

CAPÍTULO IV

El modelo de enseñanza personalizada

Jorge Garduño Durán

Una de las pretensiones de la educación es lograr la autonomía, la responsabilidad y las interacciones sociales positivas en el estudiante, para que pueda autorregular su aprendizaje y que este sea significativo. Este propósito ha dado lugar a diferentes formas de concebir y llevar a cabo los procesos de enseñanza y aprendizaje, ya sea a través de estilos de enseñanza, metodologías activas o estrategias, en las que, en mayor o menor medida, el docente determina, en su papel de experto y con base en los programas vigentes, cómo hacer que los alumnos se apropien de lo que se requiere que aprendan.

Aprender por sí mismo en el entorno áulico demanda del acompañamiento de un maestro, cuya perspectiva no solo se centre en el diseño de situaciones didácticas para dicho ambiente, o bien, en replicar prácticas escolares en entornos distintos que, en ocasiones, poco tienen que ver con los intereses, necesidades y perspectivas del alumnado.

Por lo tanto, se requiere de una visión más amplia que planteé la enseñanza como una oportunidad de generar espacios donde se priorice la participación activa del alumno y se considere su singularidad al fomentar acciones motrices vinculadas con su entorno, de tal manera que, al entrar en interacción con este, construya aprendizajes que tengan sentido para él.

En este marco, el Modelo de Enseñanza Personalizada (MEP) constituye una opción viable para la formación en Educación Física, donde el propio estudiante sea quien se acerque al conocimiento de manera activa y autónoma para desarrollar su *competencia motriz*, que de acuerdo con Ruiz (2021), es el elemento fundamental por la que se imparte la Educación Física a nivel escolar.

El MEP, a través de la definición del papel del docente y del alumno, de las interacciones entre los estudiantes, del tipo de vínculos que los alumnos deben establecer con los contenidos y de la definición de la competencia motriz que se pretende desarrollar, delinea los aspectos que el profesor debe considerar para definir las situaciones de aprendizaje formativas.

Respecto de este rubro, el docente, al planificar la enseñanza y considerar al alumno como el gestor de su propio aprendizaje, debe enfrentarlo a situaciones en donde, de acuerdo con su propio ritmo, capacidades, aptitudes y actitudes, tome responsabilidad de avanzar a través de principios, no de pasos estrictamente determinados (Garduño, 2021a).

En este capítulo, se presenta el MEP como un modelo alternativo que pretende extender la clase de Educación Física a otros escenarios extraescolares, y que el alumnado tenga opciones para practicar, reforzar y mejorar lo aprendido en clase de una manera autónoma, singular y con responsabilidad. Por lo tanto, el uso del MEP tiene sentido porque puede ser aplicado de manera presencial o a distancia, con o sin la necesidad de tener al frente un maestro que dirija la enseñanza.

Base teórica del modelo

A inicios del siglo xx, surge en Europa un nuevo modelo pedagógico denominado *La Escuela Nueva*, representado por John Dewey, quien centra su interés en el niño y en el desarrollo de sus capacidades, otorgándole así un papel protagonista en su propio aprendizaje. A partir del principio *aprender haciendo*, este enfoque considera que la escuela prepara al niño para integrarse y vivir en sociedad, por lo que da valor a la acción y a la experimentación como forma de aprendizaje (Ortiz, 2013).

Este modelo pedagógico fue el parteaguas para que otros más consideraran la posición activa del estudiante frente al aprendizaje, lo que trajo una renovación metodológica que disentía del planteamiento tradicionalista y que tomaba en cuenta los intereses de los alumnos al considerar sus diferencias y enfatizar la enseñanza socializada.

Una de las pioneras en este modelo fue María Montessori, quien desarrolló el llamado *método Montessori*, respetando el ritmo e intereses de los aprendices y otorgándoles libertad para que exploraran y tuvieran la oportunidad de la autocorrección. El método Montessori tuvo como punto de partida una visión progresista del aprendizaje, que pretendía el desarrollo de la creatividad y la autonomía didáctica del alumno (Castellarnau & Castro, 2019).

A mitades del siglo xx, Fred Simmons Keller propuso un *Sistema Personalizado de Instrucción*, que es una forma de autorregulación cognitiva por parte del estudiante y que toma el nivel de dominio como elemento regulador para continuar aprendiendo. Este sistema plantea que el alumno trabaje en unidades pequeñas a su propio ritmo, donde la persistencia es el elemento central de logro (Garduño, 2021b; Ministerio de Educación y Ciencia, 2005).

El francés Pierre Faure propuso, por su parte, la pedagogía personalista y comunitaria, en la que resalta la importancia de la toma de conciencia de la capacidad de respuesta libre y autónoma, a partir del autorreconocimiento y descubrimiento de la individualidad, expresada en valores y en la capacidad de establecer un compromiso de crecimiento personal (Faure, 1976).

