



Actualidades Investigativas en Educación

ISSN: 1409-4703

Instituto de Investigación en Educación, Universidad de
Costa Rica

Cruz Ordoñez, Ada De la; Cruzata Martínez, Alejandro
Inteligencia emocional y kinestésica en la educación física de la educación primaria
Actualidades Investigativas en Educación, vol. 17, núm. 2, 2017, Mayo-Agosto, pp. 1-20
Instituto de Investigación en Educación, Universidad de Costa Rica

DOI: 10.15517/aie.v17i2.28681

Disponible en: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=44758530012>

- Cómo citar el artículo
- Número completo
- Más información del artículo
- Página de la revista en redalyc.org

UAEI
redalyc.org

Sistema de Información Científica Redalyc
Red de Revistas Científicas de América Latina y el Caribe, España y Portugal
Proyecto académico sin fines de lucro, desarrollado bajo la iniciativa de acceso
abierto

Inteligencia emocional y kinestésica en la educación física de la educación primaria

Emotional intelligence and kinesthetic in the physical education of the primary education

Volumen 17, Número 2

Mayo-Agosto

pp. 1-20

Este número se publica el 1° de mayo de 2017

DOI: <http://dx.doi.org/10.15517/aie.v17i2.28681>

Ada De la Cruz Ordoñez
Alejandro Cruzata Martínez

Revista indizada en [REDALYC](#), [SCIELO](#)

Revista distribuida en las bases de datos:

[LATINDEX](#), [DOAJ](#), [REDIB](#), [IRESIE](#), [CLASE](#), [DIALNET](#), [SHERPA/ROMEO](#),
[QUALIS-CAPES](#), [MIAR](#)

Revista registrada en los directorios:

[ULRICH'S](#), [REDIE](#), [RINACE](#), [OEI](#), [MAESTROTECA](#), [PREAL](#), [CLACSO](#)

Inteligencia emocional y kinestésica en la educación física de la educación primaria

Emotional intelligence and kinesthetic in the physical education of the primary education

Ada De la Cruz Ordoñez¹
Alejandro Cruzata Martínez²

Resumen: El artículo presenta los resultados de una investigación para identificar el nivel de desarrollo de la inteligencia emocional y la kinestésica en la Educación Física de los estudiantes del quinto ciclo de Educación Primaria y opiniones y valoraciones de los docentes al respecto. La investigación respondió a la línea de desarrollo del currículo escolar, se sustentó en el paradigma cualitativo, de tipo científico educacional aplicado, con carácter descriptivo-explicativo. Se seleccionó una muestra aleatoria de 175 estudiantes y 11 docentes de la Escuela Primaria Emilio del Solar N° 1193, del distrito de Lurigancho, Chosica en Lima, Perú. Como instrumentos se emplearon test de Inteligencia kinestésica corporal y test de inteligencia emocional a los estudiantes así como una entrevista a docentes. Se obtuvo que el 40.13 % de los estudiantes de la muestra investigada presenta un nivel bajo de desarrollo de la inteligencia emocional, mientras que el 88.76 % evidencia un nivel bueno o muy bueno de la inteligencia kinestésica corporal. El 100 % de los docentes reconoce que la Educación Física debe desarrollar las dimensiones de la inteligencia kinestésica corporal; sin embargo, solo el 27 % reconoce el papel de la Educación Física en el desarrollo de la inteligencia emocional. Como probable solución se propuso una Ruta de aprendizaje de Educación Física orientadora del trabajo didáctico del docente para desarrollar la inteligencia emocional y kinestésica, esto, como parte esencial de la formación integral del estudiante desde las competencias del área: corporeidad, hábitos saludables, habilidades sociomotrices y, habilidades socioemocionales.

Palabras clave: educación física, inteligencia emocional, inteligencia kinestésica, educación primaria.

Abstract: The article presents the results of an investigation to identify the level of development of the emotional intelligence and the kinesthetic in the Physical Education of the students of the fifth cycle of the Elementary and Middle School and opinions and the teachers' valuations in this respect. The research responded to the line of development of the school curriculum, it was sustained in the qualitative paradigm, of applied educational scientific type, with descriptive-explanatory character. It was selected a random sample of 175 students and 11 teachers of the Elementary and Middle School Emilio of the Solar N° 1193, of the district of Lurigancho, Chosica in Lima, Peru. As research instruments test of Intelligence corporal kinesthetic and test of emotional intelligence were used to the students and semi-structured interview to teachers. It was obtained that 40.13% of the students of the investigated sample presents a low level of development of the emotional intelligence, while 88.76% evidences a good or very good level of the intelligence corporal kinesthetic. 100% of the teachers ones recognizes that the Physical Education should develop the dimensions of the intelligence corporal kinesthetic however alone 27% recognizes the paper of the Physical Education in the development of the emotional intelligence. As probable solution she intended a Route of learning of Physical Education that guides the didactic work of the educational one to develop the emotional intelligence and kinesthetic like essential part of the student's integral formation from the four competitions of the area: body image, healthy habits, social and motive abilities, social and emotional abilities.

Keywords: physical education, emotional intelligence, kinesthetic intelligence, primary education.

