividades no y si locomotoras | |
| Explicación de la actividad | Descripción: se distribuyen a todos los estudiantes por el espacio y se le da un balón a cierta cantidad de ellos. | |
| | Desarrollo: La actividad consiste en que los estudiantes con balón intentaran de “atinarle” con este a los otros, pero tendrán que hacerlo rebotando el mismo contra el suelo antes de impactarlo, el estudiante tocado con el balón de esta forma se deberá de quedar estático, en un momento dado la docente grita “hielo” y los estudiantes no podrán moverse, pero los atacantes aún deberán de intentar atinarle a sus | |

| | |
|------------------------|---|
| | <p>rivales, y esto a su vez tendrán que esquivarlos sin desplazarse, luego cambian de rol.</p> <p>Reglas:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Una vez lo indique la docente no podrán desplazarse con el balón - Está prohibido atinarle en la cara a los participantes - El impacto vale siempre y cuando el balón rebote en el suelo antes de tocar al rival |
| Materiales | Balones de hule |
| Recomendaciones | <p>Se asignan parejas en donde un estudiante mayor le ayuda a otro pequeño.</p> <p>Se hacen dos grupos y se delimitan dos áreas, un área para cada grupo, el cual no podrán salir de ahí, pero deberán de atinarle a sus contrarios desde su espacio.</p> |

Nota: Adaptado del juego “El cazador con bote” de Manzano, J. Et al (1996, p. 25).

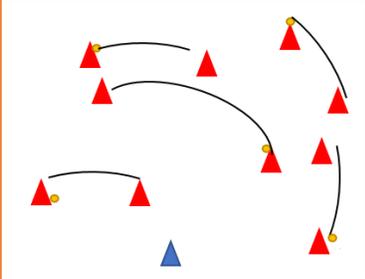
Actividad 2

| | | |
|---------------|--|--|
| Nombre | Cuídala solo o juntos | |
| Tema | -Juegos para discriminar entre espacio propio y general. | |

| | |
|------------------------------------|---|
| Explicación de la actividad | Descripción: Este juego tiene dos modalidades, la propia o la general. |
| | Desarrollo: en la modalidad propia se selecciona a un estudiante para que se sienta con los ojos vendados y con un balón detrás suyo, el juego consiste en que cada estudiante deberá de intentar por turno atrapar ese balón sin ser detectado, si es atrapado deberá vendarse los ojos y ayudar a cuidar el balón pero si lo recupera podrá liberar a un compañero (a), el objetivo es que se liberen todos pero sino lo logra, nace la modalidad general, la cual significa que un grupo de estudiantes protegerán este objeto. |
| | Reglas: <ul style="list-style-type: none"> - El estudiante no podrá quitarse la venda a menos que lo indique la docente. - Está prohibido golpear o empujar a los demás. - El juego termina cuando todos son atrapados o no queda ningún guardián del balón |
| Materiales | Balones y vendas para los ojos |
| Recomendaciones | Se ponen varios guardianes y simultáneamente estarán varios estudiantes tratando de robar el balón. |

Nota: Adaptado del juego “El guardián del balón” de Manzano, J. Et al (1996, p.19).

Actividad 3

| | | |
|---|--|---|
| <p>Nombre</p> | <p>Parejas estrechas</p> |  |
| <p>Tema</p> | <p>-Juegos para estimular las habilidades visomotoras, relación entre tipos de juegos y la salud.</p> | |
| <p>Explicación de la actividad</p> | <p>Descripción: se divide al grupo en parejas y se le da un balón a cada una.</p> <p>Desarrollo: la actividad consiste en que las parejas deberán de ir pasándose el balón mientras se desplazan por el espacio, pero deberán evitar que este se caída o que choquen con los compañeros. Cada vez el círculo se hará más pequeño y pequeño hasta quedar todos estrechos.</p> <p>Reglas:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Los estudiantes no podrán estar a menos de un metro de distancia. - Los participantes no podrán quedarse estáticos, tendrán que estar desplazándose. - El juego termina cuando no quede ninguna pareja dentro del círculo | |
| <p>Materiales</p> | <p>Balones de todos tamaños</p> | |

| | |
|------------------------|--|
| | |
| Recomendaciones | <p>En lugar de balones se pueden usar bolas hechas de papel.</p> <p>Se agrupa un estudiante pequeño con uno más grande para que se ayuden y así todos participen por igual.</p> <p>En lugar de parejas se pueden armar grupos.</p> |

Nota: Adaptado del juego “El Malabarista” de Manzano, J. Et al (1996, p.21).