Uno de los pioneros en aplicar el MEP en la enseñanza de la Educación Física es Daryl Siedentop (Romero et al., 2008). Dicho autor, desde una perspectiva práctica y humanística, considera:

que la intervención del docente es eficaz cuando propicia aprendizajes exitosos de las actividades físicas mediante mayor tiempo de participación de los alumnos en las tareas motrices, la realización de feed-back, crear un buen clima positivo en la clase y una adecuada organización de la misma. (Como se citó en Romero et al., 2008, p.171)

Considerando que la educación tiene un propósito personalizado, al trabajar la Educación Física se deben respetar las diferencias individuales en cuanto a las capacidades físicas y psicomotrices, la forma de acceder a los aprendizajes y el ritmo personal en la ejecución. Además, resalta como principios el trabajo autónomo, la reordenación del tiempo y espacio, la individualización de la enseñanza y el aprendizaje de valores relacionados con la responsabilidad individual y social (Contreras & Sánchez, 1992).

Para finalizar este recorrido sobre las bases del MEP, es preciso resaltar la gran contribución de las escuelas activas y experimentales que conformaron el constructivismo con representantes tan notables como Piaget, Ausebel, Bruner y Vigotsky. Estos pensadores hicieron importantes aportaciones, por ejemplo, “la teoría del aprendizaje significativo y el aprendizaje por descubrimiento cada día cobra mayor importancia y para el estilo personalizado en educación será uno de los argumentos a sostener en el futuro” (Ferrini, 2006, p. 24).

En lo que respecta al área de Educación Física en España, Arribas-Galarraga et al. (2017) lo han promovido en el nivel secundaria para el desarrollo de capacidades físico-motrices y, en México, Garduño (2021b) lo ha impulsado en planteles de educación básica, a través de estudiantes de licenciatura y posgrado que gestionan contenidos de motricidad, corporeidad y creatividad en la acción motriz.

Principios del Modelo de Enseñanza Personalizada

El MEP se considera como un “elemento de formación personal en el que la responsabilidad y la capacidad de autogestión se dibujan como los pilares fundamentales” (Arribas et al., 2017, p.73), cuya intencionalidad se enfoca en el perfeccionamiento del ser humano mediante la propia actividad libre y consciente. Está basado en un plan unificado que presenta el total de los contenidos por trabajar, donde el propio estudiante es quien toma de manera autónoma las decisiones sobre su progreso, atendiendo a las actividades diseñadas estratégicamente por su profesor.

Al poner en el centro de su proceso formativo al alumno, la enseñanza personalizada considera tres principios para orientar su acción: la apertura, la singularidad y la autonomía (Arribas-Galarraga et al., 2017; Martínez-Otero, 2021; Pérez & Ahedo, 2019).

La singularidad resalta a la persona como ser único e irrepetible, haciendo referencia a la capacidad de respuesta que cada aprendiz posee de acuerdo con sus particularidades ante situaciones en las que debe usar los contenidos curriculares. Considerar la singularidad representa la expresión de la libertad y creatividad del individuo y, al mismo tiempo, le permite ser consciente de sus posibilidades y limitaciones.

En tanto, la autonomía es la capacidad del estudiante de pensar por sí mismo, tomar decisiones y responsabilizarse por sus actos; dicho de otra manera, es la habilidad para gobernarse a sí mismo y para saber aprovechar las oportunidades de obrar libremente, tomando en cuenta las consecuencias positivas y negativas de sus dichos y hechos.

Por su parte, la apertura es la disposición que la persona tiene para comunicarse, relacionarse e interactuar con otros para poder transformar e impulsar el crecimiento personal y social. La apertura depende de la personalidad del alumno, ya que solo él puede establecer su límite o su deseo de superación, así como la iniciativa para experimentar sin la necesidad de que otra persona le esté diciendo o mostrando cómo hacer las cosas. Tener apertura también permite al aprendiz conocer-se y re-conocerse dentro de la sociedad en la que se desenvuelve y, por lo tanto, valorar la contribución de los otros mediante la retroalimentación activa, en donde se producen experiencias de aprendizaje colaborativo.

Con base en estos principios, puede entenderse el papel que juegan tanto el estudiante como generador de su propio aprendizaje, como el docente, en este caso, el educador físico como facilitador del aprendizaje.

El rol del alumno inicia con el conocimiento del plan de acción que le presenta el docente, el cual incluirá las líneas generales para que, de manera autónoma, el aprendiz tome las riendas de su aprendizaje, sin que eso le impida tomar la decisión de interactuar con el profesor por iniciativa personal. Él mismo marcará las pautas para decidir los tiempos, la frecuencia, la cantidad y, si así lo considera, los materiales y variaciones que puede hacer en los planteamientos base; autorregulando así su aprendizaje, debido a que también definirá el momento en el que sienta que ha completado satisfactoriamente los niveles que se sugieren. De igual manera, el estudiante autoevaluará sus logros, reflexionando sobre las dificultades y facilidades que le ofrecieron las diferentes categorías de las tareas, para conocerse y saber hacia dónde orientar sus esfuerzos.