¹ Profesora de Educación Física en la institución educativa Emilio Solar de Lima, Perú. Magíster en Ciencias de la Educación por la Universidad San Ignacio Loyola. Perú. Dirección electrónica: adajusta77@gmail.com

² Docente investigador, Universidad San Ignacio Loyola, Perú. Doctor en Ciencias Pedagógicas. Dirección electrónica: alejandrocruzatamartinez@yahoo.es Orcid: <http://orcid.org/0000-0003-0104-0496>

Artículo recibido: 26 de abril, 2016

Enviado a corrección: 26 de setiembre, 2016

Aprobado: 13 de febrero, 2017

1. Introducción

En el Perú y en el mundo la Educación Física debe cambiar porque durante muchos años no se le ha dado la importancia debida (Arboccó, 2015). El paradigma del deporte y el alto rendimiento hacen ver al hombre como un ser fragmentado (Orrego, 2006). Así, la Educación Física se basa en ciencias exactas como la biología y otras disciplinas derivadas para fundamentar su aplicación en la escuela, con lo cual se olvida la psicología, las ciencias de la educación y las ciencias sociales, que, aunque son tomadas en cuenta, se hace de forma poco relevante, consecuentemente se forman estudiantes sin identidad corpórea, se fomenta el "campeonismo" deportivo, la discriminación y la marginación. Contrariamente a esta idea, la Educación Física debe ser formativa y humanística donde el estudiante disfrute la actividad física por sí misma, por su naturaleza interactiva social y no por prácticas deportivas exigentes (Unesco, 2013).

La Educación Física se ubica dentro de la Educación Regular Básica y tiene como fin contribuir al desarrollo integral del estudiante por medio de la construcción de su corporeidad, es así que cuando el estudiante actúa como un ser total manifiesta su corporeidad integrada a sus emociones, valores, actitudes, herencia familiar y cultural, pues adopta un estilo propio de identidad corporal (Minedu, 2015).

La visión de la Educación Física es formar estudiantes con cultura física, poseedores de una educación corporal desarrollada, educación emocional equilibrada y una potencialidad cognitiva para participar activamente en la sociedad globalizada (Minedu, 2009) lo cual implica transformar a la Educación Física en la escuela Inicial, Primaria y Secundaria, con lo cual se deben modificar actitudes y prácticas consolidadas desde hace muchos años, para renovar un modelo educativo que permita a los estudiantes peruanos enfrentar nuevos desafíos y necesidades del mundo actual (Orrego, 2006)

Por su parte los docentes de Educación Física en el Perú, deben tener una clara orientación pedagógica, una ruta a seguir, en la aplicación de sus estrategias para el proceso de enseñanza aprendizaje. La transformación de la Educación Física en los niveles Inicial, Primaria y Secundaria en el Perú se sustentan en la voluntad política la cual parte del fomento de una educación integral de calidad con un enfoque socio-formativo que asume que la Educación Física es para la vida y no para modelos deportivos con miras a "campeonismos" o desarrollo de la performance (Ortiz, 2008). Queda planteado de esta forma, que la contradicción del fin de la Educación Física está entre el desarrollo integral para la vida y la búsqueda de logros deportivos que tienen un enfoque elitista.

No obstante, en el desarrollo del proceso de enseñanza aprendizaje, el docente de Educación Física emplea estrategias que muchas veces no son acordes con la teoría científica y deja el aprendizaje del área en un nivel de conocimiento que no es el esperado, en búsqueda solo de satisfacción por la práctica de la actividad física o el juego, con enseñanzas que no trascienden fuera de la clase, por lo que es poco significativa en el estudiante (López, 2006; Ortiz, 2008). Lo anterior corrobora que el conocimiento es el único bien del que la gente no se apropia si es que siente que no lo necesita.

Asimismo, los nuevos retos que demandan los escenarios actuales y reales deben transformar al docente de Educación Física, con interacción entre lo que conoce y la utilidad que le permita al estudiante empoderarse del conocimiento y aprendizaje de la Educación Física a través del cuerpo (Grasso, 2005, p. 25). Una de las vías para lograrlo es convertir la clase de Educación Física en un espacio atractivo, dinámico, emocionante, que no solo atienda al desarrollo físico del estudiante sino también y prioritariamente a su desarrollo integral, para contribuir a que pueda insertarse en la sociedad.

En ese sentido con la investigación se pretende diagnosticar el estado de la inteligencia emocional y kinestésica corporal de los estudiantes del quinto ciclo de Educación Primaria en la Educación Física y las valoraciones de los docentes al respecto. Se toman como referentes la Teoría de la inteligencia emocional de Goleman (2000) y la Inteligencia interpersonal y kinestésica de Gardner (2006).

2. Referente teórico

La inteligencia emocional se define como la habilidad para reconocer, tratar y afrontar las propias emociones y la de los otros. En esto coinciden Goleman (2000); Salovey y Mayer (1990), Sorín (1968) y Shapiro (1997). La inteligencia emocional es una forma de expresar los sentimientos y emociones. Reconocer con lucidez a través de los sentidos las impresiones, ideas y recuerdos, como producto se refleja el estado de ánimo que se caracteriza a través del cuerpo y actitudes observables. Por ejemplo, el estudiante llora al leer un mensaje impreso, pero luego se siente observado y deja de hacerlo. Igualmente, existen dos tipos de personas: para aquellas con cerebro racional la vida es una comedia y para aquellas con cerebro emocional, la vida es una tragedia.

Muchos estudiantes de buen nivel cognitivo, exitosos académicamente, no logran ingresar a las universidades o liderar trabajos colectivos, a pesar de tener un coeficiente intelectual alto. Esto se debe a que no han desarrollado su inteligencia emocional para

controlar y liderar las emociones del grupo. Por esta razón por la cual la escuela debe considerar en el currículo el desarrollo de la inteligencia emocional para lograr estudiantes competentes cognitivos, motrices y emocionales para construir el futuro con éxito personal.

