

## **Las adecuaciones curriculares realizadas en el curso de desarrollo físico y salud, para mejorar la formación docente inicial en tiempos de pandemia**

**María de los Ángeles Velásquez Jacinto**

[angeles.jacinto2020@gmail.com](mailto:angeles.jacinto2020@gmail.com)

Escuela Normal Urbana Federal del Istmo (ENUFI)

Oaxaca-México

### **RESUMEN**

La presente propuesta didáctica expone las adecuaciones curriculares realizadas en el curso de Desarrollo Física y Salud perteneciente a la malla curricular de la licenciatura en la educación primaria de las escuelas normales plan 2012. Aquí se explicitan ajustes hechos en las actividades y la evaluación. Un objetivo es garantizar la permanencia y promoción de todos los estudiantes en tiempos de pandemia, además, considerar el contexto actual en el que estamos viviendo nos obliga a pensar y repensar los contenidos curriculares y plantear estrategias que permitan apropiarse de estos de una manera más práctica, dinámica y creativa, aplicando herramientas digitales, partiendo del contexto familiar que permita desarrollar y apropiarse de los hábitos del cuidado del cuerpo y la salud, la higiene, la alimentación y el ejercicio físico; lo anterior contribuirá en la promoción del cuidado de la salud y más aún, en tiempos pandémicos generados por el virus del SAR CoV-2.

**Palabras clave:** desarrollo físico y salud; adecuaciones curriculares; pandemia; formación docente inicial; transposición didáctica; propuesta didáctica.

## **The curricular adjustments made in the course of physical development and health, to improve initial teacher training in times of pandemic**

### **ABSTRACT**

The present didactic proposal exposes the curricular adjustments done in the Physical and Health development in the curricular mesh of the bachelor degree in Primary education for Normales school plan 2012. Here it is explicit the adjustments done in the activities and the evaluation. One of the objectives is to ensure permanence and promotion of students during Pandemic, besides taking into account the current situation in which we are living forces us to think and rethink about the curricular contents, as well as propose strategies that allows to appropriate of these in a practical, dynamic and creative way, implementing digital tools based on the family context which allows to develop and own the body care habits and health, personal hygiene, eating and Physical Education. These would help ensuring the health care promotion especially in Pandemic time resulting from the SAR CoV-2 virus.

**Keywords:** physical development curricular adjustments; pandemy, pre service teacher training; didactic transposition; didactic proposal.

## **1. INTRODUCCIÓN**

De acuerdo con el plan de estudios 2012, para la Licenciatura en Educación Primaria la malla curricular está compuesta por cursos, organizadas en cinco trayectos formativos, más un espacio destinado a trabajo de titulación, comprendiendo un total de 291 créditos, con una duración de ocho semestres.

Uno de los cinco trayectos formativo se refiere a la preparación para la enseñanza y el aprendizaje, este lo integran 20 cursos que articulan actividades de carácter teórico y práctico, entre ellos destaca lo relacionado con el conocimiento de las ciencias, cabe señalar que este inicia en el primer semestre con desarrollo físico y salud, que tiene una carga horaria de 4 horas semanales equivalente a 4.5 créditos, para continuar en el segundo semestre con Acercamiento a las ciencias naturales en la primaria con 6 horas semanales y con un crédito de 6.75 y culminar con Ciencias naturales que al igual que la anterior también se imparten 6 horas semanales y con 6.75 de créditos.

El curso de Desarrollo Físico y Salud (DFS) comprende 3 unidades con temas como la salud, alimentación y actividad física, en la primera abarca temas como la salud propiamente, el cuerpo humano y la sexualidad, en la segunda alimentación y nutrición, funciones de los nutrientes, el plato del bien comer y la jarra del buen beber, así como las prácticas nocivas. Y para terminar en la tercera unidad se ve la actividad física como parte de la cultura de prevención, la relación entre esta y la salud.

En estos tiempos de contingencia sanitaria se hace más visible el problema de la salud, por lo cual es de suma importancia aprovechar el curso DFS para abordar temas que nos lleven a preservar la salud y por ende la vida. Conviene entonces subrayar que el curso, así como está planteado, requiere que el docente contextualice los temas, lo haga prácticos y atractivos, pero funcionales y benéficos en estos tiempos donde la salud se valora mucho más.

Para lograr abordar el programa del curso de DFS en tiempo de pandemia se procedió a realizar ciertas adecuaciones curriculares, con el objetivo de garantizar la permanencia y promoción de todos los estudiantes, y en paralelo, contextualizar los contenidos temáticos adecuando las actividades en el entorno familiar, generando con ello estrategias pedagógicas didácticas que permitan apropiarse de hábitos del cuidado del cuerpo y la salud, la higiene, la alimentación y el ejercicio físico, el propósito es contribuir a

promover la reflexión sobre el cuidado de la salud en estos tiempos de pandemia donde es prioritario el cuidado de la salud.

A lo largo del texto encontrarán las adecuaciones curriculares realizadas en las actividades y evaluación.

## **2. ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS O MATERIALES Y MÉTODOS**

### **2.1. Las adecuaciones curriculares en el curso de Desarrollo físico y salud (DFS).**

Considerando contenido del curso de DFS en el contexto pandémico que estamos viviendo, se buscó adecuar los contenidos a las necesidades actuales, por lo que se realizaron adecuaciones curriculares al programa oficial que propone la Dirección General de Educación Superior para el Magisterio (DGSuM), en este sentido, y de acuerdo con la Guía de Adecuaciones Curriculares del Ministerio de Educación Guatemala y la Dirección de Educación Especial se entiende por adecuaciones curriculares que:

...son el conjunto de modificaciones que se realizan en los contenidos, indicadores de logro, actividades, metodología y evaluación para atender a las dificultades que se les presenten...en el contexto donde se desenvuelven...constituyen la estrategia educativa para alcanzar los propósitos de la enseñanza... deben tomar en cuenta los intereses, motivaciones y habilidades... con el fin de que tengan un impacto significativo en su aprendizaje...Con base a los requerimientos ...se pueden adecuar las metodologías de la enseñanza, las actividades de aprendizaje, la organización del espacio escolar, los materiales didácticos, los bloques de contenido y los procedimientos de evaluación... Lo que no puede sufrir ajustes son las COMPETENCIAS ESTABLECIDAS... de acuerdo con lo establecido en el Currículo Nacional Base...Las competencias no pueden sufrir cambios ya que éstas están íntimamente ligadas a las competencias marco del diseño curricular, las cuales constituyen los grandes propósitos de la educación y las metas a lograr en la formación... p. 5-6.