En cuanto al papel del maestro, este inicia al “reconocer y valorar el potencial de cada alumno y orientar el aprendizaje en ese sentido” (Arribas-Galarraga et al., 2017, p.76). Este aspecto es fundamental porque, primero, deberá diseñar las actividades que habrá de desarrollar el estudiante, asegurándose de que favorece el desarrollo integral de sus potencialidades; segundo, porque mediante las orientaciones claras y precisas que plasme en el cuaderno, deberá ser capaz de conseguir que el aprendiz se involucre de manera convencida, dinámica y responsable; tercero, porque debe ser empático con las necesidades del estudiante, proporcionando apoyos que le permitan reafirmar su autonomía sin promover dependencia y, por último, porque debe estar en condiciones de crear ambientes de socialización y colaboración entre pares y de constante comunicación con él en su calidad de responsable de los procesos de enseñanza.

Propuesta pedagógica

Transformar la práctica del educador físico no es tarea fácil. Durante años, la enseñanza de la Educación Física ha estado permeada por enfoques presenciales que, si bien han sentado las bases para dirigir la sesión, hoy se deben transformar y dar paso a nuevas formas utilizando los modelos pedagógicos que en los últimos años se emplean como una propuesta alternativa para trabajar la Educación Física, reestructurando estos estilos con el fin didáctico de favorecer y atender la enseñanza de la Educación Física de acuerdo con los cambios que la sociedad va demandando día con día.

La siguiente propuesta pretende ser un apoyo para tal fin, proporcionando un recurso a los docentes que tratan de llevar la Educación Física a los hogares de los alumnos y al entorno escolar de una manera innovadora, lúdica y creativa de desarrollar las competencias motrices, de despertar el interés y entusiasmo por la Educación Física y de convertirse en una posibilidad de contribuir a la formación integral de los estudiantes.

Primero, se presentará el papel del docente y del aprendiz en esta propuesta, para después realizar recomendaciones para el diseño del Cuaderno de Retos Motrices, que es el recurso donde se concreta el presente planteamiento.

El profesor tiene la responsabilidad de seleccionar los contenidos del programa y de diseñar los *retos motrices* por fases o niveles de logro, considerando las características, la edad, el interés y las posibilidades reales de realización de las actividades, de tal manera que el alumno menos hábil los pueda alcanzar, y que el más hábil no pierda el interés de realizar los retos motrices. Por lo tanto, el maestro es el responsable de marcar el punto de logro del aprendizaje esperado, sin la necesidad de decirle al estudiante cómo debe hacer las actividades o de dirigir la sesión.

Por su parte, el aprendiz tiene la responsabilidad de elegir el momento y espacio para llevar a cabo los retos motrices y de tomar las decisiones que considere pertinentes para solucionarlos, autorregulando así su aprendizaje. Por lo tanto, el alumno tiene total autonomía de la acción motriz, de su tiempo de ejecución y el número de intentos para lograr el reto. En consecuencia, su honestidad y compromiso siempre estarán presentes para que diga si en verdad pasó por las diferentes etapas y si logró el aprendizaje esperado.

Para el diseño de cada uno de los retos motrices, deben considerarse las fases que se presentan en la Figura 1 y que se describen a continuación:

Figura 1

Fases para el diseño de actividades basadas en el MEP



- *Fase 1. Preparación de la clase.* En esta fase, el docente selecciona el contenido que se debe desarrollar (conjunto de saberes conceptuales, procedimentales y actitudinales), determina el aprendizaje esperado (señalado por los planes y programas de acuerdo con el grado y nivel educativo) y diseña el material alternativo acorde con el reto motriz que se plantea. Cabe señalar que dicho contenido debe ser de fácil acceso, elaboración y, sobre todo, creativo y de interés para el alumno.
- *Fase 2. Puesta en acción.* Esta fase está a cargo del estudiante. Si bien el alumno puede estar acompañado de un adulto o familiar que le ayude, por ejemplo, en el caso de niños de nivel preescolar para leer el reto motriz, orientarlo o canalizarlo hacia un video tutorial, es por completo responsable de su ejecución a la hora de resolverlo. La creatividad, autonomía y singularidad de cada estudiante son ejes fundamentales para el logro del modelo, por lo que, en esta fase, el propio Cuaderno de Retos Motrices lo guía para que se haga cargo de su propio aprendizaje. En consecuencia, el tiempo destinado para cada reto, el número de intentos y la honestidad para pasar de nivel también dependen de cada aprendiz.