Poseer inteligencia emocional es controlar los sentimientos y emociones, no reprimirlos o desbordarlos, sino dosificarlos para actuar asertivamente frente a cualquier situación de la vida diaria. Para ello, debemos entrenarnos desde el hogar, hasta la escuela, de la escuela hasta la vida en comunidad, de la comunidad para el mundo. Como lo determina Goleman (2000), la empatía, motivación, autoconocimiento y el control emocional bien desarrollados son indicadores de éxito en la inserción social de la persona. Asimismo, sentir ira, rabia, miedo; querer llorar; envidiar, sentir vergüenza, alegría o entusiasmo, etc., no es malo, todas las emociones son buenas, en la medida que esté acompañada de saber controlarla. Por ejemplo, no puedo sentir ira durante horas o días, pues eso sí sería inadecuado. Por lo tanto, sentir las emociones es lo más natural del ser humano en determinadas intensidades.

La inteligencia emocional es necesaria e indispensable en el desarrollo de una persona, (Goleman, 2000) más aún en edad temprana, donde el vínculo de afecto está en formación. Para el desarrollo de la personalidad del estudiante, si esta es controlada y desarrollada se pueden cosechar personas equilibradas emocionalmente y preparadas para enfrentar cualquier reto en la vida cotidiana y convertirla en persona de éxito en el mundo laboral y en sus relaciones sociales.

Especialistas en inteligencia emocional como Goleman (2000), Gardner (1999), Shapiro (1997), Salovey y Mayer (1990) coinciden en que la inteligencia emocional es la llave del éxito en cuanto a la formación integral del estudiante por ser la habilidad para manejar las emociones y sentimientos. Asimismo, es relevante para los estudiantes hablar de sus emociones, pues les ayuda a desarrollar su capacidad para controlar y reflexionar sobre ellos, así adquieren bienestar mental y emocional, lo cual los lleva a sentirse saludables y felices en su vida cotidiana. Por su parte Shapiro (1997) ejemplifica que los problemas psicológicos se dan por un descontrol de las emociones, las cuales pueden ser prevenidas significativamente antes de que aparezcan sus síntomas al trabajarlas.

Por su parte, la inteligencia kinestésica es fundamental y debe ser desarrollada en el estudiante. Para Gardner (2006), la inteligencia corporal o kinestésica es la capacidad para orientar, manejar y dirigir el cuerpo con distintos objetivos, para resolver problemas o elaborar productos usando partes del cuerpo o todo el cuerpo.

La inteligencia kinestésica tiene dos características observables en los sujetos, la primera es el control de movimiento donde el equilibrio, la velocidad, la coordinación y la flexibilidad tienen un alto nivel de desarrollo. Por ejemplo en los gimnastas profesionales en la prueba de barras asimétricas o paralelas. La segunda es manejar los objetos con habilidad, como por ejemplo cuando los tenistas usan la raqueta con un alto grado de precisión, coordinación, velocidad y equilibrio al golpear la pelota.

En el currículo de la Educación Primaria en el Perú existe una materia con significativa incidencia en el desarrollo de ambas inteligencias, la emocional y la kinestésica. La Educación Física está considerada en el Diseño Curricular Básico, (Minedu 2009) como un proceso formativo para desarrollar competencias, capacidades y conocimientos sobre la motricidad y valoración de las potencialidades de los estudiantes a través del movimiento con su cuerpo. Asimismo, debe ser usado como prevención de las enfermedades. Si se invierte tiempo en practicar la Educación Física podremos ahorrar en salud.

Por tanto, la Educación Física o educación corporal tiene fundamento teórico y está enfocado globalmente en el estudiante como persona inteligente, única y total, y para ello se apoya en la motricidad (movimiento y cuerpo integrados). A la vez, el estudiante siente, piensa, ama, transforma y construye y para ello se apoya en la teoría de la inteligencia emocional, la teoría del apego y la inteligencia kinestésica.

Para ello, el enfoque de evaluación debe ser integral, con evaluaciones cualitativas y cuantitativas, mediante las cuales se evalúe no solo para fines numéricos o las notas. La evaluación debe responder a reevaluar y reflexionar qué sucede en el estudiante para observar las deficiencias en las estrategias de enseñanza y poder reprogramar las sesiones de clase y mejorar así la labor docente, sin olvidar, que los instrumentos usados en la Educación Física, tales como: lista de cotejo, rúbricas, fichas de observación, de coevaluación y de autoevaluación, deben evaluar las tres dimensiones: competencias cognitivas (capacidades y habilidades mentales), competencias socio-emocionales (capacidades y habilidades intra e interpersonales) y competencias psico-kinestésicas (capacidades y habilidades motrices).

En el Perú de hoy se vive una crisis educativa, especialmente en Educación Física alejada de la cultura física, existe poca relevancia sobre la teoría y la práctica de la Educación Física, la actividad física, el deporte, en los niveles Inicial, Primaria, Secundaria y Superior, (López, 2006; Ortiz 2008). Sabemos que la Educación Física debe tener incidencia sobre el ser biológico, psicológico y social para lograr una formación integral de los

estudiantes, donde la Educación Física debe ser concebida como el aprendizaje motriz humano, como un sistema funcional en el que se desarrollen habilidades, capacidades, competencias.

En cuanto a la política educativa actual, esta es clara respecto al enfoque socio formativo, donde se pone en práctica el currículo por competencias, y tal como se sabe por Vigotsky (1987), el estudiante se inicia en el nivel de desarrollo real y pasa a la zona de desarrollo próximo, hasta llegar a la zona de desarrollo potencial, que es el objetivo de este currículo por competencias. Las capacidades desarrolladas para lograr estas competencias deben ser claras y sencillas, y no deben ser confundidas con cualidades físicas como sinónimo de capacidades.