El tema de las adecuaciones curriculares debe de realizarse en todos los niveles y modalidades del sistema educativo, las modificaciones al plan curricular deben ir encaminadas a garantizar la escolarización, la permanencia, promoción y egreso de todos los estudiantes, considerando la diversidad del estudiantado y el contexto en el que se

desenvuelve, y se desarrolla el proceso de enseñanza y aprendizaje, al tener presente estos indicadores, permite diseñar estrategias didácticas que nos hace pensar en las necesidades de los alumnos, lo que se requiere aprender en este tiempo pandémico y los ajustes a los contenidos para que el desarrollo de sus capacidades y de los requisitos que debe reunir para dicho proceso en el curso de DFS.

Esta estrategia de las adecuaciones curriculares en el programa de DFS, es una de las formas que como docente en nuestra intervención tratamos en la medida de todo lo posible responder a las necesidades educativas del estudiantado a nuestro cargo, examinando las adecuaciones curriculares estas no tienen un carácter fijo o definitivo sino van variando de acuerdo a las posibilidades de cada estudiante y del contexto donde se desarrolla el proceso de enseñanza y aprendizaje, es decir la escuela y aula.

Actualmente la pandemia por COVID-19 nos limita y obliga a la enseñanza a distancia, la Secretaria de Educación Pública (SEP) en el Boletín No. 210 destacó que las expectativas es alcanzar los aprendizajes esperados, por lo cual se diseñó el sistema educativo a distancia a través de las televisoras para el nivel básico Aprende en casa, sin embargo, en el nivel superior al que pertenecen las Escuelas Normales implicó trabajar en aulas virtuales y por plataformas, se capacitó al personal con un diplomado en herramientas digitales en el periodo de septiembre - diciembre del 2020, se generaron plataformas gratuitas por parte del Instituto Estatal de Educación Pública de Oaxaca (IEEPO), donde la Escuela Normal Urbana Federal del Istmo (ENUFI) no participó porque ya contaba con la contratación de la plataforma Chamilo.

Es necesario recalcar que al revisar el programa de DFS destinado al estudiantado del primer semestre de la Licenciatura en Educación Primaria, rediseñé las secuencias de actividades y las evaluaciones, sin perder las competencias del curso y de las unidades, en otras palabras, sin cambiar la estructura y organización de la misma, se meditó que ante la situación de contingencia sanitaria, era necesario contextualizar y adecuar a la realidad tanto individual como colectiva, así como las especificidades de la propia ENUFI por la que todos estamos pasando en estos momentos.

## ***2.2. Estrategia didáctica.***

Bajo esta realidad surgió la propuesta didáctica: Las adecuaciones curriculares como estrategia didáctica en el curso de DFS en la formación docente inicial en tiempos de pandemia, en el que se buscó individualizar y flexibilizar la enseñanza, y diversificar los

recursos materiales, estos ajustes o modificaciones al programa de DFS por tan sencillas que parezcan son parte de las adecuaciones a los elementos del currículo.

Todas las acciones que realizamos los docentes son catalogadas como estrategias didácticas, estas tienen las características de facilitar los aprendizajes en los estudiantes y su formación. Una estrategia, de acuerdo con Orozco (2016) es un componente esencial del proceso de enseñanza-aprendizaje ya que cuenta con actividades que implican acciones físicas y mentales que permiten la interacción entre el sujeto que aprende y el objeto de conocimiento para realizar una tarea con la calidad requerida debido a la flexibilidad y adaptabilidad a las condiciones existentes. Su propósito es que en dicha interacción ayude a los estudiantes a desarrollar sus conocimientos sobre los temas de estudio, (la salud, alimentación y psicomotricidad) y valorar la estrategia pedagógica y los contenidos de aprendizaje.

Las estrategias didácticas nos ayudan a no caer en la monotonía, aburrimiento, fastidio, tedioso, que en nada ayuda al aprendizaje, por lo que a la hora de planificar se debe considerar las estrategias didácticas, para que se genere debe tener un enfoque psicopedagógico que se aplique, ello determina nuestra actuación en el aula. El contexto pandémico actual exige además el uso de herramientas tecnológicas que diversifique la manera de enseñar en las aulas virtuales para que el aprendizaje sea dinámico y creativo, y despierte el interés de los estudiantes como actores de dicho proceso.

En su obra *Cambio estratégico* Brian (1995) plantea la modelación de estrategia como proceso dirigido e interactivo de aprendizaje, en el que se reconoce el procesamiento mental que requiere la estrategia y la labor de preparación que demanda la organización para aceptarla, de esta forma destaca que la estrategia tiene dos partes, una cognitiva y la otra interventiva, que son invariantes de un mismo modelo, de igual forma las estrategias tienden al mejoramiento y a la integración con flexibilidad.

Según Mintzberg (1995), en su trabajo *Destreza en la estrategia*, en *Biblioteca de Planeación Estratégica*, profundizó en la manera que se llega a concebir una estrategia, dándole mérito a la consonancia entre los objetivos, aprendizajes esperados, competencias, unidades didácticas, aunado a las experiencias, conocimiento personal, habilidad mental, comprensión que son elementos esenciales para una oportuna conexión entre pensamiento y acción.

En la presente propuesta didáctica con referente al curso de DFS la estrategia fue realizar adecuaciones curriculares al programa de dicho curso, he aquí la revelación de los elementos que se pusieron en juego, específicamente en las actividades y la evaluación para comprender la naturaleza de lo que se propone.