Para estimular el uso de la tecnología, se recomienda el diseño de un sitio en la web, donde el estudiante podrá tener un espacio para manifestar sus dudas, sus logros, sus dificultades y para recibir retroalimentación del docente o de sus compañeros. Esta página web también puede constituir un medio de socialización de evidencias al incluir fotografías o videos de su puesta en acción. De esta manera, el maestro, los compañeros del grupo y familiares podrán observar de qué manera resolvió el reto motriz.

- *Fase 3. Reflexión.* En esta fase, el alumno llena una hoja que contiene preguntas sobre su desempeño a la hora de resolver los retos motrices y la entrega al profesor, quien recoge las respuestas del grupo en general para valorar cómo trabajaron los estudiantes, obtener alguna información adicional que le permita mejorar el diseño de nuevos

retos motrices y dar seguimiento al logro de los aprendizajes esperados. Por lo tanto, esta etapa es relevante para definir mejoras en ambas partes, porque ayuda al docente a saber cómo se desempeñan los alumnos, qué tan complicados serán los próximos retos, si en verdad están dando cuenta de los aprendizajes esperados y el grado de motivación para aprender bajo este modelo.

Cuaderno de Retos Motrices

El diseño del Cuaderno de Retos Motrices representa un ejercicio intelectual en el que se sintetizan las competencias docentes, ya que no solo implica el dominio del contenido que se tratará y de conocer cómo es el desarrollo de la motricidad en el estudiante, sino que el educador físico también hace uso de:

su capacidad de guiar a los alumnos efectivamente a través de recursos educativos utilizando vías de aprendizaje y enseñanza bien diseñadas, de ofrecer apoyo efectivo a los estudiantes (ya sea en clases prácticas, tutorías, sesiones de orientación individual o por Internet) y de proporcionar una evaluación inteligente y comentarios críticos a los estudiantes sobre su desempeño (que culmine en alguna forma de acreditación). (Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura [UNESCO], 2015, p.11)

Para su diseño, se proponen y describen de forma resumida los siguientes apartados: portada, índice, presentación, instrucciones, presentación del reto, retos motrices asociados al reto principal, propuestas de nuevos retos asociados al reto principal, autoevaluación, planteamiento de retos con variantes y registro de avances; incorporando un ejemplo para cada uno de ellos con la sola idea de proporcionar una referencia, no un modelo; en otras palabras, se trata de meros detonadores de la creatividad del profesor cuando este elabora su propio material.

Portada

La portada es la carta de presentación del cuadernillo. Se recomienda el uso de una imagen que represente el contenido y que atraiga la atención del usuario. En este caso, la imagen

indica que los retos motrices se pueden desarrollar en casa, así como algunos elementos básicos: nombre del cuadernillo, la asignatura y el grado al que va dirigido, como se observa en la Figura 2.

Figura 2

Ejemplo de portada



Índice

Apartado en el que aparece la lista resumida del contenido del cuaderno. Se sugiere que sea breve y visible para facilitar la identificación y ubicación de la sección de interés, y que su consulta sea habitual. Un ejemplo se visualiza en la Figura 3.

Figura 3

Ejemplo de índice

Índice	
01	Presentación
02	Instrucciones
03	RETO 1: Mi desempeño hablará por mí
07	RETO 2: La pared, parte de mi juego
11	Mi Récord

Presentación

Como se observa en la Figura 4, se debe iniciar con una idea breve y clara, pero cálida, que sea como un *rapport* que despierte en el estudiante la confianza e interés por explorar e involucrarse en las actividades hasta lograr los retos motrices que se le proponen.

Figura 4

Ejemplo de presentación

01 | Presentación

¡Hola!

Te doy la bienvenida a este trabajo de enseñanza personalizada en donde TÚ, sí TÚ, alumno que cursa el nivel de secundaria, serás el protagonista de tu propio aprendizaje a través de las herramientas que te voy a presentar. Lo único que necesitas es disposición al trabajo, además de una actitud positiva y desafiante ante los retos que te propongo en este Cuaderno.

El Cuaderno de Retos Motrices tiene el propósito de adentrarte a la práctica de juegos deportivos como el Tenis, Frontón y Ping Pong.

¡Adelante, ánimo! ¡No te detengas!

Instrucciones

Recomendaciones que guíen el uso del cuaderno y el proceso para el desarrollo de los retos motrices. Evitar redacciones en forma de reglas y dejar en claro que su autonomía será respetada. Solo se debe enfatizar lo que sea un riesgo para su integridad o afecte de modo importante el proceso (Figura 5).