La Unesco (2013), enfatiza que la educación es la mejor opción de desarrollo del siglo XXI al enfatizar los cuatro pilares del saber que la escuela debe desarrollar. A saber aprender a ser, aprender a conocer, aprender a hacer y aprender a vivir juntos. El docente de Educación Física desarrolla la formación integral de los estudiantes por medio del reconocimiento de sus necesidades e intereses. La escuela primaria debe redefinir el currículo para una transformación y lograr el ideal desarrollo integral. Con esa expectativa, a raíz de las insuficiencias identificadas en el trabajo de campo, los investigadores proponemos una ruta de aprendizaje para la Educación Física que contribuya al desarrollo integral de los estudiantes y no solo su desarrollo físico o corporal.

3. Metodología

En el aspecto metodológico, la investigación se sustenta en el paradigma cualitativo, con carácter descriptivo-explicativo y responde a la línea de investigación de desarrollo del currículo escolar.

En la actualidad, los estudiantes de Educación Primaria en el Perú son niños y niñas entre 6 y 12 años de edad, quienes desarrollan la Educación Física desde el primer hasta el sexto grado, así se estudia en la Escuela Primaria Emilio del Solar N° 1193, del distrito de Lurigancho – Chosica – Lima, que da servicio en el horario de 7:45 a. m. a 12:45 p. m., y de 1:00 p. m. a 5:45 p.m. de lunes a viernes. La población de la investigación estuvo constituida por 600 estudiantes de Educación Primaria de la Institución Educativa referida. La muestra (aleatoria) estuvo conformada por 175 estudiantes de siete secciones de quinto y sexto grado; 11 docentes: siete docentes de aula, dos de Educación Física, la subdirectora y el director de la institución educativa.

Los instrumentos de investigación fueron: un test psicométrico de inteligencia emocional; un el test de inteligencia kinestésica (escrito y práctico) para identificar el nivel de desarrollo de estas inteligencias en los estudiantes de la muestra y por último la entrevista a docentes, para conocer opiniones y valoraciones sobre las tres categorías que se tratan en esta investigación: la inteligencia emocional, inteligencia kinestésica y Educación Física.

Como punto de partida se utilizaron dimensiones, habilidades y aptitudes del desarrollo de la Inteligencia emocional las cuales se muestran en la Tabla 1; dimensiones, indicadores y aplicaciones de la inteligencia kinestésica corporal, Tabla 2, así como competencias y capacidades de la Educación Física mostradas en la Tabla 3.

Tabla 1
Dimensiones, habilidades y aptitudes de Inteligencia Emocional

| Dimensiones | Habilidades | Aplicaciones |
|--------------------|---|---|
| Autorregulación | Control de sí mismo. Manejo de nuestras emociones, estado interno, nuestros impulsos y dominarlos. | Conciencia emocional, autoevaluación precisa, confianza en sí mismo Autocontrol frente a situaciones problemáticas confiabilidad, escrupulosidad, adaptabilidad, innovación. |
| Motivación | Utilización de nuestra preferencia para la orientación y avance en nuestros objetivos, siendo efectivos con de optimismo. | Actitud positiva frente a la adversidad. Afán de triunfo, compromiso, iniciativa, optimismo. |
| Socialización | Es la capacidad para influir en los demás y la obtención de respuestas deseables, facilidad para el trabajo en equipo. | Fomento de las buenas amistades a través de juegos dinámicos, los cuales inciden en el respeto y la buena comunicación. Buena convivencia, el diálogo. Solidaridad y la armonía preparando a los estudiantes para su inserción en la sociedad |

Fuente: Adaptación de Goleman (2000).

Tabla 2
Inteligencia kinestésica: dimensiones, indicadores y aplicaciones.

| Dimensiones | Indicadores | Aplicaciones |
|--------------------|--|---|
| Coordinación | Es hábil para la coordinación fina, gruesa y corporal. | Es capaz de precisar un gesto o movimiento. |
| Equilibrio | Muestra control de la posición en diferentes espacios con su cuerpo. | Equilibrio total de todo el cuerpo en un espacio. |
| Flexibilidad | Muestra buena movilidad articular y elasticidad. | Es capaz de mostrar su movilidad articular y elasticidad |
| Velocidad | Muestra mayor capacidad de desplazamiento. | Es capaz de mostrar su mayor desplazamiento en el menor tiempo. |

Fuente: Elaboración propia a partir de Goleman (2000).

Tabla 3
Matriz de competencias del área de Educación Física

| Competencias | Capacidades |
|---|--|
| Construye su corporeidad. | 1. Realiza acciones motrices variadas con autonomía, regula la totalidad y partes de su cuerpo en el espacio y el tiempo, toma conciencia de sí mismo y fortaleciendo su autoestima. 2. Manifiesta sus emociones y sentimientos a través del cuerpo, el gesto y el movimiento como recursos expresivos que le permiten comunicar, gozar y relacionarse con los demás, se fortalece su identidad y se desarrolla su creatividad. |
| Valora y practica actividades físicas y hábitos saludables. | 1. Practica actividad física y reconoce su importancia sobre la salud a través del juego, la recreación y el deporte, con el apoyo de las nuevas tecnologías. 2. Adopta posturas adecuadas en situaciones cotidianas y en la práctica de actividades físicas variadas, reconoce los beneficios para su salud. 3. Adquiere hábitos alimenticios saludables y aplica conocimientos para el cuidado de su cuerpo. |
| Utiliza sus habilidades sociomotrices en actividades físicas y deportivas. | 1. Utiliza el pensamiento estratégico en actividades físicas y deportivas como medio formativo. 2. Aplica sus habilidades socio-motrices al compartir diversas actividades físicas, genera trabajo en equipo en una actitud de liderazgo, solidaridad y respeto hacia su entorno. |
| Desarrolla sus habilidades socioemocionales en actividades integradas físicas, deportivas y sociales. | 1. Entrena las habilidades personales y sociales en situaciones reales de aprendizaje, genera aptitudes emocionales. 2. Aplica sus habilidades personales y sociales en talleres de actividades integradas: físicas, deportivas y sociales, modifica sus actitudes para la buena convivencia escolar |

Fuente: Adaptado del Plan de Fortalecimiento de Educación Física. (Minedu, 2015).