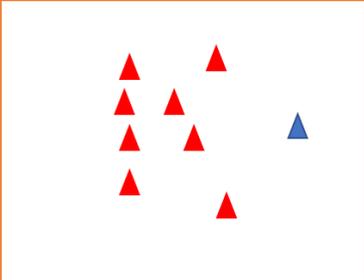
Actividades II periodo

Actividad 1

| | |
|------------------------------------|---|
| Nombre | Gimnasia rítmica |
| Tema | - Juegos con actividades manipulativas usando la música. |
| Explicación de la actividad | Descripción: se asignan grupos y se les dan materiales (con los que cuente la institución, ejemplo balones, palos, aros, piedras, chalecos, discos...). |
| | Desarrollo: la actividad consiste en que los grupos deberán de crear una coreografía para presentar a sus compañeros (as) pero dentro de la coreografía deberán de incluir los materiales que les asignó la docente (balones, aros, conos o demás). Una vez planeada se procede a la demostración. Cada grupo pasara al frente a demostrar su coreografía. |
| | Reglas: |

| | |
|------------------------|---|
| | <ul style="list-style-type: none"> - Los grupos tendrán aproximadamente 30min para diseñar la coreografía. - La presentación tendrá una duración de cinco minutos - Cada grupo podrá tener la ayuda de la docente - Los grupos serán distribuidos equitativamente - Los implementos asignados tendrán que ser usados en todo momento de la coreografía |
| Materiales | Grabadora (si no se cuenta con este instrumento se les puede pedir a los estudiantes que canten un canción o hagan sonidos con latas o botellas), balones, ramas, discos o cualquier objeto que desee agregar. |
| Recomendaciones | <p>Se crean los grupos de tal forma que los estudiantes más pequeños sean distribuidos con los más grandes.</p> <p>Se puede trabajar de forma que todo el grupo planee una coreografía en conjunto para que luego puedan presentarla en alguna actividad de la escuela, por ejemplo; en el Festival Estudiantil de las Artes (FEA).</p> |

Actividad 2

| | | |
|------------------------------------|--|---|
| Nombre | Clase de baile |  |
| Tema | -Juegos para reconocer distintas direcciones usando la música. | |
| Explicación de la actividad | Descripción: la docente se coloca de frente a los estudiantes y escoge un ritmo de música. | |
| | Desarrollo: la actividad consiste que la docente les enseñará una secuencia de pasos, en diversas direcciones, del ritmo que ella guste para que las y los estudiantes la sigan y aprendan a bailarlo. | |
| | Reglas: <ul style="list-style-type: none"> - Los estudiantes deberán de seguir a la docente en su coreografía - Ningún estudiante podrá salir del grupo a menos que lo indique la docente | |
| Materiales | Una grabadora (si no se cuenta con este instrumento se les puede pedir a los estudiantes que canten una canción o hagan sonidos con latas o botellas). | |
| Recomendaciones | Los estudiantes más pequeños son colocados al frente del grupo para que puedan prestar atención. | |

| | |
|--|--|
| | Se selecciona un grupo de estudiantes que conozcan un tipo de baile, o movimientos que ellos deseen. |
|--|--|

Actividad 3

| | |
|------------------------------------|---|
| Nombre | Crea nuestra coreografía |
| Tema | -Juegos para estimular habilidades auditivo-motoras usando la música. |
| Explicación de la actividad | Descripción: se dividen en grupos y se les distribuye por el espacio. |
| | Desarrollo: se les indica a cada grupo que deben de crear una coreografía de baile que les guste, se indica que cuentan con 30 minutos para planearla y practicarla, al final se les pide que la demuestren a los demás. |
| | Reglas: <ul style="list-style-type: none"> - Los grupos tendrán aproximadamente 30 minutos para diseñar la coreografía. - La presentación tendrá una duración de cinco minutos - Cada grupo podrá tener la ayuda de la docente - Los grupos serán distribuidos equitativamente |

| | |
|------------------------|---|
| Materiales | Una grabadora (si no se cuenta con el instrumento se les puede pedir a los estudiantes que canten una canción o hagan sonidos con latas o botellas). |
| Recomendaciones | Se distribuyen a los pequeños de forma equitativa con los grandes para que estos les ayuden y lo tomen en cuenta. Se puede hacer un tipo de show en donde los grupos se presentan, se seleccionan tres jueces al azar para darle calificaciones a las presentaciones |