Desde este enfoque la estrategia didáctica buscó la transformación, la formación y el desarrollo de los estudiantes para alcanzar los objetivos tanto personal, grupal y escolar, razón por la cual fue flexible a partir de las necesidades cognitivas y contextuales, finalmente esta debe responder a los objetivos de los estudiantes.

En el proceso de enseñanza y aprendizaje, la planeación es fundamental para lograr lo deseado, sin embargo, en esta no solo se debe ver los contenidos curriculares, sino también la parte sensorial y emocional son factores decisivos en el aprendizaje, es necesario la armonía que esté bien para que el estudiante esté motivado y pueda construir conceptos que le permitan ser utilizados en la solución de problemas, máxime en este tiempo de contingencia sanitaria, donde el estrés se hace presente, por lo que se debe contemplar estos factores externos que alteran la salud mental.

### ***2.3. Evaluación de la estrategia y los aprendizajes.***

En la evaluación no solo se consideran los contenidos curriculares, sino también se valora las estrategias empleadas en el desarrollo del programa de DFS, así como los contextos y la interacción entre los estudiantes, la docente y los aprendizajes. Por otra parte, los estudiantes deben reconocer el trabajo de los docentes, los aportes que brinda el hecho de emplear estrategias didácticas para desarrollar las actividades curriculares, ya que el fin que se persigue es estimular, facilitar y promover los aprendizajes esperados, de una manera más a mena y menos tediosa, potenciando sus capacidades y elevando el nivel académico.

### **2.4. Metodología**

Para desarrollar el curso de DFS, ante el tiempo de contingencia sanitaria que obliga a trabajar en clases virtuales y en la plataforma, para la ENUFI se acordó trabajar en la plataforma de Chamilo, considerando en todo momento la flexibilidad por la misma situación del COVID-19, sin olvidarnos de las limitaciones tecnológicas con que contamos.

#### ***2.4.1. Estrategia pedagógica***

Se creó como estrategia didáctica emergente ante las condiciones que se vive actualmente,

por lo que en el proceso de construcción de la planeación didáctica se realizó adecuaciones curriculares en las actividades y evaluación del programa del curso de DFS del plan 2012 de las escuelas normales, sin alejarse mucho de las unidades de aprendizaje y contenidos de dicho curso que son ejes rectores para los aprendizajes que requiere el futuro docente tenga conocimiento y dominio de los temas a tratar. Con respecto al propósito, descripción, competencias tanto del curso como de las unidades de aprendizaje (primera Salud, segunda Alimentación y tercera Desarrollo psicomotriz de 6 a 12 años) permanecieron intactas. Como se expresa en el programa del curso Plan de estudios 2012 de la licenciatura en educación primaria.

### **Propósito Del Curso**

El curso Desarrollo físico y salud tiene como propósito general que el futuro docente de primaria identifique hábitos o situaciones de riesgo para la salud tanto física como mental, y para el desarrollo integral del niño, tales como la violencia, las adicciones y la falta de higiene, utilizando para ello diferentes estrategias e instrumentos didácticos.

### **Descripción General Del Curso**

El curso Desarrollo físico y salud, está orientado a preparar a los futuros docentes de primaria en el ámbito de la educación para la salud, por lo que se consideran los temas: salud, alimentación y actividad física. Ello implica el aprendizaje de los conceptos y contenidos de tipo científico tales como la fisiología del cuerpo humano, sus diferencias anatómicas y fisiológicas en las diferentes etapas del desarrollo del niño, entre otros temas complementarios.

El estudiante normalista realizará investigaciones acerca de los riesgos para la salud existentes en su entorno inmediato. Un tema de particular interés es el relacionado con el análisis de los conceptos de belleza y los estilos de vida que se presentan en la sociedad actual y que se publicitan en los medios de comunicación, su incidencia en la conformación de una imagen corporal en los niños y sus efectos en la salud física y mental.

Dada la imprescindible vinculación de este curso con el entorno, el futuro docente deberá ser capaz de elaborar diversos materiales para informar a alumnos, padres de familia y a la comunidad en general acerca de las recomendaciones para formar hábitos saludables, cuidar de sí mismos y de su entorno, evitando riesgos y favoreciendo conductas sanas.

Asimismo, deberá diseñar y aplicar propuestas didácticas que incidan positivamente en la calidad de vida del alumno y de su comunidad.

## **COMPETENCIA**

### **Competencias del curso**

- Identifica las conductas de riesgo para la salud física y mental como base para el desarrollo de actividades didácticas en la educación para la salud.
- Promueve la práctica de hábitos saludables en el entorno escolar y familiar para incidir en el mejoramiento de la salud propia y de sus futuros alumnos de primaria.
- Elabora materiales educativos para la prevención y promoción de la salud de los niños de primaria que permitan difundir hábitos saludables entre ellos.
- Explica los beneficios de la actividad física en la salud, física y mental, para emplearlos como condición del aprendizaje de sus futuros alumnos de primaria.

### **Competencias de la I unidad de aprendizaje**

- Identifica conductas de riesgo para la salud en los niños en edad de asistir a la primaria con la intención de impedirlos y como parte de la formación de una cultura de la prevención.
- Difunde entre sus pares y la comunidad escolar acciones concretas de educación para la salud para promover hábitos saludables.
- Diseña estrategias de fomento a los valores individuales y grupales para promover conductas positivas y el desarrollo de habilidades sociales en su futura labor docente.

