

Aprender

Revista educativa digital de diálogo y difusión

**CUERPO, MENTE Y EDUCACIÓN:
EN CAMINO AL BIENESTAR**

Año 3 / No.9 / ABRIL 2024 / ISSN en trámite



PUEBLA
Un gobierno *presente*



Secretaría
de Educación



DIRECTORIO

SERGIO SALOMÓN CÉSPEDES PEREGRINA
GOBERNADOR CONSTITUCIONAL DEL ESTADO DE PUEBLA

CHARBEL JORGE ESTEFAN CHIDIAC
SECRETARIO DE EDUCACIÓN DEL ESTADO DE PUEBLA

MIGUEL ÁNGEL ADAUTA HOYOS
SUBSECRETARIO DE EDUCACIÓN OBLIGATORIA

MIGUEL ÁNGEL FERNÁNDEZ PÉREZ
SUBSECRETARIO DE EDUCACIÓN SUPERIOR

ADRIANA REBECA GALINDO SÁNCHEZ
TITULAR DE LA OFICIALÍA MAYOR

ANTONIO GUEVARA PALAFOX
DIRECTOR GENERAL DE PROMOCIÓN AL DERECHO EDUCATIVO

VÍCTOR ROBLES GUTIÉRREZ
DIRECTOR GENERAL DE PLANEACIÓN Y DEL SISTEMA PARA LA
CARRERA DE LAS MAESTRAS Y LOS MAESTROS

GABRIEL GUERRERO MONTER
TITULAR DE LA DIRECCIÓN GENERAL JURÍDICA Y DE TRANSPARENCIA



Secretaría
de Educación



Aprender

Revista educativa digital de diálogo y difusión

La Revista "Aprender" es una publicación cuatrimestral de la Secretaría de Educación del Estado de Puebla. Las opiniones expresadas por los autores no necesariamente reflejan la postura de la institución. Las imágenes son parte del acervo fotográfico de la Secretaría de Educación del Estado de Puebla. En casos particulares se especifican los créditos correspondientes. Los contenidos publicados por "Aprender" se distribuyen acorde de Creative Commons 4.0 Atribución - No Comercial (CCBY-NC 4.0 Internacional), que permite a terceros utilizar lo publicado siempre que mencionen la autoría del trabajo y su publicación en esta revista.

La revista digital *Aprender*, de la Secretaría de Educación del Estado de Puebla, es un espacio de diálogo y difusión de aportaciones y logros educativos significativos y su entorno. Muestra contribuciones que nos permiten compartir el trabajo diario de diferentes figuras educativas con esfuerzos bien logrados y significativos, la visión experta de académicos destacados y la visión propositiva de investigadores noveles, todos compartiendo sus experiencias, proyectos o propuestas de intervención.

Cuenta con tres secciones que organizan las colaboraciones de acuerdo a su naturaleza:

Diálogo

Espacio para académicos expertos destacados, donde se presenta una reflexión u opinión de acuerdo a la temática del número correspondiente.

En la Práctica

Aportaciones de experiencias de investigación realizadas por figuras educativas de los diferentes niveles educativos.

Comunidad

Experiencias destacadas del quehacer educativo en los diferentes niveles educativos, actividades especiales, aportaciones artísticas y literarias.

Índice

Editorial

Diálogo

Por una mejor Educación Física en México 9

Ramón Alfonso González Rivas

Azaneth Laguna Celia

En la Práctica

Nuevos enfoques de enseñanza para la construcción del bienestar desde la infancia 16

Marcela Trujillo Mac-Naught

Primer acercamiento del Colegio de Bachilleres al estudio de la salud mental y el aprendizaje 26

María Inés Isidro Coxca

Julio Francisco Luna García

Angelina Balbuena Flores

Yolanda Rodríguez López

Obdulia Osorio García

La pedagogía de la experiencia para la creación de una comunidad colaborativa en Educación Física 42

Octavio Lillo Carro

Implementación de la Sesión de Educación Física, priorizando el desarrollo de la lateralidad 56

Amando Bonilla Juárez

Todas las asignaturas cuentan en el aprendizaje de los estudiantes	68
<i>Ana Karen Tlatoa Angel</i>	

Comunidad

La Educación Física como componente fundamental en el desarrollo integral de los individuos	80
<i>Dirección de Educación Física de la Secretaría de Educación</i>	

Hacia una Educación Inclusiva: Explorando el papel del arte y el deporte en el desarrollo integral de estudiantes con discapacidad y/o trastorno en el Centro de Atención Múltiple	87
<i>Cinthia Araceli Juárez Mendoza</i>	

Envejecimiento: Perspectivas multidimensionales y desafíos	96
<i>Sergio Guerrero Huerta</i>	

El Maíz	105
<i>Atanasio Andrés Luna</i>	

Invitación

Editorial



En un mundo donde cada vez son más las exigencias sociales, laborales y personales, es imperativo que prioricemos el cuidado de nuestra salud en todos sus aspectos. De esta forma, la educación de hoy en día tiene un compromiso con el cuidado y desarrollo del bienestar integral, atendiendo de manera particular a factores físicos, mentales y emocionales.

Por otro lado, es importante reflexionar el impacto que tiene el bienestar en la capacidad de los estudiantes para aprender y desarrollarse plenamente. Por ello, es responsabilidad de las y los educadores crear un entorno que fomente el bienestar en todas sus dimensiones.

Sin embargo, este compromiso va más allá de las aulas. También involucra a los padres y madres de familia, quienes desempeñan un papel crucial en el apoyo y la promoción de hábitos saludables desde el hogar. El diálogo abierto y la colaboración entre la escuela y el hogar son fundamentales para garantizar que nuestros estudiantes reciban el apoyo que necesitan tanto dentro como fuera del entorno educativo.

El bienestar integral es un compromiso colectivo que requiere la colaboración de todos los miembros de la comunidad educativa.

Al priorizar la salud física y mental de nuestras y nuestros estudiantes, padres y madres de familia, así como educadores, no solo estamos invirtiendo en su futuro académico, sino también en su bienestar a largo plazo.

Juntos podemos crear un entorno donde todos puedan florecer y alcanzar su máximo potencial.

Charbel Jorge Estefan Chidiac
Secretario de Educación del Estado de Puebla

Colaboradores

Ramón Alfonso González Rivas

Azaneth Laguna Celia

Marcela Trujillo Mac-Naught

Claudia Morales Ramírez

María Inés Isidro Coxca

Julio Francisco Luna García

Angelina Balbuena Flores

Yolanda Rodríguez López

Obdulía Osorio García

Octavio Lillo Carro

Amando Bonilla Juárez

Cinthia Araceli Juárez Mendoza

Sergio Guerrero Huerta

Atanasio Andrés Luna

Trabajo editorial

Víctor Robles Gutiérrez

Director General

N. Alejandra Betanzos Lara

Coordinadora General

Equipo Editorial

Alfredo Guevara González

Ángel Álvarez Sánchez

Equipo De Difusión

Mauro Alam González Pérez

Comité Evaluador

Ma. Teresa Galicia Cordero

José Fernando García Ramírez

Arturo Malpica Padierna

Jenny Cruz Martínez

Fortino Rodríguez Tapia

Irma Rosalía Merchand Arroyo

Fotografía de portada

Dirección General de Planeación y
del Sistema para la Carrera de las
Maestras y los Maestros.

POR UNA MEJOR EDUCACIÓN FÍSICA EN MÉXICO

Ramón Alfonso González Rivas

Doctor en Ciencias de la Cultura Física por la UACH
rgrivas@uach.mx

Azaneth Laguna Celia

Doctora en Ciencias de la Cultura Física por la UACH
alaguna@uach.mx

La Organización Mundial de la Salud (OMS) reconoce la importancia de la actividad física para el mantenimiento y mejora de la salud, ya que contribuye a prevenir enfermedades y al desarrollo del cuerpo, fortaleciendo órganos y sistemas. No se pueden dejar de lado los beneficios emocionales y sociales que disminuyen síntomas de ansiedad, estrés y depresión. A nivel internacional se han emitido recomendaciones para realizar actividad física, estableciendo que en niñas, niños y jóvenes de entre cinco y 17 años deberían realizar al menos 60 minutos diarios de actividades físicas, que pueden ir de moderadas a intensas (OMS, 2023).

Por tal motivo, autores como Craviotto (2023) entienden a la Educación Física como sinónimo de Salud. De acuerdo con lo mencionado anteriormente, es preciso reflexionar sobre la importancia de esta asignatura en el modelo educativo mexicano, entendiendo que su impacto en los estudiantes depende de diversos factores, que se mencionarán en las siguientes líneas. Reflexionemos sobre si las clases de Educación Física en México son de calidad, pero desde una perspectiva constructiva y con la finalidad de generar conciencia sobre su importancia en el

desarrollo de los individuos.

El valor de la Educación Física no es nuevo, ha sido reconocido a nivel internacional por la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Cultura y la Ciencia (UNESCO) (1978) en la Carta Internacional de la Educación Física y del Deporte, en donde se establece que es un derecho de todos los individuos, lo que implica que debe ofrecerse en función de las necesidades y condición de vida de las personas.

La Federación Internacional de Educación Física, coincide en que se trata de un derecho, que forma parte del proceso educativo, ya sea formal o informal. Tiene el objetivo de estimular el desarrollo de habilidades motrices, conocimientos y actitudes que favorezcan hábitos de vida saludables. Para tal efecto, puede valerse de diversas actividades físicas como el deporte formativo, actividades lúdicas, danza, actividades en el medio natural, solo por mencionar algunas (Federación Internacional de Educación Física, 2000).

Para Pinzón (2017) la Educación Física es una disciplina pedagógica que integra el movimiento para educar al ser humano en aspectos físicos

y bilógicos, resalta que, desde su perspectiva, el ser humano tiene tres dimensiones: cuerpo, mente y alma. Al analizar esta idea, se pudiera interpretar que la mayoría de las asignaturas del sistema educativo cultivan principalmente el aspecto mental; pero, y el cuerpo ¿quién y cómo se encarga de educarlo?, esta responsabilidad recae en el profesor de Educación Física. Respecto al alma, se identificarían las creencias religiosas o espirituales. Es pertinente mencionar que los beneficios de la Educación Física no se limitan a ser orgánicos o estéticos, como quizás erróneamente se pudiera entender. Existe suficiente fundamentación científica que indica su valor en el desarrollo cognitivo, reflejándose en el rendimiento académico de los estudiantes; los beneficios sociales y emocionales también son evidentes (Arufe-Giráldez et al., 2021; Conde y Sánchez, 2015). Por eso, la Educación Física debería ser fundamental para el desarrollo integral de los individuos.

Por otro lado, de acuerdo con datos de la OMS, desde 1975 la obesidad ha aumentado de forma alarmante a nivel mundial, en 2016 más del 50% de la población presentó sobrepeso u obesidad (OMS, 2024). En este sentido, el panorama de México no es alentador, específicamente en niños y adolescentes es preocupante debido a que se ha identificado una tendencia hacia el sobrepeso y la obesidad (Ocampo et al., 2022; Pérez-Herrera & Cruz-López, 2019). Si bien es cierto que la obesidad es multifactorial, encuentra en el sedentarismo una de sus principales causas. Por esta razón, las clases de Educación Física adquieren mayor relevancia, debido a que

representan el único espacio en el que los niños y adolescentes realizan actividad física de forma planificada (Zueck, 2020). Esto debería llevar a la reflexión y toma de acción a los sectores de educación y salud ¿por qué no pensar en un aumento de horas dedicadas a la Educación Física en el currículo de educación básica? En dado caso, los beneficios en el sistema de salud se verían reflejados en un mediano plazo.

En el contexto de México, diversos estudios indican que la satisfacción de las clases de Educación Física tiene oportunidades de mejora en diferentes zonas del país, estas investigaciones apuntan a que una buena experiencia pedagógica en la clase es condicionante para desarrollar el gusto por la realización de actividad física en el tiempo libre (Baños, 2020; Zueck et al., 2020). En este mismo orden de ideas, se han identificado diversos factores que, de alguna manera, interfieren para tener clases de Educación Física que proporcionen un aprendizaje significativo en los estudiantes y que fortalezcan el gusto por el ejercicio físico (Galavíz et al., 2018; González-Rivas et al., 2022; González-Rivas et al., 2021; Olvera et al., 2021):

- Las constantes reformas educativas no permiten que el profesorado logre adueñarse del plan de estudios. La realidad es que cuando el profesorado está por adaptarse al nuevo programa educativo, surge una perspectiva distinta.
- La asignación de recursos económicos parece ser insuficiente en diferentes aspectos. Primero, para la contratación de profesores, infortunadamente se han

identificados sectores en el país donde las clases no son impartidas por personas con formación académica como docente para esta asignatura. Por otro lado, la gestión de recursos materiales pudiera ser más eficiente, otra realidad es la escasez de material didáctico, por su uso debería renovarse constantemente. En el mejor de los casos, hay docentes que hacen uso de su creatividad para adaptar materiales para su clase.

- La cantidad de horas semanales destinadas a la asignatura no genera el hábito de la actividad física en niños y adolescentes, sobre todo actualmente, con consolas y aparatos electrónicos.

- Mala utilización y condición en la que se encuentran los espacios para las clases: canchas sin domos, con fisuras, con infraestructura deportiva dañada, como tableros y aros de baloncesto, porterías en mal estado, por mencionar algunas situaciones. Esto no solo perjudica las clases, sino que también, pone en riesgo la integridad física de los alumnos.

- En algunos sectores del país el profesorado ofrece atención a grupos con un número excesivo de estudiantes. En este sentido, es importante destacar la diversidad del alumnado, entre los que se pudieran encontrar niños con barreras de aprendizaje, desde déficit de atención, hiperactividad, alguna discapacidad, niños con aptitudes motrices sobresalientes.

- Diferencias organizacionales, recursos materiales y espacios de escuelas que se encuentran en una misma zona educativa y que dificultan poder implementar proyectos de actividad física de manera uniforme.

- La formación inicial del profesorado, donde se identifican diferentes maneras de entender e intervenir en las clases, se reconocen dos instituciones educativas: las escuelas Normales y las universidades públicas, ambas forman profesionales en Educación Física, pero desde una visión que pudiera ser distinta.

- La falta de actualización pedagógica por parte de profesorado en servicio, si bien es cierto que constantemente hay cursos que cubran ciertas deficiencias, estos esfuerzos deben mantenerse e ir mejorando en contenidos, estos deben ser de interés y aplicabilidad para la clase.

Sería un error generalizar que todas las escuelas de México enfrentan la misma situación. En este tenor, es importante resaltar los contrastes socioeconómicos, donde se encuentran notables diferencias entre las escuelas públicas de las grandes ciudades, en comparación con las de zonas rurales.

Para todos los involucrados e interesados en contribuir en la mejora de la calidad de las clases de Educación Física en México, vale la pena preguntarnos ¿qué puedo hacer? Como docente e investigador universitario, considero que la formación inicial del profesorado de Educación Física y la investigación son factores que pudieran

mejorar las clases, promover la actividad física, el deporte y la recreación. En el proceso formativo de los futuros profesores también se han encontrado oportunidades de mejora que deberían atenderse, esto representa un ejercicio de reflexión que debe darse en las universidades, ¿los planes de estudio son congruentes y responden a las necesidades sociales? Así mismo, sería interesante que las instituciones de educación superior ofrezcan cursos o diplomados de actualización pedagógica para el profesorado en servicio. Estas necesidades de actualización han cobrado mayor importancia después de la pandemia, en donde se utilizaron aplicaciones y plataformas para promover la actividad física en los estudiantes, abriendo la posibilidad de su utilización de manera más formal como una estrategia pedagógica. Por otro lado, en diversos contextos se utilizan variedad de modelos pedagógicos como educación aventura, aprendizaje cooperativo, responsabilidad personal y social, estilo actitudinal, el modelo ludotécnico, solo por mencionar algunos (Fernandez-Río et al., 2016).

A manera de conclusión, deseo hacer énfasis en la importancia de la Educación Física en el sano desarrollo integral de los infantes. A través de los valores que promueve la asignatura, se contribuye al fortalecimiento del tejido social de México. Se reconocen los esfuerzos de las autoridades políticas, educativas, el profesorado, investigadores y padres de familia, para mejorar la condición de la Educación Física como asignatura en la educación básica, estos deben mantenerse, o mejor aún, generar proyectos que sumen en beneficio de los niños y adolescentes.

Referencias

- Arufe-Giráldez, V., Pena, A., & Navarro, R. (2021). Efectos de los programas de Educación Física en el desarrollo motriz, cognitivo, social, emocional y la salud de niños de 0 a 6 años. Una revisión sistemática. *Sportis. Scientific Journal of School Sport, Physical Education and Psychomotricity*, 7(3), 448-480. <https://doi.org/10.17979/sportis.2021.7.3.8661>
- Baños, R. (2020). Intención de práctica, satisfacción con la educación física y con la vida en función del género en estudiantes mexicanos y españoles. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, (37), 412-418. <https://doi.org/10.47197/retos.v37i37.73019>
- Conde, M. A., & Sánchez, P. T. (2015). La actividad física, la educación física y la condición física pueden estar relacionadas con el rendimiento académico y cognitivo en jóvenes: Revisión sistemática. *Archivos de medicina del deporte: Revista de la Federación Española de Medicina del Deporte y de la Confederación Iberoamericana de Medicina del Deporte*, 32(166), 100-109.
- Craviotto, A. (2023). Educación física es salud: un sintagma en crisis. *Praxis & Saber*, 14(38), 40-53. <https://doi.org/10.19053/22160159.v14.n38.2023.14762>
- Federación Internacional de Educación Física. (2000). Manifiesto 2000. <https://doi.org/10.17227/ludica.num9-7630>
- Fernandez-Río, J., Calderón, A., Hortigüela Alcalá, D., Pérez-Pueyo, A. y Aznar Cebamanos, M.

- (2016). Modelos pedagógicos en educación física: consideraciones teórico-prácticas para docentes. *Revista Española de Educación Física y Deportes*, 413, 55-75
- Galavíz, K. I., Argumedo, G., Medina, C., Gaytán-González, A., González-Casanova, I., Villalobos, M. F., ... Pelayo, R. A. (2018). ¡Es hora de hacer la tarea! Por una educación física de calidad en México. Boleta de Calificaciones mexicana sobre la Actividad Física de Niños y Jóvenes. Unpublished. https://docs.wixstatic.com/ugd/ccca120_c43bf163b65d400aaeaf3de93af85238.pd
- González-Rivas, R. A., Núñez Enríquez, O., Zueck-Enríquez, M. D. C., Gastelum-Cuadras, G., Ramírez-García, A. A., López-Alonzo, S. J., & Guedea-Delgado, J. C. (2022). Analysis of the factors that influence a quality Physical Education in Mexico: school supervision's perspective. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(5), 2869. <https://doi.org/10.3390/ijerph19052869>
- González-Rivas, R. A., Zueck, M. de C., Baena-Extremera, A., Valenzuela, M. C., & Gastelum-Cuadras, G. (2021). El Programa de formación pedagógica para docentes universitarios. *Revista Publicando*, 8(29), 21-34. <https://doi.org/10.51528/rp.vol8.id2186>
- Ocampo, D. B., Reyes, A. L. J., Vasquez, M. H. T., Sosa, H. I. R., & González-González, A. (2022). Actividad física, sedentarismo y preferencias en la práctica deportiva en niños: panorama actual en México. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 22(1), 100-115.
- Olvera, A., Pacheco-Miranda, S., Orozco, E., Aguilar-Farias, N., López, I., & Jáuregui, A. (2021). Implementation of physical education policies in elementary and middle schools in Mexico. *Health Promotion International*, 36(2), 460-470.
- Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Cultura y la Ciencia. (1978). Carta Internacional de la Educación Física y el Deporte. https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000216489_spa
- Organización Mundial de la Salud. (2023). Actividad física. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity>
- Organización Mundial de la Salud. (2024). Obesidad y sobrepeso. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight>
- Pérez-Herrera, A., & Cruz-López, M. (2019). Situación actual de la obesidad infantil en México. *Nutrición hospitalaria*, 36(2), 463-469.
- Pinzón, I. A. M. (2017). Didáctica de la educación física para la educación básica. *Rastros y Rostros del Saber*, 2(3), 56-65.
- Zueck, M. D. C., Ramirez, A. A., Rodríguez, J. M., & Irigoyen, H. E. (2020). Satisfacción en las clases de Educación Física y la intencionalidad de ser activo en niños del nivel de primaria. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, (37), 33-40. <https://doi.org/10.47197/retos.v37i37.69027>



Ramón Alfonso González Rivas

Doctor en Ciencias de la Cultura Física por la Universidad Autónoma de Chihuahua, entusiasta e interesado en estudiar y contribuir a la mejora de la Educación Física y la atención a poblaciones especiales a través del movimiento. Miembro del Sistema Nacional de Investigadores nivel 1 por el Consejo Nacional de Humanidades, Ciencias y Tecnologías (Conahcyt). Las líneas de investigación son 1) innovación en la Educación Física desde la perspectiva pedagógica; 2) problemáticas de la Educación Física, deporte y la recreación; y por último 3) la formación de recursos humanos en Educación Física y la actividad física adaptada para personas con discapacidad.



Azaneth Laguna Celia

Doctora en Ciencias de la Cultura Física por la Universidad Autónoma de Chihuahua, con maestría en psicomotricidad y licenciatura en Educación Física. Es candidata a investigador por el Consejo Nacional de Humanidades, Ciencias y Tecnologías (Conahcyt). Autora y coautora de artículos publicados en revistas de alto impacto a nivel internacional, directora de tesis de nivel pregrado y posgrado en líneas de investigación relacionadas a la psicomotricidad y la Educación Física.



BASKETBALL

NUEVOS ENFOQUES DE ENSEÑANZA PARA LA CONSTRUCCIÓN DEL BIENESTAR DESDE LA INFANCIA

Marcela Trujillo Mac-Naught

Instituto Mexicano Madero (IMM)
l.martinez@lainter.edu.mx

Resumen

El presente artículo enfatiza la importancia de la educación de nivel básico para el desarrollo integral de cualquier individuo. Del mismo modo, evidencia la necesidad de transformar las prácticas de enseñanza en este nivel, incorporando metodologías que promuevan dicho desarrollo; a manera de ejemplo se describe la implementación de una secuencia didáctica diseñada con enfoque STEAM (Ciencia, Tecnología, Ingeniería, Arte y Matemáticas) en estudiantes de 5° grado de primaria, dejando constancia de la pertinencia del trabajo bajo esta metodología que promueve la interdisciplinariedad curricular, la adquisición de conocimientos y el desarrollo de habilidades blandas, aspectos indispensables para el bienestar presente y futuro de los alumnos involucrados.

Palabras clave: Enfoque STEAM (Ciencia, Tecnología, Ingeniería, Arte y Matemáticas), Nueva Escuela Mexicana, bienestar, educación

Introducción

El bienestar es definido por la Organización Mundial de la Salud como "...un estado positivo que

experimentan los individuos y las sociedades...El bienestar abarca la calidad de vida y la capacidad de las personas y las sociedades de contribuir al mundo con un sentido de significado y propósito" (Organización Mundial de la Salud [OMS], 2022), si bien el ser humano toma conciencia de que persigue el bienestar durante la edad adulta, los niños dentro de su inocencia, de manera coloquial, mencionan que aspiran a estar y sentirse bien.

Sin embargo, construir un estado del bienestar es mucho más complejo que simplemente sentirse bien e implica, además de un buen estado físico, un equilibrio emocional y la motivación necesaria para establecer y alcanzar objetivos. Si se considera que los alumnos de nivel primaria pasan en la escuela al menos seis horas diarias (incluso más tiempo en instituciones privadas) es sencillo entender por qué la escuela juega un papel tan importante en la edificación de este escenario 'ideal' en los más pequeños integrantes de la sociedad.

Vincular bienestar y educación abre un enorme abanico de posibilidades. Probablemente, la relación más establecida es la que promueve la inversión en educación como garantía para el futuro, entendida como la posibilidad de acceder a un empleo que garantice buenas condiciones

de vida con base en la preparación académica. Defender este planteamiento implicaría para niñas y niños, esperar una recompensa a largo plazo, conscientes de lo anterior y conocedores de la importancia de la educación primaria dentro de la trayectoria escolar, la Nueva Escuela Mexicana (NEM) promueve la práctica de nuevas metodologías para la formación integral de los estudiantes de este nivel educativo. Dentro de éstas, destaca el enfoque STEAM. En las siguientes páginas se describe el efecto que la implementación de una secuencia didáctica diseñada bajo esta metodología provocó en la percepción de las ventajas del trabajo colaborativo en estudiantes de 5° grado de la primaria bilingüe del Instituto Mexicano Madero (IMM) en la ciudad de Puebla, México.

Desarrollo

La importancia que la educación primaria tiene en el desarrollo escolar se define en el Programa Sectorial de Educación del país, documento que al respecto establece:

Nivel educativo del tipo básico, en el cual se sientan las bases en áreas fundamentales para la adquisición de conocimientos posteriores, esto es, el dominio de la lectoescritura, el conocimiento matemático, aritmético y geométrico, el conocimiento básico de las ciencias naturales y sociales, el conocimiento del cuerpo, las posibilidades motrices y las emociones, las artes y las relaciones interpersonales (Secretaría de Educación Pública [SEP], p. 165).

Se advierte fácilmente que el objetivo de la

escuela primaria es promover la adquisición de conocimientos fundamentales para el desarrollo académico de los estudiantes a la par de las actualmente denominadas habilidades blandas que, de acuerdo con Ortega (2017) son “aquellos atributos o características de una persona que le permiten interactuar con otras de manera efectiva” (p.17); entre éstas destacan el manejo y control de las emociones, la resiliencia, la creatividad y la capacidad para trabajar en equipo, y son tan o más importantes que las competencias académicas tal y como la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura [UNESCO, 2015, p.1] establece:

...destaca la importancia que revisten para el mundo laboral del siglo XXI las competencias personales, como la capacidad de iniciativa, la resiliencia, la responsabilidad, la asunción de riesgos y la creatividad; las competencias sociales, como el trabajo en equipo, el trabajo en red, la empatía y la compasión; y las competencias de aprendizaje, como la gestión, la organización, las capacidades metacognitivas y la habilidad de convertir las dificultades en oportunidades.

La UNESCO refuerza una propuesta de Morin (2002), que plantea que la escuela debe ocuparse de formar cabezas bien puestas en lugar de repletas dejando de lado la visualización de los estudiantes como recipientes que deben llenarse de conocimientos, datos, definiciones o información. En contraparte, una cabeza bien puesta puede organizar saberes y analizar problemas. ¿Se requieren conocimientos para

lograrlo? Por supuesto, pero, más importante que memorizar una gran cantidad de datos, es desarrollar la capacidad para gestionarlos y utilizarlos cuando sea necesario, lo que suena simple, pero no es fácil de alcanzar. Un ejemplo de lo anterior es la inutilidad de aprenderse las tablas de multiplicar si quien se las sabe (y las recita) es incapaz de realizar transacciones económicas de cualquier nivel dentro de sus contextos inmediatos.

Desafortunadamente, durante años a los estudiantes de educación primaria se les ubicó en medio de situaciones escolares y actividades de aula desvinculadas de los problemas reales de su entorno, esto trajo como consecuencia que, al encontrarse fuera del ámbito escolar, los egresados carecieran de la capacidad de vincular conocimientos y resolver los problemas que pudieran presentárseles. Lo anterior es aún más grave si se considera que prácticas educativas centradas en la memorización de datos y la mecanización de procedimientos, poco o nada abonan para el desarrollo de las habilidades blandas de los estudiantes. Lo anterior era consecuencia, por una parte, de ciertas actitudes individualistas de los docentes que no favorecían el desarrollo integral de sus estudiantes, y por otra, de la especialización del conocimiento. Tal parecía que las matemáticas (por mencionar una asignatura) estuvieran peleadas con la redacción de textos, la caligrafía o la comprensión lectora; ya ni qué decir de la relación entre cualquier otra materia con las habilidades del estudiante para el trabajo colaborativo, el manejo de sus emociones o el desarrollo de su creatividad.

Para modificar lo anterior y responder a las necesidades del mundo de hoy, la NEM abre la puerta a la transformación de la enseñanza, tomando como uno de sus fundamentos el trabajo interdisciplinario, que es uno de los cuatro elementos que articulan dicha propuesta curricular:

...se establece el trabajo interdisciplinario, la problematización de la realidad y la elaboración de proyectos. Con ello se atiende la demanda histórica de eliminar la fragmentación del conocimiento para situar los procesos formativos en los contextos en los que aprenden las y los estudiantes, y enseñan profesoras y profesores (SEP, 2022, p.4).

Enseñar interdisciplinariamente va más allá de combinar contenidos de diferentes asignaturas en un proyecto, o más aún, de implementar aquellos diseñados en un libro de texto. Esta es tan solo la punta del iceberg; la interdisciplinariedad requiere que directivos, docentes, estudiantes, e incluso madres y padres de familia cambien su visión del mundo y lo perciban desde la complejidad explicada años atrás también por Morin (2015). Las ideas de este autor coinciden con la nueva propuesta curricular al combatir el reduccionismo y la partición de conocimiento, que pretende desarrollar en el estudiante la capacidad de vincular conocimientos de diferentes áreas para resolver cualquier desafío que impacte dentro de su ámbito escolar y en un futuro transferir este esquema de trabajo a otros entornos, por ejemplo, el laboral y el social.

Por lo que respecta al desarrollo de habilidades blandas: el pensamiento crítico es uno de los ejes

articuladores de la NEM, “en donde lo crítico se entiende como la recuperación del otro desde la diversidad, es fundamental para la formación de una ciudadanía con valores democráticos y justicia social” (SEP, 2022, p. 110). Formalmente se reconoce el papel trascendente de la educación básica en la construcción de una conciencia social, que solo será posible si los estudiantes pueden conocerse y reconocerse en sus compañeros, aceptar y valorar la diversidad del ser humano, levantar la voz ante las injusticias, afecten o no, y colaborar en cualquier grupo inmerso para lograr objetivos personales y comunes.

Dichos objetivos no podrán alcanzarse si no se trabaja en conjunto para ello, por lo que, desde la Ley General de Educación, en el Artículo 22, se incluye la necesidad de fomentar el trabajo colaborativo dentro de las aulas escolares:

“El proceso educativo que se genere a partir de la aplicación de los planes y programas de estudio se basará en la libertad, creatividad y responsabilidad que aseguren una armonía entre las relaciones de educandos y docentes; a su vez, promoverá el trabajo colaborativo para asegurar la comunicación y el diálogo entre los diversos actores de la comunidad educativa” (Ley General de Educación, 2019, p.11).

En congruencia con lo establecido en esta ley y buscando consolidar un cambio en la enseñanza la NEM, además de modificar el currículo y los fundamentos del mismo, propone sugerencias metodológicas que promueven en el estudiante un desarrollo integral, combinando la adquisición de conocimientos con el desarrollo de habilidades

de tipo cognitivo y de interacción social; destaca entre estas sugerencias el enfoque STEM, propuesta que aunque surge en Estados Unidos con la intención de combatir la disminución de estudiantes universitarios en carreras relacionadas con la Ciencia, la Tecnología, la Ingeniería y las Matemáticas (Yakman, 2008), actualmente se ha convertido en una alternativa viable para la formación integral en cualquier nivel educativo, con el paso del tiempo se ha agregado dentro de su acrónimo la letra A, abriendo paso con ello a cualquiera de las áreas de un currículo.