Actividades III periodo

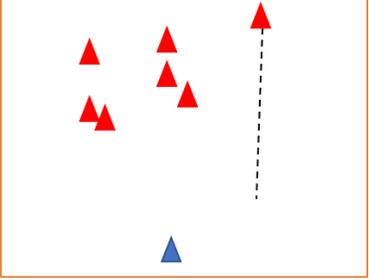
Actividad 1

| | | |
|------------------------------------|--|--|
| Nombre | La maestra se muda | |
| Tema | -Juegos con actividades manipulativos. | |
| Explicación de la actividad | Descripción: se escoge una serie de objetos al lado del área determinada, pueden ser aros, balones, suizas, o cualquier otro. | |

| | |
|-------------------------------|---|
| | <p>Desarrollo: la actividad consiste en que los estudiantes deberán de ayudar a trasladar los objetos de un lado al otro, pero no podrán caminar con el objeto, para hacer esto tendrán que hacer una hilera, se pasan el primer objeto hasta el frente, mientras el que queda atrás se pasa para el frente y así hasta llegar al destino, esto lo harán hasta llevar todos los objetos.</p> |
| | <p>Reglas:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Los estudiantes deberán de llevar únicamente un objeto a la vez - Una vez que pasen todos los objetos la maestra se deberá de mudar nuevamente pero de forma diferente, en círculo u otra estrategia. |
| <p>Materiales</p> | <p>Balones, aros, conos...</p> |
| <p>Recomendaciones</p> | <p>Se pueden hacer dos o tres grupos, en donde compitan entre sí para ver quién puede llevar más objetos.</p> |

Nota: Adaptado del juego “transporte de troncos” de Manzano, J. Et al (1996, p. 41).

Actividad 2

| | | |
|------------------------------------|--|---|
| Nombre | Los patrones y sus animales |  |
| Tema | -Juegos para distinguir los patrones de movimiento. | |
| Explicación de la actividad | <p>Descripción: previamente la docente explica a los estudiantes los patrones de movimiento (correr, saltar, brincar, galopar, caballito y deslizar), luego, le asigna un animal y un patrón de movimiento, a la vez, señala un área para las demostraciones.</p> | |
| | <p>Desarrollo: el juego consiste en que la docente llama a un “animalito” al frente y le pide que se desplace de un lado a otro mientras los demás lo ven, luego, la docente pregunta ¿Qué animal es?, los estudiantes deben de responder, a esa pregunta ¿Qué patrón de movimiento hace?, todos responden, asimismo, la docente les pide que lo imiten, mientras lo hacen llaman a otro “animalito” así sucesivamente hasta que todos pasen al frente.</p> | |
| | <p>Reglas:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Cada estudiante deberá de tener un animal diferente. - La presentación las programa la docente para que todos tengan su turno. | |
| Materiales | Ninguno | |

| | |
|------------------------|---|
| | |
| Recomendaciones | <p>Se pueden hacer grupos, para que cada grupo muestre sus propios animalitos y sus movimientos.</p> <p>Se asisten a los más pequeños para que puedan realizar la actividad sin problema.</p> |

Actividad 3

| | | |
|------------------------------------|--|--|
| Nombre | Te llevo a la pirámide | |
| Tema | -Juegos para estimular la propiocepción (balance estático y dinámico). | |
| Explicación de la actividad | <p>Descripción: se señalan dos áreas, una para realizar una mini pirámide humana y la otra el punto de partida, luego se escogen a los estudiantes más grandes para ser los que transporten a los estudiantes.</p> | |
| | <p>Desarrollo: la actividad consiste en decirles a los estudiantes que están en un desierto donde deben crear una pirámide al otro lado, pero que la distancia es muy larga para ir caminando, por lo que tendrán que ir a caballo; los estudiantes deberán llevar a sus compañeros sobre la espalda sin que se caigan, una vez transportados se les indica que deberán de formar la pirámide humana.</p> | |

| | |
|------------------------|---|
| | <p>Reglas:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Los estudiantes serán transportados uno por uno - La formación de la pirámide se iniciará una vez todos estén en el área establecida. - La pirámide será dirigida por la docente. |
| Materiales | Ninguno |
| Recomendaciones | <p>Se pueden hacer dos grupos para ver cuál equipo lo hace primero.</p> <p>Se colocan a los estudiantes más fuertes en la parte baja de la pirámide y los más pequeños arriba.</p> |

Nota: Adaptado del juego “Jinete desmontado” de Manzano, J. Et al (1996, p. 110).