Figura 5

Ejemplo de instrucciones

02 | Instrucciones

Antes de pasar a la acción, debo recomendarte que atiendas a las siguientes instrucciones, que son de suma importancia para realizar adecuadamente los retos:

R ecuerda tener siempre una vestimenta adecuada para la actividad, la cual debe permitir libremente tu movilidad.	L leva tus propios retos motrices y compártelos con tus amigos y maestro, y juega a vencerlos en un tiempo récord a través del blog.
B usca un lugar adecuado para realizar cada una de las actividades, para evitar cualquier percance en tu persona y en los objetos que hay a tu alrededor.	N o olvides autoevaluarte para reconocer tus logros, anotando una palomita en el lugar que corresponda.
P ide ayuda a un adulto o al maestro en el momento que se requiera a través del blog www.blog-misretosmotrices.com	T ambién escribe que fue lo que te costó menos trabajo y que se te hizo más difícil, para que sepas qué debes mejorar y por lo tanto practicar más.
N o adelantes el proceso, procura seguir en orden cada nivel de forma que te motives a seguir intentando hasta llegar a cumplir el reto.	P ersonaliza tu hoja de récords dibujando tu propia imagen y poniendo tu nombre.
E n algunos retos, antes de iniciar deberás realizar tu propio material como se indica en el proceso de elaboración.	E n la hoja de récords anota la fecha en la que vas logrando tus retos para que veas tus avances.

Por último te invito a estar atento para entregar este Cuaderno a tu maestro, en el momento que él te lo solicite.

Presentación del reto

En este espacio se explican de forma abreviada los aspectos formativos relacionados con el reto, su relación con el contenido del programa de Educación Física de acuerdo con el grado escolar, así como el material que se sugiere utilizar y, en algunos casos, el proceso para su elaboración. En la Figura 6 se ejemplifica una presentación.

Figura 6

Ejemplo de presentación del reto

03 RETO 1: Mi desempeño hablará por mí	
Eje Competencia motriz	
Componente Pedagógico Desarrollo de la motricidad	
Orientaciones Didácticas El estudiante explora sus capacidades, habilidades y destrezas motrices en situaciones que le permitan evaluar su desempeño.	Material <ul style="list-style-type: none">• 2 tapas de plástico (del envase de leche en polvo de 1 kg)• 2 trozos de 15cm de resorte de 2 cm de ancho c/u• 1 hoja de fomi• 1 pelota de esponja, espuma o unicel de 5 cm
Aprendizaje Esperado Emplea sus capacidades, habilidades y destrezas al controlar sus movimientos ante situaciones de juego, expresión corporal, iniciación deportiva y deporte educativo, con el propósito de actuar asertivamente.	Proceso de Elaboración <ol style="list-style-type: none">1. Abre dos orificios en los extremos de la tapa.2. Introduce las puntas del resorte, una en cada orificio, y realiza un nudo en la parte posterior para que no se salga.3. Asegúrate que el resorte ajuste a la palma de tu mano.4. Decora con la hoja de fomi, la parte opuesta a donde se ajusta tu mano.5. Ahora ya tienes las manotas.

Retos motrices asociados al reto principal

Es la parte medular que estimula la acción del estudiante, en la que se describen los retos motrices asociados con la intención del reto central. Este apartado debe consistir en un planteamiento claro y preciso de lo que se espera lograr. Se puede organizar por niveles de complejidad, ya que los retos son alcanzables cuando se proponen de una manera gradual y progresiva (Figura 7). Los retos deben responder a las características del desarrollo motriz de los alumnos y orientarse a desarrollar las competencias motrices, favoreciendo al mismo tiempo los contenidos de Educación Física que establece el programa educativo. Cabe señalar que el maestro indica el resultado que debe conseguirse, pero en ningún momento le dice al aprendiz cómo hacerlo. Sin embargo, puede orientarlo con imágenes o esquemas que den una idea de lo que va a realizar de acuerdo con las peculiaridades de su repertorio motriz.


Figura 7

Ejemplo de retos motrices asociados al reto principal

04 Retos Motrices: ¿Puedes golpear?

NIVEL 1

¿Puedes realizar 30 golpes de pelota hacia arriba alternando ambas manotas?



NIVEL 2

¿Puedes golpear la pelota con la manota en la mano derecha, 30 veces consecutivas hacia arriba a una altura donde puedas tener el control de la pelota, e inmediatamente realizar lo mismo con la manota en la mano izquierda?

NIVEL 3

¿Puedes golpear 30 veces la pelota alternando derecha e izquierda hacia arriba, a una altura donde puedas tener el control de la pelota, pero desplazando de un lugar a otro?

Propuestas de nuevos retos asociados al reto principal

Una vez que el estudiante ha vivenciado los retos motrices, se le invita a que genere sus propios retos en una hoja del cuaderno (Figura 8). Con esto, se despliega la creatividad y la originalidad a través de las diferentes formas de visualizar el reto. Se recomienda que comparta estos nuevos retos con sus compañeros y que los efectúen de manera conjunta en la escuela.