Además de los contenidos académicos que corresponden a cada una de las áreas que integran el enfoque, el STEAM promueve la adquisición de habilidades blandas específicas; de acuerdo con Botero (2018, p.45) estas son: “pensamiento crítico, solución de problemas, investigación, creatividad, comunicación y colaboración”, de modo que, un estudiante que resuelve situaciones de aula siguiendo este modelo de trabajo no solo aprenderá definiciones, conceptos, fórmulas o procedimientos, será capaz también de implementarlos, y en el proceso aprenderá también a construir un ambiente de trabajo que le permitirá convivir y resolver los desafíos que se le presenten. Es aquí donde el trabajo colaborativo definido por Fombona et al. (2016) como: “... el trabajo realizado colectivamente para lograr un objetivo común, desarrollando coordinación y organización de un proyecto conjunto” (p.3) adquiere relevancia, pues es a través del establecimiento de objetivos, del fomento del trabajo colaborativo, del cuidado de sí y de los demás, que las y los estudiantes serán capaces de generar soluciones de provecho para todos.

Otro ejemplo de los alcances de este enfoque es expresado por la comunidad europea en el proyecto STEAM-H en las siguientes líneas:

Creemos que usar un enfoque STEAM y enseñar a los niños a pensar tanto de manera crítica como creativa es clave para el desarrollo de una sociedad que comprenda y esté completamente comprometida con el mundo que la rodea, los recursos de los que dependen, y la planificación y creación de un futuro mejor (Proyecto STEAM-H, 2020, p.8).

Concedores de las bondades del enfoque STEAM y buscando siempre alternativas que favorezcan el desarrollo integral de sus estudiantes, en la primaria Bilingüe del Instituto Mexicano Madero se inició el trabajo bajo esta metodología desde el ciclo escolar 2022-2023, de manera específica en esta aportación se describe una de las actividades implementadas con los grupos de 5° grado y el efecto que ésta provocó en la percepción de las ventajas que tiene el trabajo colaborativo en los estudiantes involucrados.

Metodología

Antes de iniciar formalmente el apartado metodológico es conveniente mencionar que, a manera de introducción al trabajo bajo este enfoque y con la intención de vincular a los alumnos con la metodología, se dedicó el primer mes del ciclo escolar 2022 – 2023 a enfatizar la importancia de la ciencia, la construcción del conocimiento y del método científico; mediante videos, lecturas, actividades de reflexión y búsqueda de información se cuestionó a los

niños respecto a ¿qué es la ciencia? ¿por qué es importante? ¿quiénes y cómo hacen ciencia?, aunado a lo anterior se dio énfasis a la importancia de referenciar las fuentes de sus investigaciones realizando ejercicios al respecto.

La secuencia didáctica descrita a continuación se trabajó con 45 estudiantes de 5° grado de primaria durante el ciclo escolar 2022 – 2023. Se diseñó como parte de la materia entonces denominada informática, tomando como fundamentos los siguientes aspectos:

- a) La tecnología es una de las áreas STEAM
- b) Las habilidades digitales mantienen transversalidad con todas las áreas del currículo (en la propuesta actual y en la anterior)
- c) La institución cuenta con los recursos materiales necesarios (sala de cómputo exclusiva del nivel, docente del área, programas de estudio institucionales para el área digital) para promover la interdisciplinariedad tomando como base el uso de la tecnología.

La secuencia se trabajó durante seis sesiones, la primera clase se dirigió a la formación de los equipos y la recuperación de conocimientos previos. En la segunda sesión los alumnos leyeron un documento digital que les permitió movilizar la competencia matemática al vincular los datos recuperados del texto para calcular la cantidad de desechos sólidos individuales y familiares de cada uno; en la tercera clase se compartió material audiovisual sobre el tema y se pidió a los niños alternativas de solución al problema, y la última sesión se destinó al diseño de la infografía para la que los niños usaran la información trabajada. Las

dos últimas sesiones se dedicaron a actividades de auto y coevaluación.

La siguiente tabla concentra algunos de los datos de la secuencia implementada.

Tabla 1. Elementos descriptivos de la secuencia didáctica.

Tema: Manejo de residuos sólidos	Interdisciplinariedad Ciencia, Tecnología, Matemáticas
Duración: 6 clases (tres semanas)	
Objetivos: <ul style="list-style-type: none"> • Identificar y expresar las consecuencias de un inadecuado manejo de residuos domésticos. • Realizar cálculos numéricos para determinar los desechos sólidos del núcleo familiar y escolar. • Diseñar una infografía digital 	
Producto final: Infografía	Instrumento de evaluación: Rúbrica

Fuente: Elaboración propia (2024).

Resultados

Dentro de las actividades de la secuencia pueden mencionarse brevemente las siguientes:

a) **Análisis de información:** se trabajó con videos y artículos de periódico que aportaban información relevante sobre el manejo de la basura en el estado.

b) **Búsqueda y gestión de información:** Los estudiantes buscaron información que complementara lo proporcionado en primera

instancia.

c) **Dimensionar el problema y generar soluciones:** Con los datos duros investigados, los alumnos visualizaron la magnitud del problema y propusieron soluciones.

d) **Diseño del producto final:** cada equipo diseñó una infografía con la información que consideró de mayor relevancia.

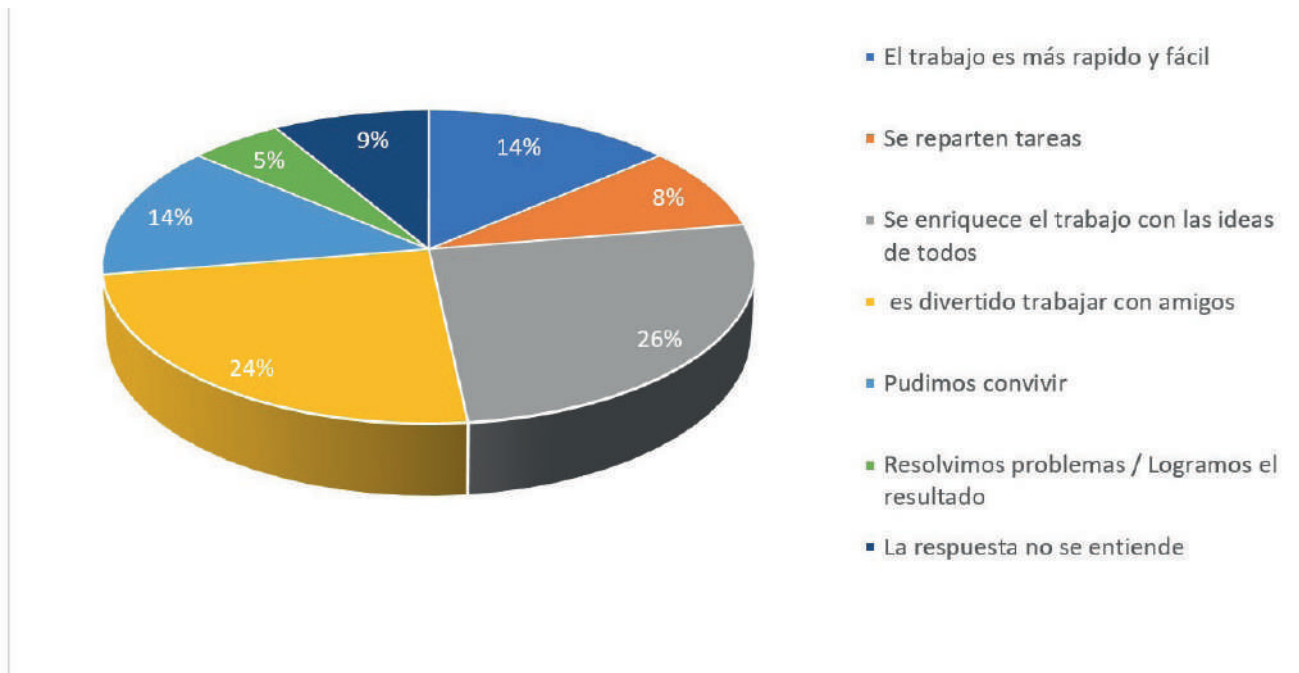
Los productos finales se evaluaron mediante una rúbrica. Es oportuno mencionar que solo un equipo no completó la actividad, aunque sí presentó evidencias del resto de las actividades de la secuencia.

Además de la evaluación mediante rúbricas de los productos finales, se recolectó la opinión de los estudiantes mediante una grabación en *flipgrid*¹ en la que cada niño expresó qué aspectos positivos encontró en el trabajo colaborativo. En este punto es importante mencionar que, como parte del plan institucional de desarrollo de habilidades digitales, la escuela tiene equipos de cómputo suficientes para cada estudiante, por lo que el trabajo en grupos dentro de esta aula representó un cambio significativo en la dinámica de trabajo dado que las actividades de la materia se realizaban de manera individual. La percepción de los estudiantes sobre las ventajas de esta modalidad de trabajo se muestra en la siguiente Gráfica 1.

Los aspectos mencionados con mayor frecuencia fueron: a) Con 26% el enriquecimiento del trabajo con la aportación de todos, esto indica que se

¹ Flip (anteriormente Flipgrid) es una aplicación de discusión de video y uso compartido de videos, gratuita de Microsoft, creada para aulas.

Gráfica 1. Ventajas del trabajo colaborativo



Fuente: Elaboración propia (2024).

valoran y aceptan las ideas de sus pares, que existió apertura para escuchar y se tuvo también la sensación de haber sido escuchado, b) La diversión en la convivencia fue mencionado por el 24%, esto se interpreta como una buena disposición para trabajar y la percepción de que la actividad resultó una experiencia agradable para ellos, c) Poder convivir con sus pares y que el trabajo se haya realizado más fácil y rápido que lo acostumbrado aparecen en el 14% de las menciones, de modo que los estudiantes no solo disfrutaban el trabajar y poder platicar e incluso reírse mientras lo hacen con sus compañeros, visualizan también que en grupo los objetivos se alcanzan con mayor rapidez.

Conclusiones

El impacto del trabajo realizado con la incorporación de este enfoque a la metodología de trabajo de la materia puede englobarse en los siguientes puntos:

En el caso de los estudiantes, es evidente el efecto positivo de la secuencia didáctica en la percepción de los mismos acerca de las ventajas del trabajo colaborativo, esto es tan solo una muestra de las ventajas que el enfoque STEAM ofrece para el desarrollo integral de los niños, niñas y adolescentes y permite comprender las razones por las cuales la propuesta curricular de la NEM le incluye dentro de sus sugerencias metodológicas; respecto a la parte disciplinar se promovió la reflexión y el análisis del problema.

Para los docentes, promueve al menos en este acercamiento, interdisciplinariedad individual pues obliga al profesor frente a grupo a involucrarse en otras áreas, y colectiva, pues hace necesaria la comunicación respecto a los alcances de los alumnos, sus saberes previos y trabajo conjunto para definir con base en los contenidos disciplinares los objetivos a alcanzar.

La implementación de esta forma de trabajo a partir del ciclo 2022 – 2023 permitió a la institución ganar experiencia e iniciar el trabajo bajo la nueva propuesta curricular con seguridad y asertividad docente, lo que obviamente favorece el trabajo de los alumnos al percibir en sus profesores una actitud positiva hacia el trabajo diseñado por la NEM.

Debe destacarse que la propuesta curricular actual pugna por eliminar viejos vicios en la enseñanza, enfatizando la importancia de la infancia y su trascendencia para la vida adulta, por lo que, las instituciones escolares en este nivel educativo deben hoy más que nunca “preparar para la vida” dejando de lado, por supuesto, el cliché de la frase, por tanto, el trabajo de un profesor, maestro, docente o facilitador consiste en desarrollar en sus estudiantes habilidades físicas, mentales, emocionales, y sociales acordes a su edad, mismas que le permitirán ir descubriendo, desde su niñez, su propósito de vida y encaminarse hacia él, con la perspectiva de que, al alcanzarlo, obtendrá beneficios tanto individuales, como para la comunidad a la que pertenece, mejorará con esto su calidad de vida y alcanzará el tan anhelado estado de bienestar.

Referencias

- Botero, J. (2018). Educación STEM: Introducción a una nueva forma de enseñar y aprender. Agencia ISBN Cámara del libro.
- Fombona, J., Iglesias, M., & Lozano, I. (2016). El trabajo colaborativo en la educación superior: una competencia profesional para los futuros docentes. *Educação & Sociedade*, 37(135), 519–538. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=87346871012>
- Ley General de Educación de 2019. Por la cual se expide la Ley General de Educación y se abroga la Ley General de la Infraestructura Física Educativa. 30 de septiembre de 2019. DOF 01-04-2024.
- Morin, E. (2002). *La cabeza bien puesta*. Nueva visión. <https://www.edgarmorinmultiversidad.org/index.php/descarga-la-cabeza-bien-puesta.html>
- Morin, E. (2015). *Enseñar a vivir. Manifiesto para cambiar la educación*. Nueva Visión. <https://www.edgarmorinmultiversidad.org/images/PDF/Ensenar-a-vivir.pdf>
- Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura. (2015). *El Futuro del aprendizaje 2 ¿Qué tipo de aprendizaje se necesita en el siglo XXI?* https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000242996_spa
- Organización Mundial de la Salud (2022). *Lograr el bienestar. Un marco mundial para integrar el bienestar en la salud pública utilizando un enfoque de promoción de la salud*. <https://cdn.who.int/media/>

docs/default-source/health-promotion/spanish_framework4wellbeing_05092023.pdf?sfvrsn=c602e78f_20&download=true

Ortega, C. (2017). *Desarrollo de habilidades blandas desde edades tempranas*. <https://doi.org/10.21855/librosecotec.4>

Proyecto STEAM-H. (2020). *Steam-h. Mejorar la experiencia de aprendizaje STEM en las escuelas primarias a través de un enfoque multidisciplinar basado en Steam. Resultado Intelectual n.1. Mapa de Competencias*. DOCPLAYER. Recuperado el 16 de marzo de 2024 de <https://docplayer.es/232520378-Steam-h-resultado-intelectual-n-1-mapa-de-competencias-traves-de-un-enfoque-multidisciplinar-basado-en-steam.html>

Secretaría de Educación Pública (2022). *Plan de estudios de la educación para la educación preescolar, primaria y secundaria 2022*. https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/792397/plan_de_estudio_para_la_educacion_preescolar_primaria_secundaria_2022.pdf

Secretaría de Educación Pública. (2020). *Programa Sectorial de Educación 2020 - 2024*. https://www.planeacion.sep.gob.mx/Doc/planeacion/mediano_plazo/pse_2020_2024.pdf

Yakman, G. (2008). *STΣ@M Education: an overview of creating a model of integrative Education*. Researchgate. <https://bit.ly/4cdLn4Z>



Marcela Trujillo Mac-Naught

Maestra en Educación Superior por la Benemérita Universidad Autónoma de Puebla y Licenciada en Informática egresada del Instituto Tecnológico de Puebla.

Ha trabajado en educación básica, media superior y superior, ha participado como facilitadora en cursos de preparación para el ingreso a educación superior y diseñado reactivos para la prueba de Aptitud Académica del College Board.

Ha realizado publicaciones sobre dos líneas de investigación: la importancia de la expresión escrita en educación media superior y el enfoque STEAM en educación básica.

Actualmente es responsable del desarrollo de habilidades digitales en la primaria del IMM plantel centro.

PRIMER ACERCAMIENTO DEL COLEGIO DE BACHILLERES AL ESTUDIO DE LA SALUD MENTAL Y EL APRENDIZAJE

María Inés Isidro Coxca

miisidroca@cobaep.edu.mx

Julio Francisco Luna García

jflunaga@cobaep.edu.mx

Angelina Balbuena Flores

abalbuenafs@cobaep.edu.mx

Yolanda Rodríguez López

yrodriguezlz@cobaep.edu.mx

Obdulia Osorio García

osorioga@cobaep.edu.mx

Colegio de Bachilleres del Estado de Puebla

Resumen

El cuidado de la salud mental de los adolescentes es uno de los grandes retos que enfrentan las instituciones educativas. El Colegio de Bachilleres del Estado de Puebla está comprometido a que sus aprendientes, a la par de adquirir conocimientos y habilidades cognitivas, desarrollen habilidades socioemocionales para lograr la educación integral que les permita convertirse en ciudadanos autónomos, críticos y con futuro promisorio. Con el objetivo de identificar los problemas prioritarios de los aprendientes que los hagan susceptibles

a riesgos psicosociales, se realizó un tamizaje con el instrumento POSIT¹ de las siglas en inglés de *Problem Oriented Screening Instrument for Teenagers*, validado para la población mexicana. En esta ocasión, se incorporó el uso de herramientas tecnológicas para lograr el máximo alcance en los 37 planteles del estado y hacer más eficiente el proceso de recolección y análisis de datos. En este trabajo se analizan las áreas de salud mental y nivel educativo. Los resultados mostraron que más del 70 % de los aprendientes se encontraban en riesgo en cada área, ya que

¹ Elaborado por el National Institute on Drug Abuse (1991) con el fin de detectar oportunamente problemas específicos de los jóvenes que usan o abusan de las drogas.

el 88.8% de los jóvenes en riesgo en el área de salud mental también lo hicieron en el área de nivel educativo. La aplicación del tamizaje POSIT es la primera fase de la estrategia del COBAEP para atender problemáticas de sus estudiantes y se ha convertido en un referente para la atención de la salud mental y otros factores de riesgo en los aprendientes de instituciones educativas de distintos niveles en el estado de Puebla.

Introducción

La adolescencia es un proceso complejo en la vida del ser humano en el que ocurre un proceso paulatino de maduración física, emocional y psicológica. Existe variabilidad individual en cuanto a la duración de esta etapa, comienza por la aparición de cambios físicos-biológicos sin un término concreto, más que por la adopción de responsabilidades y roles propios de la adultez. En este periodo se concibe la búsqueda y consolidación de la identidad y se persigue el logro de la autonomía (Gaete, 2015).

De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud (OMS), se estima que entre el 10-20% de los adolescentes en el mundo experimentan trastornos mentales que podrían incapacitar a la persona que lo sufre. Entre las causas que podrían detonar estos padecimientos se encuentran: la pérdida de alguno de los padres, la separación de estos, problemas de salud, el nacimiento de un nuevo miembro de la familia, aspectos genéticos o temperamentales, así como el contexto en el que se desenvuelven, la información que consumen en medios de comunicación, redes sociales, entre otros son factores.

El grado de afectación física, emocional y mental será directamente proporcional al número de factores de riesgo a los que se expone el adolescente en los contextos donde se desarrolla, ya que estos pueden ser factores que desencadenan la aparición de ansiedad, depresión, conductas de riesgo y diversos trastornos que impactan en todas las áreas de su vida (Organización Mundial de la Salud [OMS], 2021), por lo que la intervención oportuna puede representar un cambio fundamental para la vida diaria del adolescente.

El instrumento POSIT es una herramienta de detección de problemas que permite recolectar la información necesaria del contexto de los adolescentes. POSIT fue originalmente creado por el “National Institute on Drug Abuse” para jóvenes entre 12 y 19 años con problemas susceptibles de tratamiento o a una combinación de servicios preventivos (Rahdert, E., 1991). Aunque los esfuerzos iniciales se enfocaron en el uso de sustancias adictivas, el abordaje se extiende a otras áreas de funcionamiento de la vida de los adolescentes. El instrumento validado para la población mexicana consta de 81 reactivos pertenecientes a 7 áreas: salud mental, nivel educativo, uso y abuso de sustancias, relaciones familiares, relaciones con amigos, interés laboral y conducta agresiva/delictiva (Mariño et al., 1998). Cada área está compuesta por diferente número de reactivos y distintos puntos de corte de riesgo denominados “red flags”, estos últimos son elementos que por sí solos indican la necesidad para una evaluación adicional.

Para identificar los problemas prioritarios de la

vida cotidiana de los aprendientes susceptibles a riesgos psicosociales, se implementó la aplicación masiva de POSIT a los aprendientes de nuevo ingreso de los 37 planteles distribuidos en la capital y en las diferentes regiones del estado de Puebla. El instrumento se digitalizó para hacer más eficiente la recolección de los datos y se generó una plantilla en Excel para automatizar el análisis de los resultados. Las metas de esta primera intervención fueron reforzar la capacidad del Colegio para detectar conductas de riesgo en las y los aprendientes, contar con una base de datos de alerta temprana con la cual los docentes, tutores u orientadores puedan trabajar de manera más personalizada en las sesiones que imparten dentro de la institución, y a la vez, derivar a las instituciones de salud para la atención del alumnado de manera oportuna, si el caso lo amerita.

En este trabajo se reportan los resultados del análisis de dos áreas: salud mental y nivel educativo.

Desarrollo

Este estudio es un análisis transversal analítico, se realizó en octubre de 2023 a los aprendientes de 37 planteles que cursaban el primer semestre en el COBAEP. El muestreo fue no probabilístico por conveniencia, participaron 7 mil 242 aprendientes, el 71% de la población estudiantil de reciente ingreso. La participación fue totalmente voluntaria y no remunerada. En el estudio se excluyeron a las y los alumnos que no contaban con previo consentimiento informado y autorización de sus padres o tutores.

La recolección de los datos fue a través de una encuesta en Microsoft forms, autoadministrada con modalidad semi-asistida por personal del plantel y del Centro Comunitario de Salud Mental y Adicciones (CECOSAMA) del estado de Puebla. Se incluyeron preguntas sobre sus datos personales, variables sociodemográficas y el instrumento POSIT. El análisis de resultados se realizó en Excel, para lo que se generó una plantilla que permite obtener información por aprendiente al ingresar sus datos personales, además de agrupar los recolectados y el análisis inicial mediante estadística descriptiva. La escala de medición que utiliza POSIT es nominal dicotómica (Sí/No), de manera que para el análisis de resultados se le asignó un número de código sin significado cuantitativo a la respuesta de cada pregunta, ya sea “0” o “1”, donde 1 señala una “conducta de riesgo”. Cada área de funcionamiento tiene sus propios criterios para considerar a un aprendiente “en riesgo”, ya sea por el número de reactivos contestados como “conducta en riesgo”, o por responder al menos una de las preguntas red flags.

El análisis de los resultados de este trabajo se realizó a través de estadística descriptiva mediante el cálculo de medidas de tendencia central y de dispersión utilizando el software SPSS v29.

Resultados

Datos sociodemográficos

Se comenzó analizando las características sociodemográficas de los aprendientes que fueron tamizados, encontrando que el 54.4% de

los participantes se identificaron con el género femenino y el 44.6% con el género masculino; sin embargo, en este estudio se contemplaron dos categorías adicionales: “prefiero no decir” con el 0.86% y “otro” con el 0.05% de los participantes. La edad media era de 15 años. Con respecto al turno escolar, el 76.73% de los aprendientes tamizados asistían a clases en el turno matutino y el 23.26% en el turno vespertino.

Salud mental (SM)

El propósito del tamizaje fue servir de primer filtro para detectar a la población estudiantil en riesgo de padecer problemas de SM. Se analizaron

las respuestas a las 16 preguntas que exploran la presencia de síntomas como fatiga, miedo, timidez, soledad, inseguridad y tristeza que obstaculizan la adaptación a su entorno y su pleno desarrollo. Para su evaluación, el punto de corte fue ≥ 5 respuestas tipo “conducta de riesgo”, y se consideraron las 5 red flags del área. En este estudio se obtuvo un rango de respuestas de 0-16 con una $\bar{x}=6$ (IQR 7).

Como resultado, el 71.4% de los participantes estaba en riesgo. Del total de la población estudiada, el 52.6% contestó 5 o más preguntas entre las que se encontraba al menos una red flag incluida. En la Tabla 1 se muestra el desglose

Tabla 1. Resultados de la categoría de SM de acuerdo con el género.

Salud mental	Género	Frecuencia	Porcentaje total	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
sin riesgo	Femenino	693	9.6	33.5	33.5
	Masculino	1373	19.0	66.3	99.8
	Prefiero no decir	5	0.06	0.2	100.0
	Total	2071	28.6	100.0	
en riesgo	Femenino	3248	44.8	62.8	62.8
	Masculino	1861	25.7	36.0	98.8
	Otro	4	0.05	0.1	98.9
	Prefiero no decir	58	0.8	1.1	100.0
	Total	5171	71.4	100.0	

Fuente: Elaboración propia (2024).

de los aprendientes considerados en riesgo agrupados de acuerdo con el género.

Al analizar los resultados según el número de participantes y con respecto al género con el que

se identificaron, el 84.4% de la población femenina y el 57.5% de la masculina se encontraron en riesgo de sufrir problemas relacionados con la SM. En las opciones con menor representación, el 92% de los jóvenes que “prefirieron no decir” y la

totalidad de los aprendientes que se identificaron con “otro” género, se encontraron en riesgo.

De acuerdo con el informe del 2019 del Observatorio Mexicano de Salud Mental y Consumo de Drogas sobre la detección de riesgos psicosociales en adolescentes, el 56.28% de los jóvenes encuestados con edades entre 15 y 17 años que radicaban en el estado de Puebla, presentó la categoría de SM en riesgo. Estos resultados muestran una diferencia de 15 puntos porcentuales con respecto a lo obtenido en el presente estudio. Con respecto al género, en los años 2020 y 2019, la población en riesgo estuvo

mayormente representada por mujeres, similar a lo encontrado en este análisis (Consejo Nacional contra las Adicciones, 2022). A nivel mundial, se ha reportado que las mujeres no solamente presentan tasas más elevadas de trastornos mentales que los hombres, sino también síntomas más graves y discapacitantes (Ramos, 2014).

La pregunta con mayor número de respuestas afirmativas en el estudio fue: ¿tienes dificultades para concentrarte? que respondió el 61.5% de la población. Interesantemente esta pregunta fue la que tuvo mayor representación en el tamizaje general. Por otro lado, la pregunta que

Tabla 2. Frecuencia de respuestas “conducta de riesgo” para cada una de las preguntas de la categoría de SM.

Indicador		Totales	Porcentaje
1	¿Te cansas con frecuencia?	3987	55.1
2	¿Te asustas con facilidad?	2936	40.5
3	¿Te sientes frustrado (a) con facilidad?	3665	50.6
4	¿Te sientes solo (a) la mayor parte del tiempo?	2593	35.8
5	¿Actúas impulsivamente y sin pensar en las consecuencias que tendrán tus actos?	2794	38.6
6	¿Te sientes nervioso (a) la mayor parte del tiempo?	3071	42.4
7	¿Sientes que la gente está en contra tuya?	1564	21.6
8	¿Actúas impulsivamente con frecuencia?	2137	29.5
9	¿Tienes dificultades para concentrarte?	4452	61.5
10	¿Te sientes triste la mayor parte del tiempo?	2060	28.4
11	¿Tienes dificultades para dormir?	2529	34.9
12	¿Sientes que a veces pierdes el control de ti mismo (a) y terminas peleando?	2613	36.1
13	¿Tienes dificultades para seguir instrucciones?	1780	24.6
14	¿Sientes deseos de llorar frecuentemente?	2870	39.6
15	¿Te da miedo estar con la gente?	1988	27.5
16	¿Eres una persona nerviosa, de las que no pueden estar sentadas mucho tiempo?	3065	42.3

Nota: Las preguntas 3, 5, 8, 13 y 16 se consideran evaluables en ambas áreas de funcionamiento. Elaboración propia (2024).

se respondió con menor frecuencia fue: ¿sientes que la gente está en contra tuya? con 21.6% de respuestas como se ve en la tabla 2.

Nivel educativo (NE)

Se procedió a analizar el porcentaje de la población en riesgo en el área de NE a través del estudio de las respuestas a 16 preguntas que exploran el desempeño escolar de los adolescentes, el interés en sus actividades escolares y hacen referencia a factores y aptitudes que afectan directamente al desarrollo de un pleno ejercicio

de enseñanza-aprendizaje. El punto de corte con el que un aprendiente fue considerado en riesgo en esta área es ≥ 5 respuestas tipo “conducta de riesgo” contemplando 6 red flags. En este estudio se obtuvo un rango de respuestas de 0-16 con una $\bar{x}=5$ (IQR 6).

Como resultado se obtuvo que el 77.8% de los participantes se encontraba en riesgo. Del total de la población estudiada, el 55.7% contestaron 5 o más preguntas con al menos una red flag incluida. La tabla 3 muestra el desglose de los aprendientes

Tabla 3. Resultados de la categoría de nivel educativo de acuerdo con el género.

Nivel educativo	Género	Frecuencia	Porcentaje total	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
sin riesgo	Femenino	733	10.1	45.5	45.5
	Masculino	872	12.0	54.2	99.7
	Prefiero no decir	5	0.06	0.3	100.0
	Total	1610	22.2	100.0	
en riesgo	Femenino	3208	44.3	57.0	57.0
	Masculino	2362	32.6	41.9	98.9
	Otro	4	0.05	0.1	99.0
	Prefiero no decir	58	0.08	1.0	100.0
	Total	5632	77.8	100.0	

Fuente: Elaboración propia (2024).

considerados en riesgo agrupados de acuerdo con el género con el que se identificaron.

El 81.4% de la población femenina tamizada se encontró en riesgo de sufrir problemáticas relacionadas con el área de NE, seguida de cerca por población masculina en riesgo que fue de 73%. Similar a los resultados de salud mental, el 92% de los jóvenes que “prefirieron no decir” y la

totalidad de los aprendientes que se identificaron con “otro” género, se encontraron en riesgo.

De acuerdo con el informe del año 2019 sobre la detección de riesgos psicosociales en adolescentes del Observatorio Mexicano de Salud Mental y Consumo de Drogas, el 63.87% de los jóvenes encuestados con edades entre 15 y 17 años que radicaban en el estado de Puebla presentó la

categoría de NE en riesgo. Al igual que lo reportado para el área de SM, los porcentajes se alejan de las cifras encontradas en este estudio con una diferencia de cerca de 15 puntos porcentuales. Con respecto al género y acorde a los resultados reportados en este estudio, la población en riesgo es más homogénea, a diferencia de lo encontrado en la categoría de salud mental (Consejo Nacional

contra las Adicciones, 2022).

La pregunta con mayor número de respuestas afirmativas para “conducta de riesgo” fue: ¿te dice la gente que eres descuidado (a)? que respondió el 55.3% de la población total, mientras que la pregunta que se contestó con menor frecuencia fue: ¿sabes leer bien? con 9% de la población total, a detalle a continuación en la Tabla 4.

Tabla 4. Frecuencia de respuestas “conducta de riesgo” para cada una de las preguntas de la categoría de NE.

Indicador		Frecuencia	Porcentaje
1	¿Tienes menos energía de la que crees que deberías tener?	3605	49.8
2	¿Te sientes frustrado (a) con facilidad?	3665	50.6
3	¿Escuchas cuidadosamente cuando alguien te habla?	934	12.9
4	¿Actúas impulsivamente y sin pensar en las consecuencias que tendrán tus actos?	2794	38.6
5	¿Tienes buena ortografía?	3685	50.9
6	¿Sabes leer bien?	653	9.0
7	¿Te dice la gente que eres descuidado (a)?	4002	55.3
8	¿Actúas impulsivamente con frecuencia?	2137	29.5
9	¿Pierdes el hilo del pensamiento con mucha frecuencia?	2735	37.8
10	¿Tienes dificultades para hacer trabajos escritos?	2252	31.1
11	¿Tienes dificultades para seguir instrucciones?	1780	24.6
12	¿Tienes buena memoria?	3218	44.4
13	¿Se te hace difícil hacer planes u organizar tus actividades?	2990	41.3
14	¿La escuela te hace sentir tonto (a) a veces?	2256	31.2
15	¿Es difícil la escuela para ti?	2126	29.4
16	¿Eres una persona nerviosa, de las que no pueden estar sentadas mucho tiempo?	3065	42.3

Fuente: Elaboración propia (2024).

Los adolescentes están en desarrollo y plasticidad cerebral, lo que permite generar destrezas rápidas, pero las características individuales y el contexto de los alumnos pueden favorecer la falta de atención y de concentración en sus actividades académicas y en su vida diaria, que junto al uso

inadecuado de las tecnologías puede propiciar la falta de concentración y que sus intereses se enfoquen en la información que reciben de redes sociales mientras que los aspectos académicos se desplacen a un nivel de prioridad secundaria.