### **Competencias de la II unidad de aprendizaje**

- Explica las características de una buena alimentación y adecuada nutrición como aquellas que conforman a los hábitos alimenticios saludables.
- Analiza las tablas de información nutricional de los productos comerciales que adquiere para corroborar si contienen los nutrientes que requiere según su situación particular.
- Elabora dietas balanceadas basadas en El Plato del Bien Comer con las distintas cantidades requeridas de macro y de micronutrientes para distintos segmentos de población.
- Identifica los factores culturales, económicos y sociales que influyen en la conformación de malos hábitos alimenticios con la intención de preven

### Competencias de la III unidad de aprendizaje

- Explica los beneficios del ejercicio físico para la salud de los niños y de la comunidad como parte de su desarrollo integral.
- Promueve en la comunidad escolar la práctica diaria de actividad física para contribuir a desarrollar un estilo de vida saludable.
- Elabora materiales educativos para la prevención y promoción de la salud de los niños de primaria que permitan difundir hábitos saludables entre ellos. (p. 5-6)

#### 2.4.2. Comunicación sincrónica y asincrónica

La comunicación es importante para establecer relaciones interactivas y de entendimiento entre el estudiante y la docente, mediante este proceso expresan lo que piensan y sienten, intercambian opiniones, preguntan y resuelven dudas sobre los temas que se abordan en las clases.

La comunicación *sincrónica* fue a través de la plataforma zoom en sesiones gratuitas de 40 minutos en tres ocasiones los días martes de 11 am a 13 pm a partir del 15 de septiembre de 2020 hasta el 2 de febrero, donde asistieron los 97 estudiantes de los grupos A, B y C del primer semestre de la licenciatura en educación primaria. Como se muestra a continuación:

<b>Primera unidad</b>		
<b>Semana</b>	<b>Sesión Virtual</b>	<b>Fecha</b>
1	1	Martes 15 de septiembre
2	2	Martes 6 de octubre
3	3	Martes 13 de octubre
4	4	Martes 20 de octubre
5	5	Martes 27 de octubre
6	6	Martes 3 de noviembre
7	7	Martes 10 de noviembre
<b>Segunda Unidad</b>		
1	8	17 de noviembre 2020
2	9	24 de noviembre 2020
3	10	1 de diciembre 2020
4	11	8 de diciembre 2020
5	12	15 de diciembre 2020
6	13	5 de enero 2021
<b>Tercera Unidad</b>		
1	14	12 de enero 2021
2	15	19 de enero 2021
3	16	26 de enero 2021
4	17	2 de febrero 2021
<b>Total 17</b>	<b>Total 17</b>	

La comunicación *asincrónica* fue a través de la plataforma Chamilo para recepción de tareas, aunque cuando la plataforma estaba saturada y no les permitía subir sus trabajos; se utilizó otros medios de comunicación como el WhatsApp, correo electrónico y Facebook. (se estableció un horario para no causar estrés y presión para ninguna de las dos partes, estudiantes y docente, tratando de estar en armonía y hacer más amable la situación por la que atravesamos).

### 2.4.3. Tipos de trabajos

Al desarrollarse el curso de DFS a través de las clases virtuales, se trabajaron propuestas sobre la alimentación, dietas, cuidado de la salud e higiene ante el virus SARS-CoV-2, así como actividad física y ejercicio de psicomotricidad fina y gruesa con niños, las evidencias fueron organizadores gráficos, tablas descriptivas, mapas conceptuales, diagramas, propuestas escritas, videos, audios, entrevistas carteles, trípticos o folletos y participaciones en foros. Como sigue:

Tarea	Entrega de tarea	Fecha
<b>Primera unidad</b>		
<i>Tarea 1</i>	Elabora una tabla descriptiva de los seres vivos	<i>Martes 18 de septiembre 2020 11:59.</i>
<i>Tarea 2</i>	Elabora un mapa conceptual con 10 conceptos sobre salud, enfermedad y educación	<i>Martes 6 de octubre 2020 11:59.</i>
<i>Tarea 3</i>	Mapeo de contenidos sobre temas de la salud en los programas de primaria. Participa en el foro 1 la salud	Viernes 9 de octubre 2020 11:59
<i>Tarea 4</i>	Elabora una propuesta medidas de higiene	martes 13 de octubre
<i>Tarea 5</i>	Elabora una propuesta para la prevención de adicciones	Viernes 23 de octubre 2020
<i>Tarea 6</i>	Elaboración de gráfico sobre sexualidad	Viernes 30 de octubre 2020
<b>Segunda Unidad</b>		
<i>Tarea 1</i>	Entrevistas “Nutrición y alimentación” a la familia, compañeros de escuela y comunidad (vecino o familiar que no viva en su casa)	Viernes 6 de noviembre 2020
<i>Tarea 2</i>	Diagrama de las funciones Macronutrientes y micronutrientes Mapeo de contenidos sobre la alimentación	Viernes 13 de noviembre 2020
<i>Tarea 3</i>	Tabla de ingestas diarias recomendadas	Viernes 20 de noviembre 2020
<i>Tarea 4</i>	Realizar un video de una dieta con el plato de buen comer y la jarra del buen beber, con cada uno de los integrantes de la familia, incluyendo al estudiante.	Viernes 27 de noviembre 2020
<i>Tarea 5</i>	Video con imágenes sobre causa y consecuencia de una dieta.	Viernes 4 de diciembre 2020

Tercera Unidad		
<i>Tarea 1</i>	Mapa conceptual: actividad física, las capacidades perceptivo-motrices, las fisio-motrices, socio-motrices y habilidades motrices.	Viernes 18 de diciembre 2020
<i>Tarea 2</i>	Video sobre la actividad física de los integrantes de la familia, considerando su edad, sus comorbilidades, etc.	Viernes 8 de enero 2021
<i>Tarea 3</i>	Realizar un video de ejercicios de psicomotricidad fina y gruesa en niños de 6 a 12 años en el entorno familiar con niños de casa.	Viernes 15 de enero 2021
<i>Tarea 4</i>	Propuesta escrita de una campaña de divulgación y concientización sobre los beneficios del ejercicio en la salud de los individuos.	Viernes 22 de enero 2021

#### **2.4.4. Las actividades didácticas.**

Las características de las actividades didáctica fueron: el objetivo de aprendizaje, una descripción del trabajo que se solicitó, si era individual o en equipos, así como los pasos a seguir y las lecturas a realizar, para posteriormente enunciar la evidencia de aprendizaje, es decir el tipo de trabajo que se requirió para acreditar, también se hace mención en un apartado de la fecha de entrega y en otro la evaluación dejando el instrumento, ya sea rúbrica o lista de cotejo y los estudiantes tuvieron la claridad en lo que iban a realizar y los criterios a calificar, todo ello se colocó en la plataforma de chamilo, por otro lado, si no se logró entender la tarea tuvieron la posibilidad de preguntar en los grupos de WhatsApp para una mejor comprensión de lo solicitado, también se menciona el valor de la actividad, y los recursos a consultar para la elaboración del trabajo.