El test psicométrico de inteligencia emocional (Reconociendo nuestras emociones) fue adaptado de Ruiz (2004), está sustentado teóricamente en la teoría de inteligencia emocional propuesta por Salovey y Meyer (1990). Consta de 40 ítems, en la Tabla 4 se presenta una muestra de ellos. Se evaluaron: socialización, motivación y autorregulación.

Tabla 4
Algunos de los ítems del test Reconociendo nuestras emociones

| No. | Afirmaciones | Siempre | Casi Siempre | Algunas Veces | Casi Nunca | Nunca |
|-----|--|---------|--------------|---------------|------------|-------|
| 1 | Me resulta difícil hablar frente a un grupo | | | | | |
| 2 | Me siento seguro de mí mismo en la mayoría de las situaciones | | | | | |
| 3 | Frente a varias dificultades que tengo las intento solucionar una por una. | | | | | |
| 4 | Ante un problema me pongo nervioso y no sé cómo enfrentarlo. | | | | | |

Fuente: adaptado de Ruiz (2004) Escala MINDS de Inteligencias Múltiples

El test de inteligencia kinestésica teórico (escrito) fue adaptado a partir de ideas de Armstrong (1993) y Antunes (2006). Consta de 24 ítems, en la Tabla 5 se presenta una muestra de ellos. Se evaluó mediante escala y ponderación: completamente (5), excelente, de 96 a 120 puntos, bastante (4); muy bueno, de 72 a 95 puntos; regular (3), bueno, de 48 a 71 puntos; poco (2), regular, de 24 a 47 puntos; nada (1), malo, de 01 a 23 puntos.

Tabla 5
Algunos de los ítems del test inteligencia kinestésica teórico (escrito)

| No. | Habilidades | Completa- mente (1) | Bastante (2) | Regular (3) | Poco (4) | Nada (5) |
|-----|--|------------------------|-----------------|----------------|-------------|-------------|
| 1 | Me gusta practicar deporte. | | | | | |
| 2 | Me gustan las danzas. | | | | | |
| 3 | No puedo estar tranquilo mucho tiempo. | | | | | |
| 4 | Me gusta desarmar las cosas y volver a armarlas | | | | | |

Fuente: adaptado a partir de ideas de Amstrong (1993) y Antunes (2006)

Tanto el test de inteligencia kinestésica práctico, como el teórico, fueron adaptados a partir de Amstrong (1993) y Antunes (2006) y constaron de 4 pruebas evaluadas como se muestra en la Tabla 6.

Tabla 6
Evaluación de las cuatro pruebas del test inteligencia kinestésica (práctico)

| Pruebas | Excelente (5) | Muy bueno (4) | Bueno (3) | Regular (2) | Malo (1) |
|--------------|-------------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| Coordinación | 17 – 20 repeticiones | 13-16 repeticiones | 09-12 repeticiones | 05-08 repeticiones | 01-04 repeticiones |
| Equilibrio | 48-60 segundos | 36-47 segundos | 24-35 segundos | 12-23 segundos | 01-11 segundos |
| Flexibilidad | 13-15 centímetros | 10-12 centímetros | 7- 9 centímetros | 4- 6 centímetros | 1 - 3 centímetros |
| Velocidad | 12 segundos | 14 segundos | 16 segundos | 18 segundos | 20 segundos |

Fuente: Elaboración propia a partir de Amstrong (1993) y Antunes (2006)

El tercero de los instrumentos de investigación fue las entrevistas a docentes que incluyeron maestros de aula, profesores de Educación Física y directivos; se desarrollaron a partir de interrogantes cuyas respuestas contribuyeran a identificar opiniones y valoraciones sobre la importancia que le atribuyen a la Educación Física y al desarrollo de la inteligencia emocional y a la kinestésica. Algunas de las interrogantes fueron:

- ¿Cree Ud. que la Educación Física es importante para desarrollar la expresión motriz de los estudiantes? ¿Por qué?
- ¿Cree Ud. que la Educación Física desarrolla integralmente y contribuye al logro de una vida activa y saludable en los estudiantes? ¿Cómo?
- ¿Conoce algún documento que oriente el trabajo pedagógico de la Educación Física para lograr el desarrollo sociomotriz y deportivo de sus estudiantes? ¿Cuál?
- ¿Cree Ud. que es importante mantener buenas relaciones emocionales entre los estudiantes? ¿Por qué? ¿Desde la Educación Física se podría lograr? ¿Cómo?
- ¿Cómo haría Ud. para desarrollar las fortalezas y debilidades de los estudiantes? ¿Conoce Ud. algún documento que oriente la enseñanza de la Inteligencia emocional que motive una actitud positiva frente a la adversidad? Explique.

3.1 Procedimiento

Estos instrumentos se aplicaron dentro de las instalaciones de la Institución. Para la obtención de la información se contó con el apoyo de dos investigadores que llevaron a cabo las entrevistas y los test. Se probó la validez a través de la opinión de expertos.

La entrevista a los directivos, profesores de aula y profesores de Educación Física, se realizó fuera del horario de clases. Se les explicaron los detalles del estudio y se les pidió consentimiento informado para participar como sujetos de investigación.