Figura 8

Ejemplo de propuestas de nuevos retos asociados al reto principal

05 Construyendo mis propios Retos

RETO _____

RETO _____

Autoevaluación

La idea de este apartado es brindar un instrumento de autoevaluación a través de preguntas que den cuenta de cómo el aprendiz valora cómo solucionó el reto motriz, considerando la dificultad para desarrollarlo, el tiempo en el que lo logró, el número de intentos, cuál de los retos le gustó más y si tuvo problemas al efectuarlo (Figura 9). Eso permite ir autorregulando su conducta y poner atención en los aspectos en los que debe trabajar para cumplir los retos.


Figura 9


Ejemplo de autoevaluación

06 Autoevaluación

Registra tus logros ✓

RUBROS POR EVALUAR	SI	NO
Manifiesto control motriz al golpear la pelota con ambas manos		
Logro golpear la pelota consecutivamente		
Manifiesto diferentes formas de movimiento		
Controlo mis movimientos respecto del objeto		
Identifico las características de este nivel para pasar a otro		

Lo que se me hizo fácil 😊 

Lo que estuvo difícil 😞 

Planteamiento de retos con variantes

Para que se avance en el desarrollo de la competencia motriz, el docente plantea los retos que considere suficientes, reiniciando a partir de la presentación del reto y finalizando en la autoevaluación. Un ejemplo de lo anterior son las páginas del cuadernillo que se presentan en la Figura 10, 11 y 12.

Figura 10

Ejemplo de planteamiento de retos con variantes (presentación)

07 RETO 2: La pared, parte de mi juego

Eje Competencia motriz

Componente Pedagógico
Desarrollo de la motricidad

Orientaciones Didácticas
El estudiante explora sus capacidades, habilidades y destrezas motrices en situaciones que le permitan evaluar su desempeño.

Aprendizaje Esperado
Emplea sus capacidades, habilidades y destrezas al controlar sus movimientos ante situaciones de juego, expresión corporal, iniciación deportiva y deporte educativo, con el propósito de actuar asertivamente.



Material

- Tus manotas (material que elaboraste en el reto anterior)
- 1 pelota de esponja o de espuma de 5 cm aproximadamente
- Necesitas estar frente a una pared libre de materiales


Figura 11

Ejemplo de planteamiento de retos con variantes (retos motrices asociados al reto principal)

08 Retos Motrices: ¿Me puedes golpear y controlar?


NIVEL 1

¿Puedes golpear 30 veces de manera consecutiva la pelota en la pared, con un golpe al piso, a diferentes alturas y distancias de tu cuerpo a la pared?



NIVEL 2

¿Puedes golpear 30 veces la pelota en la pared de manera consecutiva, con un bote, alternando el golpeo con mano derecha e izquierda, a diferentes alturas y distancias de tu cuerpo a la pared?



NIVEL 3

¿Puedes golpear la pelota en la pared, alternando las dos manos sin bote de la pelota, a diferentes alturas (alta, media, baja) y distancias de tu cuerpo a la pared, por lo menos 10 veces?

Figura 12

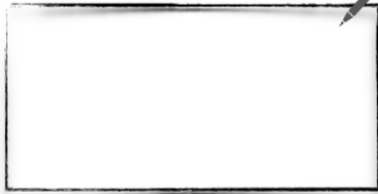
Ejemplo de planteamiento de retos con variantes (autoevaluación)

10 Autoevaluación


Registra tus logros ✓

RUBROS POR EVALUAR	SI	NO
Mis movimientos y desplazamientos tienen una intencionalidad		
Me adapto a cada circunstancia de golpeo de la pelota		
Realizo correctamente los cambios de desplazamiento		
Aprovecho mis deficiencias para mejorar		
Intento mejorar la precisión del golpeo haciendo modificaciones		

Lo que se me hizo fácil 😊



Lo que estuvo difícil 😞




Registro de avances

En este apartado, el estudiante llevará un registro de las fechas en las que va completando los retos, de tal manera que él mismo regule su avance (Figura 13). Eso le permitirá tener una referencia temporal y advertir si completa los retos con mayor prontitud y cuáles requirieron más esfuerzo y tiempo. El que dibuje su imagen y anote su nombre es una manera de personalizar su récord, pero se puede variar esta opción pidiéndole que pegue su foto o anexe hojas en las que coloque fotografías representativas de los retos; la intención es que se sienta identificado y reconozca su avance.


Figura 13

Ejemplo de registro de avances

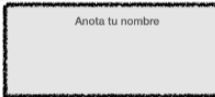
11 Mi Récord		Nivel 1	Nivel 2	Nivel 3
RETO	Retos Motrices	Fecha	Fecha	Fecha
Mi desempeño hablará por mí	¿Puedes golpear al aire?			
La pared, parte de mi juego	¿Puedes golpear y controlar?			



Dibuja tu imagen



Anota tu nombre



Ejemplo para educación primaria

Puesto que el MEP es aplicable a cualquier nivel educativo, se anexa un ejemplo dirigido a estudiantes de quinto grado de primaria (Figuras 14-22), que nuevamente incluye la participación del alumno en la elaboración de los materiales necesarios para enfrentar los retos. El uso de fotografías responde al pensamiento concreto de los aprendices, pues pueden identificarse a ellos mismos realizando las actividades.