#### **2.5.Propuesta**

En este trabajo las adecuaciones curriculares que se realizaron en el curso de DFS para mejorar la formación docente inicial en tiempos de pandemia, se concibió como una estrategia de enseñanza que contó con procedimientos didácticos globales que encerró diez actividades cuidando el propósito del curso, se centró en el alumno y su aprendizaje, por lo que se consideró las experiencias personales y académicas tanto de los estudiantes como del docente, sin olvidar los valores y principios éticos en dicho proceso de enseñanza y aprendizaje.

#### ***Las adecuaciones curriculares en las actividades fueron:***

1. Mapeo de contenidos sobre temas de la salud en los programas de primaria.
2. Propuestas medidas de higiene ante la pandemia

3. Propuesta para la prevención de adicciones
4. Mapeo de contenidos sobre la alimentación
5. Elaborar la entrevista a los integrantes de la familia (radio entrevista)
6. Realizar un video de una dieta con el plato de buen comer y la jarra del buen beber, con cada uno de los integrantes de la familia, incluyendo al estudiante.
7. Video con imágenes sobre causa y consecuencia de una dieta.
8. Realizar un video de activación física con los miembros de las familias.
9. Realizar un video de ejercicios de psicomotricidad fina y gruesa en niños de 6 a 12 años en el entorno familiar con niños de casa.
10. Propuesta escrita de una campaña de divulgación y concientización sobre los beneficios del ejercicio en la salud de los individuos.

Estas actividades no fueron las únicas que realizaron los estudiantes, ya que, para desarrollar las actividades de aprendizaje, requirieron de una constante investigación, lectura y elaboración de gráficos como estrategias de aprendizajes. Sin embargo, para realizar adecuaciones curriculares en el programa de DFS en la ENUFI, se diseñó y aplicó actividades de aprendizaje de acuerdo a la situación actual y considerando el contexto socioeconómico y cultural de los estudiantes.

Cabe señalar que, al modificar las actividades, también se modificó las evaluaciones, dentro de un ambiente creativo donde el estudiante identificó el objeto de conocimiento que son los temas de DFS y la relación estrecha con la familia y la vida cotidiana. Las actividades que se propusieron fueron específicas en las unidades didácticas que se concretan de manera práctica en un ambiente familiar por el contexto pandémico en la que se vive. Al realizar modificaciones en las actividades nos obligó a modificar las evaluaciones y los estudiantes también propusieron ajustes de que tomar en cuenta para acreditar el curso. Por lo que se plantearon rúbricas y lista de cotejo para su respectiva evaluación.

En la presente propuesta didáctica se resalta los procesos de aprendizaje que se integró de manera teórica -práctica- formativa, considerando los intereses y opiniones de los alumnos en el encuadre del curso, se reconoció las experiencias particulares de los estudiantes, los trabajos se desarrollaron de manera individual y en equipos, promoviendo los aprendizajes colectivos, también se consideró la flexibilidad a la hora de

implementarla, sabemos que en el contexto hay situaciones imprevistas que podemos atender para que el aprendizaje sea significativo.

La complejidad de los saberes se respetó, las competencias tanto del curso como de las unidades didácticas no se modificó y se abonó a desarrollar las habilidades, actitudes y valores, estableciendo en las adecuaciones curriculares las actividades y evaluación más idóneas acordes al curso de DFS de la formación docente inicial.

La propuesta didáctica que a continuación se presenta estableció las características generales de las adecuaciones curriculares en las diez actividades de aprendizaje que incluyen trabajo en aula virtual y en los hogares con las familias, que se llevaron en forma sucesiva, basados en el programa del curso de DFS que se concibió bajo el contexto pandémico como algunos principios o criterios que permitan adaptarse a las circunstancias actuales y que beneficia directamente a las familias con un aprendizaje permanente referente al cuidado de salud. Enseguida se describen y especifican los tiempo ejecutados y previstos para cada actividad de aprendizaje.

#### **2.5.1. La actividad 1 Mapeos de contenidos**

El mapeo de contenidos es una estrategia gráfica de identificación de los temas, tópicos o puntos nodales de una materia o asignatura, con la finalidad de ubicación según su relación de proximidad categorial o de contigüidad en cuanto a los conocimientos que se abordan, es decir, permite agrupar los contenidos curriculares de los planes y programas de estudio de la educación primaria de acuerdo al tema de estudio, está se llevó a cabo en el aula virtual durante una sesión de 2 horas de duración y cubrió la actividad 1 y 4 (1 mapeo de contenidos sobre temas de la salud y 4 mapeo de contenidos sobre la alimentación de los planes y programas de estudio de la educación primaria.).

Con esta actividad de aprendizaje se buscó que los estudiantes tuvieran su primer acercamiento con los planes y programas de estudio de educación primaria, descubrieran como identificar los contenidos que se refieren a la unidad de trabajo de la salud y el cuidado del cuerpo humano, así como en la segunda unidad sobre la alimentación, los ámbitos, las competencias, los aprendizajes esperados y los contenidos, para después elaborar el mapeo por grado y bloques.

#### **2.5.2. La actividad 2 Propuestas**

Las propuestas se llevaron a cabo en el aula virtual durante una sesión de 2 horas de duración y pretende cubrir la actividad 2,3 y10 (Propuestas medidas de higiene ante la

pandemia, Propuesta para la prevención de adicciones y Propuesta escrita de una campaña de divulgación y concientización sobre los beneficios del ejercicio en la salud de los individuos).