El test de inteligencia emocional se hizo en el aula de clases durante 20 minutos, en grupos de hasta 20 estudiantes con apoyo de un asistente. El test kinestésico escrito se aplicó en el aula y el práctico en el patio de la escuela, ambos durante 30 minutos. A los niños se les informó que se estaba desarrollando un estudio para contribuir a mejorar las clases de Educación Física y que su participación iba a ser de mucha ayuda. Todos participaron con entusiasmo.

Se procedió a tabular los datos del test emocional y kinestésico en el programa estadístico SPSS. Luego se codificó por separado la entrevista de los docentes. Esto se realizó utilizando códigos descriptivos que le atribuyen a la unidad un tipo de fenómeno, así como también códigos de mayor contenido inferencial, que son los códigos de tipo interpretativos y explicativos.

4. Resultados y análisis

4.1 Resultados del Test de Inteligencia emocional

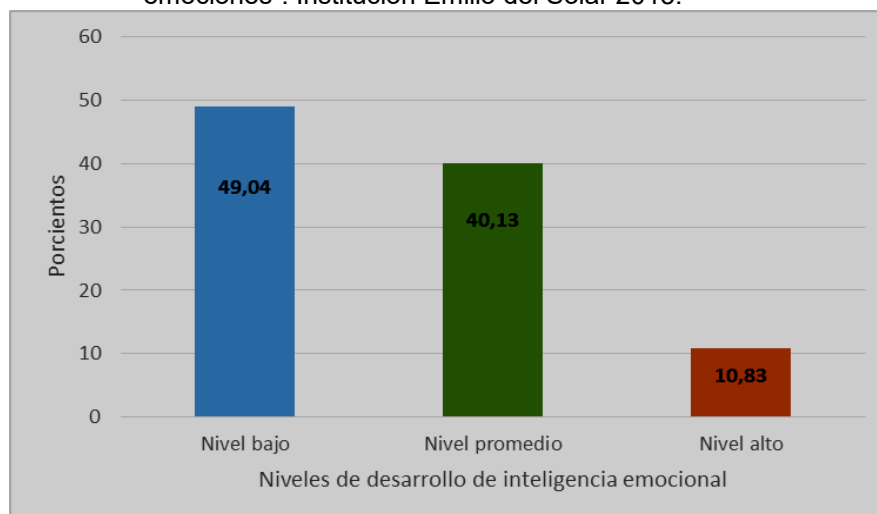
El Test de Inteligencia emocional "Reconociendo nuestras emociones" evidencia que el 49.04 % de estudiantes Emilianos se encuentra en un nivel bajo de inteligencia emocional (serie 1), el 40.13 % en un nivel promedio de Inteligencia emocional (serie 2) y el 10.83 % en un nivel alto (serie 3). Ver Tabla 7 y Figura 1.

Tabla 7
Resultados Estadísticos del Test de Inteligencia emocional

| | | Puntaje general Inteligencia emocional | | | |
|----------|----------|--|------------|-------------------|----------------------|
| | | Frecuencia | Porcentaje | Porcentaje válido | Porcentaje acumulado |
| Válidos | Bajo | 77 | 44.0 | 49.04 | 49.0 |
| | Promedio | 63 | 36.0 | 40.13 | 89.2 |
| | Alto | 17 | 9.7 | 10.83 | 100.0 |
| | Total | 157 | 89.7 | 100.0 | |
| Perdidos | Sistema | 18 | 10.3 | | |
| Total | | 175 | 100.0 | | |

Fuente: Elaboración propia a partir de Amstrong (1993) y Antunes (2006)

Figura 1. Resultado de inteligencia emocional. Aplicación de test "Reconociendo nuestras emociones". Institución Emilio del Solar 2015.



Fuente: Elaboración propia

4.2 Resultados del Test de Inteligencia kinestésica corporal

En la aplicación del Test de Inteligencia kinestésica a 175 estudiantes de la Institución Educativa Emilio del Solar N° 1193, se evidencia que el 2,25 % de estudiantes Emilianos se encuentra en un nivel regular de Inteligencia kinestésica (serie 1), el 38.76 % en un nivel

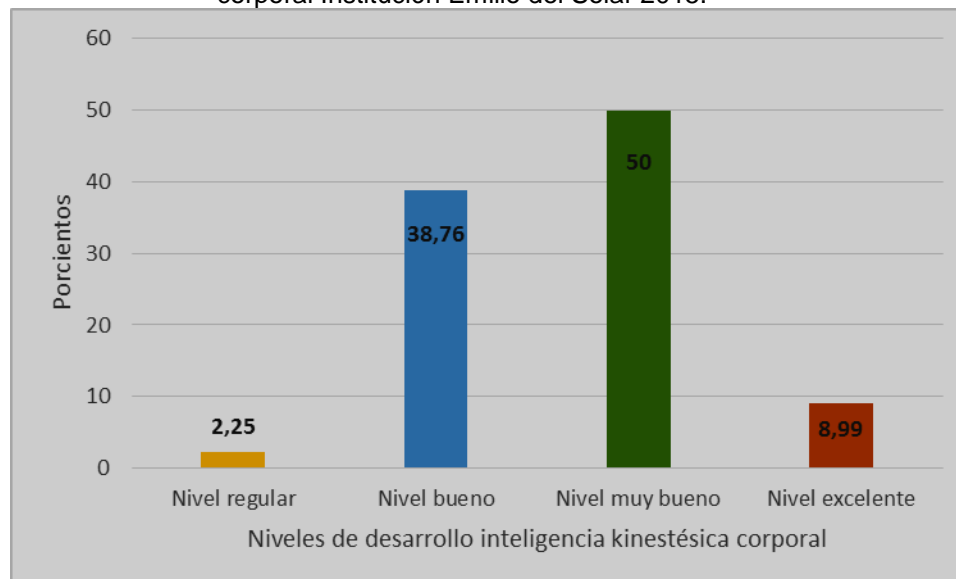
bueno (serie 2), el 50 % en un nivel muy bueno (serie 3) y el 8,99 % se encuentran en un nivel excelente (serie 4). Ver Tabla 8 y figura 2.