Relación entre ambas áreas del funcionamiento de la vida de los adolescentes

Para analizar la relación entre el área de nivel educativo y salud mental se construyó una tabla de frecuencias que agrupa a los participantes

con criterios de alerta. El resultado mostró que el 63.4% de los participantes se encontraron en riesgo en ambas áreas, y que el 88.8% de los aprendientes en riesgo en el área de SM también lo estuvo en el área de NE. Los resultados se muestran en la tabla 5.

Tabla 5. Relación del número de aprendientes con ambas categorías en riesgo.

Aprendientes en riesgo en ambas áreas		Frecuencia	Porcentaje total	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
sin riesgo SM	sin riesgo NE	1032	14.3	49.8	49.8
	en riesgo NE	1039	14.3	50.2	100.0
	Total	2071	28.6	100.0	
en riesgo SM	sin riesgo NE	578	8.0	11.2	11.2
	en riesgo NE	4593	63.4	88.8	100.0
	Total	5171	71.4	100.0	

Fuente: Elaboración propia (2024).

La salud mental y el nivel educativo guardan una estrecha relación ya que existen factores familiares y sociales que interfieren en el desarrollo emocional y mental en el adolescente generando un impacto de manera directa en los intereses académicos.

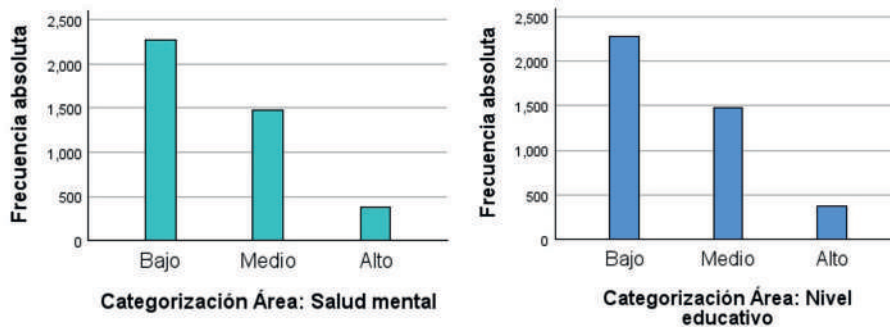
Niveles de riesgo de acuerdo con el número de respuestas “conducta de riesgo”

Si bien la metodología del tamizaje POSIT

contempla los lineamientos para que un aprendiente sea considerado en riesgo; se realizó una reagrupación de acuerdo con el número de preguntas contestadas como “conducta de riesgo”.

Como se observa en la figura 1, el número de aprendientes bajo (5-8 respuestas) fue mayor que los aprendientes en riesgo medio (9-12) y los altos (13-16) en ambas áreas de estudio (Figura 1).

Figura 1. Agrupación de los aprendientes en riesgo bajo, medio y alto en la categoría de SM y NE de acuerdo con el número de respuestas “conducta de riesgo”.



Nota: En color turquesa se representan los resultados del área de SM, mientras que en azul se muestran los resultados del área NE. Elaboración propia (2024).

Metodológicamente, ambas categorías están relacionadas, ya que el 31 % de las preguntas se contemplan en ambas áreas.

Salud mental y nivel educativo en las diferentes regiones del estado

Para obtener un panorama e investigar si hay diferencias en las problemáticas estudiadas según la región donde viven los aprendientes, se agruparon los planteles según la división del estado en 7 regiones. Los resultados se muestran en la tabla 6.

Tabla 6. Porcentaje de la población en riesgo de acuerdo con la región en la que viven.

Aprendientes en riesgo por región				
Regiones	Salud Mental		Nivel Educativo	
	Frecuencia	Porcentaje en riesgo de acuerdo a la participación	Frecuencia	Porcentaje en riesgo de acuerdo a la participación
Región I. Sierra norte	675	71.58	726	76.99
Región II. Sierra nororiental	585	70.65	637	76.93
Región III. Valle de Serdán	704	68.95	754	73.85
Región IV. Angelópolis	2421	73.47	2640	80.12
Región V. Valle de Atlixco y Matamoros	217	73.06	243	81.82
Región VI. Mixteca	292	69.03	324	76.60
Región VII. Tehuacán y Sierra negra	277	63.68	308	70.80
		Max 73.47		Max 81.82
		Min 63.68		Min 70.80
		Rango 9.8		Rango 11.01

Nota: Para analizar el porcentaje de aprendientes en riesgo por región, se tomó en cuenta la participación en cada una de las regiones. Elaboración propia (2024).

Los resultados sugieren que existe un mayor número de aprendientes en riesgo de sufrir problemas de SM en el área Metropolitana seguida de cerca por la región del Valle de Atlixco e Izúcar de Matamoros, mientras que en la región de Tehuacán y la Sierra Negra la cifra de aprendientes en riesgo se aleja con cerca de 10 puntos porcentuales por debajo de las cifras registradas. De manera interesante, en el aspecto

de NE, el porcentaje más alto de la población en riesgo también se encuentra en la zona de la capital del estado y en el Valle de Atlixco e Izúcar de Matamoros, en cambio el porcentaje más bajo de aprendientes en riesgo se encontró en la región de Tehuacán y la Sierra Negra.

Los resultados del análisis de aprendientes en riesgo por región no pueden ser determinantes,

pero las observaciones se atribuyen a los aspectos socioculturales y demográficos propios de cada región que serían motivo de un análisis exhaustivo (Secretaría de Planeación y Finanzas, s.f.).

Discusión de resultados

La adolescencia es una etapa donde se producen cambios físicos, emocionales y sociales que, aunados a problemáticas familiares y sociales, pueden hacer que los adolescentes sean vulnerables a problemas de salud mental. Según la OMS, uno de cada diez jóvenes de entre 10 y 19 años padece problemas relacionados con la salud mental (OMS, 2021). En general, alrededor del 50% de los trastornos mentales empiezan a los 14 años, por esta y otras razones, los trastornos mentales han sido llamados “las enfermedades crónicas de los jóvenes” (Fusar-Poli et al., 2021).

Los adolescentes con trastornos mentales son particularmente vulnerables a sufrir exclusión social, discriminación, estigmatización, comportamientos de riesgo, mala salud física y dificultades educativas; esto en conjunto dificulta la posibilidad de pedir ayuda lo que puede conducir al incremento en la severidad de las problemáticas (Organización Mundial de la Salud, 2024). Contener y atender los problemas de salud mental de los adolescentes debe ser un objetivo común de padres de familia, miembros de la escuela, comunidad y gobierno, con el propósito de minimizar las consecuencias en la vida adulta y garantizar un desarrollo pleno.

El tamizaje POSIT implementado en nuestra

institución ofrece un acercamiento para conocer las características de la población estudiantil y orientar la toma de decisiones prioritarias; a la vez, provee de una base de datos con perfiles individuales para canalizar los casos que lo ameriten con profesionales o instituciones competentes para su atención. Sabemos que cuantos más sean los factores de riesgo a los que están expuestos los adolescentes, mayores serán los efectos que puedan tener para su salud mental. Según los resultados obtenidos, más del 70 % de los aprendientes corren riesgo de padecer problemas de salud mental, la clasificación propuesta en este estudio muestra que un número mayor de aprendientes está en riesgo bajo, pero es necesaria una intervención oportuna y con enfoque preventivo, pues estos determinantes pueden ser los primeros indicios de situaciones que requerirán mayor atención.

De acuerdo con los datos del Observatorio Mexicano de Salud Mental y Consumo de Drogas, en 2019, el 56.28% de los adolescentes (15 a 17 años) se encontraron en riesgo en el área de SM, mientras que el 63.87% se encontró en riesgo en el área de NE en Puebla; la muestra con la que entonces se trabajó fue de 18 mil 549. En el 2020, los porcentajes de riesgo bajaron considerablemente hasta 34.5% para SM y 32.2% para NE, sin embargo, en esta ocasión únicamente fueron mil 717 los adolescentes encuestados, lo que representa una reducción del casi el noventa por ciento respecto al proceso anterior (Consejo Nacional contra las Adicciones, 2022). La reducción en la muestra podría haber repercutido en los datos finales reportados en las categorías de SM y NE, ya que se observa una disparidad

considerable con tendencia descendente en los porcentajes de riesgo a partir de 2019. A través de comunicación personal, los responsables del Observatorio nos comentaron que el proceso de recolección de datos se vio afectado por la contingencia sanitaria ya que se realizaba de forma física en los centros educativos.

El análisis realizado con los aprendientes del COBAEP en 2023 mostró mayor cercanía con los datos del 2019 que con los reportados en época de pandemia, aunque con una diferencia promedio de 15 puntos porcentuales por arriba de lo reportado por el Observatorio. Esta observación podría ser atribuida a las consecuencias directas del confinamiento por la pandemia del COVID-19 que han sido ampliamente documentadas (Medina y Hansberg, 2023).

La depresión, ansiedad y trastornos del comportamiento se encuentran entre las principales causas de morbilidad entre los adolescentes. Es por esto por lo que los aprendientes detectados en “riesgo global” en el tamizaje POSIT pasaron a una segunda fase, con la finalidad de que en caso de necesitar intervención inmediata se pudieran canalizar a los especialistas en el área determinada. En esta ocasión se les aplicó una encuesta que constaba de los siguientes instrumentos: Inventario de ansiedad de Beck (Beck et al., 1988), Inventario de depresión de Beck (Beltrán, Ma. C., Freyre, M. y Hernández, L., 2012), ASQ MODORIS para analizar riesgo de suicidio (Arenas et al., 2023), y ASSIST para el consumo de sustancias adictivas (OMS, 2011).

En México, la población joven representa uno de los grupos etarios más grandes, tan solo el

grupo de los jóvenes de 15-19 años consta de 8.6 millones de personas (Instituto Nacional de Estadística y Geografía, 2015). Estudios señalan que son necesarias políticas públicas que atiendan el contexto social y escolar de los jóvenes en riesgo, atendiendo determinantes de la salud mental como: adoptar patrones de sueño saludables, activación física constante, desarrollo de habilidades para mantener relaciones interpersonales, aprender a gestionar las emociones y contar con un entorno favorable y de protección donde se involucre la familia, la escuela y la comunidad.

Varios estudios coinciden en que la salud emocional potencia la salud mental e impacta positivamente en la resiliencia psicológica, además de que influencia positivamente procesos como el razonamiento, la resolución de problemas, la atención, el estado de alerta, la memoria y el procesamiento de información, y contribuyen a mejorar el aprendizaje. Los resultados obtenidos en este estudio son acordes a la relación entre salud mental y nivel educativo. El 88.8% de los aprendientes en riesgo de padecer problemas mentales también muestran problemas en su desempeño escolar.

La pandemia causada por el SARS-CoV-2 impactó de manera negativa el aprendizaje y el desarrollo de niños y jóvenes (Medina y Hansberg, 2023). Ambos constituyen grupos particularmente vulnerables a los efectos del confinamiento, en los que se ha presentado una gran diversidad de problemas psicosociales, debido a la pérdida de hábitos saludables, el incremento en la violencia intrafamiliar, el uso excesivo de dispositivos y

aplicaciones, entre otros factores.

Diversos estudios han mostrado que el ejercicio físico puede reducir la incidencia de desórdenes de ansiedad (Fusar-Poli et al., 2021), incluso intervenciones psicológicas y psicoeducacionales pueden mejorar los síntomas, e investigaciones muestran asociaciones entre la actividad física, la función cognitiva y los logros de aprendizaje.

Tomando en cuenta el contexto actual de los jóvenes aprendientes, la Nueva Escuela Mexicana plantea una propuesta para una educación integral donde la Educación para la Salud forme parte del modelo educativo cuyo objetivo es promover el desarrollo de capacidades en la comunidad escolar para modificar los determinantes de la salud de la niñez y las juventudes a partir de la formación socioemocional donde se fortalezca y consolide la responsabilidad social, el cuidado físico y el bienestar emocional y afectivo.

Bajo este esquema, el COBAEP tiene como visión desarrollar a los aprendientes en un entorno seguro, donde se les permita desarrollarse de manera sana, involucrando a todos los agentes (personal docente, a estudiantes, madres y padres de familia y consejos escolares) que comparten su contexto. La promoción de la salud como elemento fundamental del desarrollo de los alumnos se efectúa a través de campañas de salud física, mental y emocional, activaciones físicas en los planteles, así como un seguimiento personalizado en la atención individual. Recientemente, se ha puesto en marcha la “escuela para padres”, un espacio donde se apoya a los tutores y padres de familia con herramientas funcionales para la interacción sana con los adolescentes

Conclusiones

El COBAEP, junto con CECOSAMA del estado de Puebla, es pionero en aplicar el tamizaje POSIT como herramienta inicial para analizar a su población estudiantil, y en la digitalización del instrumento y el análisis de resultados mediante una plantilla predeterminada. Gracias a esto, el trabajo de detección de aprendientes en riesgo es eficiente, ya que antes el tamizaje se realizaba físicamente, capturaba información y el análisis de resultados tardaba unos 4 a 6 meses, reduciéndose hasta en un 80%, esto agiliza la detección de los casos con mayor riesgo permitiendo una segunda ventana de intervención con un nuevo tamizaje para detectar los focos rojos que necesitan atención inmediata. El análisis con el instrumento POSIT solo es la primera fase del plan de intervención para la detección y el acompañamiento de los aprendientes que necesitan de atención en las áreas de salud mental y prevención de adicciones. Si bien es la primera vez que el tamizaje se aplica de manera masiva en todos los planteles del COBAEP, se prevé que a partir de ahora se realice anualmente a los aprendientes de nuevo ingreso.

El trabajo realizado hasta el momento ha derivado en que el COBAEP sea un referente en la Estrategia Nacional para la Prevención de Adicciones: “mesa espejo” para la atención de la salud mental en las instituciones educativas de distintos niveles. Esto ha facilitado la vinculación con las instituciones de salud, como el Instituto Mexicano del Seguro Social, el Sistema Nacional para el Desarrollo Integral de la Familia, Centros de Integración Juveniles, universidades, etc.

En colaboración con CECOSAMA, se diseñó un protocolo para el diagnóstico a través de pruebas psicológicas estandarizadas y para la derivación oportuna de los aprendientes que necesiten atención inmediata, con esto se prevé agilizar los mecanismos y disminuir el tiempo de intervención. Los resultados del Colegio han llevado a capacitar y a replicar el método en instituciones de educación básica, media y superior.

Agradecemos a F. L. H., secretario técnico del Consejo Estatal contra las Adicciones, de Z. C. H., responsable del Observatorio Estatal de Tabaco, Alcohol y otras Drogas y al equipo de trabajo de CECOSAMA del estado de Puebla, a quienes reconocemos su trabajo y la estrecha colaboración para la implementación de la estrategia mostrada en este artículo. A V. G. C. S., titular del Consejo de Ciencia y Tecnología del Estado de Puebla y a los miembros de su equipo de trabajo por las facilidades brindadas y el apoyo para la continuidad de este trabajo. Apreciamos la labor de los miembros de la comunidad del COBAEP siempre comprometidos con la educación de la juventud poblana, al director general J. L. N. M., y a nuestra directora académica J. L. R. S., por el apoyo y las facilidades para la realización de este trabajo.

Referencias

- Arenas, P., Hermosillo, A., Vázquez, A., Reyes, M. A., Arenas, P., Tejadilla, D., Espinoza, P., Molina, A., Molina-Pizarro, C. & Malo, H. (2023). Modelo Dinámico de Órdenes de Riesgo de Suicidio: articulando los servicios de salud en México. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 5 (2023), 1-12. <https://doi.org/10.62364/cneip.5.2023.178>
- Beck, A., Epstein, N., Brown, G., & Steer, R. (1988). An inventory for measuring clinical anxiety: Psychometric properties. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 56(6), 893 – 897. <https://doi.org/10.1037/0022-006X.56.6.893>
- Beltrán, Ma. C., Freyre, M., & Hernández, L. (2012). El Inventario de Depresión de Beck: Su validez en población adolescente. *Terapia psicológica*, 30(1), 5 - 13. <http://dx.doi.org/10.4067/S0718-48082012000100001>
- Consejo Nacional contra las Adicciones (27 de septiembre de 2022). *Informes sobre la detección de riesgos psicosociales en adolescentes*. Gobierno de México. <https://www.gob.mx/salud/conadic/acciones-y-programas/informes-sobre-la-deteccion-de-riesgos-psicosociales-en-adolescentes?state=published>
- Fusar-Poli, P., Correll, C., Arango, C., Berk, M., Patel, V., & Ioannidis, J. (2021). Preventive psychiatry: a blueprint for improving the mental health of young people. *World Psychiatry*, 20(2), 200 - 221. <https://doi.org/10.1002/wps.20869>

- Gaete, V. (2015). Desarrollo psicosocial del adolescente. *Revista Chilena de Pediatría*, 86(6), 436 - 443. <https://doi.org/10.1016/j.rchipe.2015.07.005>
- Instituto Nacional de Estadística y Geografía (2015). *Demografía y Sociedad*. Recuperado el 8 de abril de 2024 de <https://www.inegi.org.mx/temas/estructura/>
- Mariño, Ma. C., González, C., Andrade, P., & Medina, Ma. E. (1998). Validación de un cuestionario para detectar adolescentes con problemas por el uso de drogas. *Salud mental*, 21(1), 27 - 36. http://www.revistasaludmental.mx/index.php/salud_mental/article/view/690
- Medina, Ma. E. & Hansberg, O. (Eds.). (2023). *La década covid en México: los desafíos de la pandemia desde las ciencias sociales y las humanidades*. (Vol. 5). Universidad Nacional Autónoma de México. https://decadacovid.humanidades.unam.mx/wp-content/uploads/DCM_tomo-5_salud-mental.pdf
- Organización Mundial de la Salud. (17 de noviembre de 2021). Salud mental del adolescente. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health>
- Organización Mundial de la Salud. (2011). *La prueba de detección de consumo de alcohol, tabaco y sustancias (ASSIST). Manual para uso en la atención primaria*. Organización Panamericana de la Salud. <https://www.paho.org/es/documentos/prueba-deteccion-consumo-alcohol-tabaco-sustancias-assist-manual-para-uso-atencion>
- Rahdert, E. (Ed.). (1991). *The Adolescent Assessment/referral System Manual*. U.S. Department of Health and Human Services, Public Health Service, Alcohol, Drug Abuse, and Mental Health Administration, National Institute on Drug Abuse
- Ramos, L. (2014). ¿Por qué hablar de género y salud mental? *Salud mental*, 37(4), 275 - 281. https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0185-33252014000400001
- Secretaría de Planeación y Finanzas. (s.f.). *Regionalización del Estado de Puebla. Gobierno del Estado de Puebla*. Recuperado el 8 de abril de 2024. <https://planeader.puebla.gob.mx/pagina/Regionalizacion.html#>



María Inés Isidro Coxca

Es candidata a Doctora en Ciencias por la Universidad Nacional Autónoma de México. Cuenta con una maestría por la UNAM y con la Licenciatura en Biomedicina por la Benemérita Universidad Autónoma de México.

Ha sido docente de Educación Superior en universidades públicas y privadas y asesora de tesis de Licenciatura. Ha impartido seminarios y ha participado en foros nacionales e internacionales. Actualmente, es Jefa del Departamento de Investigación Docente del Colegio de Bachilleres del Estado de Puebla.



Julio Francisco Luna García

Cuenta con la maestría en Administración de Tecnologías de la Información por parte de la Universidad del Valle de Puebla, título en trámite, y una Licenciatura en Ingeniería en Tecnologías de la Información y la Comunicación.

Actualmente, es Jefe de Departamento de Educación Abierta y a Distancia en el Colegio de Bachilleres del Estado de Puebla, trabajando en dicha institución por más de cinco años en diferentes cargos. Es desarrollador de la aplicación portable y ejecutable de Cultura Digital.



Angelina Balbuena Flores

Cuenta con la maestría en Psicología Organizacional por el Instituto de Estudios Universitarios A. C. y la Licenciatura en Psicología por la Benemérita Universidad Autónoma de Puebla.

Ha sido Coordinadora de Becas y Vinculación Training Center Audi México, CERHAN-UTP y Coordinadora de Proyectos, docente y administrativo en la Universidad Tecnológica de Puebla. Actualmente, es Subdirectora de Planeación Académica del Colegio de Bachilleres del Estado de Puebla.



Yolanda Rodríguez López

Es licenciada en Psicología por la Escuela Libre de Psicología, actualmente cursa la maestría en Educación y nuevas tecnologías por la Universidad Interamericana del Desarrollo.

Ha sido docente de nivel básico, media superior y superior en instituciones privadas, contando con doce años de experiencia en el ámbito educativo. Ha participado en actualizaciones y adaptaciones de programas educativos y ha sido asesora en el programa de alfabetización para adultos. Actualmente, es Jefa del Departamento de Orientación Escolar y Vocacional del Colegio de Bachilleres del Estado de Puebla.



Obdulia Osorio García

Cuenta con la maestría en Desarrollo Humano y Educativo por la Universidad Popular Autónoma del Estado de Puebla y una Licenciatura en Psicología por la Escuela Libre de Psicología.

Ha sido Jefa del Departamento de Vinculación y Jefa del Departamento de Estadística y Control Escolar en el Colegio de Estudios Científicos y Tecnológicos del Estado de Puebla. Actualmente, es Jefa del Departamento de Acción Tutorial en el Colegio de Bachilleres del Estado de Puebla.

LA PEDAGOGÍA DE LA EXPERIENCIA PARA LA CREACIÓN DE UNA COMUNIDAD COLABORATIVA EN EDUCACIÓN FÍSICA

Octavio Lillo Carro

Docente de Educación Física en Educación Básica
carro3031@gmail.com

Resumen

El presente texto tiene como base el análisis contextual de la práctica educativa de las y los educadores físicos para denotar cómo ha evolucionado su praxis y su criticidad para llevar al estudiante a vivir su aprendizaje desde la experiencia.

Desde este estudio de caso, la pedagogía de la experiencia se plantea como la oportunidad de exponer al estudiante a vivencias reales contextualizadas cargadas de un sentido de utilidad y de la pertinencia para crear posibles soluciones a situaciones que se problematizan.

El objetivo del artículo es analizar la transformación en la praxis del docente titular, durante el juego en educación física escolar, para modelar su exposición hacia una pedagogía de la experiencia que busque potenciar soluciones posibles, creativas y variadas ante una determinada situación.

Se discuten varios referentes, de los que el sentido dado a la experiencia durante el juego influirá directamente en las propuestas de producción de conocimiento en los estudiantes-educador como:

los escenarios de acción, lo lúdico experiencial, la experiencia a la transformación, la comunidad y sus cambios. Los anteriores significantes conducen hacia una pedagogía de la experiencia, misma que es posible de repensar desde la praxis misma del educador.

Finalmente, es indispensable enseñar y educar desde la flexibilidad en los escenarios educativos y criticidad en las acciones para que las propuestas que surjan sean el resultado de un análisis comunal de los aprendientes, y así se transforme la forma de aprender.

Palabras clave: Educación Física, experiencia y juegos, comunidad colaborativa, praxis, transformación y criticidad

Introducción

El presente trabajo busca analizar cómo la práctica del educador físico sirve para potenciar las experiencias de los estudiantes y a partir de ello, el docente interprete su praxis y su criticidad al repensar su pedagogía, llevando al estudiante a vivir un aprendizaje transformador,

desde la experiencia. La propuesta o modelo es la ruta teórica que pretende descubrir la relación entre su pedagogía en la aplicación de juegos y actividades en educación física y de cómo esta ayuda a visibilizar experiencias nuevas, mismas que dirigirán el aprendizaje del estudiante hacia la construcción de una comunidad colaborativa.

Los referentes teóricos de la propuesta de modelo surgen en consistencia con los cinco contextos del educador físico, mismos que ayudan a la edificación de una pedagogía basada en la potenciación desde la experiencia.

El planteamiento epistemológico fue bajo la fenomenología, con una metodología cualitativa, el tipo de diseño fue un estudio de caso con perspectiva etnográfica. Los datos recuperados se consiguieron mediante entrevistas semiestructuradas habitando en una temporalidad entre octubre y diciembre de 2023, a 10 profesionales de educación física adscritos a la Coordinación 12, Puebla Norte Federal en el estado de Puebla.

El tratamiento de la información contempla cuatro momentos específicos que se nombran en orden de aparición: categorización de la información, categorías principales por núcleo temático, organizador gráfico y finalmente el texto descriptivo donde se producen los resultados de investigación.

La direccionalidad de la investigación y propuesta de modelo tuvieron como base una serie de cuestionamientos más representativos, entre estos: ¿Cómo el docente a partir de la experiencia obtenida logra configurar su actuar? ¿Cómo reescribe su pedagogía, su método en su práctica

educativa? ¿Cómo es utilizada la experiencia previa como forma de vida del estudiante para consolidar el nuevo aprendizaje en comunidad? Y finalmente, ¿Cómo se crean escenarios donde el estudiante pueda aprender basado en experiencias nuevas?

Cabe señalar que, entre los docentes fueron distinguidos dos perfiles: docente que configura su praxis, basado en la creación de experiencias, y docente que configura su docencia para el mejoramiento de sí mismo. De las conclusiones se destaca que la exposición a la creatividad y flexibilidad representaron la conexión para analizar su práctica frente a grupo y reestructuración docente.

A modo de cierre y al mismo tiempo invitación para la lectura siguiente, repensar la educación, la metodología, la didáctica misma y en este caso específico la pedagogía no es una práctica reciente del docente para la mejora de la enseñanza y aprendizaje en el espacio escolar para interconectarla con los demás escenarios donde el estudiante habita. Pensar en una pedagogía de la experiencia es pensar en una docencia distinta, en una docencia como Mendoza Buenrostro (2020) argumenta "(...) debe dignificarse, apoyarse, fortalecerse y hasta dosificarse usando la inteligencia, pues solo así las profesoras y los profesores estarán listos para cumplir con gran compromiso y orgullo su noble y trascendente misión formativa." (p. 266)

Desarrollo

De la teoría a la práctica: El Diálogo

El sentido del diálogo pedagógico que servirá

para entender a la teórica y práctica en este capítulo, tal como señala Dussel (1977) (...) “es la proximidad” (...) (p. 144). Así, la pedagogía de la experiencia se muestra como una propuesta hacia otra enseñanza desde una perspectiva crítica centrada en la vivencia directa y distinta para una vivaz elocuencia en un escenario real.

La pedagogía que se busca configurar es una propuesta que sea de una hechura con el otro, desde el otro, no desintegramos a la educación por partes. Abrazando esta mirada, la pedagogía de la experiencia se concibe para ser pensada con el estudiante y para ser experimentada y vivida en comunidad durante el tiempo a la exposición al juego escolar. La pedagogía de la experiencia busca encontrar que entre el tiempo de juego escolar y el pensamiento transformador del estudiante, se habilite un diálogo que haga posible una vivencia intensa que contenga sentimientos, emociones, dudas y respuestas, una vivencia que abra un nuevo canal de conocimiento y reconocimiento de su mundo.

Para Torres Carrillo (2023) “La educación por sí misma no cambia el mundo, pero sin ella es imposible hacerlo” (p. 27). Así, la interpelación entre el juego y lo que no se ha vivido es que hace posible crear una pedagogía de la experiencia que se piensa y se transforma constantemente. Más que otra pedagogía, se trata de una pedagogía que da respuesta a los aprendizajes indispensables en el estudiante y no solo una pedagogía silencia el aprendizaje.

El rol del docente como señala Mendoza Buenrostro (2023) será “La cuestión es que siempre nos faltará saber algo más de lo que ya

sabemos.” (p. 293). Reflexionando sobre este planteamiento, y caminando sobre el rol docente (Tabla 1), el algo que queremos conocer siempre será la ruta en consonancia con la pedagogía de la experiencia que va a trazar la generación de nuevo conocimiento, así lo que ya sabemos se viene a constituir como un “ya lo conozco, pero quiero conocer más”.

Tabla 1. El rol docente.

La cuestión	Rol docente	Ruta de saber
Saber algo mas	Generación de nuevo conocimiento	Pedagogía de la experiencia

Fuente: Elaboración propia (2024) a partir de Mendoza Buenrostro (2020).

Desde el rol docente, se entiende la pedagogía de la experiencia al ver a este como actor del Estado, encargado de producir las condiciones (Rol docente) que garantizan (Ruta del saber) el derecho a la educación (La cuestión) (Mendoza Buenrostro, 2020).

Las aportaciones al quehacer educativo es el potencial prospecto al que debemos enfocarnos si la pedagogía de la experiencia se pretende utilizar. Saber algo más (La cuestión) implica vivir en un mundo donde todo sé es posible con imaginación, al inventar juegos y recrear experiencias variadas que permitan en comunidad democratizar la educación, tal como señala Mendoza Buenrostro (2023) “La imaginación es el único límite, mientras más rica, libre, experimentada y diciplinada sea la formación de dicha facultad, más sorprendentes y fructíferas serán sus expectativas.” (p. 293).

La arquitectura del proceso. Fundamentos contemporáneos

La pandemia que comenzó en 2019 trajo consigo la más importante de las enseñanzas a los docentes del patio, el cambiar, el evitar el estado de confort y pasividad, enseñó a los educadores físicos a partir de la experiencia. Ahora, los juegos eran jugados a través de las pantallas, vistos en fotografías sin vida. La pedagogía del docente se transformó conforme clarificaba sus ideas, su medio y sus experiencias, éstas últimas fueron las que inspiraron a la creación de una pedagogía de la experiencia y como señala Foucault (1970).

“Se puede ahora invertir la dirección de la marcha; se puede descender de nuevo aguas abajo, y, una vez recorrido el dominio de las formaciones discursivas y de los enunciados, una vez esbozada su teoría general, caminar hacia los dominios posibles de aplicación.” (p. 177).

El pensar hacer una pedagogía desde un escenario que cambia de manera constante mientras se vive el pasado, presente y futuro, o hasta descender aguas abajo, se hace reflexionando los dominios posibles, para entender que nada queda dominado cuando lo que se aprende es transformado por el pensamiento de los demás.

Los criterios generales de la investigación se centraron en la búsqueda de la información desde donde se origina, el patio escolar, las bodegas como espacio de reflexión y reestructuración de la práctica, su hogar como espacio creador de ideas y generador de juegos, su profesionalización docente y su exposición a otras ideas distintas a las suyas.

“La muestra se eligió por el reconocimiento de sus habilidades como docentes, como son la flexibilidad en su estilo de enseñanza, la adaptación a pedagogías alternas, la observación a sus estudiantes, la capacidad para ver la efectividad de la enseñanza y las buenas prácticas educativas y docentes con los que se toman en la escuela. Cabe señalar que se trata de diez docentes que trabajan en preescolar y primaria en la región Puebla Norte de Puebla.

Las personas que se entrevistaron fueron docentes con más de diez años de servicio, el grupo docente se dividió en nivel preescolar y nivel primaria, y en hombres y mujeres. El grupo de estudio estuvo enfocado en educadores físicos. De los procedimientos e instrumentos se utilizaron la observación, grabaciones sonoras, la entrevista semiestructurada en donde se abordó el tema con un diálogo coloquial y de confianza, esto ayudó a que la información fuese tomando forma, consistencia y una naturaleza específica. La temporalidad de las entrevistas tuvo una vigencia de tres meses de octubre a diciembre de 2023. El manejo de la información fue con el modelo artesanal y contempla cuatro momentos que se denominan: categorización de la información, categorías principales por núcleo temático, organizador gráfico, y el texto que describe los resultados de investigación.

Categorización de los contenidos

La postura teórica de la propuesta de modelo se interconecta por cinco líneas de análisis y consistió en la identificación y definición de los contextos en los que el educador físico está inmerso, para que los considere al planear y realizar las experiencias

Tabla 2. Los cinco contextos del educador físico.