Figura 14

Ejemplo para educación primaria (portada)



Figura 15

Ejemplo para educación primaria
(índice)

Índice

Presentación	01
Instrucciones	02
RETO 1: Lanzando y atrapando	03
Mi Récord	



Figura 16

Ejemplo para educación primaria
(presentación)

01 | Presentación

¡Hola!

Te doy la bienvenida a este trabajo de enseñanza personalizada en donde TÚ, sí TÚ, alumno que cursa el nivel de primaria, serás el protagonista de tu propio aprendizaje a través de las herramientas que te voy a presentar. Lo único que necesitas es disposición al trabajo, además de una actitud positiva y desafiante ante los retos que te propongo en este Cuaderno.

¡Adelante, ánimo! ¡no te detengas!

Figura 17

Ejemplo para educación primaria
(instrucciones)

02 | Instrucciones

Antes de pasar a la acción, debo recomendarte que atiendas las siguientes instrucciones, que son de suma importancia para realizar adecuadamente los retos:

Recuerda tener siempre una vestimenta adecuada para la actividad, la cual debe permitir libremente tu movilidad.	Inventa tus propios retos motrices, compártelos con tus amigos y maestro y juega a vencerlos en un tiempo récord a través del blog.
Busca un lugar adecuado para realizar cada una de las actividades, para evitar cualquier percance en tu persona y en los objetos que hay a tu alrededor.	Recuerda autoevaluarte para reconocer tus logros, anotando una palomita en el lugar que corresponda.
Pide ayuda a un adulto o al maestro en el momento que se requiera a través del blog www.blog-misretosmotrices.com	También escribe qué fue lo que te costó menos trabajo y qué se te hizo más difícil, para que sepas qué debes mejorar y, por lo tanto, practicar más.
No adelantes el proceso y procura seguir en orden cada nivel, de forma que te motives a seguir intentando hasta llegar a cumplir el reto.	Personaliza tu hoja de récords dibujando tu propia imagen y poniendo tu nombre.
En algunos retos, antes de iniciar deberás realizar tu propio material como se indica en el proceso de elaboración.	En la hoja de récords, anota la fecha en la que vas logrando tus retos para que veas tus avances.

Por último, te invito a estar atento para entregar este cuaderno a tu maestro en el momento que él te lo solicite.

Figura 18

Ejemplo para educación primaria
(presentación del reto)

03 RETO 1: Lanzando y atrapando

Eje Competencia motriz

BOTI RED



Componente Pedagógico

Desarrollo de la motricidad

Orientaciones Didácticas

El estudiante explora sus capacidades, habilidades y destrezas motrices en situaciones que le permitan evaluar su desempeño.

Aprendizaje Esperado

Integra sus habilidades motrices en retos y situaciones de juego e iniciación deportiva, con la intención de reconocer sus límites, posibilidades y potencialidades.

Descripción

Juego de lanzamiento y recepción con una malla o red. Se sujeta la malla por la empuñadura, aflojando la malla para recibir y tensando para lanzar. La pelota no se golpea, se impulsa.

Materiales

Red o malla de 34 cm de largo por 28 cm de ancho, y las empuñaduras de 34 cm de largo por 2 cm de diámetro, de PVC o madera, protegidas por una capa de hule espuma. La red posee un peso aproximado de 120 grs. Pelota de caucho o goma (poco bote), de colores vivos, con un diámetro que va de 5 a 12 cm (según el número de jugadores aumenta su dimensión), con un peso de 25 a 30 grs.

Figura 19

Ejemplo para educación primaria
(retos motrices asociados al reto principal)


04 Retos Motrices: ¿Puedes lanzar tan alto y atrapar de diversas formas?

NIVEL 1

¿Puedes lanzar la pelota lo más alto posible y recepcionarla sin que se caiga 5 veces consecutivas?

NIVEL 2

¿Puedes lanzar la pelota y que caiga dentro de la caja a 3 y 5 metros de distancia, buscando tu mejor récord?



NIVEL 3


¿Puedes lanzar la pelota a otro compañero de manera simultánea y después en equipos de 3, 5 o 7 integrantes?