Tabla 8
Resultados Estadísticos del Test de Inteligencia kinestésica corporal

| Puntaje general Inteligencia kinestésica corporal | | Frecuencia | Porcentaje | Porcentaje válido | Porcentaje acumulado |
|---|-----------|------------|------------|-------------------|----------------------|
| Válidos | Regular | 4 | 2.2 | 2.2 | 2.2 |
| | Bueno | 69 | 38.5 | 38.8 | 41.0 |
| | Muy bueno | 89 | 49.7 | 50.0 | 91.0 |
| | Excelente | 16 | 8.9 | 9.0 | 100.0 |
| | Total | 178 | 99.4 | 100.0 | |
| Perdidos | Sistema | 1 | 0.6 | | |
| Total | | 175 | 100.0 | | |

Fuente: Elaboración propia a partir de Armstrong (1993) y Antunes (2006)

Figura 2. Resultado de inteligencia kinestésica. Aplicación de test de inteligencia kinestésica corporal Institución Emilio del Solar 2015.



Fuente: Elaboración propia

4.3 Resultados de las entrevistas a docentes por categorías (y dimensiones) de la investigación

4.3.1 Inteligencia Emocional

a) La dimensión autorregulación

A la pregunta ¿Cree Ud. que es importante mantener buenas relaciones emocionales entre los estudiantes? El 100 % de los docentes entrevistados respondió positivamente. El 27 % argumentó sobre el papel de las emociones para hacer frente a situaciones problemáticas. El 36.3% refirió a la confianza en sí mismo como una cualidad indispensable a desarrollar en los estudiantes. Un entrevistado (9%) habló sobre otras cualidades dentro de las relaciones emocionales como la confiabilidad, la capacidad para la innovación. El 27% se refirió al control de los impulsos como aplicación de la inteligencia emocional. Ninguno de los entrevistados identificó la Educación Física como favorecedora de la autorregulación en los estudiantes.

b) La dimensión motivación

A la pregunta ¿Cree Ud. identificar los problemas y actitudes de los estudiantes para motivar su solución con asertividad? La mayoría de los entrevistados, el 18%, aseguró poder identificar sin dificultades. El 27 % se refirió al papel del maestro en el logro de la motivación de los estudiantes, asimismo el 27 % mencionó la clase de Educación Física como espacio que puede favorecer la motivación en los estudiantes.

c) La dimensión socialización

A la pregunta sobre el papel del diálogo y la comunicación en las emociones, el 100% de los entrevistados se refirió a la incidencia de ambos en el fomento de la amistad y el respeto entre los estudiantes y entre el profesor y los estudiantes. Solo un entrevistado se refirió a cómo la Educación Física promueve la solidaridad entre los estudiantes.

4.3.2 Inteligencia Kinestésica

a) La dimensión coordinación

A la pregunta de ¿Cree Ud. que es importante la coordinación en los estudiantes? ¿Por qué? El 100 % se refirió a la necesidad de precisar el movimiento o gesto deportivo si este ayuda a la coordinación fina. El 27 % se refirió a que si el niño tiene buena coordinación podrá escribir bien tanto en el área de matemática como en el de comunicación. El 36.3 % se

refirió a que si no hay coordinación no se desarrollan las demás habilidades, por lo que el niño debe formarse integralmente en la parte kinestésica y emocional.

b) La dimensión equilibrio

A la pregunta de ¿Cómo haría Ud. para desarrollar el equilibrio en los estudiantes? El 100 % hizo referencia al papel de la Educación Física en su desarrollo. El 27% habló de la práctica de deportes o danza. El 18 % refirió ejercicios de caminar sobre una línea.

c) La dimensión flexibilidad

A la pregunta de ¿Cómo haría Ud. para desarrollar la flexibilidad de los estudiantes? El 45 % hizo referencia a la Educación Física y los deportes en general. Uno se refirió a ejercicios específico: estiramientos, ejercicios de gimnasia rítmica o ejercicios de relajación. El 27 % comentó sus experiencias en los juegos de los niños.

d) La dimensión velocidad

A la pregunta de ¿Cómo haría Ud. para desarrollar la velocidad de los estudiantes? El 100 % se refirió a la práctica y mejora del calentamiento en los juegos y otras actividades físicas.

4.3.3 Educación Física

A la pregunta ¿Conoce algún documento que oriente el trabajo pedagógico de la Educación Física para lograr el desarrollo sociomotriz y deportivo de sus estudiantes? ¿Cuáles? El 100% se refirió al currículo escolar. Dos entrevistados (18%) mencionaron el Plan de Fortalecimiento de la Educación Física. El 63.6% identifica la clase de Educación Física solo con hacer ejercicios y deportes.

Cuando se interrogó sobre el Plan de Fortalecimiento de la Educación Física, el 45 % dijo conocerlo, el 36,3 % le atribuyó alta significación al hecho de que se aumentaran la cantidad de horas de 2 a 5 en la Educación Física. El 63.6 % dice que los cambios que se introducen no son relevantes para el desarrollo socio motriz de los estudiantes.

El 100 % de los entrevistados refirió que la Educación Física desarrolla la expresión motriz de los estudiantes y que es muy importante porque el profesor de Educación Física ha estudiado para eso. El 18 % habló del papel del profesor de Educación Física al enseñar los ejercicios y los movimientos que el niño debe hacer para mejorar su coordinación, pues este

aprende a través del movimiento, lo que le permite el desarrollo físico, intelectual y emocional, es decir, su desarrollo integral.