Referente teórico según Ghiso (2023)	El modelo y sus contextos propuesta por Lillo Carro (2024)	Definición del contexto a partir del tratamiento de la información
Un desafío, una especie de reto que enfrenta mandatos de una tecnocracia que impone modos (Ghiso, 2023)	De la escuela misma	Se refiere al contexto de la ubicación de la escuela y de la geografía escolar, lo social, económico, población, cultura y los recursos y materiales disponibles.
Pensamiento y lenguaje que evitará las exclusiones, anulará las diferencias y expondrá las diversidades (Ghiso, 2023).	De los grupos de atención	Son el número de grupos que asiste pedagógicamente al día, según horario y que tienen sus propias especificidades.
Quehacer educativo que debe ser informado, pensado, amado y recreado (Ghiso, 2023)	Colectivo docente	Se refiere a los docentes y sus subjetividades. Los docentes de educación física hacen comunidad con un colectivo docente variado en una escuela.
Comunidad en una relación e interdependencia (Ghiso, 2023)	Madres y padres de familia	Son las madres y padres de familia que llevan a sus hijos a la escuela y con los que se contacta para preservar la relación educación física-comunidad.
Situación ideológica y política que habilita la reflexividad y creatividad (Ghiso, 2023)	Supervisión y dirección	Son las figuras con las que el educador se encuentra en constante comunicación para la mejora de la práctica educativa dentro y fuera de la escuela.

Fuente: Elaboración propia a partir de Ghiso (2023), y de los fragmentos de análisis de los entrevistados (2024).

diversas (Tabla 2). Para entender la labor del educador aquí se presentan algunos contextos que se detectaron a partir del tratamiento de la información y que sirvieron para conformar los núcleos temáticos del modelo propuesto.

Los anteriores contextos sirven para visibilizar el panorama que el educador físico debe contemplar para programar su accionar a nivel contextos escolares. Desde la escuela y su geografía específica, de las probabilidades de atención durante el tiempo de sesión en el patio

y tratando con diferentes personalidades de maestros encargados de grupo y las madres y padres de familia. El educador debe equilibrar los cinco contextos y combinarlos con experiencias, conductas, relaciones y juicios que sirvan de ruta para el aprendizaje y desaprendizaje contextual.

La visión metodológica de la propuesta lleva a describir tres escenarios de análisis y transformación llamados: del juego a la experiencia, la experiencia y su praxis y la experiencia y comunidad, mismos que conducen a la construcción de una pedagogía de la experiencia.

Del juego a la experiencia

Se define cómo el juego ha sido leído y jugado desde un paradigma tradicional para observar y analizar las características que viven dentro de este y enseñarlas al tiempo que las aprenden en comunidad.

El juego como actividad libre presenta una cualidad subjetiva apegada a la diversión porque parece encantar a todos, es espontáneo porque surge sin imprevisto y motivador al animar a todos a participar e integrarse. Por otro lado, el juego no existe si no es jugado. Desde un paradigma tradicional, el aprendizaje durante el juego jugado en educación física parece que solo se nota cuando se juega envuelto en esos minutos que dura la sesión.

En concordancia con Ghiso (2023) “La cotidianidad del educador, de la educadora, aparece invadida y conquistada por lo que se ha llamado; ‘pensamiento único’, y por su lenguaje que aparenta ser globalizado, estandarizado” (p. 16). De manera que, se explora la idea del juego y la experiencia (Tabla 3).

Tabla 3: Juego y experiencia.

Juego	Experiencia
<ul style="list-style-type: none"> - Actividad libre - Espontáneo - Motivador - Divertido - Entretenido - Pensamiento básico - Estandarizado 	<ul style="list-style-type: none"> - Desaprender - Reflexión - Crea comunidad - Utiliza la creatividad - Se conecta con la realidad - Pensamiento creativo - Habilita la reflexividad

Fuente: Elaboración propia (2024).

El punto de flexión que se desea analizar del juego es su experiencia dentro, cargada de un abanico de vivencias y aprendizajes, la que permitirá al sujeto que juega habilitar su reflexividad y creatividad para crear una comunidad a partir de la colaboración comunal.

La experiencia y su praxis

La presente visión nos ayuda a comprender desde la experiencia la mutación del juego donde, en efervescencia con la praxis, conducirán a transformar la realidad con base en la flexibilidad del juego y del pensamiento. Las experiencias que se visibilizaron en educación física no son más que el camino hacia una alfabetización sobre distintas realidades cercanas cargadas de reflexividad, lo que conlleva a disponer de un pensamiento crítico constante.

Los anteriores actos cognitivos han servido para la creación de una comunidad colaborativa donde una constante conectividad con la criticidad y creatividad de cada estudiante ayuda continuamente al otro.

La praxis basada en la experimentación del

aprendizaje ha concebido el camino hacia la relación entre el estudiante y el profesor. De este modo, Freire (citado por Torres Carrillo, 2023) escribe “nadie educa a nadie, nadie se educa solo; los hombres se educan entre sí, mediados por el mundo” (p. 23). Y es así, desde el anterior argumento, que la interacción que se obtenga sea libre de opresión al actuar y de pensar por parte del profesor hacia el estudiante, y dé pauta a la efervescencia de ideas, reconciliaciones y nuevos argumentos verbales y motrices para la resolución de situaciones problematizadoras, mientras se crea una comunidad colaborativa.

La experiencia y comunidad

Esta tercera visión camina sobre la elaboración artesanal de la educación en el patio escolar para combinar las realidades escolares y consolidar una comunidad educativa basada en la colaboración. El desarrollo hacia el cuidado individual y social del estudiante ha de verse reflejado en el fomento de su integralidad, aspecto que durante el tiempo que dura la experiencia en el patio escolar, a los estudiantes se les acerca a situaciones reales que han pasado en el lugar donde viven o que tienen mucho que aportar a su aprendizaje de vida.

Así, el educador busca fortalecer acciones que inciden directamente en una vida plena y satisfactoria. Como menciona el Entrevistado 1 en un encuentro:

“En mis años de servicio he podido trabajar con alumnos que presentan alguna discapacidad, esto ha sido una oportunidad enorme para crear una dinámica que responda a las necesidades de todos, el integrar actividades globales genera

escenarios dinámicos, en donde todos colaboran entre sí para lograr sus objetivos. Considero que el aprender en comunidad ha sido una experiencia gratificante en mi práctica educativa” (Participante1, 2023).

Si las condiciones de la sesión son las óptimas y el estudiante aprende conocimiento práctico de la comunidad sabrá responder de forma cognitiva, verbal y motriz ante determinada oportunidad para volverla suya y en consecuencia ser familiar, lo que traerá gratificación y aprendizaje. Es aquí, donde el proceso como eje de análisis se yuxtapone con la experiencia para generar comunidad desde la praxis, lo que significa que estará en constante reflexión y acción desde su comunidad para transformarla (Freire, 1970).

Hacia una pedagogía de la experiencia

Con las anteriores visiones es que se trata de deconstruir la idea del juego para trazar la ruta desde lo existente que llamamos la pedagogía de la experiencia. Hacia ello, Fals Borda (2015) menciona “nuestras herramientas especiales de trabajo han sido y son mayormente los marcos de referencia y las técnicas con las que sucesivas generaciones de científicos han intentado interpretar la realidad” (p. 253). La pedagogía de la experiencia busca encontrar en el estudiante su necesidad por dar respuestas creativas a cualquier eventualidad desde la lectura de esa realidad que vive con su comunidad educativa, así que la experiencia obtenida será el resultado del contacto de muchos pensamientos bajo una misma escena.

Para caminar hacia el concepto de la pedagogía de la experiencia habría que explicar el fenómeno

Tabla 4. Pedagogía y experiencia.

Fenómeno	Ente	Sentido	Interpretación	Reflexión	Poiesis
Pedagogía	Enseñar	Aprender	Proceso práctico	Acción transformadora	Experiencia

Fuente: Elaboración propia (2024).

llamado pedagogía y experiencia (Tabla 4). Dussel (1977) define “la cosa aparece en el mundo como fenómeno. El fenómeno es un ente con cierto sentido. El sentido es lo que interpretamos del fenómeno en cuanto dicho fenómeno ha sido integrado a un proceso práctico o poiético como medición” (p. 68).

Para Freire (1970) el fenómeno como la pedagogía “es aquella que debe ser elaborada con él y no para él” (p. 41). Bajo esta mirada, el ente pedagógico adquiere sentido al ser enseñado, así, el aprendizaje que se genera se hace a sí mismo durante el proceso práctico al ser interpretado e interpelado en una reflexión constante que conllevará a transformar al estudiante y a su comunidad como un acto de elaboración propio y acompañado.

Un ejemplo de ello es lo que se comparte en el siguiente fragmento:

“He cambiado mi forma de conformar mi contexto, reconozco la importancia de leer la realidad del alumno, de la comunidad, de mi propia perspectiva y de cómo sistematizo la información y esta al mismo tiempo puede repercutir en la forma en cómo voy a desarrollar los aprendizajes” (Participante 2, 2023).

El lugar que ocupa la reflexividad durante la interacción profesor-estudiante-comunidad ha de existir durante la problematización de la realidad. En este sentido, una de las informantes menciona:

“Todas las aportaciones que los alumnos dan al desarrollar una situación problematizadora pertenecen a la forma en como están organizando la información y esto da cuenta por donde se debe ir orientando la información para ir resolviendo y creando conclusiones y soluciones ante dicha situación” (Participante 3, 2023).

Finalmente, la pedagogía de la experiencia es praxis como acción transformadora que se nutre desde la percepción del docente y se combina con la del estudiante durante el tiempo de sesión y de lo que se vive y aprende en ella y con ella. La comunidad que se integrará será la que creará vínculos desde la misma comunidad para enseñar, aprender, colaborar y promover la reflexión.

Resultados

La pedagogía de la experiencia se exploró con diez maestras y maestros. El interés estuvo latente al observar aspectos en su docencia que ayudarían a los fines de la investigación y a la propuesta de modelo. Las características que debían contar las y los docentes eran que tuvieran más de diez

años de servicio y estuvieran frente a grupo.

La entrevista semiestructurada tuvo cinco cuestionamientos que buscaron encontrar sus reflexiones y sensibilidades respecto a la experiencia en sus actividades de jornada educativa.

El procesamiento de la información se desarrolló con el modelo artesanal. Para describir al grupo, del 100% de los participantes el 80% fueron mujeres y el 20% hombres. Cabe señalar que el porcentaje mayor o menor respecto al género no se decantó hacia uno de ellos, manteniendo los fines académicos y de investigación centrados.

Los hallazgos se acumulan en cinco categorías: transformación de la experiencia, reflexiones pedagógicas, comunidad colaborativa, reflexividad y pensamiento crítico. Mismos que ayudaron a distinguir y proponer dos perfiles educativos: docente creador de experiencias para otros y docente configurador de la experiencia propia.

La primera categoría, Transformación de la experiencia, sirvió de bosquejo para conocer cuáles fueron los principales cambios que ha tenido su práctica para alcanzar a experimentar nuevas formas de aprendizaje.

Siguiendo en este punto, el siguiente fragmento nos ayuda a comprender:

“Son momentos de autodescubrimiento, reflexión y crecimiento profesional, sobre logros y oportunidades que se presentan en el proceso de enseñanza y aprendizaje, voy más allá de cumplir contenidos curriculares, soy promotora de la paz, de formar niñas y niños felices, valoro su proceso y habilidades

al tiempo que descubren sus propios recursos” (Participante 3, 2023).

Es así como Escamilla Velázquez (2019) sugiere replantear la práctica para brindar experiencias nuevas al mencionar que “la epopeya de ser docente y la obsesión de dar vueltas a los mismos argumentos, ocurre diariamente, el combate de ganar la parcela cotidiana [...]” (p. 159).

Siguiendo el pulso a los hallazgos, en la categoría Reflexiones pedagógicas, los educadores físicos han transformado su experiencia desde su práctica docente al reconocer la importancia de una adecuada lectura de la realidad donde se encuentra situados para observar las oportunidades de ir más allá de los contenidos y presentarlos de forma diversa, con ello se conseguirá replantear la práctica bajo situaciones contextualizadas.

Un participante señaló:

“Recapacitar sobre algunas causas, a pensar sobre las experiencias de la clase, descubrir nuevas y mejores formas de hacer las cosas en el aula, la escuela, la zona escolar y transformar la práctica educativa” (Participante 4, 2023)

En la tercera categoría denominada Comunidad colaborativa, la experiencia docente obtenida ha propiciado la creación de una comunidad sustentable desde la colaboración, al potenciar la participación de los involucrados al establecimiento de vínculos responsables al respetar los procesos de enseñanza y aprendizaje.

Como se muestra en la siguiente unidad de análisis:

“Durante mi experiencia he valorado participar en comunidad, es algo irremplazable, se forman vínculos, donde todas y todos aprendemos y tratamos de dar solución a problemáticas y necesidades” (Participante 5, 2023)

Las interacciones producto de la convivencia entre los estudiantes en el patio escolar, se han de ver mediadas por la denominada categoría Reflexividad, y es esta la que, junto con las habilidades docentes para conducir la sesión, construirá el proceso de enseñanza y aprendizaje organizando las ideas que surgen de los estudiantes, promoviendo la reflexión constante que, mientras se cuestiona la realidad, la dirección de los pensamientos cambia y se transforma. Sobre esta categoría se comenta:

“Es un momento de introspección que tratar de hacerlo ha permitido examinarme y examinar la situación en que me encuentro en referencia a situaciones tales como de habilidades, conductas, proceso de aprendizaje y de mi práctica misma” (Participante 6, 2023).

En la categoría cinco, Pensamiento crítico, los participantes docentes compartieron cómo la experiencia ha transformado su perspectiva fundada en la reflexión para así acercarse al pensamiento crítico y configurar su actuar y el de los estudiantes en sesión en el patio escolar. Es aquí, después de esta exposición de hechos y situaciones, que el docente puede cambiar de paradigma al valorar y analizar los distintos escenarios pedagógicos con objetividad e instaurar una resolución asequible para que el

estudiante aprenda a aprender, aprenda del enseñar y enseñe a aprender en comunidad. Una postura abierta como se muestra en el siguiente fragmento es prueba de ello:

“Cambiar de paradigma es algo que requiere tiempo, ya que la forma en como aprendimos y nos desarrollamos, daba poca cabida al pensamiento crítico, y enseñar algo que no dominas o no tienes, es complicado, por eso creo que requerimos crear espacios en donde, como docentes, de verdad se respete ese pensamiento crítico, y me refiero ante autoridades que piden fortalecer pensamiento críticos, reflexivos, que confronten y tengan interés por conocer más allá de lo que se observa o se dice, y ellos mismos no lo hacen o no lo permiten con nosotros los maestros” (Participante 7, 2023).

Análisis

De las cinco categorías surgen dos propuestas o modelo que sugieren la existencia de dos actos profesionales preponderantes en la transformación educativa.

Al asumir el acto educativo como lo hace el perfil número uno: docente creador de experiencias para otros, permite en su ser docente deconstruirse, en paralelo con Byung-Chul (2021) “yo soy tanto más cuanto más experimento” (p. 25). Desde esta forma de observar a la experiencia, la generación de conocimiento estará interpelando desde la experimentación a vivencias reales y distintas (Tabla 5).

Tabla 5. Perfiles y modelo de docente.

Perfiles del docente	Descripción del docente desde el tratamiento de la información	Modelo de docente por Lillo Carro (2024)
Docente creador de experiencias para otros	<p>“Soy promotora de la paz, soy formadora de niñas y niños felices” (Participante 6, 2023)</p> <p>“Valoro su proceso y habilidades” (Participante 8, 2023)</p> <p>“Me gusta que descubran a partir de sus propios recursos como interactuar y resolver problemas” (Participante 3, 2023)</p>	Docente que configura su praxis basada en la creación de experiencias que nutran la corporalidad del estudiante o a quien se pretende enseñar.
Docente configurador de la experiencia propia	<p>“Tomo en cuenta los procesos de desarrollo del aprendizaje para mejorar” (Participante 4, 2023)</p> <p>“Siempre me encuentro al pendiente sobre cómo mejorar mi práctica educativa y ver lo que estoy aprendiendo” (Participante 9, 2023)</p> <p>“Procuró mantener una constante introspección para así saber cómo dirigir mi práctica” (Participante 10, 2024)</p>	Docente que configura su docencia para el mejoramiento de sus propios recursos pedagógicos.

Fuente: Elaboración propia (2024).

Conclusiones

Con los resultados se concluye que el pensamiento crítico y la reflexividad en los estudiantes y educadores han permitido el inicio de la escritura de una pedagogía de la experiencia que se nutre

desde el análisis de las situaciones existentes. La postura pedagógica emergente del educador se denota como el entresijo que establece la pauta para una perspectiva que acopla todas las situaciones de enseñanza y aprendizaje surgidas en el patio escolar.

El educador ha traducido la serie de necesidades que el alumnado presenta en soluciones alternativas que se enriquecen desde la creatividad instantánea y subjetiva de cada sujeto. Cabe señalar que, en los participantes se notó una disposición al cambio, tanto para otros, como para sí mismos. En las respuestas se leía el compromiso por dirigir no solo su actuar, sino su pensar, en una dirección que los llevará hacia una pedagogía distinta, en este caso la denominada Pedagogía de la experiencia.

La pedagogía de la experiencia logró la creación de una comunidad colaborativa en educación física a través de una asociación de múltiples formas de pensar, de leer la realidad y de proponer desde la subjetividad que se vive y se juega, así se podría ver a priori el disfrute de la propuesta de experiencia de un docente en el patio siendo experimentado por sus estudiantes cuando en realidad la lectura de la experiencia, si se presta verdadera atención transcurre en el número que enmarca al grupo, desde esta perspectiva no solo se experimenta una propuesta sino muchas a la vez. Lo importante no es aprender del otro, sino desaprender costumbres, interpretar cada movimiento que ocurre dentro del espacio de juego y traducirlo en aprendizaje que más allá de que está ayudando al estudiante, está haciendo sinapsis con la comunidad que experimenta y juega en un mismo patio, pero con diferentes vivencias, perspectivas, emociones y encantos.

El aprendizaje que nace desde la experiencia al estar en contacto con escenarios diversos y familiares que en educación física se comparten en un tiempo estimado y en congruencia con el contexto donde habite el estudiante va a concebir

bondades para la comunidad y generar un ambiente colaborativo.

Algunos de los aprendizajes que se aprehenden desde la exposición a la interacción de la experiencia los podemos leer a continuación:

1. Exposición a ideas nuevas
2. Desarrolla el lenguaje corporal y verbal
3. Aumenta la motivación y el compromiso
4. Fomenta el pensamiento divergent
5. Aumenta el dinamismo durante las experiencias jugadas

De las recomendaciones para la implementación de la pedagogía de la experiencia en los espacios educativos y crear comunidades colaborativas para docentes es: Crear consciencia sobre el ambiente en el que se encuentra su habitat educativo, leer su realidad educativa a detalle, evitar obviar situaciones clave que pudieran detener el aprendizaje colaborativo, realizar proyectos que enmarquen la problematización de una situación de la cual aprender en comunión con los estudiantes, crear redes de apoyo docente, valorar la diversidad de perspectivas y experiencias y por último, involucrarse con la mejora educativa y profesional.

Para finalizar, esta investigación permitió en los participantes encarar las prácticas que pensaban no estaban al día y conectar con ese ser docente presente al entrar al servicio educativo, el cambio está en la constante transformación, la educación física, sus docentes y la pedagogía de la experiencia pueden dar un espacio para la reflexión desde los dos perfiles y modelo propuestos.

Agradecimientos

A los educadores de las zonas escolares de nivel preescolar y primaria de la Coordinación 12 Puebla Norte Federal en el Estado de Puebla, México por su valiosa participación para el desarrollo de esta investigación.

Referencias

- Byung-Chul, H. (2021). *No-cosas. Quiebras del mundo de hoy*. Taurus.
- Dussel, E. (1977). *Filosofía de la liberación*. EDICOL. <https://biblioteca.clacso.edu.ar/clacso/otros/20120227024607/filosofia.pdf>
- Escamilla, M. (2019). El trayecto de ser docente tras los pasos de la historia. En A. Hernández y T. Hernández (Coords), *Repensar la educación en México* (pp. 159). Ediciones Monosílabo.
- Fals Borda, O. (2015). *Una sociología sentipensante para América Latina*. CLACSO – Siglo del Hombre Editores. <https://bibliotecavirtual.clacso.org.ar/ar/libros/coedicion/fborda/00cred.pdf>
- Foucault, M. (1970). *La arqueología del saber*. Siglo XXI Editores. https://monoskop.org/images/b/b2/Foucault_Michel_La_arqueologia_del_saber.pdf
- Freire, P. (1970). *La pedagogía del oprimido*. Siglo XXI.
- Ghiso, A. (2023). Conversaciones. En L. Cendales, A. Ghiso, S. Gómez, M. Mejía, P. Ortega, M. Peresson, J. Posada y A. Torres, *Paulo Freire y Orlando Fals Borda: educadores populares* (pp. 16). Biblioteca SEP Centenaria.
- Mendoza, G. (2020). *Didáctica. Las nuevas claves de la enseñanza y el aprendizaje*. Trillas.
- Torres Carrillo, A. (2023). *Educación Popular: historicidad y potencial emancipador*. Ediciones Alejandría.



Octavio Lillo Carro

Maestro en Calidad de la Educación Básica y Media Superior. Licenciado en Educación Física por el Benemérito Instituto Normal del Estado. Certificación de Competencia Laboral en el Estándar de Competencia. Acreedor del Reconocimiento a la práctica Educativa.

Participante en la Innovación y revisión de los Libros de Texto Gratuito para la Fase 2 Preescolar. Actualmente es docente frente a grupo en nivel preescolar y primaria. Miembro de la Red de Investigadores Educativos y Sociales del Sur-Acapulco REDIESA. Autor de artículos y capítulos de libros sobre la práctica en Educación Física.

IMPLEMENTACIÓN DE LA SESIÓN DE EDUCACIÓN FÍSICA, PRIORIZANDO EL DESARROLLO DE LA LATERALIDAD

Amando Bonilla Juárez

Maestro de Educación Física en Educación Básica y Deporte Escolar
amando.bonilla.jua@seppue.gob.mx

Resumen

Los resultados obtenidos sobre el impacto que puede ejercer la implementación de la Educación Física en las y los estudiantes en Educación Básica en el desarrollo de la lateralidad han sido abordados por diferentes autores e investigadores. Sin embargo, existen pocos trabajos que aborden temáticas directamente relacionadas con la aplicación de estrategias didácticas innovadoras, creativas y eficientes. Este trabajo pretende demostrar si la implementación de la sesión de Educación Física, aplicando estrategias didácticas, permitiría desarrollar la lateralidad en las estudiantes de entre 8 y 10 años.

La metodología constó de un estudio descriptivo, documental, de campo con relación a las fuentes; por el tratamiento de los datos fue longitudinal, mixta (cualitativa y cuantitativa). Para la obtención de datos se utilizó el test de Harris (Harris, 1961). Los resultados reflejan que el 32% de los estudiantes son diestros completos, el 7% muestran ser zurdos completos, el 61% manifiestan una lateralidad cruzada y el 0% muestra lateralidad mal afirmada. Es relevante contar con un diagnóstico de lateralidad en los estudiantes ya que a través de esta prueba se pueden detectar trastornos del aprendizaje como la dislexia, dislalia y disgrafía, entre otros.

Palabras clave: Educación Física, lateralidad, activación física, salud

Introducción

La educación dio un giro radical tras los estragos de la pandemia generada por el Virus SARS COV-2 (Covid-19), a partir del 23 de marzo del 2020, cuando el sistema educativo implementó un modelo a distancia que permitió a las y los estudiantes continuar con su formación académica en casa. Para muchos de los docentes fue un reto educativo trasladar una enseñanza en el aula o patio a una educación digital en la que los medios de comunicación más viables fueron la televisión, la radio y las plataformas de comunicación social como el WhatsApp.

Cuando las autoridades gubernamentales, de salud y educativas, autorizaron abrir los planteles educativos la disciplina en Educación Física, se trabajó considerando grupos reducidos para protección de todas y todos, reforzando en casa con cuadernillos de trabajo. Desde esta perspectiva, se presume que hubo una disminución en el desarrollo de las habilidades motrices y de cognición de las estudiantes, por ejemplo, en el desarrollo de la lateralidad, lo que

podría repercutir en la vida escolar y cotidiana de las y los estudiantes; lo anterior da cabida para la intervención mediante la implementación de la sesión en la disciplina de Educación Física.

La escuela donde se implementó este trabajo está al sur de la ciudad de Puebla, en una zona complicada por los altos índices de desigualdad social e inseguridad de la comunidad.

En la comunidad, el nivel de escolaridad de las madres y padres de familia es de educación básica, con un nivel económico bajo en la mayoría de ellas. Acorde a esta situación, se consideró la adquisición de materiales asequibles atendiendo el derecho a la educación, planteamiento reforzado en la Nueva Escuela Mexicana para la mayoría de las y los estudiantes, con el fin de llevar a cabo las actividades físicas y que no incidieran en su economía. Según esta contextualización y considerando las características de los estudiantes, se relacionaron algunos ejes articuladores del plan de estudios 2022, como la inclusión para que niñas y niños tengan las mismas oportunidades al implementar la sesión de Educación Física.

Desarrollo

Es importante definir algunos conceptos dentro de la disciplina en Educación Física, como la lateralidad. Mayolas, Villarroya y Reverter (2010) argumentan que todo individuo tiende a ser diestro o zurdo, a servirse por predilección personal del ojo, mano, pie u oído derecho o del izquierdo (p. 32).

La lateralidad corporal es la preferencia debido al uso más frecuente y efectivo de una mitad lateral

del cuerpo frente a la otra.

Nos referimos al eje corporal longitudinal que divide el cuerpo en dos mitades idénticas, en virtud de las cuales distinguimos dos lados, derecho e izquierdo, y los miembros repetidos se distinguen por el lado del eje donde se encuentran (brazo, pierna, mano y pie, derecho o izquierdo).

García (2007) menciona que la lateralidad se desarrolla bajo un proceso que pasa por tres fases:

1. Fase de identificación, de diferenciación clara (0-2 años)
2. Fase de alternancia, de definición por contraste de rendimientos (2-4 años).
3. Fase de automatización, de preferencia instrumental (4-7 años).

En la educación infantil se debe estimular la actividad sobre ambas partes del cuerpo y sobre las dos manos, de manera que la niña o el niño tengan suficientes datos para elaborar su propia síntesis y efectuar la elección de la mano preferente. El test de Harris permite conocer la dominancia en las extremidades de las y los estudiantes.

Duarte (2021) manifiesta que este test es una prueba que permite evaluar la predilección que tiene un niño para emplear frecuentemente el lado derecho o izquierdo de su cuerpo. Dicho test se utiliza para evaluar si un niño presenta o no dislexia.

Para lograr el desarrollo de las tres fases de la lateralidad se debe estimular correctamente ambos hemisferios cerebrales, para que, al llegar

a la edad escolar, los estudiantes maduren sus procesos sensoriales para continuar con los procesos de desarrollo de la lateralidad desde una intervención pedagógica en la disciplina en Educación Física.

La intervención se aplicó de manera directa a través de estrategias didácticas como el cuento motor, las formas jugadas, los juegos organizados, juegos de cancha dividida, etc, dependiendo de la edad cronológica y biológica de las y los estudiantes.

También es importante mencionar los recursos que se utilizaron para llevar a cabo las estrategias: paliacates, bocina, celular, sacos de arroz, aros, cuerdas, conos, globos, botellas con imágenes al fondo, palos de escoba de 90 cm, balones, tubos, pelota de playa, etc.

Como se mencionó anteriormente, para llevar a cabo la implementación de la sesión de Educación Física, se consideró el test de Harris (1957), donde Congo, Masalema y Bravo (2024) mencionan que el niño, como un ente activo, construye su esquema corporal con base a las experiencias adquiridas dentro del entorno social, configurando estructuras mentales responsables de la ejecución del movimiento. Con base en ello y a la exploración se pueden observar indicios del lado predominante; esta segmentación del cuerpo facilita el aprendizaje del párvulo en la lectura, escritura, matemáticas, orientación espacio temporal, los mismos que son indispensables en el desarrollo psicomotor. Según esto, hay que atender el proceso de desarrollo de la lateralidad desde edades tempranas, sabedores de que, con el seguimiento y evaluación de este, se hacen los

ajustes razonables según los resultados obtenidos mediante la observación.

Posteriormente, se consideraron estrategias que coadyuvaran al desarrollo de la lateralidad en las y los estudiantes, por ejemplo, la aplicación del test psicomotriz; con base en el desempeño obtenido y la contextualización en la evaluación.

El test de lateralidad de Harris (Figura 1) está dividido en 4 apartados, que conforman 26 pruebas. Este fue el instrumento que se utilizó para detectar la dominancia de la lateralidad en las y los estudiantes. La valoración se muestra en la Figura 2.

- A) Mano-total 10 pruebas
- B) Pie-total 10 pruebas
- C) Ojo-total tres pruebas
- D) Oído-total tres pruebas

Valoración

Preferencia de mano y pie:

D: cuando efectúa las 10 pruebas con la mano o pie derecho.

I: ídem, pero con la mano o pie izquierdo.

d: siete, ocho, o nueve pruebas con la mano o pie derecho.

i: Ídem, pero con la mano o pie izquierdo.

A o M: todos los demás casos.

Preferencia de ojos y oídos:

D: si utiliza el derecho en las tres pruebas.

d: si lo utiliza en dos de las tres.

I: si ha utilizado el izquierdo en las tres pruebas.

Figura 1. Test de Harris.

TEST DE HARRIS (OBSERVACIÓN DE LA LATERALIDAD)
Adaptación del "Harris Test of Lateral Dominance"

Nombre completo: _____
Escuela Primaria: _____ Grado y Grupo: _____

DOMINANCIA DE LA MANO	DER.	IZQ
1.- Tirar una pelota		
2.- Sacar punta a un lapicero		
3.- Clavar un clavo		
4.- Cepillarse los dientes		
5.- Girar el pomo de la puerta		
6.- Sonarse		
7.- Utilizar las tijeras		
8.- Cortar con un cuchillo		
9.- Peinarse		
10.- Escribir		
DOMINANCIA DEL PIE	DER.	IZQ
1.- Dar una patada a un balón		
2.- Escribir una letra con el pie		
3.- Saltar a la pata coja unos 10 metros		
4.- Mantener el equilibrio sobre un pie		
5.- Subir un escalón		
6.- Girar sobre un pie		
7.- Sacar un balón de algún rincón o debajo de una silla		
8.- Conducir un balón unos 10 mts.		
9.- Elevar una pierna sobre una mesa o silla.		
10.- Pierna que adelantas al desequilibrarte adelante		
DOMINANCIA DEL OJO	DER.	IZQ
1.- Sighting (cartón de 15 x 25 con un agujero en el centro de 0,5 cm diámetro)		
2.- Telescopio (tubo largo de cartón)		
3.- Caleidoscopio - Cámara de fotos		
DOMINANCIA DEL OÍDO	DER.	IZQ
1.- Escuchar en la pared		
2.- Coger el teléfono		
3.- Escuchar en el suelo		

Fuente: Elaboración propia a partir del *Harris Test of Lateral Dominance* (1961).

i: si lo ha utilizado en dos de las tres.

A o M: todos los demás casos.

A continuación, se comparte los procedimientos de cada prueba.

A) Pruebas para manifestar la preferencia lateral de la mano.

1.- Tirar una pelota. Pedirle al estudiante que agarre del suelo una pelota (adaptada al tamaño de su mano para facilitarle la acción) y que la tire con una mano lo más lejos posible.

2. Encajar una pieza en un rompecabezas. Utilizando un juego de piezas encajables, se retira una que se sitúe en el centro y se le pide al estudiante que la vuelva a colocar en su sitio.

3. Cepillarse los dientes. Situar un cepillo de dientes en el centro de una mesa que esté a la altura de las y los estudiantes y se le pide que simule que se cepilla los dientes.