Las tres actividades referidas a las propuestas se implementaron por equipos, los pasos a seguir en la elaboración de cada propuesta de trabajo fueron:

- Integrar equipos de trabajos de 6 integrantes.
- Realizar investigaciones sobre:
  - Las medidas de higiene para disminuir el contagio del COVID-19 en la comunidad escolar.
  - La concientización sobre los beneficios del ejercicio en la salud de los individuos.
  - La promoción de la actividad física en la comunidad escolar.
- Analizar, discutir y reflexionar en equipos:
  - Cuáles son los hábitos que promueven una higiene corporal
  - La higiene como un medio para evitar enfermedades prevenibles.
  - La relación entre estilo de vida y salud.
  - De quiénes deben involucrarse en la prevención de las adicciones y los factores de riesgos de caer en las adicciones, elaborar una propuesta de trabajo sobre las adicciones.
  - Cuáles son los beneficios del ejercicio en la salud de los individuos
  - Cómo promover la actividad física en la comunidad escolar.
- Recoger las ideas para plasmarlas por escrito en un documento.
- Presentar en plenaria sus propuestas (2,3 y 10 Propuestas medidas de higiene ante la pandemia, Propuesta para la prevención de adicciones y Propuesta escrita de una campaña de divulgación y concientización sobre los beneficios del ejercicio en la salud de los individuos)

### **2.5.3. La actividad 3 radio-entrevistas**

La actividad 5 radio-entrevistas consistió en recoger, mediante 15 entrevistas, las definiciones utilizadas en la vida diaria acerca de la nutrición y la alimentación. Se organizó aplicando 5 entrevistas a los habitantes de la comunidad (por la pandemia se sugirió que fueran vecinos, amistades y familiares), otras 5 las contestan integrantes de la familia del estudiante, y las 5 últimas a los compañeros de escuela (de su mismo grupo). El objetivo fundamental fue obtener información sobre las dietas más frecuentes entre las

familias, amigos, vecinos y compañeros sobre la forma de alimentarse para discutirla en la clase virtual, posteriormente elaboraron un gráfico de las causas y consecuencias negativas de una dieta (excesos y carencias), a partir de la investigación que realizó el estudiante, y culminaron con un debate sobre la imagen corporal y la influencia de los medios de comunicación en la película Super Siza Me. <https://www.youtube.com/watch?v=gOS-Uo0jEKQ>

#### **2.5.4. La actividad 4 videos**

La actividad 4 videos se llevó a cabo en el aula virtual durante una sesión de 2 horas de duración y pretendió cubrir la actividad 6,8 y 9 (Realizar un video de una dieta con el plato de bien comer y la jarra del buen beber, con cada uno de los integrantes de la familia, incluyendo al estudiante, video con imágenes sobre causa y consecuencia de una dieta, realizar un video de activación física con los miembros de las familias y realizar un video de ejercicios de psicomotricidad fina y gruesa en niños de 6 a 12 años en el entorno familiar con niños de casa).

***A partir de preguntas detonadoras, surge la participación y discusión sobre el tema a tratar en la sesión.***

- Cuáles son las características que poseen los seres vivos
- Discutir sobre las diferentes definiciones de vida,
- Como se define a la salud, enfermedad y educación para la salud.

Como docente jugué el papel de coordinar y motivar a los estudiantes al análisis y discusión, de manifestar sus dudas sobre el tema o en la elaboración de la actividad.

***Las actividades previas que realizó el estudiante antes de la elaboración del video fueron:***

- Una tabla donde establezca y argumente si es un ser vivo un humano, planta, animal, virus y roca, enfatizando en el virus.
- Un mapa conceptual diferenciando los conceptos de salud, enfermedad y educación para la salud.
- Investigar y exponer por equipos temas específicos sobre el cuerpo humano.
- Elaborar y aplicar entrevistas, a vecinos, familiares, amigos, compañeros de la escuela y a su familia.
- Identificar y analizar los micro y macronutrientes en la tabla de ingestas diarias recomendadas.

- Identificar los factores que influyen en los hábitos alimenticios.
- Explicar la aplicación del conocimiento científico y tecnológico que subyace en los estilos de alimentación
- En la dieta incluye los elementos y criterios del plato del bien comer y la jarra del buen beber, a las características físicas y las condiciones particulares de salud de la persona (mamá, papá, abuela, hermano, hijo, etc.) a la cual está dirigida la dieta, así como el número correcto de calorías y nutrientes.
- La dieta será para un día dieta tomando en cuenta el plato de bien comer y la jarra del buen beber, con cada uno de los integrantes de la familia, incluyendo al estudiante.

Todas las evidencias de las actividades mencionadas anteriormente, se podrán encontrar en la plataforma oficial de la escuela Chamilo y en la cuenta personal de los alumnos y la docente, como correos hotmail y gmail, otras en la nube, <https://www.youtube.com/watch?v=IYQcOcqDzE8>, en la red en el canal de YouTube que se creó exprofeso para las actividades académicas. Samantha Santiago Velázquez 1<sup>a</sup> <https://www.youtube.com/watch?v=12uwlr4ed64> Video de Activación Física Esther Anahí Flores Cruz 1 [https://www.youtube.com/watch?v=10XTXck\\_4gU](https://www.youtube.com/watch?v=10XTXck_4gU) Johan Eduardo Sulvaran Isidro <https://www.youtube.com/watch?v=x8GQabYLBNI> Víctor Jesús Martínez Ambrosio <https://www.youtube.com/watch?v=JIEqqaO3kvY>

### **3. RESULTADOS Y DISCUSIÓN**

La propuesta didáctica que consistió en realizar adecuaciones curriculares en las actividades y evaluación concretamente, fue puesta en práctica en el ciclo escolar 2020-2021, durante el primer semestre de agosto-enero, en el primer grado de la licenciatura en educación primaria, con los grupos A, B y C, atendiendo un total de 96 estudiantes.