CONCLUSIONES

Las experiencias vividas en la elaboración de este trabajo son muy enriquecedoras y favorables en aspectos personales y profesionales, como investigadores que producen material didáctico pero lo mejor de todo es el hecho de saber que este tipo de material didáctico ayuda a facilitar la labor del personal unidocente de nuestro país en cuanto a la planeación curricular de la asignatura de Educación Física.

Este trabajo presentado de manera sencilla y ordenada logró plasmar una perspectiva más clara de los procesos de enseñanza y aprendizaje empleados en las clases de Educación Física, lo cual le da la virtud de ofrecer una clase enriquecedora y significativa para toda la comunidad estudiantil, los cuales en un futuro serán la diferencia en nuestra lucha constante de mejorar la educación costarricense.

Sin embargo, al profundizar en dicho tema se nos presenta un dato no muy alentador para los procesos de enseñanza y aprendizaje en zonas rurales, el cual es que existen pocos trabajos referentes en dicho tema y no todos le dan una salida práctica, es decir, se centran más en lo que se logra extraer de lo investigado y no se da una propuesta clara que sea de provecho para los docentes que laboran en escuelas multigrados ubicadas en zonas rurales.

También, nos queda claro que existe una carencia en materiales didácticos en estos centros educativos por eso la propuesta contempla actividades sencillas y de poco o ningún uso de material para poder desarrollar la clase de Educación Física en escuelas con la característica de un solo docente y un ambiente (aula) multigrado.

REFERENCIAS

Angamarca, R. (2013). *Manual de Judo para niños/as en las edades de 9 a 10 años* (Tesis de la Licenciatura, Universidad Politécnica Salesiana, Cuenca, Ecuador). Recuperado de <https://es.slideshare.net/mobile/jaimadeAvila/manual-de-judo-para-nios>

Ángulo, L, Torres, N. y Morera, D. (2010). *El proceso pedagógico de la escuela rural unidocente y multigrado centroamericano: su evolución, condiciones actuales y perspectivas de desarrollo (1.st ed)*. San José, Costa Rica: URUK editores.

Burgos, D., Rugel, S., Burgos, J., Párraga, A., Carrillo, J. y Diaz, C. (2018). Educación Física, habilidades motrices básicas y estrategia didáctica: una experiencia con estudiantes del subnivel básico elemental, *Lecturas de Educación Física y deportes*, 23(242), 43-58. Recuperado a partir de <https://www.efdeportes.com/efdeportes/index.php/EFDeportes/article/view/734>

Cáceres, Y., Madrigal, A. y León, L. (2018). La expresión corporal como alternativa del Deporte para todos. Selección de ejercicios. *Lecturas: Educación Física y Deportes*, 23(239), 77-86. Recuperado de <https://www.efdeportes.com/efdeporte/index.php/EFdeportes/article/view/418>

Díaz, M. (2019). Capacitación sobre la enseñanza de las bases de suelo de gimnasia artística en Costa Rica. Alajuela Costa Rica: Dirección Regional de Alajuela

Garita, E. (2006). Motivos de participación y satisfacción en la actividad física, el ejercicio físico y el deporte. *Revista Mhsalud*, 3(1). Recuperado de <http://www.redalyc.org/html/2370/237017528002/>

Manzano, J., Alejo, M., Domínguez, J., Eady, S., Gonzales, F., Jiménez, J., Lorenzo, E., Martín, M. y Trujillo, A. (1996). *215 juegos para educación Física en primaria*. España: Biblioteca ciencia de la Educación.

Ministerio de Educación Pública y Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF). (2013). *Centros educativos rurales en Costa Rica desafíos y recomendaciones*. Unicef
Recuperado de: <https://www.unicef.org/lac/InformeCERunicef-mep2.pdf>

Ministerio de Educación Pública. (2013). *Programas de estudio de educación física*. San José, Costa Rica.

Ríos, M. (2007) *Manual de Educación Física adaptada al alumnado con discapacidad*.
Barcelona, España: Editorial Paidotribo.

Robles, J. (2014). La enseñanza del judo mediante una metodología activa. Una propuesta de entrenamiento integrado. *Revista Research Gate*. Recuperado de <https://www.researchgate.net/publication/28064077>

Sánchez, G. (2010). Las estrategias de aprendizaje a través del componente lúdico. *Revista Dialnet*, *II(1)*. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3708153>