4. Abrir y cerrar la tapa de un bote. Se coloca un bote mediano (ya que si fuera pequeño su manipulación sería más complicada) pegado a la mesa, para así evitar que lo tenga que agarrar con la otra mano y esto influya en la dominancia de su miembro superior, y se le pide que lo abra y cierre con una mano.

5. Sonarse la nariz. Colocar un pañuelo de papel en el centro de una mesa e invitar al estudiante a que se suene la nariz.

6. Utilizar las tijeras. Colocar una tijera y un papel punteado con un recorrido para que el

Figura 1. Valoración de lateralidad.

CONCLUSIONES:

Para un diestro completo: D.D.D.D.

Para un zurdo completo: I.I.I.I.

Para una lateralidad cruzada D.I.D.I.

Para una lateralidad mal afirmada: d.d.D.d

Fuente: Elaboración propia (12024).

estudiante lo recorte.

7. Cortar con un cuchillo de plástico. Situar en una mesa un trozo de plastilina con forma alargada y no muy gruesa fácil de cortar y un cuchillo de plástico. Se pide al estudiante que parta el trozo de plastilina en dos con la ayuda del cuchillo.

8. Peinarse. Poner un peine o cepillo encima de una mesa y pedir al estudiante que se peine el cabello con él.

9. Escribir. Se coloca un lápiz y una hoja blanca en una mesa para que la o el estudiante escriba o dibuje libremente.

10. Agarrar un vaso. Para finalizar este apartado, ofrecemos al estudiante un vaso de agua para que lo agarre y beba con una sola mano.

B) Pruebas para manifestar la preferencia lateral del pie

1. Dar una patada a un balón. Colocar un balón a medio metro de distancia del estudiante para que éste le dé una patada con fuerza con un pie.

2. Mantener el equilibrio sobre un pie. La o el estudiante debe aguantar unos segundos (cinco en el caso de las niñas y niños de siete años y 10 en el caso de los de 12 años) en equilibrio sobre un pie.

3. Saltar a la pata coja. Pedir al estudiante que salte cinco veces sobre un pie escogido libremente.

4. Subir un escalón. Pedir al sujeto que suba un escalón de unos 30 cm de altura sin ayuda del resto del cuerpo.

5. Girar sobre un pie. Colocado el estudiante enfrente de la maestra o maestro, se le pedirá que gire apoyándose únicamente sobre un pie y elevando el contrario.

6. Sacar un balón de algún rincón o debajo de una silla. Se coloca un balón en un rincón de la sala accesible y se pide a las y los estudiantes que lo agarren y lo saquen de esa zona utilizando solo uno de sus pies.

7. Conducir un balón. Se dibuja en el suelo un recorrido de unos metros de longitud (cinco para las y los estudiantes de seis años y 10 para los de 12 años), se coloca el balón al principio del recorrido y al sujeto a 50 cm del balón y se le invita a que conduzca el balón hasta el final del recorrido ayudándose únicamente de un pie.

8. Elevar una pierna sobre una silla. Utilizando una silla adaptada a la medida

del estudiante se le pide que coloque uno de sus pies encima.

9. Pierna que adelanta al saltar una cuerda con los pies separados. Se coloca una cuerda fina en el suelo y se le pide al estudiante que se coloque perpendicularmente a ella para que seguidamente la salte con un pie.

10. Pierna que adelanta al desequilibrarse. En un momento en el que el estudiante pierde el equilibrio en las anteriores nueve pruebas se observa qué pie es el que usa para mantener el equilibrio en el suelo.

C) Pruebas para manifestar la preferencia lateral del ojo

1. Mirar la base de una botella de plástico. Pedir al estudiante que observe un dibujo que está colocado al fondo de una botella de agua vacía a través de la boquilla. Se le indica que la agarre con las dos manos y que cierre un ojo para poder verlo mejor.

2. Mirar a través de un papel. Se le da al estudiante un trozo de papel celofán transparente de 4 cm de ancho x 4 cm de alto (lo suficientemente pequeño para que solo pueda mirar a través de un ojo) y se le pide que mire a través del papel con un solo ojo un objeto fijo situado a unos 4 metros para que nos diga si ha cambiado o no de color.

3. Hacer una foto. Se deja encima de la mesa una cámara de fotos de juguete para lo que sea necesario mirar a través del agujero con un ojo y cerrar el otro y se pide al aprendiente que nos haga una foto.

D) Pruebas para manifestar la preferencia lateral del oído:

1. Escuchar a través de la pared. Pedir al estudiante que coloque uno de sus oídos pegado a la pared para poder escuchar lo que sucede en la otra habitación.
2. Agarrar el teléfono. Hacer sonar un teléfono y pedir al estudiante que descubra quien ha llamado.
3. Escuchar una canción con un solo auricular. Se ofrece al estudiante un solo auricular que debe colocarse en un oído para reconocer una melodía.

Para el proceso de valoración es importante realizarla durante cada sesión in situ cuando las y los estudiantes realizan las actividades, permitirles el tiempo necesario para la asimilación y plasticidad cerebral para obtener un aprendizaje significativo.

A continuación, se mencionan los periodos de evaluación:

- Periodo 1: 14 de noviembre de 2022
- Periodo 2: 13 de marzo de 2022
- Periodo 3: 10 de julio de 2022

Con respecto al proceso de la Evaluación y de acuerdo con Ferradas, citado por Congo, Masalema y Bravo (2024) “la lateralidad ejerce poder sobre el aprendizaje, tomando el papel del docente como facilitador y generador de recursos adecuados a la necesidad del niño, en otras palabras, intervenir de manera oportuna, es uno de los puntos clave en el desarrollo correcto del infante” (p.2). Es así como se podrían identificar y

prevenir dificultades que interfieran en el proceso de enseñanza-aprendizaje.

Los criterios de la evaluación del test de Harris se llevarán a cabo en dos fases. En la primera se evalúa cada segmento corporal por separado; la segunda fase consiste en correlacionar todos esos resultados de forma individual caso por caso.

Para el proceso de análisis de resultados se consideró un archivo en Excel que contiene la lista completa de cada grado y grupo, misma que se utilizó para llevar el proceso de seguimiento del test y así tener un mejor control de los resultados de cada estudiante.

La población escolar de 4° “A” es de 27 estudiantes de los cuales 15 son niñas y 12 niños. El grupo 4° “B” está conformado por 30 estudiantes en total, de los cuales 15 son niñas y 15 niños. El grupo de 24 estudiantes que conforman 5° “A” cuenta con 13 niñas y 11 niños.

Cabe destacar que los tutores han apoyado presencialmente todas las actividades programadas por el docente de Educación Física.

En la Tabla 1 se mencionan las acciones por ciclo para la implementación de la sesión.

Es importante el trabajo colaborativo entre actores de la educación como los padres y madres de familia para impulsar el enfoque humanista que propone la Nueva Escuela Mexicana. Concretamente, la disciplina en Educación Física está inmersa en el campo formativo de la humano y lo comunitario. Este campo favorece la apropiación de aprendizajes a partir de escenarios lúdicos, en los que niñas, niños y adolescentes desarrollan su potencial cognitivo, motriz, físico,

Tabla 1. Cronograma de actividades de la implementación de la sesión de Educación Física a través de estrategias didácticas, priorizando el desarrollo de la lateralidad.

ACCIONES ESPECÍFICAS	2022					2023						
	S E P	O C T	N O V	D I C	E N E	F E B	M A R	A B R	M A Y	J U N	J U L	A G O
Aplicación y análisis de los resultados del test de Harris	→	03										
Esquema corporal												
Implementación de la estrategia Cuento Motor, enfocadas a la ubicación en el espacio y el tiempo	→	→	→	→	→							
Implementación de la estrategia formas jugadas enfocadas a la imagen corporal						→	→					
Implementación de la estrategia juegos organizados enfocadas a la coordinación de ejes corporales												
Primer seguimiento y evaluación	→	→	21					→	→			
Ajustes razonables	→	→	25									
Implementación de la estrategia, juegos de cancha dividida, enfocadas a la lateralidad	→	→	→	→	→	→	→	→	→	→		
Segundo seguimiento y evaluación	→	→	→	→	→	20						
Ajustes razonables	→	→	→	→	→	24						
Implementación de la estrategia juegos predeportivos, enfocados a la lateralidad	→	→	→	→	→	→	→	→	→	→		
Tercer seguimiento y evaluación	→	→	→	→	→	→	→	22				
Resultados y conclusiones	→	→	→	→	→	→	→	→	→	→	17	

Fuente: Elaboración propia (2024).

expresivo, creativo y afectivo, al tiempo que aprecian la importancia de convivir, relacionarse y colaborar con las demás personas, como medio para enriquecer su identidad y sentido de comunidad (Secretaría de Educación Pública [SEP], 2023).

Las estrategias didácticas utilizadas permiten el desarrollo motriz de los estudiantes, como lo argumenta Dávila (2023), una adecuada estrategia didáctica permite abordar con éxito cada contenido y propósito diseñados para las edades y niveles de desarrollo motor de niñas, niños y adolescentes.

Resultados

Los resultados mostraron que la mayoría de los estudiantes exhibían una lateralidad cruzada, lo que indica la necesidad de intervención temprana para prevenir posibles dificultades en el aprendizaje. La implementación de las sesiones de Educación Física demostró ser efectiva para el desarrollo de la lateralidad cruzada a través de las estrategias didácticas propuestas, como puede observarse al comparar los resultados de las Gráficas 1 y 2.

Después de la aplicación de la primera fase el autor se percata de lo importante que es el desarrollo de la lateralidad implementada dentro de la sesión de Educación Física al obtener los siguientes valores: el 32% diestros completos, el 7% zurdos completos, el 61% lateralidad cruzada y el 0% muestra lateralidad mal afirmada.

Posteriormente a la aplicación de las estrategias didácticas, el impacto en el desarrollo de la

lateralidad, en los estudiantes en la 2ª fase, los valores fueron del 59% diestros completos, el 10% zurdos completos, el 31% lateralidad cruzada y el 0% muestra una lateralidad mal afirmada.

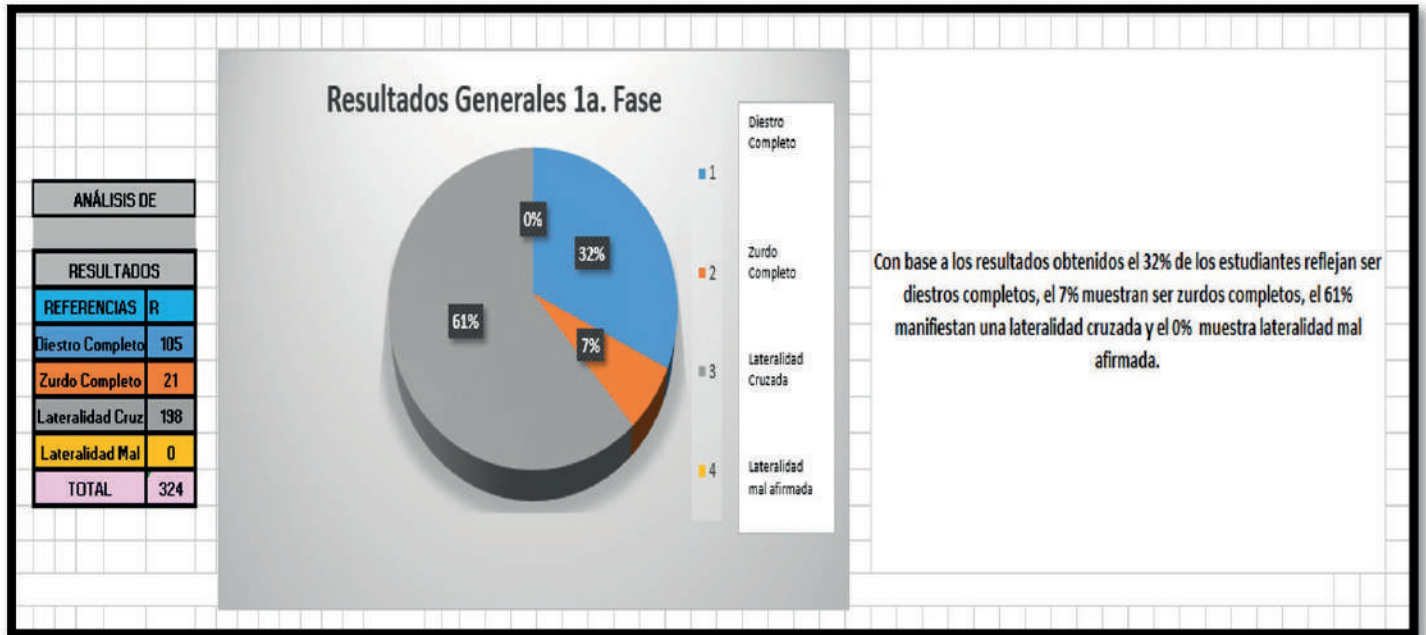
La diferencia en referencia los valores obtenidos fueron del 27% diestros completos, el 3% zurdos completos, el 30% lateralidad cruzada y el 0% muestra lateralidad mal afirmada.

Conclusiones

Las sesiones de la disciplina en Educación Física tienen un gran impacto para desarrollar la competencia motriz en las y los estudiantes. Esta es la base para el desarrollo de las habilidades motrices básicas, específicas y físicas, que se complementan con la socialización entre sus pares, mediante la convivencia sana y pacífica que se da en la sesión, así como la puesta en práctica de valores como el respeto, las reglas de los juegos y la creación de hábitos de vida saludable.

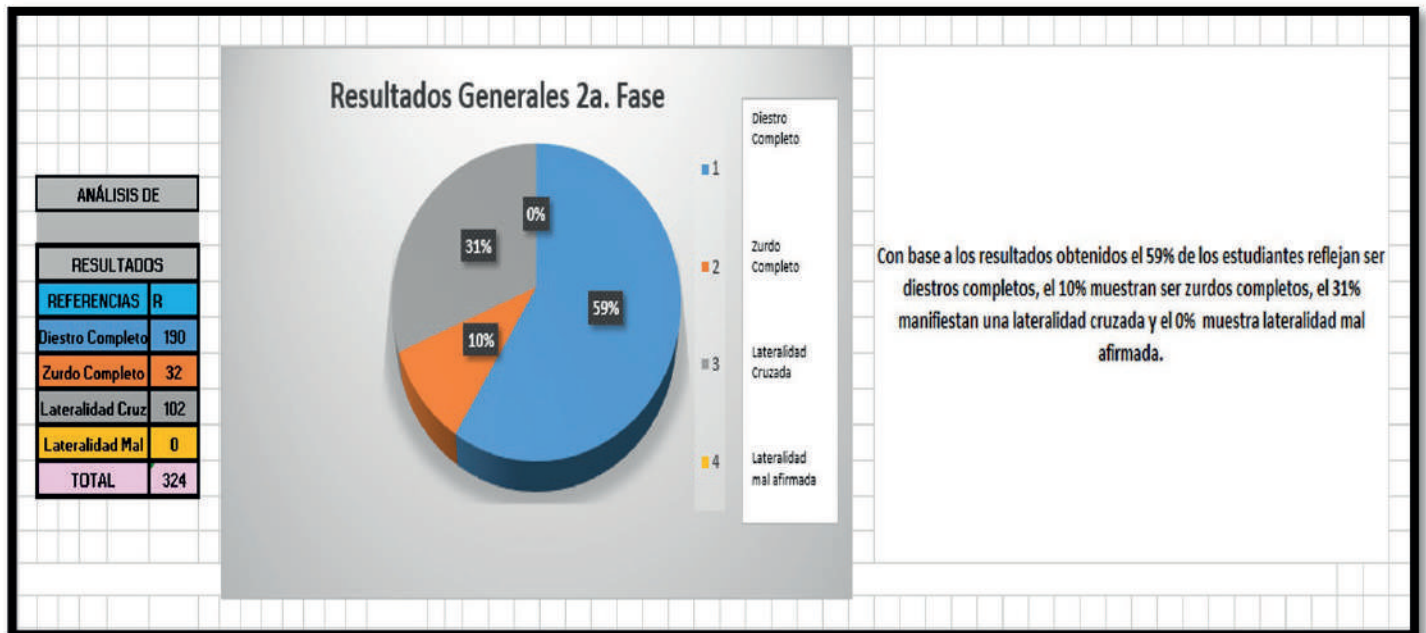
Después de la aplicación de la primera fase, el autor se percata de lo importante que es el desarrollo de la lateralidad para conjuntarse con los demás campos formativos, y cómo repercute con los procesos de aprendizaje de las y los estudiantes en el aula; se deben considerar estrategias didácticas como el cuento motor, las formas jugadas, los juegos organizados, juegos de cancha dividida y diversificadas para atender a los estudiantes de las escuelas de Educación Básica. Por tanto, sirva el presente artículo para dar pauta a futuras investigaciones en la implementación de la disciplina de Educación

Gráfica 1. Resultados generales 1a. Fase.



Fuente: Elaboración propia (2024).

Gráfica 2. Resultados generales 2a. Fase.



Fuente: Elaboración propia (2024).

Física para el desarrollo de la lateralidad desde edades tempranas.

Se considera pertinente dar seguimiento oportuno a la implementación de la sesión en Educación Física para estimular ambos hemisferios cerebrales en las y los estudiantes. La concientización con el trabajo corresponsable entre los padres y madres de familia permitirá que el proceso conduzca a crear hábitos de constancia y disciplina en las instituciones educativas. La implementación de sesiones de Educación Física ha demostrado ser una herramienta valiosa para el desarrollo integral de los estudiantes, especialmente en comunidades desfavorecidas. Es fundamental continuar con el seguimiento y la evaluación de estas intervenciones para identificar posibles áreas de mejora y garantizar su efectividad a largo plazo.

Referencias

- Congo, B., Masalema, Y., & Bravo, J. (2024). Evaluación de la Lateralidad Mediante el Test de Harris. *Prometeo Conocimiento Científico*, 4(1). <https://doi.org/10.55204/pcc.v4i1.e91>
- Dávila, M. A. (2023). *¿Cómo entender el enfoque actual de la Educación Física en México?* Secretaria de Educación Pública.
- Duarte, F. (2021). *La lateralidad a través de la aplicación del test de Harris en niños de 2 a 5 años del Instituto de Recreación y Deportes de Tunja – Irdet* [Tesis de Maestría, Universidad Pedagógica y Tecnológica de Colombia]. <https://bit.ly/3VmsAxx>
- García, E. (2007). La lateralidad en la etapa infantil. *Lecturas Educación física y deportes*, (108). <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2702323>
- Harris, A. (1961). *Manuel d'application des tests de latéralité. Éditions du Centre de psychologie appliquée*
- Mayolas, M., Villarroya, A., & Reverter, J. (2010). Relación entre la lateralidad y los aprendizajes escolares. *Apunts Educación Física y Deportes*, (101), 32 - 42. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=551656925005>
- Secretaría de Educación Pública (2023). *Orientaciones para la Octava Sesión Ordinaria de Consejo Técnico Escolar y el Taller Intensivo de Formación Continua para Docentes. Anexo Educación Física en el marco de la Nueva Escuela Mexicana*. <https://bit.ly/4bTtVTg>



Amando Bonilla Juárez

Maestro en Educación Física y Deporte Escolar, egresado de la Facultad de Cultura Física de la Benemérita Universidad Autónoma de Puebla (BUAP).

Lic. en Educación Física, egresado del Benemérito Instituto Normal del Estado ENEF. Académico frente a grupo con 17 años de experiencia en la Secretaría de Educación Pública del Estado de Puebla. Evaluador certificado por el Instituto Nacional para la Evaluación de la Educación.

Colaborador con Ceneval para los procesos de calificación, elaboración y validación de reactivos por parte de la USICAMM.

TODAS LAS ASIGNATURAS CUENTAN EN EL APRENDIZAJE DE LOS ESTUDIANTES

Ana Karen Tlatoa Angel

Maestra en Educación con Orientación en Innovación y Tecnología Educativa por la UVM
krena9393@gmail.com

Resumen

El análisis que se describe a continuación se realizó para hacer visible la injerencia de la asignatura de Educación Física en la formación integral del alumnado, para demostrar que no solo se busca el desarrollo motriz de los estudiantes, y que los contenidos, así como los procesos de desarrollo, no funcionan paralelamente a los demás, sino que tienen relación entre sí y son parte de un ciclo de aprendizaje.

Así, se reflexiona sobre la construcción del programa analítico, que en mi práctica concibo y plasmo como un formato propio que considera los lineamientos solicitados y aspectos propios de la asignatura. Todo por la necesidad de movilizar conocimientos, herramientas y experiencia para responder a las expectativas de la Nueva Escuela Mexicana.

Palabras clave: Educación Física, Nueva Escuela Mexicana, diseño curricular, planes de estudio

Introducción

La práctica educativa se lleva a cabo en la Escuela

Primaria 20 de Noviembre, adscrita al sistema federal, que se encuentra en la comunidad de San Miguel Itzoteno, la cual pertenece al municipio de Tepeyahualco, Puebla. Se localiza a 4 kilómetros de la carretera principal lo que hace difícil el acceso.

Las actividades económicas de la zona son el campo y trabajo en armadoras de carrocerías que se ubican en la comunidad contigua, San José Alchichica. Las familias son de organización tradicional, reconstituida y monoparentales.

La escuela es de organización completa, cuenta con seis docentes frente a grupo, una maestra de educación física y director técnico. Su matrícula es de 198 alumnos, de los cuales dos son alumnos con necesidades educativas especiales.

El edificio está conformado por seis aulas, biblioteca, dirección, bodega de educación física, baños para niñas y niños, desayunador, una plaza cívica con domo y un patio pequeño.

A veces, la asignatura de educación física se considera una materia dedicada exclusivamente al desarrollo motriz de los alumnos, con una débil relación con los planes y programas de estudio, pero no es así. En la siguiente narrativa se explica y demuestra cómo la asignatura de educación

física tiene más que una simple relación, sino que tiene una complicidad con los nuevos planes y programas de estudio.

Podría considerarse que existe una relación con los planes y programas por el vínculo de la educación física con el campo de lo humano y lo comunitario, donde 5 de los 21 contenidos del campo son de la asignatura; pero hay algo más allá, y es que se pueden articular contenidos y Procesos de Desarrollo de Aprendizaje (PDA) de educación física y los contenidos de los demás campos, que son: lenguajes, saberes y pensamiento científico; ética, naturaleza y sociedades. Incluso existe relación con el resto de los contenidos y PDA que no pertenecen a la materia de educación física del campo de lo humano y lo comunitario.

Dicha articulación se da a raíz de un análisis y discriminación de los contenidos como de los PDA de cada campo formativo que se encuentran en los programas sintéticos de cada fase. Los elementos seleccionados se organizaron en una tabla para su posterior consulta. Se debe mencionar que, en dicho análisis, no solo se contemplaron elementos visiblemente compartidos o con relación directa en cuestión de términos, sino que también se eligieron aquellos contenidos o PDA que mencionan aspectos que la materia de educación física busca estimular, desarrollar o fortalecer en los alumnos como: identidad nacional, valores morales, pensamiento matemático, correcta alimentación, higiene, educación socioemocional.

Esta revisión inició en agosto de 2023 y finalizó a mediados de septiembre de 2023. Se obtuvo una tabla por grado, en la que además se encuentran ejes articuladores y rasgos del perfil de egreso.

Las tablas se empezaron a usar en septiembre con la construcción de los primeros programas analíticos y planos didácticos.

Desarrollo

En un inicio, con la diversidad de proyectos que fueron sugeridos para la elaboración del programa analítico, tuve la incertidumbre de cómo poder adaptar lo solicitado con la asignatura de educación física, así que hice uso de la autonomía profesional, lo cual significa para los docentes, tener libertad epistémica y metodológica para redefinir su enseñanza, planeación y evaluación (Secretaría de Educación Pública [SEP], 2022).

Construí un formato de programa analítico donde incluí los cinco contenidos de la materia, en el que se encuentran: datos generales, datos específicos de la asignatura, metodología, ejes articuladores, rasgos de perfil de egreso y la articulación con contenidos y PDA de los demás campos formativos. Esta última acción se entiende como la relación que existe entre distintas asignaturas que se cursan en forma simultánea para lograr un diálogo que facilite a las y los estudiantes el tránsito por las mismas, a partir del uso de un lenguaje común, que permita reconocer en las distintas asignaturas los objetos comunes que aparecen en formatos diferentes y una metodología coherente que permita unificar (Costa, V. y Río, L., 2016, p. 150). Es preciso mencionar que puede o no haber articulación y no siempre los contenidos se articulan con los mismos contenidos (Figura 1). Para este llenado hice uso de la tabla que elaboré previamente (Figura 2).

Figura 1. Programa analítico.

Campo		Asignatura	Nivel	Fase	Grado											
De lo humano y lo comunitario		Educación física	Primaria	3	1ero											
Docente		Mtra. Ana Karen Tlatoa Angel		Temporalidad	Trimestral											
Contenido (Programa sintético)	Problemática	PDA (Programa sintético)			Indicador de logro											
Capacidades y habilidades motrices	Realización de actividades basadas en el manejo de su cuerpo, así como en la manipulación de objetos.	Utiliza patrones básicos de movimiento ante situaciones que implican explorar los diferentes espacios, el tiempo y los objetos, para favorecer el conocimiento de sí.			Reconoce las diferencias al efectuar y combinar diversos patrones básicos de movimiento.											
Posibilidades cognitivas, expresivas, motrices, creativas y de relación	Los alumnos presentan dificultad al reconocer y nombrar de manera correcta las partes de su cuerpo. Diferencias que hacen de cada persona una entidad distinta, original y autónoma, reconociéndolas en los demás, así como también sus cualidades.	Explora acciones motrices y expresivas en juegos y situaciones cotidianas que implican equilibrio, orientación espacial, temporal y coordinación motriz, para mejorar el conocimiento de sí.			Demuestra un mayor conocimiento de sí al emplear distintas partes y segmentos del cuerpo.											
Estilos de vida activos y saludables	Valoración de la autoconfianza y las posibilidades de movimiento.	Participa en diferentes juegos para explorar alternativas que le permitan mantener una vida activa y saludable.			Muestra disposición al participar en las actividades.											
Pensamiento lúdico, divergente y creativo	Realización de movimientos con los diferentes segmentos corporales, valorando sus desempeños motrices, comparándolos con sus compañeros y proponiendo nuevas formas de ejecución.	Busca distintas soluciones ante una misma situación de juego o cotidiana, con la intención de poner en práctica la creatividad.			Propone y emplea formas de resolver las tareas propuestas por sus compañeros.											
Interacción motriz	Promoción de acciones encaminadas para la toma de decisiones, la perseverancia y el aprender de los demás.	Colabora en la definición de normas básicas de convivencia para reconocer su influencia en la interacción presente en juegos y situaciones cotidianas.			Reconoce y aplica reglas y normas de convivencia que se establecen en el juego y la sesión.											
Metodología		Unidad didáctica														
Ejes articuladores																
Rasgos de perfil de egreso																
1	2	3	4	5	6	7	I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII	IX	X
X			X	X		X			X	X	X	X	X		X	
Articulación																
Campo formativo	Contenido/PDA				Contenido EF											
Lenguajes	CONT. Uso de elementos y convenciones de la escritura presentes en la cotidianidad. PDA -Reconoce espacios, alineación y direccionalidad (izquierda-derecha y arriba-abajo) entre palabras y entre enunciados.				Posibilidades cognitivas, expresivas, motrices, creativas y de relación											
Saberes y pensamiento científico	CONT. Beneficios del consumo de alimentos saludables, de agua simple potable, y de la práctica de actividad física. PDA - Describe los alimentos y bebidas saludables que consume en casa, escuela y comunidad, que aportan a su cuerpo lo que necesita, y que junto con la práctica de actividad física le ayudan a crecer y evitar enfermedades.				Estilos de vida activos y saludables											
Ética, naturaleza y sociedades	CONT. Construcción de la paz mediante el diálogo: situaciones de conflicto como parte de la interacción de los seres humanos en la casa, el aula, la escuela y la comunidad. PDA -Describe e identifica a personas que participan en situaciones de conflicto, y usa el diálogo para evitar trascender a la violencia. Reflexiona acerca de que la paz se construye en colectivo mediante el diálogo,				Interacción motriz											
De lo humano y lo comunitario	CONT. Actitudes y prácticas que prevalecen entre los hombres y las mujeres en la familia, la escuela y la comunidad PDA - Identifica la importancia de la participación equilibrada entre hombres y mujeres, adultos, niñas y niños en la cotidianidad familiar.				Pensamiento lúdico, divergente y creativo											

Fuente: Elaboración propia con datos de programa sintético fase 3 y articulación Educación Física con los campos formativos de la Nueva Escuela Mexicana, SEP (2023).

Figura 2. Articulación Educación Física con los campos formativos de la NEM.