Las adecuaciones curriculares realizadas en las actividades al programa del curso de DFS, resultaron favorables para los estudiantes, debido a que se realizaron ejercicios prácticos donde pusieron en juego los conocimientos teóricos, revisados durante sus investigaciones, lecturas, análisis y reflexiones en el aula virtual. Se evaluó sobre la base del desempeño de los estudiantes durante el proceso de construcción de los conocimientos y productos requeridos en las actividades de aprendizaje, tomando en cuenta el contexto familiar y las experiencias personales de los estudiantes.

En particular, tras implementar las series de videos que cubrieron las actividades 6,8 y 9, sobre la dieta con el plato de bien comer y la jarra del buen beber, con cada uno de los

integrantes de la familia, incluyendo al estudiante, así como las causa y consecuencia de una dieta, la activación física con los miembros de las familias y los ejercicios de psicomotricidad fina y gruesa en niños de 6 a 12 años con niños de casa (hermanitos, sobrinos o vecinos, sin poner en riesgo su salud). Los estudiantes se enfrentaron a organizar a las familias a revisar la economía para poder contar con una dieta elaborada de acuerdo a su edad y requerimientos de salud, de la misma manera para participar en los ejercicios, algunos no pudieron reunirlos por sus horarios de trabajo y tuvieron que hacer su grabación por partes y después juntarlas, otros sin mayores problemas en una sola emisión elaboraron sus videos.

Dado que esta propuesta didáctica supone una innovación en relación al tratamiento convencional de los contenidos, con las adecuaciones curriculares en las actividades, destacando la parte práctica-contextual, ante el momento de contingencia sanitaria en la que se atraviesa.

En la autoevaluación solicitada a cada estudiante se pudo leer e interpretar que causó un poco de estrés el hecho de no contar con una herramienta tecnológica apropiada para elaborar sus videos, que el internet en sus lugares de origen fuera inestable, en ocasiones los apagones que sufrió la región del istmo, todo ello llegó afectar su salud inquietándolos en su entrega puntual e indiscutiblemente en sus calificaciones.

Es de suma importancia conocer y reconocer que no solo hubo aciertos sino también desaciertos, por lo que a pesar de realizar las adecuaciones curriculares en la planeación se flexibilizó el tiempo de entrega recepción de tareas de los alumnos, debido a que al principio se les aplicó una entrevista a los estudiantes para conocer su situación con respecto a las condiciones de cada uno para conectarse a las clases en zoom gratuito de 40 minutos y entregar sus trabajos en la plataforma de Chamilo.

En la entrevista se les interrogó con dos preguntas fundamentales que fue la parte medular para que el curso de DFS se impartiera como: ¿Cuenta usted con algún dispositivo tecnológico para las clases y tareas? ¿Tienen en su hogar conectividad, servicio de internet?, tras su aplicación se analizaron los resultados que respondieron los estudiantes, al expresar que no todos contaban con el servicio de internet y otros por su ubicación era inestable, sin embargo, su compromiso fue hacer todo lo posible por conectarse a la clase y cumplir en tiempo en forma, con la salvedad de brindarle atención particular según sea cada caso.

Por otra parte, es importante resaltar los resultados obtenidos por los estudiantes durante el semestre en las participaciones y entrega de tareas para obtener sus calificaciones que se reflejó en el promedio, para el grupo A y B fue de 8.0 y para el C 7.8, aunque estos no fueron de excelencia, sin embargo, lo que si se considera trascendental en los aprendizajes es el cuidado del cuerpo y la alimentación, pudieron distinguir que alimentos se debería de ingerir con mayor frecuencia y proporción en estos tiempos de contingencia sanitaria, practicar ejercicios en casa que ayuden a mantener en buena salud al cuerpo, a pesar de estar confinados para abandonar un poco la vida sedentaria que se agudiza bajo este contexto pandémico, así mismo, como los cuidados básicos del lavado de manos, usar cubrebocas, guardar la distancia y no estar aglutinados

Los estudiantes pudieron en todo momento disponer de la información de su desempeño, como se valoraron sus tareas con los indicadores enmarcados en las listas de cotejo o en las rúbricas, con el fin que se autorregularán en sus participaciones, producciones, entrega de los trabajos y en su enlace a las clases virtuales. Además, fue necesario revisar los tiempos previstos para cada sesión, ya que se disponía de 120 minutos distribuidos en tres sesiones de zoom en servicio gratuito, que en la ejecución se le restaba tiempo a la clase, aparte del pase de lista, porque la plataforma los rechazaba y se volvían a agregar, posteriormente se eliminó el pase de lista y se potenció el nivel de compromiso, una libertad que no fue entendida por todos, algunos omitían reportar su estado con respecto a la conectividad en WhatsApp.

#### **4. CONCLUSIÓN O CONSIDERACIONES FINALES**

Tras la implementación de las adecuaciones curriculares en las actividades y evaluación en la propuesta didáctica, se esperó que se acrecentará el nivel de aprendizaje sobre el cuidado de la salud para que los estudiantes aprendieran a cuidar su cuerpo a través de la higiene, alimentación y ejercicios corporales para mantener una salud, y no solo eso sino practicarlo en familia ante la contingencia sanitaria en la que nos enfrentamos.

En particular, se esperó que el nivel de aprendizaje de los estudiantes fuera más provechoso en este contexto donde nos ubicamos, que pudieran hacer la transposición didáctica de estos conocimientos para sus usos en la práctica cotidiana, se buscó la importancia de llegar a los estudiantes de una manera natural, la salud siempre debe ser una prioridad, pero más en este contexto pandémico donde la ingesta de alimentos

específicos ayudan a prevenir, los hábitos de higiene es una condicionante a partir de este contexto para la vida.

*En seguida se muestra nivel de desempeño de los estudiantes*

	Insuficiente (5)	Básico (6)	Regular (7)	Suficiente (8)	Satisfactorio (9)	Competente (10)	Total
Número de alumnos	7	1	12	46	31	0	97
porcentajes	7.2%	1.0%	12.3%	47.4%	31.9%		99.85%

Cabe destacar que esta propuesta didáctica pretendió fomentar la construcción de conocimientos de los estudiantes guiado por sus propias capacidades de indagación, análisis, reflexión y crítica.