Figura 20

Ejemplo para educación primaria
(construcción de retos propios)

05 Construyendo mis propios Retos

RETO _____



RETO _____





Figura 21

*Ejemplo para educación primaria
(autoevaluación)*

RUBROS POR EVALUAR	SI	NO
Manifiesto control motriz al lanzar y atrapar la pelota con el "Boti-red"		
Logro lanzar la pelota consecutivamente a diferentes alturas a mis compañeros		
Manifiesto diferentes formas de movimiento para atrapar		
Controlo mis movimientos con respecto al objeto		
Identifico las características de este nivel para pasar a otro		

Registra tus logros

Lo que se me hizo fácil 


Lo que estuvo difícil 

Figura 22

*Ejemplo para educación primaria
(registro de avances)*

RETO	Retos Motrices	Nivel 1	Nivel 2	Nivel 3
		Fecha	Fecha	Fecha
Lanzando y atrapando				

Dibuja tu imagen

Anota tu nombre

Conclusiones y recomendaciones

Durante la pandemia, los docentes tuvimos que adaptar nuestras formas de enseñanza a las necesidades y posibilidades que la sociedad demandaba, en ambientes muy alejados de los que habitualmente se vinculan con la Educación Física. En esos momentos, el Modelo de Enseñanza Personalizada se visualizó como una opción viable para brindar a los estudiantes la oportunidad de seguir desarrollando sus competencias motrices.

Cuando aplicamos el MEP, descubrimos sus bondades, pero nos dimos cuenta de que este planteamiento, como todos los demás, es perfectible. Por eso, invitamos a los lectores a que lo experimenten, lo enriquezcan y hasta mejoren la propuesta, contribuyendo así a que se amplíen las posibilidades de enseñanza y aprendizaje de la Educación Física.

Para puntualizar, dejo las siguientes observaciones útiles al momento de diseñar el Cuaderno de Retos Motrices basado en la MEP:

- Considerar el Cuaderno de Retos Motrices como una forma de llegar al aprendizaje autónomo, por lo que agotar el cumplimiento de las actividades incluidas en dicho cuaderno no se convierte en un fin; el propósito es el aprendizaje significativo tras haber transitado por el proceso que engloba la esencia del modelo, así como el avance en el desarrollo de la competencia motriz.
- Transitar del uso del material convencional al autoconstruido aprovechando las ventajas que ofrece, como el fomento a la creatividad, la accesibilidad, el reciclaje de los recursos que se consideran desechables y el bajo costo económico.
- Generar un Banco de Retos Motrices graduados y clasificados de acuerdo con la edad, nivel educativo y componente de la Educación Física que se busca trabajar y, si es posible, compartirlo con otros colegas para ampliar las oportunidades de desarrollo de los estudiantes y brindarles mayor variedad de actividades.
- Diseñar retos que favorezcan el desarrollo de la motricidad, la integración de la corporeidad y la creatividad en la acción motriz, que son componentes pedagógicos didácticos de la Educación Física aplicables a los diferentes niveles de la educación básica.

Referencias

- Arribas-Galarraga, S., & Luís-De Cos, I. (2020). El Modelo de Enseñanza Personalizada (MEP) como promotor de hábitos saludables. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 95(34), 69-84.
- Castellarnau, A., & Castro, M. (2019). *María Montessori: La mujer que revolucionó la educación*. RBA.
- Contreras, O. R., & Sánchez, L. J. (1992). *Epistemología de la educación física*. Universidad de Castilla-La Mancha.
- Faure, P. (1976). La enseñanza personalizada, orígenes y evolución: Entrevista con Pierre Faure. *Revista de Educación*, 247(5-10), 135-140.
- Ferrini, R. (2006). *Hacia una educación personalizada*. Limusa.
- Garduño, J. (2021a). El Modelo de Enseñanza Personalizada en educación física. En A. D. Espinosa (Coord.), *Análisis y perspectivas de la educación física y la inclusión educativa en el siglo XXI* (pp. 63-79). Escuela Normal de Educación Física.
- Garduño, J. (2021b). El Modelo de Enseñanza Personalizada: una propuesta para la Educación Física en tiempos de confinamiento. *Dilemas Contemporáneos: Educación, Política y Valores*, 9(spe1), 1-18. <https://dilemascontemporaneoseducacionpoliticayvalores.com/index.php/dilemas/article/view/2939>
- Martínez-Otero, V. (2021). *La educación personalizada del estudiante*. Octaedro.
- Ministerio de Educación y Ciencia. (2005). *La orientación escolar en centros educativos*. Secretaría General Técnica.
- Organización de las Naciones Unidas para la Educación la Ciencia y la Cultura. (2015). *Guía básica de recursos educativos abiertos*. UNESCO.
- Ortiz, A. (2013). *Modelos pedagógicos y teorías del aprendizaje*. Ediciones de la U.
- Pérez, J., & Ahedo, J. (2019). La educación personalizada según García Hoz. *Revista Complutense de Educación*, 31(2), 153-161. <https://dx.doi.org/10.5209/rced.61992>
- Romero, C., López, C. J., Ramírez, V., & Pérez, A. J. (2008). La educación física y la organización de la clase: aprendiendo a enseñar. Consideraciones previas. *Publicaciones*, 38, 163-182. <https://revistaseug.ugr.es/index.php/publicaciones/article/view/2253>
- Ruiz, L. M. (2021). *Educación física y baja competencia motriz*. Morata.