EDUCACIÓN FÍSICA – PRIMER GRADO				
CONTENIDOS				
Capacidades y habilidades motrices	Posibilidades cognitivas, expresivas, motrices, creativas y de relación	Estilos de vida activos y saludables	Pensamiento lúdico, divergente y creativo	Interacción motriz
PROCESO DE DESARROLLO DE APRENDIZAJE				
Utiliza patrones básicos de movimiento ante situaciones que implican explorar los diferentes espacios, el tiempo y los objetos, para favorecer el conocimiento de sí.	Explora acciones motrices y expresivas en juegos y situaciones cotidianas que implican equilibrio, orientación espacial, temporal y coordinación motriz, para mejorar el conocimiento de sí.	Participa en diferentes juegos para explorar alternativas que le permitan mantener una vida activa y saludable.	Busca distintas soluciones ante una misma situación de juego o cotidiana, con la intención de poner en práctica la creatividad.	Colabora en la definición de normas básicas de convivencia para reconocer su influencia en la interacción presente en juegos y situaciones cotidianas.
ARTICULACIÓN				
<p>D.HUM.YCOM. CONT. Formas de ser, pensar, actuar y relacionarse PDA. Reconoce y descubre características y cambios (corporales, gustos, intereses, necesidades y capacidades) que lo diferencian y hacen único, con la finalidad de valorar y respetar la diversidad.</p> <p>LENG. Cont. Descripción de objetos, personas, seres vivos y lugares. PDA - Representa objetos, personas, seres vivos y lugares de forma plástica, sonora, corporal, teatral o por medio de otros lenguajes artísticos.</p> <p>SAB.YPENS. CONT. Cuerpo humano: estructura externa, acciones para su cuidado y sus cambios como parte del crecimiento. PDA - Compara, representa y nombra, en su lengua materna, las partes externas del cuerpo humano, explica su funcionamiento; propone y practica acciones para cuidarlo y la frecuencia con que es recomendable llevarlas a cabo y por qué.</p> <p>CONT. Objetos del entorno: características, propiedades, estados físicos y usos en la vida cotidiana. PDA - Observa, manipula y compara diversos objetos a partir de características como: color, tamaño, olor, textura, material de qué están hechos (madera, vidrio, metal, plástico), entre otras, para clasificarlos a partir de criterios propios o consensuados. PDA -Explora y experimenta con diversos materiales para explicar sus propiedades: flexible (se puede doblar o no); ligero o pesado; textura; elástico (regresa o no a su forma original después de haber sido estirado) y resistente (difícil o fácil de romper); los clasifica de acuerdo con ellas y argumenta sus resultados.</p>	<p>D.HUM.YCOM. CONT. La comunidad como el espacio en el que se vive y se encuentra la escuela. PDA -Ubica algunos referentes del lugar donde vive y se encuentra la escuela. CONT. Historia personal y familiar PDA - Platica sobre sucesos de su historia personal y familiar y los ordena en antes, después y ahora. Cont. Los afectos y su influencia en el bienestar. PDA - Conoce las emociones básicas, su función y reacciones fisiológicas, para interactuar con sus pares. PDA -Reconoce emociones básicas en él o ella y en las demás personas, con el fin de identificar situaciones donde se necesite pedir u ofrecer ayuda.</p> <p>LENG. CONT. Uso de elementos y convenciones de la escritura presentes en la cotidianidad. PDA - Reconoce espacios, alineación y direccionalidad (izquierda-derecha y arriba-abajo) entre palabras y entre enunciados. Cont. Descripción de objetos, personas, seres vivos y lugares. PDA - Representa objetos, personas, seres vivos y lugares de forma plástica, sonora, corporal, teatral o por medio de otros lenguajes artísticos. CONT. Uso estético de los lenguajes corporal, visual y sonoro en la vida cotidiana. PDA - Imita sonidos o imágenes del entorno con su cuerpo o con objetos a su disposición.</p> <p>SAB.Y PENS. CONT. Cuerpo humano: estructura externa, acciones para su cuidado y sus cambios como parte del crecimiento. PDA -Compara, representa y nombra, en su lengua materna, las partes externas del cuerpo humano, explica su funcionamiento; propone y practica acciones para cuidarlo y la frecuencia con que es recomendable llevarlas a cabo y por qué.</p>	<p>D.HUM.YCOM. CONT. Acciones individuales que repercuten en la conservación y mejora de la salud PDA - Reconoce la importancia de la práctica de hábitos de higiene y limpieza en el cuidado personal, así como de otros seres vivos, con la intención de contribuir a la prevención de problemas de salud. PDA - Explica la importancia de incluir alimentos saludables de los distintos grupos para colaborar en la modificación de hábitos de consumo personales y familiares que favorecen la salud.</p> <p>SAB.YPENS. CONT. Beneficios del consumo de alimentos saludables, de agua simple potable, y de la práctica de actividad física. PDA - Describe los alimentos y bebidas saludables que consume en casa, escuela y comunidad, que aportan a su cuerpo lo que necesita, y que junto con la práctica de actividad física le ayudan a crecer y evitar enfermedades.</p> <p>ETI., NAT. Y SOC. CONT. Respeto a la dignidad e integridad: Límites corporales y situaciones de riesgo para prevenir y denunciar situaciones de acoso, abuso y violencia de carácter sexual en la casa, la escuela, la comunidad y con el uso del Internet y redes sociales. PDA - Analiza la importancia del respeto a la dignidad e integridad a partir del cuidado de su cuerpo y reconocer sus límites corporales, diferenciando el contacto físico sano y reconfortante de aquél que nos causa incomodidad y amenaza nuestro bienestar físico o mental, para protección en la familia, en la escuela y la comunidad, considerando también el uso de Internet y redes sociales.</p>	<p>D.HUM.YCOM. CONT. Actitudes y prácticas que prevalecen entre los hombres y las mujeres en la familia, la escuela y la comunidad. PDA - Identifica la importancia de la participación equilibrada entre hombres y mujeres, adultos, niñas y niños en la cotidianidad familiar.</p> <p>LENG. CONT. Uso estético de los lenguajes corporal, visual y sonoro en la vida cotidiana. PDA - Reconoce que los movimientos, imágenes y sonidos constituyen lenguajes que permiten la comunicación. PDA - Imita sonidos o imágenes del entorno con su cuerpo o con objetos a su disposición. CONT. Apreciación de narraciones.</p> <p>MAT. CONT. Construcción de la noción de suma y resta como operaciones inversas. PDA - Reconoce, a partir de la resolución de situaciones que implican agregar, quitar, juntar, comparar y completar, que la suma es el total de dos o más cantidades y la resta, como la pérdida de elementos en una colección. PDA -Utiliza, explica y comprueba sus estrategias para calcular mentalmente sumas o restas con números naturales de una cifra.</p>	<p>D.HUM.YCOM. CONT. Construcción del proyecto de vida. PDA- Explica situaciones cotidianas que se presentan en la escuela y la casa, con la intención de proponer acuerdos que generen una mejor convivencia. CONT. Sentido de pertenencia a la familia y la comunidad. PDA- Reconoce y comparte valores, tales como: la solidaridad, la participación, la reciprocidad, el respeto, entre otros., así como estilos socioculturales propios de su familia y comunidad.</p> <p>LENG. CONT. Empleo de instrucciones para participar en juegos, usar o elaborar objetos, preparar alimentos u otros propósitos. PDA - Sigue instrucciones, orales o escritas, para preparar un alimento sencillo y saludable (receta), utilizar o construir un objeto, participar en un juego o alguna otra actividad.</p> <p>ETI., NAT. Y SOC. CONT. Los seres humanos son diversos y valiosos y tienen derechos humanos. PDA - Reconoce que todas las personas son únicas, valiosas y tienen el derecho de ser parte de familias, grupos escolares, comunidades y pueblos y que esto es parte de sus derechos humanos. CONT. Construcción de la paz mediante el diálogo: situaciones de conflicto como parte de la interacción de los seres humanos en la casa, el aula, la escuela y la comunidad. PDA -Describe e identifica a personas que participan en situaciones de conflicto, y usa el diálogo para evitar trascender a la violencia. Reflexiona acerca de que la paz se construye en colectivo mediante el diálogo,</p>

Fuente: Elaboración propia con datos del programa sintético de la fase 3, SEP (2023).

Fue inevitable continuar con la reflexión en la elección de componentes, ya que deben elegirse según la problemática que se atiende, detectada por el diagnóstico de los grupos. Posterior al programa analítico, la interrogante que surge es ¿cómo hacer el plano didáctico? Así que lo siguiente fue analizar entre algún tipo de

proyecto o el uso de la unidad didáctica, que es una metodología empleada en la asignatura de educación física como “uno de los elementos de programación de la enseñanza, que se lleva a cabo en un periodo determinado, en esta se incluyen y plasman los componentes del proceso enseñanza aprendizaje” (Piña, N., s.f,

Figura 3. Plano didáctico 1.0.

Docente		Nivel		Grado		Temporalidad				
Mtra. Ana Karen Tlatoa Angel		Primaria		1ero		Quincenal				
Campo		Ejes articuladores						Número de sesiones		
De lo humano y comunitario		1	2	3	4	5	6	7	3	
						x				
Contenido		PDA			Problemática			Indicador de logro		
Capacidades y habilidades motrices		Utiliza patrones básicos de movimiento ante situaciones que implican explorar los diferentes espacios, el tiempo y los objetos, para favorecer el conocimiento de sí.			Utiliza patrones básicos de movimiento ante situaciones que implican explorar los diferentes espacios, el tiempo y los objetos, para favorecer el conocimiento de sí.			El alumno realiza el patrón básico de movimiento oportuno para la tarea motriz a la que se enfrenta y la llama por su nombre.		
Articulación		Saberes y pensamiento científico			CONT. Cuerpo humano: estructura externa, acciones para su cuidado y sus cambios como parte del crecimiento. PDA -Compara, representa y nombra, en su lengua materna, las partes externas del cuerpo humano, explica su funcionamiento; propone y practica acciones para cuidarlo y la frecuencia con que es recomendable llevarlas a cabo y por qué.					
Habilidades y destrezas motrices				Capacidades						
Locomoción		Manipulación		Estabilidad		Perceptivo – motrices		Físico – motrices		Socio -motrices
x		x		x		Corporeidad				Comunicación Interacción
Estrategias didácticas			Técnicas de evaluación			Instrumentos de evaluación				
Formas jugadas			Análisis de desempeño			Rúbrica				
Dosificación didáctica										
Intencionalidad pedagógica: Que el alumno explore los patrones básicos de movimiento al desplazarse de diferentes maneras por medio de unas formas jugadas.			Intencionalidad pedagógica: Que el alumno explore los patrones básicos de movimiento al manejar distintos objetos a través de formas jugadas.			Intencionalidad pedagógica: Que el alumno explore los patrones básicos de movimiento al tener control de su cuerpo por medio de unas formas jugadas.				
Diseño de actividades de aprendizaje										
Canción: Yo tengo un tren			Canción: Yo tengo un tren Canción: Yo tengo un tic			Canción: Yo tengo un tren				
1. Reptar, pasar por debajo de una cuerda que este a 30 cm del piso. 2. Gatea, sobre una línea recta de 5 metros (asegúrese que el alumno se apoye con manos abiertas, rodillas y mirada hacia el frente). 3. Salta con pies juntos, dibuja o marca 5 líneas en el piso con una separación de 30 cm 4. Corre y saltar un obstáculo (10 a 15 cm de alto).			1. Lanza la pelota, con el objetivo que entre a una caja. 2. Atrapa la pelota 3. Bota la pelota con ambas de manera continua 4. Rueda un aro de un punto a otro 5. Jalar una llanta 6. Empuja una llanta			1. Camina sobre un recorrido de tablas de madera 2. Pasa por el juego “el avioncito” 3. Rueda sobre su cuerpo en un plano horizontal sobre colchonetas 4. Corre en zig-zag a través de una línea de conos				
Transportadores Cada alumno tiene un globo, propósito de la actividad es que lleven el material con alguna parte del cuerpo a otra área.			El gato y el ratón Se ubican en tercias, dos de ellos se colocan de frente con una separación de tres metros (gatos), el que queda se coloca en medio. La dinámica consiste en que los gatos se lacer una pelota y el ratón busque robárselas, en caso de lograrlo, el ratón pasara a ser gato y un gato ratón.			El gato y el ratón Este juego requiere de una pelota- Los jugadores deberán ser tres: dos a los extremos del espacio de juego y uno en el centro. Los jugadores en los extremos deberán arrojar la pelota evitando que el jugador del medio (quien hace de “ratón”) lo alcance. Si en algún momento el ratón se hace con la pelota, el jugador responsable pasará al medio y el juego reiniciará.				
Observaciones y ajustes razonables										
Nota: Saberes y pensamiento científico CONT. Cuerpo humano: estructura externa, acciones para su cuidado y sus cambios como parte del crecimiento. PDA -Compara, representa y nombra, en su lengua materna, las partes externas del cuerpo humano, explica su funcionamiento; propone y practica acciones para cuidarlo y la frecuencia con que es recomendable llevarlas a cabo y por qué.										

Fuente: Elaboración propia con datos de programa analítico y Articulación Educación Física con los campos formativos de los Planes de Estudio de la Nueva Escuela Mexicana (2022).

p.2). Opté por esta última y realicé un formato donde contemplo elementos propios de la unidad didáctica con respeto a la asignatura y elementos del programa analítico que nos fueron solicitados, escribiendo en las observaciones una nota de la presencia de la articulación entre contenidos y PDA (Figura 3).

Contando con mi programa analítico y con el plan didáctico de cada grado, comencé con las sesiones, en las que se desarrollan, según lo planificado, las actividades o juegos. En este punto se podría pensar que acentuar la intervención en un elemento en la sesión de educación física se

queda solo allí, pero eso no es así; considerando que la articulación se da con los contenidos y PDA extraídas del programa sintético de cada fase, es seguro que el docente lo abordará en algún momento y enfatizando la articulación en la intervención, esta no se vuelve protagonista de la clase, sino que suma el aprendizaje del alumnado.

Para la evaluación, me apoyo de técnicas de observación, y para el análisis del desempeño tomo en cuenta varios aspectos del desenvolvimiento de los alumnos durante la clase, como son: su avance motriz, interacción, resolución de problemas y creatividad (Figura 4).

Figura 4. Fichero primaria, educación física de primer grado.

Indicador	Excelente	Bueno	Regular	Insuficiente
Realiza el patrón básico de movimiento oportuno para la tarea motriz a la que se enfrenta	Siempre	La mayoría de veces	Algunas veces	Pocas veces
Nombra los patrones básicos de movimiento	Identifica 5 o más PBM	Identifica 3 o 4 PBM	Identifica 1 o 2 PBM	No los identifica

Fuente: Elaboración propia con datos del Modelo Educativo Recrea, “Educación para refundar 2040” del Gobierno de Jalisco (2019).

Los aspectos ya mencionados están sujetos al indicador de logro escrito en el programa analítico, ya que se plantea una meta al identificar la problemática en la que se debe trabajar; aunque no se deja de lado la posibilidad de ajustes en el transcurso de las sesiones, por el desempeño y progreso de los estudiantes.

Así, el trabajo con los estudiantes enriqueció la apropiación de conocimientos y el traslado de estos a la vida cotidiana, especialmente al reconocer la diversidad de la utilidad de un aprendizaje, que no se encajona en un ámbito, sino que, puede emplearse en muchos más. Por eso, el siguiente paso para fortalecer la sinergia de trabajo entre

docentes de grupo y educación física, fue buscar ahora en cada libro de texto gratuito, los proyectos donde estén temas o actividades vinculadas a la asignatura de educación física. Ya teniendo el concentrado, se proporcionó uno a cada docente de grupo, con la intención de llevar a cabo un trabajo simultaneo en algún momento (Figura 5).

Resultados

En todo el proceso de análisis y reflexión obtuve diferentes elementos que me fueron útiles para construir cada esquema con los que ahora cuento. Comenzando con la tabla de articulación

Figura 5. Vinculación de Educación Física con LTG.

PRIMER GRADO			Lenguajes	Saberes y pensamiento científico	De lo humano y comunitario	Ética, Naturaleza y sociedades	Inclusión	Pensamiento crítico	Interculturalidad crítica	Igualdad de género	Vida saludable	Apropiación de las culturas a través de la lectura y la escritura	Artes y experiencias estéticas
Libro	Nombre	Página	Campos formativos				Ejes articuladores						
Proyectos de aula	Somos lo que sentimos y comemos	68	x				x	x	x		x	x	x
	Mi cuerpo dentro de una burbuja Burbuja corporal	104				x	x	x		x	x	x	x
	Me siento bien cuando me cuido	108				x			x		x	x	
	Reglamento del aula y su importancia Juego de reglas de la comunidad al aula	132				x	x	x	x	x		x	
	El árbol de cualidades, actitudes y valores	140				x	x		x				
	Hablemos de empatía	152			x		x						
	El rincón de juegos	178			x		x						x
	Mi cuerpo y sus movimientos	194		x			x	x			x		
	¡Cuidado con los azúcares!	206		x				x			x		
Proyectos comunitarios	¡Bailamos palabras musicalizadas!	54	x				x			x		x	
	Un museo de emociones	142			x					x			x
	Jugamos y convivimos en un entorno seguro y feliz	174			x					x			x
	La comida chatarra en mi comunidad	226		x				x			x	x	
Proyectos escolares	Jugamos y nos cuidamos	142			x		x		x	x	x		
	¡Una escuela llena de emociones!	156			x		x			x			
	Nuestros hábitos de consumo responsable	176			x		x		x		x		
	¡Rico y saludable!	204		x				x			x		
Múltiples lenguajes	Reta de ritmos y colores	78	x		x								x
	Aprendiendo situaciones justas e injustas al jugar serpientes y escaleras	86			x	x		x					x
	El fascinante mundo de las sombras	142	x		x			x					x
	El paso a paso del baile	204			x						x		x
Nuestros saberes	Animaciones en volumen Rondas infantiles Sensoramas táctiles	11 13	x					x					
	Conociendo el cuerpo	66		x				x			x	x	
	El árbol de cualidades, actitudes y valores	88			x		x	x	x	x			
	El origen de los alimentos	94		x				x			x	x	
	La colaboración	130			x								
	Las emociones	160			x		x	x					
	Los juegos de rol	178				x							
	Los reglamentos	182	x					x			x		
	Símbolos propios	190				x	x		x			x	

Fuente: Elaboración propia con datos de libros de primer grado de la Comisión Nacional de Libros de Texto Gratuitos.

Figura 6. Plano didáctico 2.0

Docente		Nivel		Grado		Temporalidad	
Mtra. Ana Karen Tlatoa Angel		Primaria		1ero		Quincenal	
Campo		Vinculación con LTG				Número de sesiones	
De lo humano y comunitario		Libro		Pagina	Tema		3
		Proyectos de aula		132	Reglas		
Contenido		Problemática		PDA		Indicador de logro	
Capacidades y habilidades motrices		Realización de actividades basadas en el manejo de su cuerpo, así como en la manipulación de objetos.		Utiliza patrones básicos de movimiento ante situaciones que implican explorar los diferentes espacios, el tiempo y los objetos, para favorecer el conocimiento de sí.		Reconoce las diferencias al efectuar y combinar diversos patrones básicos de movimiento.	
Habilidades y destrezas motrices				Capacidades			
Locomoción		Manipulación		Estabilidad		Perceptivo – motrices	
Físico – motrices		Socio – motrices		Físico – motrices		Socio – motrices	
Caminar		Lanzar		Corporalidad		Velocidad	
Correr		Cachar		Orientación		Interacción	
Estrategias didácticas		Técnicas de evaluación		Instrumentos de evaluación		Estrategia socioemocional	
Tareas motrices		Observación		Diario de clase		Emoji-Check	
Juego motor							
Intención pedagógica							
Que el alumno haga uso de habilidades motrices de manipulación, experimentando la variabilidad de estos a través de tareas motrices.		Que el alumno vivencie la combinación de una habilidad motriz de locomoción con una habilidad de manipulación en donde tome en consideración el tiempo de su actuación través del juego motor.		Que el alumno vivencie la combinación de una habilidad motriz de locomoción con una habilidad de manipulación en donde tome en consideración el espacio-tiempo de su actuación través del juego motor.			
Diseño de actividades de aprendizaje							
Actividades: Todos los alumnos con una pelota. Lanzar – cachar Lanzar- golpear Botar con ambas manos Botar con mano derecha y mano izquierda		Actividades: Con una pelota de goma Usando las palmas de las manos: Dibujar círculos en el piso sin despegar la mano de la pelota. Dibujar líneas rectas de abajo hacia arriba y viceversa. Dibujar líneas de izquierda a derecha y viceversa.		Las traes			
Materiales: pelotas, pinos de boliche, cajas de madera. Actividades: Se forman tres equipos, todos colocados a cierta distancia de una cuerda que estará a 1.50 m del piso. Los alumnos deben lanzar su pelota con la intención de que pase por arriba de la cuerda. Se coloca a la misma distancia en que esta la cuerda una serie de pinos, los cuales deben ser derribados por el equipo. Se retiran los pinos y ahora se colocan las cajas de manera para que los alumnos lancen su pelota con la intención de que esta quede dentro de la caja.		Carrera de pinzas Se forman tres equipos, cada alumno debe contar con una pinza, delante de los equipos a cierta distancia se coloca una cuerda a 50 cm del piso. A la señal, el primero de cada fila pondrá la pinza en la cuerda y volverá. Luego, el segundo irá hasta esa cuerda coloca su pinza y así sucesivamente lo hará el resto del equipo hasta el último de ellos.		Se integra al juego una pelota, la cual los alumnos deben lanzarla para que su compañero “las traiga”.			
Variante: se cambia la pelota por aro, el cual pasen por arriba de la cuerda y tengan que lanzar para que entre en un palo que este en vertical.		Variante Para llegar a la cuerda deberán pasar en zig-zag una línea de 5 conos; saltar el avioncito antes de iniciar la carrera hacia los conos.					
Observaciones				Ajustes razonables			
Nota de articulación: identifica importancia de la participación equilibrada Nota de libro: Se debe explicar a los alumnos que es una regla y analizar con ellos las reglas con las que se cuentan en la sesión.							

Fuente: Elaboración propia con datos de programa analítico, articulación Educación Física con los campos formativos de los Planes de Estudio de la NEM y vinculación de Educación Física con LTG (2022)

que realicé a partir de una enriquecedora lectura de cada contenido y proceso de desarrollo de aprendizaje de los campos formativos de cada fase, identificando la relación de estos con los contenidos y proceso de desarrollo de aprendizaje con la asignatura de educación física. Después hice un estudio de los aspectos que debía tener el programa analítico y los puntos que debía retomar para formar parte de un proceso homogéneo de formación a la asignatura de educación física. El plan didáctico se presenta a través de la unidad didáctica, con elementos propios de esta y componentes relevantes para su implementación, se recupera del programa analítico: contenido, proceso de desarrollo de aprendizaje, problemática, indicador de logro y articulación; sirviendo los primeros tres para evaluar el instrumento. Tras la evidente necesidad de fortalecer procesos de desarrollo de aprendizaje, creo un formato para concentrar la vinculación de los proyectos de libros de texto gratuito con la materia. Finalmente, posterior al trabajo ya mencionado reformulo el formato del plan analítico, donde incorporo la vinculación con los libros de texto gratuito, indicando libro, página y texto, además de la estrategia socioemocional y menciono la articulación de manera breve en el espacio de observaciones.

Contando con todos estos elementos que contienen información puntual para visualizar el proceso de formación, tanto de manera teórica como práctica, permite tener mayor fluidez al momento de llevar a cabo con los estudiantes las actividades, dinámicas y juegos, donde ellos identifican el propósito y su relación con lo trabajado con su maestro de grupo.

Conclusiones

El principal desafío que encontré fue trasladar las ideas que tenía para elaborar el programa analítico y plan didáctico al diseño de los formatos, considerando que busco no perder la esencia de los elementos de la NEM (Nueva Escuela Mexicana) y de la asignatura de educación física. Los formatos han sufrido cambios, debido a que, al llevarlos a la práctica, he identificado elementos que se pueden modificar para permitir una mayor fluidez en las sesiones, además de considerar siempre que el progreso en el avance con respecto a las actividades del plano didáctico lo determina el alumnado y es preciso tener flexibilidad y apertura a sumar actividades o sesiones (Figura 6). Por otro lado, con la implementación y compartir con mis compañeros de grupo el trabajo realizado, logré que comprendieran que, aunque no trabajamos todos los contenidos con los que existe una articulación entre educación física y los demás campos formativos, es importante el momento de la intervención de ambos, pues formamos parte de un ciclo de apropiación de aprendizajes.

Con ello, aunque no podría afirmar que tengo dominio sobre la elaboración de un programa analítico y un plano didáctico, de conocer los contenidos y PDA de los diferentes campos, todo el análisis y reflexión que he hecho me ha servido para confirmar que con la educación física sí se logra una implantación de los nuevos planes y programas y que la intervención que tengo como docente de educación física es relevante para la formación del alumnado.

Referencias

- Comisión Nacional de Libros de Texto Gratuitos. (2024). Primaria. Gobierno de México. Recuperado de 2024 de <https://libros.conaliteg.gob.mx/primaria.html>
- Costa, V. & Río, L. (7 y 8 de abril de 2016). *La articulación en la enseñanza* [Resumen de presentación de la conferencia]. 1° Jornadas sobre las Prácticas Docentes en la Universidad Pública, Buenos Aires, Argentina. <http://sedici.unlp.edu.ar/handle/10915/61283>
- Gobierno de Jalisco. (2019). Recrea, Educación para refundar 2040. https://recrea.jalisco.gob.mx/recrea/wp-content/uploads/sites/6/2022/09/13Agosto_PEJ_compressed.pdf
- Piña, N. (s.f.). *La unidad didáctica y la planeación en Educación Física* [Archivo PDF]. <https://www.seducoahuila.gob.mx/assets/la-unidad-didactica--y-la-planeacion-en-ed-fisica.pdf>
- Secretaría de Educación Pública. (2022). *Plan de Estudio de Educación Preescolar, Primaria y Secundaria 2022* [Archivo PDF]. https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/792397/plan_de_estudio_para_la_educacion_preescolar_primaria_secundaria_2022.pdf
- Secretaría de Educación Pública. (2023). Programas de Estudio para la educación preescolar, primaria y secundaria: Programas Sintéticos de las Fases 2 a 6. https://www.dof.gob.mx/2023/SEP/ANEXO_ACUERDO_080823_FASES_2_A_6.pdf



Ana Karen Tlatoa Angel

Maestra en Educación con Orientación en Innovación y Tecnología Educativa en la Universidad Del Valle de México (UVM) campus San Rafael.

Licenciada en Educación Física, egresada del Benemérito Instituto Normal de Estado “Gral. Juan Crisóstomo Bonilla” LEF. Docente de clase directa con 8 años servicio.



LA EDUCACIÓN FÍSICA COMO COMPONENTE FUNDAMENTAL EN EL DESARROLLO INTEGRAL DE LOS INDIVIDUOS

Dirección de Educación Física de la
Secretaría de Educación del Estado de Puebla

def@seppue.gob.mx

La educación física es fundamental en el desarrollo integral de los estudiantes, no solo en lo físico, sino también en aspectos emocionales, sociales y cognitivos, además, es una pieza clave en el fomento de estilos de vida saludables. Como Dirección de Educación Física en el estado, consideramos importante hacer una reflexión y brindar una educación física de calidad que beneficie a la población.

Primero, es crucial reconocer que la educación física va más allá de realizar actividades deportivas escolares. Es un espacio donde los estudiantes pueden explorar y desarrollar sus habilidades motrices, aprender sobre trabajo en equipo, liderazgo, respeto y tolerancia hacia los demás; además, promueve la inclusión, ya que permite participar y disfrutar de la actividad física.

La participación en educación física en el estado de Puebla puede ser variable entre escuelas y regiones, lo que plantea desafíos importantes para garantizar el acceso de los estudiantes a una instrucción de calidad. Como especialistas del área, debemos trabajar en colaboración con las autoridades educativas y las escuelas para identificar y superar las barreras que podrían

limitar la participación en la sesión.

Uno de los desafíos comunes es la falta de recursos y espacios adecuados para la impartición de la clase en las instituciones de educación básica. Es fundamental abogar por la asignación de recursos suficientes para equipar adecuadamente las instalaciones escolares y proporcionar materiales didácticos apropiados, además de promover estrategias innovadoras para aprovechar al máximo los recursos disponibles y fomentar las clases de educación física tanto dentro como fuera de las escuelas.

Otro aspecto importante es la formación y actualización del personal docente encargado de impartir Educación Física. Los docentes deben estar preparados para diseñar y facilitar experiencias de aprendizaje significativas y motivadoras en niñas, niños, adolescentes y jóvenes del estado de Puebla. Esto incluye no solo conocimientos pedagógicos sobre la impartición de la clase de Educación Física, sino también habilidades didácticas para promover la participación de los estudiantes y adecuar las actividades a las necesidades individuales y los intereses de cada grupo.

Justificación legal de la Educación Física

La Educación Física, como hemos visto, es muy importante en el desarrollo del individuo. Esta herramienta pedagógica forma parte de la educación, considerada como derecho humano desde 1948 en la Carta Internacional de Derechos Humanos de la ONU (Oficina del Alto Comisionado de las Naciones Unidas para los Derechos Humanos [ACNUDH], s.f.). Por su parte, la Organización de las Naciones Unidas para la Ciencia, la Cultura y las Artes (UNESCO) publicó el 21 de noviembre de 1978 la Carta Internacional de la Educación Física y el Deporte, la cual desde entonces hace énfasis en la importancia de la práctica de la Educación Física y que ésta debe garantizarse dentro del marco educativo (Organización de las Naciones Unidas para la Ciencia, la Cultura y las Artes [UNESCO], s.f.).

La Educación Física ha sido protagonista en el ámbito educativo a nivel global y en el desarrollo integral de la población estudiantil. En nuestro país, el artículo tercero constitucional menciona que los planes y programas tendrán una orientación integral, en los que se incluirá a la Educación Física (Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos, 2019, Artículo 3); precisamente en el capítulo IV, artículos 17 y 18 de la Ley General de Educación (2019), se menciona que “la orientación integral en la Nueva Escuela Mexicana comprende la formación para la vida de los educandos, así como los contenidos de los planes y programas de estudio” y que, para tener esa formación integral dentro del Sistema Educativo Nacional, se considerará a la Educación Física como un área de vital importancia.

Considerando lo anterior, el contexto histórico y los diferentes enfoques de la misma, podemos afirmar que la Educación Física está inmersa en las políticas públicas y educativas como en el Programa Sectorial de Educación (Gobierno del Estado de Puebla, 2019), el cual se desprende del Plan Estatal de Desarrollo del mismo órgano gubernamental, ya que ambos vinculan sus objetivos al desarrollo sostenible de la Agenda 2030, documento que emana de la ONU y sus países adheridos como es el caso de México, (Organización de las Naciones Unidas [ONU], 2015). La Agenda 2030 tiene 17 objetivos y 169 metas que buscan erradicar la pobreza, combatir las desigualdades, promover la prosperidad y proteger el medio ambiente. Con la práctica de Educación Física en las escuelas se colabora directamente con los objetivos 3 y 4 de la Agenda; Salud y Bienestar y Educación de Calidad respectivamente, y se contribuye con el logro de 13 de los 17 objetivos.

El Plan de Estudios 2022 en México (Gobierno de México, 2022), tiene como objetivo el logro de aprendizajes y formación integral del alumnado. En este documento, la Educación Física está incluida en el campo formativo De lo Humano y lo Comunitario que buscará, con base en las problemáticas detectadas por el colectivo docente, el practicar y formar estilos de vida saludables para contribuir a formar una mejor sociedad.

Por lo anterior, la Dirección de Educación Física fundamenta sus acciones en el Reglamento Interior de la Secretaría de Educación, así como en los diferentes órganos estatales, nacionales e internacionales que regulan, implementan y guían

las diferentes actividades de la Educación Física, para el logro de los objetivos planteados por la dependencia a la que pertenece.

En camino al bienestar

En la búsqueda de un desarrollo integral del individuo, la conexión entre cuerpo, mente y educación es esencial. La Educación Física puede ser una herramienta fundamental para alcanzar el bienestar y el desarrollo integral de niños, niñas, adolescentes y jóvenes, desde diferentes enfoques y estrategias que promueven un equilibrio armónico entre el cuerpo y la mente, contribuyendo así a una educación más completa y satisfactoria.

En el devenir del tiempo, se han identificado corrientes filosóficas, pedagógicas, psicológicas y educativas, en las que se plantea el término psicomotricidad como la explicación a este fenómeno, donde la mente es quien lleva la batuta en el movimiento y coordinación motriz. Las neurociencias nos han ayudado a comprender lo que realmente pasa en la mente para realizar y modular las respuestas motrices que genera el ser humano a partir del proceso madurativo del sistema nervioso central, es decir, nuestro cerebro; dicho proceso madurativo se lleva a cabo a partir de una dotación genética, la estimulación que favorece el entorno y las experiencias del individuo.

Se ha demostrado que la actividad física, el ejercicio y el deporte, practicados de manera regular, pueden beneficiar el desarrollo motor, cognitivo y social del individuo, reducir los síntomas de depresión y ansiedad. Por otra parte, una mala salud mental puede tener un impacto

negativo en la salud física y se ha relacionado con una variedad de problemas como enfermedades cardíacas, diabetes y obesidad. Como especialistas, es importante que comprendamos la sinergia del cuerpo con la mente y reconozcamos la importancia de promover el bienestar físico y mental de nuestros estudiantes. Al hacerlo, podemos ayudar a nuestras alumnas y alumnos a alcanzar su máximo potencial, tanto académico, como personal.

Existen una variedad de acciones que los docentes de Educación Física pueden utilizar para promover el bienestar infantil y adolescente; una herramienta importante es la promoción del bienestar integral mediante el ejercicio regular, una alimentación saludable y un descanso reparador. Desde edades tempranas, niñas y niños deben adquirir hábitos de cuidado de sí, realizar actividades en las que se desarrolle la psicomotricidad fina y gruesa para incidir en las habilidades de locomoción y manipulación que le permitan apropiarse de su cuerpo en el entorno circundante. A partir de adquirir este conocimiento, estarán listos madurativa y cognitivamente para adquirir más y complejos aprendizajes tanto motrices, sociales y escolares. Es en esta etapa cuando los niños desarrollan capacidades físicas, coordinativas y condicionales a través del movimiento y el ejercicio, lo que les permite adquirir funciones para la lectura, escritura, pensamiento lógico-matemático y relaciones interpersonales, todo ello necesario para incorporarse adecuadamente a la sociedad.

La alimentación saludable es un hábito que niñas y niños deben desarrollar de manera pertinente, pues

en edades tempranas deben concienciar sobre el cuidado de su alimentación para que funcionen órganos y tejidos que previenen enfermedades degenerativas y cognitivas en etapa adulta y adulta mayor. Dentro de los órganos que cuidamos con una buena alimentación está el cerebro, materia prima y fundamental en el aprendizaje, que es donde nosotros como docentes tenemos principal injerencia. Por ello, es necesario hacer conciencia de la disminución o el no consumo de alimentos empaquetados, procesados, con exceso de colorantes y saborizantes, bebidas edulcoradas y energéticas, que generan irritabilidad en las neuronas, y con ello, irritabilidad de la conducta.