## 5. LISTA DE REFERENCIAS

- Andrea Ortega. (2012) Qué y cómo enseñar en las aulas de ciencias. Recuperado en: <https://repositorio.cfe.edu.uy/bitstream/handle/123456789/362/Ortega%2CAndresa.QueyComoense%C3%B1ar.pdf?sequence=2&isAllowed=y>
- Daniel Rubén Tacca (2011) Huamán. La enseñanza de las ciencias naturales en la educación básica. Recuperado en: <https://educrea.cl/wp-content/uploads/2016/07/DOC1-ensenanza-de-las-ciencias.pdf>
- Fernando Flores Camacho La enseñanza de las ciencias naturales en la educación básica en México. (2012). Recuperado en: <https://www.inee.edu.mx/wp-content/uploads/2019/01/P1C227.pdf>
- Francisco Javier Ruiz Ortega. (2007) Modelos didácticos para la enseñanza de las ciencias naturales Recuperado en: <https://www.redalyc.org/pdf/1341/134112600004.pdf>
- Frida Diaz Barriga Arceo. (2006) Enseñanza situada: vincula entre la escuela y la vida. Recuperado en: <https://www.uv.mx/rmipe/files/2016/08/Ensenanza-situada-vinculo-entre-la-escuela-y-la-vida.pdf>
- Gutiérrez Gómez, Gloria Leonor. (2012) La enseñanza de las ciencias naturales y la educación ambiental en la escuela: realidades y desafíos. Recuperado en: <https://www.redalyc.org/pdf/4772/477248389001.pdf>
- Instituto de Ciencias de la Educación Facultad de Filosofía y Humanidades Universidad Austral de Chile (2011) Reflexiones sobre el aprendizaje de las ciencias naturales. Nuevas aproximaciones y desafíos. Recuperado en: <https://scielo.conicyt.cl/pdf/estped/v42nespecial/art10.pdf>

Jonh ELLIOT. (2005) El cambio educativo desde la investigación acción. Recuperado en:

<http://chamilo.cut.edu.mx:8080/chamilo/courses/PLANEACIONYDISENOCURRICULAR/document/Elliot-El-Cambio-Educativo-Desde-La-IA.pdf>

Max Van Mane. (1998) El tacto en la enseñanza el significado de la sensibilidad pedagógica. Recuperado en:

[http://memsupn.weebly.com/uploads/6/0/0/7/60077005/el\\_tacto\\_en\\_la\\_ense%C3%91anza.pdf](http://memsupn.weebly.com/uploads/6/0/0/7/60077005/el_tacto_en_la_ense%C3%91anza.pdf)

Ministerio de educación Guatemala. Dirección de Educación Especial DIGEESP. (2009) Guía de Adecuaciones Curriculares. Recuperado en:[https://www.mineduc.gob.gt/DIGEESP/documents/Manual\\_de\\_Adecuaciones\\_Curriculares.pdf](https://www.mineduc.gob.gt/DIGEESP/documents/Manual_de_Adecuaciones_Curriculares.pdf)

Ministerio de Educación. Dirección de Calidad y Desarrollo Educativo DICADE. (2006) Manual de la atención a las necesidades educativas especiales en el aula, recuperado en:[https://www.mineduc.gob.gt/DIGEESP/documents/manual\\_de\\_discapacidades.pdf](https://www.mineduc.gob.gt/DIGEESP/documents/manual_de_discapacidades.pdf)

Montoya Restrepo, Iván A. (2009) La formación de la estrategia en mintzberg y las posibilidades de su aportación para el futuro. Recuperado en: <https://www.redalyc.org/pdf/909/90913042002.pdf>

Plan de estudios 2012. (2012) Recuperado en:[https://www.dgesum.sep.gob.mx/reforma\\_curricular/planes/lepri/malla\\_curricular](https://www.dgesum.sep.gob.mx/reforma_curricular/planes/lepri/malla_curricular)

Rabadán Vergara, J.M. (2011)La enseñanza y aprendizaje de las ciencias mediante la indagación como factor determinante en la mejora de la calidad de los aprendizajes de los alumnos. Recuperado en: <file:///C:/Users/Telmex/Downloads/Dialnet-LaEnsenanzaYAprendizajeDeLasCienciasMedianteLaInda-4644665.pdf>

SEP. (2011) Las ciencias naturales en educación básica: formación de ciudadanía para el siglo XXI. Recuperado: [http://www7.uc.cl/sw\\_educ/educacion/grecia/plano/html/pdfs/biblioteca/LIBROS/LibroAgustin.pdf](http://www7.uc.cl/sw_educ/educacion/grecia/plano/html/pdfs/biblioteca/LIBROS/LibroAgustin.pdf)

- SEP. (2012) Programa de Desarrollo Físico y Salud. Recuperado en:[https://www.dgesum.sep.gob.mx/public/rc/programas/lepri/desarrollo\\_fisico\\_y\\_salud\\_lepri.pdf](https://www.dgesum.sep.gob.mx/public/rc/programas/lepri/desarrollo_fisico_y_salud_lepri.pdf)
- Sergio Tobón Tobón. (2010) Secuencias didácticas: aprendizaje y evaluación de competencias. el. al recuperado en: <http://files.ctezona141.webnode.mx/200000004-8ed038fca3/secuencias-didacticastobon-120521222400-phpapp02.pdf>
- Sierra Salcedo, Regla Alicia. (2007) La estrategia pedagógica sus predictores de adecuación. Recuperado en: <https://www.redalyc.org/pdf/3606/360635565004.pdf>
- Víctor Díaz Quero. (2007) La enseñanza de la ciencia. Adrián Contreras. Recuperado en: <https://www.redalyc.org/pdf/761/76111479006.pdf>
- Wynne Harlen. (2010) Principios y grandes ideas de la educación en ciencias Recuperado en: <https://innovec.org.mx/home/images/Grandes%20Ideas%20de%20la%20Ciencia%20Español%2020112.pdf>