El sueño reparador o descanso también es fundamental en la etapa infantil y adolescente, toda vez que es justamente en el sueño profundo, donde los órganos y tejidos realizan reparación celular, y sobre todo, las neuronas requieren descanso para mejorar procesos de aprendizaje y que al otro día tengamos alerta cognitiva para los aprendizajes que nos rodean. Si el sueño en los alumnos no es de 8 a 10 horas, pudiéramos identificar irritabilidad, enojo, desinterés, fatiga y dificultad en la concentración.

La actividad física, el ejercicio y el deporte bien enfocado pueden mejorar el estado de ánimo, reducir el estrés y ser parte del proceso de mejora en personas que tienen un diagnóstico de ansiedad y depresión. A través del movimiento intencionado y modulado del cuerpo se liberan neurotransmisores como la dopamina, la serotonina y la acetilcolina que, a nivel cerebral, tienen funciones muy específicas para la concentración, la modulación del estado de ánimo y procesos fisiológicos como

regulación hormonal, memoria y si se practica en conjunto con otras personas, también favorece la comunicación e interacción social.

Las técnicas con gran impacto para estos procesos son: la respiración profunda, la meditación, el yoga, el mindfulness, deportes y juegos que sean de control motor pueden ayudar a los estudiantes a controlar el estrés y la ansiedad propiciando su bienestar general. También es importante crear un ambiente de aprendizaje positivo y de apoyo donde los estudiantes se sientan valorados y apoyados. Esto se puede lograr mediante refuerzo positivo, estímulo y brindando oportunidades para que los estudiantes expresen sus intereses, necesidades y dudas, creando una red de apoyo.

Pese al creciente reconocimiento de la importancia del bienestar en la educación, aún hay desafíos de los educadores físicos al promover la cultura del cuidado; uno de los principales es el énfasis en el rendimiento académico por encima de lo físico y emocional. En muchos sistemas educativos se presta especial atención a los resultados de los exámenes y las calificaciones, lo que puede llevar a descuidar el bienestar integral de los estudiantes, siendo esto último más importante que una nota aprobatoria.

Otra área de oportunidad es la asignación de recursos y actualización de los educadores para promover el autocuidado. Muchos educadores se pueden sentir poco preparados para abordar cuestiones relacionadas con la salud mental y el bienestar, y es posible que no tengan acceso a los recursos y el apoyo que necesitan para hacerlo de manera eficaz. Por último, se ha detectado que no se le ha dado la importancia requerida a la salud

socioemocional, lo que puede dificultar que los educadores aborden estas cuestiones de forma abierta y eficaz. Este estigma puede provocar una falta de conciencia y aceptación de los problemas que pueden impedir que los estudiantes busquen la ayuda y el apoyo que necesitan.

La Educación Física y el bienestar integral

La Educación Física en el sistema educativo es la base fundamental que debe permitir en los estudiantes un desarrollo integral y un conocimiento de sí para enfrentar las diferentes dificultades de su vida. Dicho de otra manera, a través del movimiento las y los estudiantes harán suyo el conocimiento de su cuerpo y con ello el conocimiento de su entorno y no al revés. Es a partir de la actividad sensorial y motora, que el humano genera aprendizajes reales de lo que le rodea y su comprensión. Enmarcar que la Educación Física es una asignatura que prepara para los 'deportes' y para evitar la 'obesidad' es disminuir su potencial, pues el alcance e impacto está en todas las esferas del desarrollo del niño: motora, social, cognitiva, de adaptación y del lenguaje.

El deporte escolar y acciones de competencia son el transporte para que la niña, el niño y adolescente desarrolle su potencial motor, cognitivo, conductual y social. Es ahí donde inicia a enfrentarse a situaciones reales de la vida que no siempre le serán favorables y eso reestructurará su propia identidad y la construcción de su personalidad.

En la Dirección de Educación Física del estado de Puebla se realizan acciones en beneficio de la formación integral para niñas, niños y adolescentes, potenciada mediante el movimiento

y sus aliados que son la actividad física, el ejercicio y el deporte escolar.

Desde todas sus áreas de diseño y actuación, se estructuran actividades que sean de gran impacto para las y los alumnos del estado.

Desde la unidad de Vida saludable, se diseña, gestiona y estructura toda una logística para que estudiantes participen en los juegos deportivos escolares de cada ciclo escolar, para desarrollar en el infante habilidades motrices, sociales y procesamiento cognitivo, además de la apropiación de valores y actitudes sociales que le permitirán adaptar fácilmente a un entorno social. También se lleva a cabo el programa de Activación física, en el cual, las y los alumnos del estado, todas las mañanas, realizan movimientos conscientes e intencionados a la par que desarrollan su ritmo, secuencia y especialidad al seguir pasos con fondo musical. Esta actividad permite producir neurotransmisores que facilitan la conexión cerebral que se requiere al iniciar la jornada escolar.

La unidad de Eventos especiales se encarga de gestionar y dar seguimiento adecuado y pertinente para que cada una de las actividades a nivel estatal, se lleven a cabo de la mejor manera, muestra de ello es la realización del desfile conmemorativo a la Batalla del 5 de mayo 1862. En este desfile participan escuelas de los distintos niveles de educación básica, media superior y superior, donde los participantes llevan una preparación en coordinación motriz gruesa, lateralidad, espacialidad y ritmo, favoreciendo procesos cognitivos, sociales y motores.

Estrategias para integrar cuerpo y mente en el aula:

1. Mindfulness en movimiento

Incorporar prácticas de mindfulness durante las clases de Educación Física puede ayudar a los estudiantes a conectar con su cuerpo y su entorno de manera consciente. Ejercicios simples de respiración y atención plena pueden realizarse antes, durante o después de la actividad física.

2. Aprendizaje experiencial

Proporcionar oportunidades para que los estudiantes aprendan a través de la experiencia corporal. Actividades como juegos cooperativos, desafíos de resolución de problemas y acciones al aire libre permiten que los estudiantes se involucren activamente en su aprendizaje y desarrollen habilidades sociales y emocionales.

3. Integración curricular

Fomentar la integración de la Educación Física con otras áreas curriculares, como la salud, las ciencias naturales y las matemáticas. Por ejemplo, se pueden realizar proyectos interdisciplinarios que aborden temas como la nutrición, el funcionamiento del cuerpo humano o la física del movimiento.

Conclusiones

La conexión entre cuerpo, mente y educación es fundamental para el bienestar integral de los individuos. La Educación Física desempeña un papel clave en esta relación, proporcionando un espacio para el desarrollo físico, emocional y

cognitivo de los estudiantes. Al integrar prácticas que promuevan la conciencia corporal, el ejercicio físico y el aprendizaje experiencial, podemos contribuir a una educación más completa y enriquecedora.

Es responsabilidad de los educadores reconocer y aprovechar el potencial de la Educación Física como un medio para cultivar el bienestar en todas sus dimensiones.

Por último, lo relatado en este artículo acerca de la interacción entre cuerpo, mente y educación se realizó desde la perspectiva de un docente de Educación Física, destacando la importancia de esta disciplina en el desarrollo integral de los individuos.

Referencias

Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos [Const]. Art. 3. 15 de mayo de 2019 (México).

Gobierno de México. (14 de agosto de 2022). *Plan de Estudios para la educación Preescolar, Primaria y Secundaria 2022*. https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/792397/plan_de_estudio_para_la_educacion_preescolar_primaria_secundaria_2022.pdf

Gobierno del Estado de Puebla. (2019). *Programa Sectorial de Educación 2019 – 2024*. <https://planeader.puebla.gob.mx/pdf/ProgramasSectoriales2020/09%20Programa%20Sectorial%20de%20Educacion.pdf>

Ley General de Educación de 2019. Por la cual se expide la Ley General de Educación y se abroga la Ley General de la Infraestructura Física Educativa. 30 de septiembre de 2019. DOF 01-04-2024.

Oficina del Alto Comisionado de las Naciones Unidas para los Derechos Humanos. (s.f.). *La Carta Internacional de Derechos Humanos*. <https://www.ohchr.org/es/what-are-human-rights/international-bill-human-rights>

Organización de las Naciones Unidas para la Ciencia, la Cultura y las Artes. (s.f.). *Carta Internacional de la Educación física, la actividad física y el deporte*. https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000235409_spa

Organización de las Naciones Unidas. (2015). *Objetivo 4: Garantizar una educación inclusiva, equitativa y de calidad y promover*

oportunidades de aprendizaje durante toda la vida para todos. <https://www.un.org/sustainabledevelopment/es/education/>

HACIA UNA EDUCACIÓN INCLUSIVA: EXPLORANDO EL PAPEL DEL ARTE Y EL DEPORTE EN EL DESARROLLO INTEGRAL DE ESTUDIANTES CON DISCAPACIDAD Y/O TRASTORNO EN EL CENTRO DE ATENCIÓN MÚLTIPLE

Cinthia Araceli Juárez Mendoza

Docente de Educación Especial con especialidad en Educación

Básica por la UDLAP

cinthia.juarez.mendo@seppue.gob.mx

Resumen

La Nueva Escuela Mexicana (NEM) ha movilizado los saberes no solo de las y los estudiantes, sino también de docentes. Implementar un nuevo programa educativo es todo un reto. En Educación Especial, es importante primero conocer dónde nos encontramos, la población que atendemos e incluso las capacidades y habilidades que como docentes hemos desarrollado a lo largo de la trayectoria educativa.

Parte de nuestra práctica docente consiste en minimizar las Barreras para el Aprendizaje y la Participación (BAP) que enfrentan las y los estudiantes y atender lo mencionado en el Marco de Excelencia (Secretaría de Educación Pública [SEP], 2022), que es basar la práctica docente en ideas que promuevan la participación y el máximo logro del aprendizaje entre alumnas y alumnos. El objetivo de este trabajo es analizar el impacto de la práctica del deporte y la danza por parte de alumnos con discapacidad, sin dejar de lado la importancia del involucramiento de las familias, ya que son parte primordial en el desarrollo integral de los estudiantes.

Introducción

En el Centro de Atención Múltiple (CAM) José Ignacio Durán, ubicado en el municipio de Huejotzingo en Sta. Ana Xalmimilulco, Puebla, se han hecho cambios no solo a nivel escuela, sino familiar y social, lo que ha implicado fortalecer aspectos en el desarrollo estudiantil, brindando atención educativa a alumnos con discapacidad múltiple en preescolar, primaria, secundaria y capacitación laboral. El contexto en el que se encuentra el CAM es rural, el estudiantado que acude no es solo del municipio, algunos provienen de juntas auxiliares y comunidades aledañas. Esto impacta en los tipos de familia y algunas situaciones culturales de las y los estudiantes propias de su contexto, teniendo así una extensa diversidad que se atiende. Nos enfocaremos esta vez en el grupo de 1ro. y 2do de secundaria, cuyas edades oscilan entre los 11 y 14 años, algunos con mayor edad por la ausencia escolar que en algún momento tuvieron. Es importante mencionar que la discapacidad y trastornos que se atienden en el aula son: discapacidad intelectual, discapacidad motriz y trastorno del espectro autista (TEA).

La Nueva Escuela Mexicana (SEP, 2019) propone una educación con enfoque humanista, que sea intercultural e inclusiva, abierta a la diversidad, que promueva los Derechos Humanos, y que de este modo, las maestras y maestros seamos capaces de decidir, con sustento pedagógico, el formar a ciudadanas y ciudadanos críticos, autónomos, incluyentes, empáticos y solidarios, tomando en cuenta así la implementación de diversas metodologías didácticas y dejar a un lado la planeación tradicional que no implica dicha movilización de saberes.

Con este contexto nos enfocaremos en el comienzo de la aplicación del aprendizaje por proyectos comunitarios. La metodología tiene características específicas, que pretenden explorar el entorno inmediato de las y los alumnos para identificar situaciones-problemas y construir alternativas de solución mediante el trabajo colaborativo, siendo fundamental en la comunidad educativa (SEP, 2022).

En la etapa diagnóstica se partió de un problema en común en el aula: padres de familia de la localidad mencionan que algunas instituciones educativas no cubrieron sus expectativas, en concreto las necesidades de las y los alumnos. Por lo que decidieron inscribirlos al CAM, pues sus hijas e hijos no lograron participar en la escuela regular en situaciones sociales, culturales y deportivas dentro y fuera de su comunidad, que impactaran fuera del entorno familiar.

Algunas veces, como docentes, atribuimos a la condición de alumnas y alumnos con alguna discapacidad o trastorno, el no poder participar en diversas actividades. Lo que impide el pleno

desarrollo de sus derechos humanos. Se hace mención que los procesos de inclusión no son responsabilidad exclusiva de los docentes de educación especial, tanto la comunidad como la familia son núcleos indispensables para que el infante aprenda.

Por lo anterior, es importante establecer objetivos de intervención que permitan la mejora de la práctica educativa, partiendo de la idea de establecer un diagnóstico a nivel escolar y aula. Algunas de estas problemáticas son atenuantes de no propiciar un pleno desarrollo en los educandos, de esta manera, los docentes debemos de ser capaces de establecer prácticas inclusivas dentro y fuera del aula.

El periodo de evaluación diagnóstica abarcó agosto y septiembre de 2023, con el fin de rescatar áreas de oportunidad en la atención brindada. La implementación del proyecto comenzó desde octubre de 2023, tiene vigencia hasta la fecha, así como seguimiento. A nivel escuela se priorizaron Procesos de Desarrollo de Aprendizaje (PDA), para vincular el proyecto con las y los alumnos de secundaria.

El objetivo primordial fue impulsar el desarrollo de las habilidades motrices básicas para fortalecer la participación en el arte, deporte y entornos sociales de los alumnos de 1ro. 2do. de secundaria del CAM José Ignacio Durán, y gradualmente involucrarlos en actividades que fortalecieran el trabajo colaborativo, habilidades socioemocionales y que implicaran el desenvolvimiento dentro y fuera de la escuela y comunidad para propiciar el desarrollo de habilidades, según su edad e intereses. Lo anterior, para lograr aprendizajes que sean

significativos y un mejor desarrollo psicosocial, de acuerdo con algunos de los procesos de aprendizaje del grado al que están inscritos.

No fue sencillo el proceso y la labor para lograr esta vinculación. Desde transformar las perspectivas con los padres y madres de familia, ajustes diversos a los proyectos, e incluso una etapa diagnóstica en la cual resaltan muchas áreas de oportunidad. Pero, se priorizaron las de mayor necesidad, también partiendo de los intereses de las y los tutores, ya que ellos colaborarían en dicho proyecto.

Como docentes, algunas veces nos limitamos a que los alumnos desarrollen procesos de aprendizaje conceptuales; pero el aspecto emocional, el desarrollo corporal, el retomar agentes externos y el involucramiento de la familia son también logros educativos, así como el cambio social, sobre todo en la atención a la diversidad.

Desarrollo

Prieto (2010) define las habilidades motrices básicas como “un conjunto fundamental y acciones motrices que surgen en la evolución humana de los patrones motrices, teniendo su fundamento en la dotación hereditaria (genética). Las habilidades motrices básicas se apoyan para su desarrollo y mejora en las capacidades perceptivo-motrices, evolucionando con ellas” (p.1). El autor nos lleva a conocer cómo es que la consecución de una determinada habilidad motriz está influenciada directamente por tres factores presentes en el desarrollo de un individuo: a) El crecimiento,

entendido como los cambios físicos, como la talla y el peso; b) La maduración, correspondiente a los cambios morfológicos y c) El aprendizaje, que se da, debido a experiencias ofrecidas por el medio. De este modo, es posible afirmar que dichos factores inmersos en un entorno propicio serán la base para el desarrollo motor adecuado de las y los niños (Hernández, 2011 citado en Vargas, 2020).

Con base en los autores antes mencionados, podemos analizar la problemática en esta experiencia educativa del CAM ubicado en Sta. Ana Xalmimilulco. Retomando que la población atendida fue de 11 alumnas y alumnos con edades entre los 11 y 14 años, y que los diagnósticos en cuanto a la condición de discapacidad que se atienden son discapacidad intelectual, motriz y TEA. De acuerdo a su maduración morfológica, se observa que las y los estudiantes han presentado desfase como torpeza motora, mala configuración del esquema corporal y de la autoimagen, deficiente orientación y estructuración del espacio, problemas para ejercitar el equilibrio de forma estática, dificultades para conseguir un estado de relajación y distensión muscular, poca eficacia y amplitud en la ejecución de habilidades motrices básicas, ausencia de coordinación, dificultad en el aprendizaje de los movimientos finos, dificultades en el reconocimiento de las partes del cuerpo y dificultades en los movimientos gestuales e imitatorios.

Los métodos mixtos representan un conjunto de procesos sistemáticos, empíricos y críticos de investigación e implican la recolección y el

análisis de datos cuantitativos y cualitativos, así como su integración y discusión conjunta, para realizar inferencias, producto de toda la información recabada (meta inferencias) y lograr un mayor entendimiento del fenómeno bajo estudio (Hernández y Mendoza, 2018). De acuerdo con estas características, el tipo de metodología aplicada para recabar información fue a través de un enfoque mixto, debido a que, durante el proceso de indagación se aplicaron instrumentos tales como: encuesta, listas de cotejo para obtener información a través de la observación, evaluación pedagógica y entrevista inicial a padres. Se resalta que este enfoque puede aportarnos información tanto cuantitativa como cualitativa

Etapas diagnóstica y primeras interrogantes

La evaluación inicial del ciclo escolar 2023-2024, en la etapa diagnóstica, incluyó entrevistas con padres y madres de familia —ya que la mayoría de los alumnos eran de nuevo ingreso— y evaluaciones de competencia curricular, habilidades motrices y habilidades adaptativas, que implicaban una estrategia de observación y entrevistas. El diseño de instrumentos sirvió para la recolección de información. De este proceso se rescata que, como punto principal, las expectativas de los padres y madres de familia eran que los alumnos aprendieran a leer y escribir, así como sumar y restar, pero ¿qué pasa con la actividad física y el arte? En los resultados se observó que las y los alumnos presentan un desarrollo amplio en sus habilidades adaptativas lo que detona en ellas y ellos una autonomía en cuanto a desplazamiento, salud y seguridad, autocuidados etc. Es preciso

mencionar que en un inicio no presentaban gusto por el deporte y la danza, lo que implicaba un reto, ya que algunas de las deficiencias son generadas por un retraso en el desarrollo de la motricidad básica y también en el trabajo en colaborativo, dificultad para establecer relaciones sociales con los demás y algunos factores emocionales como inseguridad. Es importante entonces retomar intereses y necesidades.

En el proceso de información y devolución de resultados de la etapa de evaluación diagnóstica y sensibilización a madres y padres de familia, destaca que los alumnos aún no reconocen su esquema corporal, lateralidad, dificultades en su equilibrio y coordinación, al igual que dificultades como lanzar y botar, no tienen agrado por el trabajar en colaborativo y prefieren actividades que impliquen mecanización. Los padres realmente no encontraban una problemática en esto, ya que algunos de sus hijos e hijas ni siquiera sabían recortar y tomar el lápiz (dificultad en la motricidad fina). Igualmente, sabían que sus hijas e hijos tampoco habían tenido experiencias en actividades socioculturales, deportivas y de trabajo en equipo, ni mucho menos participación en la comunidad, y que se desenvolvían en un ambiente poco estimulante para ellas y ellos.

Es por esto por lo que, al retomar problemáticas a nivel escuela (CAM) y contrastarlas con el aula, se logró vincular y dar respuesta a través de proyectos en la mejora de la atención al alumnado y su desarrollo integral, como el cuidado de la salud y el involucramiento activo de los padres y madres de familia, quienes al conocer los resultados de evaluación y ante la

buena respuesta, comienzan en una primera etapa, la implementación de un proyecto de danza. Sin embargo, una de las primeras dificultades fue en la práctica, adentrarnos en el trabajo de la metodología por proyectos ¿cuál era la idónea? ¿qué características tenían cada metodología propuesta por el nuevo programa 2022? ¿cómo saber planear? ¿qué son los PDA? Todo cambio y transición de estudio implica un reto para el docente, y en Educación Especial implica identificar cuáles son las PDA idóneas, ya que, según la competencia curricular, las y los alumnos pudieran alcanzar solo algunas PDA de preescolar, y entonces ¿cómo hacer estos ajustes para aprender?

Se detecta que las y los estudiantes no conocían lo que implicaba la danza, el movimiento, y coordinación del cuerpo. En contraste, muchos mostraban gusto por trabajar casi todo el día en su libreta, copiar textos o las matemáticas, y esto de manera individual en su banca dentro del salón. Existía también una falta de coordinación y desarrollo de habilidades motrices básicas. La única motivación detectada fue trabajar con su libreta y lápiz. En el CAM no hay un docente de Educación Física, y algunas familias fomentaron un sedentarismo en las y los niños al desarrollarse de manera tradicional dentro del aula.

Un primer acercamiento con la danza

En la implementación del proyecto se retoman algunos de los PDA de acuerdo con la fase 6 (SEP, 2022):

En historia se aborda la forma en que las personas piensan y actúan en relación con el amor, la amistad y que las familias se construyen

en sociedad y cambian históricamente.

En formación cívica y ética comprende la influencia que tiene la cultura de paz en la convivencia escolar, familiar y comunitaria, para favorecer ambientes libres de discriminación y racismo.

Y en artes, reconoce en manifestaciones artísticas de México y del mundo, el uso del cuerpo, del espacio y del tiempo, para valorarlas como parte de la riqueza pluricultural. Aprecia la intención expresiva en diversas manifestaciones artísticas, para la construcción crítica de la identidad personal y colectiva, entre otros.

El primer momento importante fue conocer acerca de la danza, tener un acercamiento a la misma y a una parte de su historia en México. Las y los alumnos conocieron, junto con sus padres y madres, qué es la danza y a qué se refiere. Se implementó una danza oaxaqueña denominada “la danza de los diablos”, la historia y el origen. En un inicio las y los niños se mostraron temerosos, puesto que los pasos parecían difíciles para ellos, pero poco a poco se fue trabajando el ritmo y coordinación; además, existió colaboración e interés ya que las barbas de diablo, parte fundamental del vestuario, fueron elaboradas por ellos mismos con estambre, favoreciendo también su motricidad fina.

Padres y madres de familia se mostraron interesados por la implementación de la danza como parte del aprendizaje diario y lo importante fue que, al finalizar el montaje de la danza, con pasos y vestuario, las y los alumnos fueron invitados por parte de la presidencia municipal de Huejotzingo para una presentación, misma que llevaron a cabo mostrando trabajo colaborativo, organizado

Figura 1. Participación de las y los alumnos con “La danza de los diablos”.



Fuente: Cinthia Araceli Juárez (2023).

y mucho entusiasmo, con cierto nerviosismo, pero con ganas de repetir la experiencia.

Un proyecto para la comunidad

Al inicio del ciclo escolar 2023-2024 se trabajó en el desarrollo de las habilidades motrices básicas para impactar en el trabajo colaborativo, desarrollo integral y psicosocial de las y los alumnos, así como mejorar hábitos alimenticios, fomentar estilos de vida más saludables y prevenir adicciones en estudiantes de secundaria. Agregado a esto, la colaboración con padres y madres de familia y responder a la problemática detectada en el nivel escolar y áulico.

Se continuó con los padres de familia para formar un equipo de baloncesto y que sus hijas e hijos pudieran competir en pruebas individuales, para entrar al programa de olimpiadas especiales. Cabe decir que la mayoría desconocían dicho

programa, no obstante, aceptaron y se puso manos a la obra a través de dicho proyecto.

¿Cómo es que favorece la práctica deportiva el desarrollo integral, la vida saludable y la socialización? Algunos cuestionamientos surgieron como parte de la implementación del proyecto; sin embargo, con base en el programa 2022 se tomaron los PDA antes mencionados y se elaboró un proyecto comunitario con los elementos siguientes: situación actual, objetivo general, articulación, asignaturas, rol del docente, propósito, PDA, ejes y campos, pregunta generadora y la organización de actividades como productos, recursos, responsables, tareas y actividades, con temporalidad de un mes, entre otros, estableciendo un seguimiento.

Como parte de la implementación, el primer punto fue informar a los padres y madres acerca del

Figura 2. Participación de las y los alumnos en las Olimpiadas Especiales 2024 en la ciudad de Puebla.



Fuente: Archivo fotográfico del Colegio Americano de Puebla (2024).

proyecto. En un inicio se notaba que, a la hora del recreo, los estudiantes tenían el interés por practicar algún tipo de actividad física, por lo que se rescató que la convivencia a la hora del recreo fortalecía aspectos físicos, emocionales y sociales.

Después, los estudiantes fueron inscritos al programa de olimpiadas especiales, con previa autorización de los padres de familia. Hubo acercamiento con la presidencia municipal para que pudiéramos ser beneficiados con uniformes para cuando acudieran a las competencias en la ciudad de Puebla, ya que la mayor parte de los padres de familia son de escasos recursos.

Partiendo de las habilidades con las que ya contaban los estudiantes, se continuaron desarrollando las habilidades motrices básicas, el seguimiento de reglas, el trabajo colaborativo e incluso para fortalecer hábitos alimenticios desde la familia, comenzando por la hidratación y el consumo de frutas y verduras.

Resultados

Con el registro en una bitácora se dio seguimiento a los avances que desarrollaron las y los alumnos. De igual forma, a través de un formulario de Google, padres y madres de familia describieron que los cambios eran visibles y que ahora reconocían el beneficio de la práctica deportiva en sus hijos. Comentaron que incluso notaron cambios actitudinales en la vida diaria de las y los alumnos con un impacto significativo.

Entre los cambios vislumbrados están que ya establecen mejores relaciones sociales, debido a que en los ensayos de la danza se ayudaban entre ellos y colaboraban para la ejecución de los pasos, resaltando el interés por la elaboración de sus barbas como parte de su vestuario con tejido y rafia. Su coordinación motriz mejoró, lo que se reflejó en el baile, ritmo y movimientos de motricidad gruesa; a la vez conocieron un poco de la cultura del país y de su identidad como mexicanas y mexicanos, y experimentaron lo que es bailar ante un público, una situación nueva para ellos, pero que les generó motivación.

Por otro lado, padres y madres se mostraron más interesados acerca del programa de olimpiadas especiales y en colaborar para que en un selectivo estatal, los estudiantes participen. Entre las principales razones están los cambios en sus hijos respecto a lo emocional como un mejor estado de ánimo, relajación, iniciativa propia por alimentarse bien y cambios en su forma de socializar, siendo el baloncesto el deporte elegido para practicar durante el proyecto.

Así, los estudiantes reconocieron las etapas durante el entrenamiento, desde el calentamiento,

la secuencia de los ejercicios y reconocer que el deporte es bueno para su cuerpo. Los cambios alimenticios fueron notables, sus padres y madres colaboraron a través de una campaña que se estableció con ellos durante semanas acerca de establecer una alimentación saludable y balanceada, para reconocer que debían estar hidratados y que el alimentarse con frutas y verduras es importante para su desarrollo.

Las y los alumnos participaron en los juegos amistosos de olimpiadas especiales el sábado 2 de marzo de 2024 en las instalaciones del Colegio Americano, en donde fueron apoyados y acompañados por sus familias. Al enfrentarse con compañeros nuevos durante un partido de baloncesto se generó una gran motivación. La práctica deportiva ha favorecido el desarrollo emocional, social, físico e intelectual de los alumnos, fomentando así la práctica deportiva de manera permanente y no únicamente como una respuesta educativa temporal. También destaca que se ha generado una gran motivación entre padres y madres de familia al ver lo que sus hijos van logrando a través del deporte.

Conclusiones

En los procesos de inclusión educativa se puede hacer mención que los CAM son espacios en dónde los alumnos con discapacidad y/o trastorno pueden ser partícipes y tener un desarrollo íntegro. Una de las partes importantes de este proceso es el cómo yo docente transformo mi práctica para el logro educativo, tomando los principios pedagógicos y la propuesta que la NEM trae consigo como una construcción colectiva. Como

docentes, debemos sumarnos, plantearnos retos dentro del aula, por ejemplo, implica un gran reto transformar mi estilo de vida si queremos inculcar una vida saludable con las y los estudiantes, sabiendo que nuestra práctica impacta en los estudiantes sino en sus familias.

En esta experiencia, uno de los desafíos fue concienciar a padres de familia al romper con un esquema tradicional de educación y hacerles ver que sus hijos tienen capacidades que gradualmente han desarrollado, que las y los alumnos pueden mejorar su salud física, emocional y derribar aquellas limitantes que a veces genera: encontrar motivación para establecer relaciones sociales aprendiendo a colaborar con otras personas y participar en su comunidad, contribuyendo a una formación integral mediante el arte y el deporte.

Entender que han desarrollado aprendizajes desde su condición de discapacidad y así también fomentando hábitos para el desarrollo de la vida diaria. La implementación de dicho proyecto no solo tuvo un impacto a nivel áulico o escolar, se logró que las y los alumnos fueran conscientes de sus capacidades. Los padres y madres de familia resaltaron las habilidades de sus hijos y lo valioso de involucrarles activamente en actividades extraescolares como la participación en danza y en las olimpiadas especiales.

El trabajo en colaboración escuela-estudiantes-familia y fomentar el desarrollo integral son una parte primordial de lo que se pretende según la NEM. Es importante recalcar que los alumnos requieren del trabajo con sus iguales para fortalecer aspectos sociales y de identidad. El implementar un proyecto comunitario fue un reto,

ya que se esperan buenos resultados y logro de objetivos, con la selección de los PDA de acuerdo a la fase 6 de primero de secundaria y resaltando el campo formativo de lo humano y lo comunitario, con realce en educación socioemocional; justo esto nos hace reflexionar sobre lo que pueden alcanzar, de acuerdo a su capacidad aprendizajes, pero es necesario que la escuela se adapte a las necesidades e intereses de ellas y ellos, el nuevo plan de estudio resalta la importancia de la construcción del aprendizaje con los otros.

El objetivo se logró; pero, como parte del seguimiento, se propone una evaluación de logros y avances con alumnos y padres de familia, igual que el siguiente proyecto se enfoque en la participación del selectivo estatal en olimpiadas especiales. Si ha sido una actividad exitosa, es importante que se plantee como algo que pudiera prevalecer en las familias. De igual forma, implementar danzas en eventos sociales de la escuela para continuar con el aprendizaje de diversos pasos. Como docente agradezco infinitamente a las madres y padres de familia por su amplio compromiso y preocupación por sus hijos, pese a no tan buenas experiencias pasadas y por creer en la NEM. A las y los alumnos por darse cuenta de que son capaces de lograr muchas cosas y tener experiencias enriquecedoras. Como docente creo firmemente que la Nueva Escuela Mexicana llegó para transformar una sociedad educativa para el bienestar de todas y todos, y a enseñarnos que, en colaboración, todo es mejor.

Referencias

- Hernández, R. & Mendoza, C. (2018). *Metodología de la investigación: las rutas: cuantitativa, cualitativa y mixta*. Mc Graw Hill educación. <https://virtual.cuautitlan.unam.mx/rudics/?p=2612>
- Prieto, M.A. (2010). *Habilidades Motrices Básicas. Innovación y experiencias educativas*. https://archivos.csif.es/archivos/andalucia/ensenanza/revistas/csicsif/revista/pdf/Numero_37/MIGUEL_ANGEL_PRIETO_BASCON_01.pdf
- Secretaría de Educación Pública. (2019). *La Nueva Escuela Mexicana*. <https://nuevaescuelamexicana.sep.gob.mx/>
- Secretaría de Educación Pública. (2022). *Marco para la excelencia en la enseñanza y la gestión escolar en Educación Básica*. http://public-file-system.usicamm.gob.mx/2023-2024/compilacion/EB/Marco_EB.pdf
- Secretaría de Educación Pública. (2022). *Sugerencias metodológicas para el desarrollo de los proyectos educativos*. https://educacionbasica.sep.gob.mx/wp-content/uploads/2022/12/C3_1-Sugerencias-Metodologicas-proyectos.pdf
- Vargas, J.S (2020). *Caracterización del desarrollo de las habilidades motrices en alumnos con discapacidad intelectual*. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8670926>

ENVEJECIMIENTO: PERSPECTIVAS MULTIDIMENSIONALES Y DESAFÍOS

Sergio Guerrero Huerta

Maestro en Psicología con especialidad en Neuropsicología Clínica por la UNAM

sguerrero.huerta@gmail.com

Resumen

El envejecimiento se manifiesta como un proceso complejo y multidimensional, superando la simple concepción cronológica al ser influenciado por factores biológicos, psicológicos, sociales y culturales. Esta experiencia heterogénea varía entre individuos, evidenciando su naturaleza continua y gradual. El envejecimiento demográfico, marcado por un aumento progresivo de personas mayores, plantea desafíos y oportunidades en ámbitos como el laboral, financiero y las relaciones intergeneracionales. Se destaca la importancia del envejecimiento saludable, manteniendo la capacidad funcional e intrínseca a lo largo de la vida, y se enfatiza cómo los entornos físicos, sociales y culturales influyen en la autonomía y calidad de vida de las personas mayores.

La educación emerge como una herramienta crucial en la promoción del envejecimiento saludable, fomentando un cambio en la percepción social y eliminando barreras para las personas mayores. Se subraya la relevancia de esta visión integral del envejecimiento, que no solo reconoce su impacto en la sociedad, sino que propone estrategias inclusivas y transformadoras para promover una vejez activa y participativa en todas las etapas de la vida.

Introducción

El envejecimiento, lejos de ser un mero proceso cronológico, se manifiesta como un fenómeno complejo y multidimensional, influenciado por una intersección de factores biológicos, psicológicos, sociales y culturales.

Esta etapa de la vida humana se revela como una experiencia heterogénea, donde la singularidad de cada individuo se entrelaza con un proceso continuo y gradual. Desde la perspectiva demográfica, el aumento progresivo de la población adulta mayor plantea desafíos significativos en diversos ámbitos sociales y económicos.

Al mismo tiempo, emerge la noción del envejecimiento saludable, resaltando la importancia de mantener la capacidad funcional e intrínseca a lo largo de toda la vida. La influencia de entornos físicos, sociales y culturales en la calidad de vida y la autonomía de las personas mayores adquiere relevancia en esta discusión.

La educación se erige como una herramienta esencial en la promoción de un envejecimiento saludable, desafiando percepciones sociales arraigadas y buscando eliminar las barreras que limitan la participación plena de los adultos

mayores en la sociedad. Esta visión integral del envejecimiento propone estrategias inclusivas y transformadoras para fomentar una vejez activa y participativa en todas las etapas de la vida.

¿Qué es el envejecimiento?

Si bien existen múltiples definiciones del envejecimiento, resulta complejo determinar un concepto general, ya que se ha abordado como un fenómeno multidimensional y como un proceso inherente a la vida humana, caracterizado por ser una experiencia única, heterogénea y con un significado variable en dependencia a la connotación cultural (Alvarado & Salazar, 2014).

No obstante, es preciso considerarlo como un proceso continuo, ya que no ocurre súbitamente, sino de forma gradual y progresiva, con una manifestación global en todo el organismo y de manera distinta en cada individuo (González de Gago, 2010).

Efectivamente, desde el punto de vista biológico, el envejecimiento se relaciona con la acumulación de daños moleculares y celulares que reducen las reservas fisiológicas, aumentando el riesgo de enfermedades y la posibilidad de fallecimiento (Steves, Spector, & Jackson, 2012; OMS, 2015), dificultando la adaptación a nuevas situaciones (Botella, 2005).

Sin embargo, es crucial tener en cuenta que estos cambios no siguen una trayectoria lineal ni uniforme, ya que su relación con la edad cronológica es ambigua, y existe una mayor variabilidad que está influenciada por factores individuales, ya sean genéticos o ambientales. Esta complejidad subraya la importancia de

considerar la diversidad y singularidad de cada individuo en el proceso de envejecimiento (Steves et al., 2012).

Se trata entonces de un proceso individual, ya que sucede de distintas maneras a diferentes ritmos y velocidades a partir de aspectos no solo cronológicos, sino también en dimensiones biológicas y psicológicas, con la intervención de factores genéticos, sexuales, y ambientales asociados a estilos de vida y relaciones sociales. Además, de un fenómeno colectivo por la evolución demográfica y social, con influencia en las creencias, pensamientos, valores y formas de comportamiento que llegan a determinar el concepto y maneras de desenvolvimiento de las personas mayores en la sociedad (González de Gago, 2010).

Tomando en consideración que el envejecimiento no debe ser analizado únicamente desde un plano cronológico o etareo, Vaillant y Mukamal (2001) proponen que debe de ser estudiado desde tres dimensiones: disminución, cambio y desarrollo.

El término disminución, hace referencia al declive (también variable) que generalmente se presenta en funciones sensoriales relacionadas con el deterioro de algunos órganos (OMS, 2015). El término de cambio es alusivo a las modificaciones en la apariencia física y en el funcionamiento de órganos y sistemas corporales (Alvarado & Salazar, 2014). Y finalmente el término de desarrollo, que implica recursos adaptativos, capacidad para compensar y experimentar ganancias abordadas desde factores biológicos, sociales, ambientales y culturales (Triadó & Villar, 2006).

Retomando esta última dimensión, es preciso

resaltar al envejecimiento como otra etapa más dentro del ciclo vital en donde mediante el aprendizaje, se puede propiciar su adaptabilidad y bienestar.

El envejecimiento debe ser considerado como una realidad del ser humano o un hecho universal, por lo que debe examinarse desde un nivel individual hasta un fenómeno colectivo, tomando en cuenta la evolución demográfica y social observada recientemente (Botella, 2005).

Envejecimiento demográfico

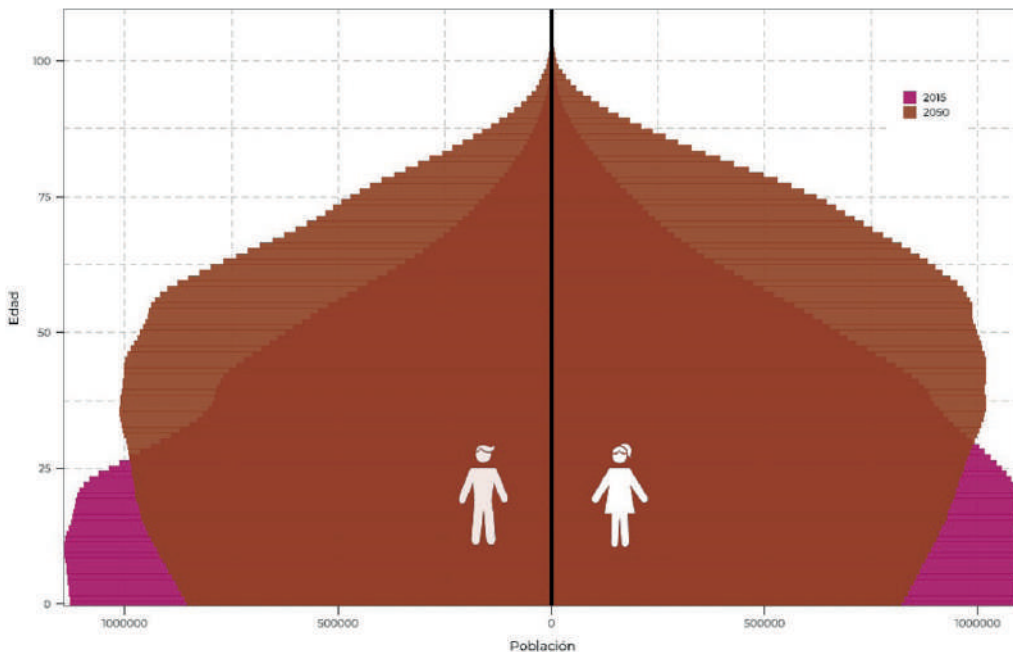
Los estudios demográficos usan la edad cronológica para definir a la población envejecida, referidos de manera individual como adulto mayor (INAPAM, 2015), determinando que la edad para considerarlos como tal es a partir de los 60

años (OMS, 2015). Este criterio también lo usa el Instituto Nacional de las Personas Adultas Mayores (INAPAM), y otras instituciones como la Secretaría de Salud (INAPAM, 2015).

El envejecimiento demográfico, según la Comisión Económica para América Latina y el Caribe (CEPAL), se define como un aumento progresivo de la proporción de personas de 60 años o más en comparación con la población total, considerando un incremento sostenido en los próximos años.

De acuerdo el Consejo Nacional de Población (CONAPO), en la década de 1950, por cada cien niños menores de 15 años, había aproximadamente 6.7 personas de 65 años o más. Sin embargo, para el año 2015, esta proporción aumentó a alrededor de 24.5 adultos mayores por

Figura 1. Pirámide poblacional comparativa entre el año 2015 y 2050.



Nota: Tomada del Consejo Nacional de Población. (s.f.)

cada cien jóvenes, proyectándose que para 2030, esta cifra se eleve a 45.9, y para el año 2050 a 93.7 personas de 65 años o más por cada cien jóvenes (Figura 1).

En la mayoría de los países, esta proporción ha aumentado velozmente gracias a la disminución en tasas de fecundidad y al aumento en la esperanza de vida, lo cual puede ser apreciado como un éxito desde una perspectiva de salud pública y al desarrollo socioeconómico, aunque también un reto, ya que la sociedad debe adaptarse para favorecer la salud, seguridad, participación y capacidad funcional de las personas mayores (OMS, 2016).

Por ello, el envejecimiento demográfico supone un cambio social significativo, pues tendrá un gran impacto en varios sectores, incluyendo el mercado laboral y financiero, la demanda de bienes y servicios (como viviendas, transporte y seguridad social), y en la estructura familiar y las relaciones entre generaciones (INEGI, 2022).

Desafortunadamente, en el imaginario social el envejecimiento se ha considerado bajo términos de decrepitud y decadencia, así como pérdida de belleza y de capacidades físicas y cognitivas (Salmerón & Martínez De Miguel, 2022; Salmerón, Martínez De Miguel & Moreno, 2021).

El edadismo, arraigado en nuestra sociedad, implica prejuicios hacia el envejecimiento que moldean cómo pensamos y actuamos hacia las personas según su edad. Este fenómeno, perjudicial para el bienestar de los adultos mayores, se enseña desde la infancia y se suma a otras formas de discriminación basadas en género, discapacidad física o intelectual; impacta

de forma secundaria en las políticas y programas en sectores educativos, laborales y de salud, limitando la forma en que se abordan múltiples problemáticas. Las consecuencias, por lo tanto, incluyen la marginación de las personas mayores, reduciendo su acceso a servicios esenciales de salud, educación y apoyo social, mismas que alteran su salud física y mental (OMS, 2020).

Por eso es crucial fomentar modelos de pensamiento y comportamiento que promuevan lo que se conoce como envejecimiento saludable, y así poder tener un impacto positivo en estos segmentos de la población, generando beneficios a corto, mediano y largo plazo para la sociedad en su conjunto.

Envejecimiento saludable

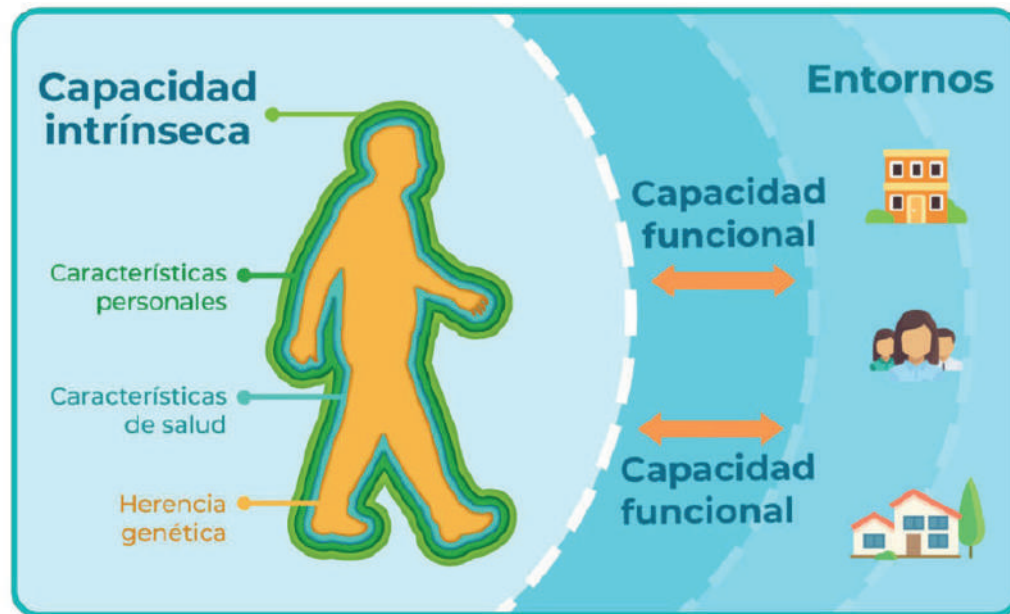
La Organización Mundial de la Salud (OMS) considera el envejecimiento saludable como el proceso de propiciar y mantener la capacidad funcional que permite el bienestar en la vejez.

Este proceso no comienza desde la edad de 60 años o más, si no que abarca toda la vida y requiere de la combinación de capacidades físicas y mentales propias de cada individuo, influenciada tanto por el entorno físico, social y político en el que vive, así como por las interacciones entre estos factores.

Dentro del envejecimiento saludable, existen dos términos centrales que permiten comprenderlo y analizarlo de forma más efectiva, la capacidad intrínseca y la capacidad funcional.

La capacidad intrínseca, es la combinación de capacidades físicas y cognitivas de una persona, influidas por factores innatos como la herencia

Figura 2. Capacidad funcional y capacidad intrínseca.



Nota: Tomada de Instituto Nacional de Geriátría (2022).

genética, pero también por factores adquiridos como los hábitos saludables, incluyendo la alimentación, el sueño y la actividad física (INGER, 2022).

La capacidad intrínseca se asocia entonces con la reserva con la que cuenta una persona mayor incluyendo recursos físicos y cognitivos, para hacer frente a situaciones propias del proceso de envejecimiento (como lesiones, enfermedades o pérdidas) y adaptarse a demandas del entorno.

La capacidad funcional comprende los atributos relacionados con la salud que permiten a la persona ser y hacer lo que es importante para ella, aquellos aspectos que posibilitan a la persona realizar lo que considere como significativo. Esta capacidad se ve influenciada por la combinación entre las capacidades intrínsecas de la persona y las particularidades del entorno en el que ha vivido

y vive actualmente (INGER, 2022; OMS, 2015).

La capacidad funcional permite que el individuo siga siendo partícipe en la comunidad en la que se desenvuelve, con habilidades para realizar actividades cotidianas de forma independiente y efectiva, abarcando aspectos físicos, cognitivos y sociales, como hacer compras, desempeñarse en asuntos económicos, cocinar o hablar con amigos recordando información relevante. Dentro de un proceso de envejecimiento, el preservar y conservar esta capacidad es esencial para mantener la autonomía y buena calidad de vida.

Como se identificará, los entornos cobran alta relevancia al abordar conceptos como la capacidad intrínseca y la funcional, caracterizados y definidos por factores ambientales y culturales. Entre ellos están el hogar, la comunidad, la sociedad, las relaciones personales, actitudes,

valores, entorno físico, transporte, redes sociales, políticas de salud y sociales, accesibilidad a servicios y tecnologías.

Es preciso considerar que estos elementos propios de los entornos donde se interactúan los adultos mayores pueden actuar como facilitadores o barreras para la persona en distintos aspectos (INGER, 2022; OMS, 2015). De aquí derivan diversos retos que pueden ser abordados de forma interdisciplinar, desde campos sanitarios,

sociales, políticos o incluso, educativos.

¿Cómo propiciar el envejecimiento saludable?

La OMS (2020), a través de su propuesta de estrategia denominada “Década del Envejecimiento Saludable 2021-2030”, propone cuatro ámbitos de actuación para fomentar un envejecimiento saludable y beneficiar no solo a los adultos mayores, sino también a sus familias y comunidades en donde se encuentran insertos (Tabla 1).

Tabla 1. Ámbitos de actuación para el envejecimiento saludable

- 1) Cambiar nuestra forma de pensar, sentir y actuar con respecto a la edad y el envejecimiento.**
- 2) Asegurar que las comunidades fomenten las capacidades de las personas mayores.**
- 3) Ofrecer una atención integrada y centrada en las personas, y servicios de salud primarios que respondan a las necesidades de las personas mayores.**
- 4) Proporcionar acceso a la atención a largo plazo para las personas mayores que lo necesiten.**

Nota: Tomada la Organización Mundial de la Salud (2020).

Si bien se refiere que dichos ámbitos están estrechamente interconectados, se hará énfasis en los primeros tres, ya que como podrá observarse, se trata no sólo de propuestas de acción, sino de formas de pensamiento que pueden ser infundidos desde ámbitos educativos formales e informales.

Como se mencionó anteriormente, el edadismo representa un pensamiento perjudicial que fomenta prejuicios, estereotipos y discriminación hacia

los adultos mayores, por lo que es fundamental combatir estas nociones desde diversos ámbitos educativos. Esto implica la necesidad de modificar y evolucionar nuestra perspectiva, emociones y comportamientos respecto al envejecimiento, para lo cual es esencial implementar actividades que fomenten una comprensión más realista y positiva sobre este proceso.

Con respecto al segundo punto, que asegura

que entornos sociales propicien las capacidades de los adultos mayores, alude a la reflexión de que los entornos físicos, sociales y económicos influyen en los adultos mayores y, por ende, en el desarrollo de un envejecimiento saludable.

Por eso, dentro de esta propuesta se sugiere adaptar a estos entornos eliminando barreras físicas y sociales, poniendo en marcha políticas públicas y privadas incluidas en servicios, sistemas, productos y tecnologías para promover hábitos que impacten en la salud física y mental durante el ciclo vital; considerando facilitar la continuidad de los adultos mayores en actividades significativas.

Los entornos adaptados a las personas mayores permiten que individuos con diversas capacidades envejecan de manera segura, manteniendo su autonomía, dignidad, salud y bienestar, mientras participan y contribuyen activamente a sus comunidades. Estos entornos pueden establecerse en cualquier lugar, siempre que se entiendan las necesidades, se establezcan prioridades y se planifiquen estrategias utilizando los recursos humanos, financieros y tecnológicos disponibles (OMS, 2020).

En cuanto al punto tres, con respecto a las prácticas a considerar para propiciar un envejecimiento cognitivo saludable y prevenir o retardar el deterioro cognitivo, se han justificado diversas intervenciones basadas en una revisión exhaustiva de la evidencia existente. Entre ellas, destacan aquellas relacionadas con la importancia del ejercicio físico, la estimulación social y cognitiva, así como el cuidado cardiovascular, que a su vez implica favorecer hábitos de sueño y

una alimentación adecuada (Krivanek, Gale, McFeeley, Nicastrì & Daffner, 2021).

Se considera igualmente pertinente fomentar la cultura de la prevención mediante una exploración integral en el adulto mayor, recordando que los cambios sociales, físicos y cognitivos se manifiestan de forma combinada y compleja. Esta exploración no solo la deben hacer médicos especialistas en geriatría, neurología y psiquiatría; también mediante neuropsicólogos especializados en el adulto mayor (Cerezo, 2019), así como educadores y otros profesionales.

En neuropsicología, destaca la evaluación neuropsicológica, que entre sus objetivos se incluyen diferenciar entre un envejecimiento saludable y patológico; proporcionar un perfil neuropsicológico considerando capacidades cognitivas conservadas como las alteradas, así como del estado funcional y afectivo-emocional; y ofrecer información de relevancia clínica para el diseño e implementación de estrategias de intervención farmacológicas y no farmacológicas, en una labor interdisciplinaria (Cerezo, 2019).

Para lograr estos objetivos, es crucial considerar que esto no solo está dirigido al beneficio de los adultos mayores, sino que también permite la integración y actuación de personas de todas las edades en la sociedad. Por eso se considera que en el ámbito educativo es posible propiciar estos cambios, ya que la educación no solo es parte de la capacidad intrínseca de los individuos, también es una herramienta para impactar colectivamente y beneficiar secundariamente en la conceptualización del envejecimiento, y así, procurarlo.

Conclusiones

Una de las tendencias marcadas por los avances tecnológicos y en materia de salud es el aumento de la esperanza de vida, conllevando a que una importante proporción de la población pueda envejecer.

El envejecimiento demográfico es un fenómeno que de forma gradual va intensificando el recordatorio de la necesidad de abordarlo y comprenderlo para propiciar el desarrollo de mejores condiciones, y beneficiar la calidad de vida.

El envejecimiento saludable permite considerar la importancia de la capacidad funcional formada por características esenciales que hacen que los adultos mayores puedan funcionar e interactuar en entornos de desarrollo para asegurar su adaptabilidad; aunque también considerar factores biopsicosociales que de forma ontológica influyen en lo conocido como capacidad intrínseca, propiciando el desarrollo de herramientas para enfrentar padecimientos propios de la vejez.

Es por ello relevante dentro de distintas perspectivas de acción se incluyan prácticas educativas orientadas a modificar formas en las que la sociedad conceptualiza a la vejez y fomentar a su vez su apoyo para brindar espacios que propicien un mejor desarrollo y adaptabilidad hacia las capacidades de los adultos mayores.

El envejecimiento saludable debe ser una meta a la cual aspiremos no sólo como individuos, si no como sociedad. Si se brindan oportunidades de vivir un envejecimiento con bienestar, de forma secundaria las personas que lo vivan podrán

continuar participando activamente en sus familias y comunidades, siendo pilares fundamentales que fortalecen la estructura social.

Referencias

- Alvarado, A., & Salazar, A. (2014). Análisis del concepto de envejecimiento. *Gerokomos*, 25(2), 57-62.
- Botella Trelis, J. (2005). La Salud y el Envejecimiento. El Estado de Salud de las Personas Mayores. En S. Pinazo Hernandis, & M. Sánchez Martínez (Eds.), *Gerontología. Actualización Innovación y Propuestas* (pp. 93-114). Madrid: Pearson.
- Cerezo Huerta, K. (2019). Evaluación neuropsicológica de los trastornos neurocognitivos. En K. Cerezo Huerta, *Trastornos neurocognitivos en el adulto mayor* (págs. 170 - 186). Ciudad de México: Manual Moderno.
- Comisión Económica para América Latina y el Caribe (CEPAL). (s.f.). Acerca del envejecimiento. <https://www.cepal.org/es/temas/envejecimiento/acerca-envejecimiento>
- Consejo Nacional de Población. (s.f.). Proyecciones de la población de México y de las entidades federativas [PDF]. http://www.conapo.gob.mx/work/models/CONAPO/Cuadernillos/33_Republica_Mexicana/33_RMEX.pdf.
- González de Gago, J. (2010). Teorías de envejecimiento. *Tribuna del Investigador*, 11(1-2). <https://www.esi.academy/wp-content/uploads/Teor%C3%ADas-de-envejecimiento-Julietta-Gonzalez.pdf>.
- Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI).

- (2022). Estadísticas a propósito del Día Mundial de la Población: Datos nacionales [Documento Word]. https://www.inegi.org.mx/contenidos/saladeprensa/aproposito/2022/EAP_Poblac22.docx.
- Instituto Nacional de Geriátrica. (2022). Guía de instrumentos de evaluación de la capacidad funcional. https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/813747/Guia_InstrumentosEvaluacion_2022_31oct.pdf.
- Organización Mundial de la Salud. (2015). Informe Mundial sobre el Envejecimiento y Salud. Ginebra: Organización Mundial de la Salud.
- Organización Mundial de la Salud. (2020). Propuesta de la Década del Envejecimiento Saludable: 2020-2030 [PDF]. https://cdn.who.int/media/docs/default-source/decade-of-healthy-ageing/decade-proposal-final-apr2020rev-es.pdf?sfvrsn=b4b75ebc_25.
- Organización Mundial de la Salud. (2022). Década del envejecimiento saludable: Actualización 1 [PDF]. Recuperado de https://www.who.int/docs/default-source/documents/decade-of-health-ageing/decade-healthy-ageing-update1-es.pdf?sfvrsn=d9c40733_0.
- Organización Mundial de la Salud. 2015. *Informe mundial sobre el envejecimiento y la salud*. Estados Unidos: OMS. <https://bit.ly/2SJPbFC>.
- Krivanek, T. J., Gale, S. A., McFeeley, B. M., Nicastrì, C. M., & Daffner, K. R. (2021). Promoting Successful Cognitive Aging: A Ten-Year Update. *Journal of Alzheimer's Disease*. Advance online publication. <https://doi.org/10.3233/jad-201462>.
- Salmerón-Aroca, J., & Martínez De Miguel-López, S. (2022). La generación de envejecimiento saludable en la sociedad poscovid. Una reflexión necesaria desde la educación. *Revista Investigium Ire: Ciencias Sociales y Humanas*, 13(2), 55-69. <https://doi.org/10.15658/INVESTIGIUMIRE.221302.05>.
- Steves, C., Spector, T., & Jackson, S. (2012). Ageing, genes, environment and epigenetics: what twin studies tell us now, and in the future. *Age and Ageing*, 41(5), 1-6. <https://doi.org/10.1093/ageing/afs097> PMID: 22826292.
- Triadó, C., & Villar, F. (2006). La Psicología del Envejecimiento: conceptos, teorías y métodos. En C. Triadó, & F. Villar (Eds.), *Psicología de la vejez* (pp. 23-62). Madrid: Alianza.
- Vaillant, G., & Mukamal, K. (2001). Successful Aging. *American Journal of Psychiatry*, 158 (6), 839-847.

EL MAÍZ

Atanasio Andrés Luna

Docente de Tecnologías en Secundaria Técnica
atanasio.andres.luna@seppue.gob.mx

Me han hablado de ti,
con susurros y recelo,
pues la tierra donde nací,
para alimentarme fuiste el primero.

Productores en el campo,
van cantando al preparar,
este suelo que está muy duro,
pero alimento nos han de brindar.

La semilla es de mil colores,
el tamaño es singular,
cada región donde crece,
hace los cuerpos vibrar.

Una vez que ha emergido,
como pasto se deja ver,
los animalitos lanzan suspiro,
pues antojo han de tener.

De probar sus hojas verdes,
con sabores de su miel,
esperando que se llegue,
un elote pa' comer.

Entre dulces y tamales,
entre caldos y tortillas,
te conviertes un aliado,
fortaleza de mi vida.

Con tus hojas hago magia,
con tus tallos doy nutrientes,
aunque solo te conozcan,
tienes razas y parientes.

No te acabes centli blanco,
nunca olvides tus colores,
que en los campos tú los pintas,
y las familias los amores.

Vive siempre acompañado,
yo te cuido para verte,
eres milpa o maíz aislado,
pero alimenta a mi gente.

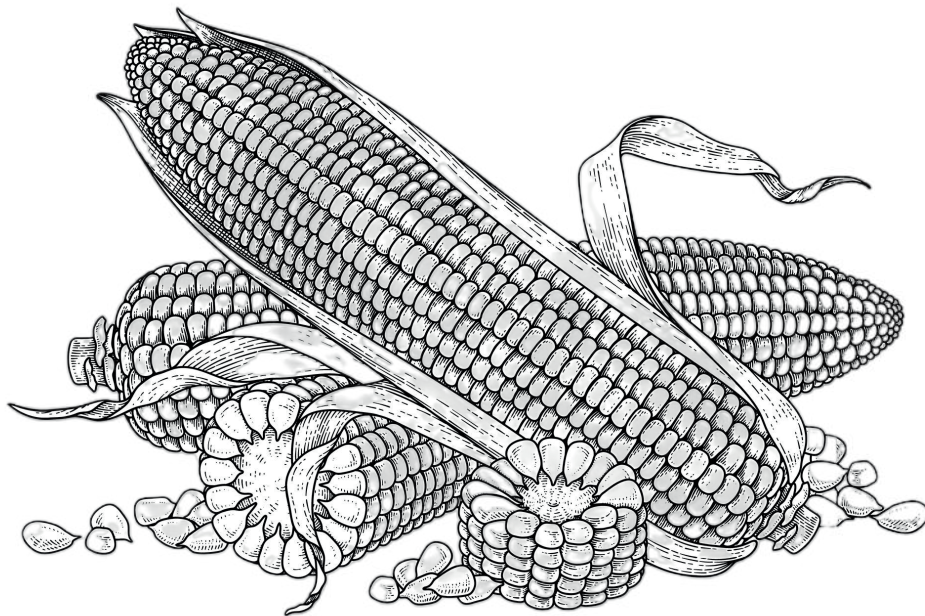
Hoy es día de escribirte,
un poema de mi mente,
sé la espiga y el jilote,
que yo ya soy tu cliente.

Quien consume de tus granos,
sabe que eres muy fuerte,
pues los campos y sus manos,
nunca dejarán de quererte.

Mexicano no te olvides,
que el maíz nos brinda vida,
en atoles y cereales,
en gorditas y tortillas.

Ve formado a tanta gente,
esperando su llegada,
como famoso en la feria,
nunca falta una colada.

Hoy naciste en mi parcela,
ya se nota la raíz,
alimento de los dioses,
el maíz de mi país.



*Diseñado por Freepik.

Invitación a participar en el No. 10

La Revista Aprender, con enfoque de accesibilidad universal, de publicación digital y cuatrimestral, brinda el espacio para el diálogo y la divulgación de contenido educativo, con énfasis en las acciones destacadas que llevan a cabo figuras educativas, así como quienes realizan investigación en Puebla.

En la publicación **número 10**, trataremos la temática: **Educación continua y capacitación docente para la mejora educativa.**

La educación continua y la capacitación de nuestros docentes son fundamentales para garantizar una enseñanza de calidad y para mantenernos actualizados en un entorno educativo en constante cambio. Permiten asegurar una intervención pertinente, dado que los docentes pueden explorar nuevas metodologías de enseñanza, familiarizarse con las últimas investigaciones educativas y desarrollar estrategias innovadoras para motivar y comprometer a sus estudiantes.

Entonces, ¿qué acciones se llevan a cabo para enriquecer la práctica pedagógica? ¿de qué manera nos sumamos a las tendencias educativas emergentes? ¿cómo es el proceso para seguir explorando nuevas metodologías de enseñanza?

Hacemos la más atenta invitación para contar con su colaboración. La fecha límite para recibir las propuestas es el **13 de septiembre de 2024**, a través del correo revista.aprender@seppue.gob.mx

Las propuestas recibidas siguen un proceso de revisión y evaluación de acuerdo a los lineamientos editoriales, estos pueden ser consultados en: <http://sep.puebla.gob.mx/index.php/quienes-somos/aprender>

De acuerdo a su contenido y metodología, una vez evaluadas; las propuestas pueden ser incluidas en las secciones de la revista:

- ✓ **Diálogo.** Espacio para académicos expertos destacados, donde se presenta una reflexión u opinión de acuerdo a la temática del número correspondiente.
- ✓ **En la práctica.** Aportaciones de experiencias de investigación realizadas por figuras educativas de los diferentes niveles educativos.
- ✓ **Comunidad.** Experiencias destacadas del quehacer educativo en los diferentes niveles educativos, actividades especiales, aportaciones artísticas y literarias.

La fecha límite para recibir las propuestas es el 13 de septiembre de 2024, también a través de la liga: <https://forms.gle/6qMGKYosWP7v1qGFA>

o utilizando el código QR:

Aprender





Aprender

Revista educativa digital de diálogo y difusión



Secretaría
de Educación