5. Discusión

Llama la atención que para el caso de los estudiantes, la mayor parte de ellos evidencian un bajo desarrollo de inteligencia emocional y un regular desarrollo de inteligencia kinestésica. Esto guarda relación con lo que dice el (Minedu 2009):

A través de la Educación Física se asume una visión holística de la persona como 'unidad' que piensa, siente y actúa simultáneamente y en continua interacción con el ambiente, desarrollando todas sus dimensiones: biológicas, psicológicas, afectivas y sociales; dentro de esta área el desarrollo de la motricidad está considerado como un aspecto esencial. (p. 27)

La mayoría de los docentes entrevistados reconocen la importancia de la educación kinestésica desde la Educación Física que debe servir para repotenciar el aspecto motriz de los estudiantes desde edades tempranas para desarrollar y corregir dificultades motoras a través de las actividades y ejercicios físicos intencionados que se realizan en una clase de Educación Física. Este resultado corrobora lo planteado por León (2009) "los profesores de Educación Física buscamos el desarrollo de las aptitudes y capacidades de los alumnos con la finalidad de su desarrollo integral y esto lo hacemos a través del cuerpo y del movimiento" (p.4).

En la aplicación de los instrumentos, en el trabajo de campo, se evidencia que el 49.04 % de estudiantes Emilianos se encuentran en un bajo nivel de desarrollo de la Inteligencia emocional, el 40.13 % en un nivel de desarrollo promedio y el 10.83 % en un nivel de desarrollo alto. Sin embargo, en cuanto a la inteligencia kinestésica el 38.76 % de los estudiantes alcanzó un nivel bueno y el 50 % un nivel muy bueno. Esto corrobora la poca importancia que se le viene dando a la inteligencia emocional en el trabajo pedagógico de la escuela solo está orientado a desarrollar áreas como matemática, comunicación, ciencia y ambiente, etc. En la escuela no se comprende al estudiante desde sus dimensiones humanas, una de ellas es el desarrollo de la inteligencia emocional que, en su buen desarrollo, traería como consecuencia estudiantes motivados, positivos, optimistas con expectativas de querer aprender mejor a través de las buenas estrategias que el docente pueda realizar en su clase.

De acuerdo con las reiteradas opiniones de los docentes y estudiantes comprendemos que la educación emocional es una base fundamental para fortalecer el proceso de enseñanza-aprendizaje y el consecuente desarrollo de la confianza, el respeto, el cariño, la comunicación, el diálogo, la armonía, la expresión natural, la buena convivencia, unión, concentración, autoestima al establecer vínculos afectivos entre estudiantes, docentes y padres de familia. Esto coincide con lo planteado por Rodríguez (2010) "Sin embargo desde la Educación Física mediante actividades cuya metodología propicie la desinhibición y la relación dentro del grupo se facilita en gran medida la labor docente" (p.2).

Los docentes afirman que una de las formas de fortalecer la inteligencia emocional de los estudiantes es darles cariño, buenos ejemplos, mantener buena comunicación, crear hábitos de responsabilidad, confianza, buenas costumbres, apoyo, motivación, amor, alimentación, cuidado, comprensión, valorar su esfuerzo, responsabilidad, conocer sus problemas y explicarles sobre los beneficios de su correcta toma de decisiones para triunfar en la vida.

La gran diversidad de aprendizaje que experimenta un estudiante en la clase de Educación Física nos lleva a identificar y formar en los estudiantes habilidades motrices, habilidades cognitivas, emocionales y sociales mediante las estrategias del juego, el deporte, la recreación, el arte, la música y la danza para formar estudiantes seguros, responsables, líderes, con manejo y control emocional, preparados para enfrentar cualquier desafío que la vida les presente.

En cuanto a la Educación Física se impartía en dos horas pedagógicas a la semana en su turno correspondiente. Con el Plan de fortalecimiento se ha incrementado a tres horas pedagógicas más, aunque en horario extracurricular como reforzamiento de las dos horas dadas en horario correspondiente. De esta manera, los estudiantes a partir de 2014 reciben cinco horas pedagógicas de Educación Física durante la semana. Uno de los grandes retos de este Plan es mejorar el desarrollo de las competencias de la Educación Física y lograr perfiles deportivos en nuestros estudiantes.

El Diseño curricular anterior, Minedu (2009) tenía en común con el nuevo documento respecto a la Educación Física, el componente de la corporeidad; sin embargo "nunca se llevó a la práctica o se hacía de manera equivocada", (Arboccó, 2015). En la institución el enfoque que guía a los docentes de Educación Física es meramente instrumental; es decir, trabajan con indicaciones como "recoge el balón, juega al fútbol, realiza un número de flexiones", pero el cuerpo es para mucho más y por esta razón los autores estamos

proponiendo una nueva ruta de aprendizaje que incluya tanto la inteligencia kinestésica como la emocional.

Como posible solución al problema pedagógico detectado, los investigadores proponen una ruta de aprendizaje (Ruta DIE-4) que se realizará en la Institución Educativa Emilio del Solar N° 1193, del nivel Primario, ubicada en el distrito de Lurigancho-Chosica, Lima. La propuesta es para los docentes de Primaria y profesores de Educación Física y para los estudiantes del V ciclo de primaria que se encuentran entre el quinto y sexto grado.

La Ruta DIE-4 pretende orientar el trabajo del docente de Educación Física en la educación primaria, por lo tanto como primer momento se aplicará un diagnóstico a la muestra a través de dos test de inteligencia emocional y kinestésica a los y a las estudiantes. Asimismo, se realizará taller de sensibilización a los y las docentes, padres de familia y administrativos de la institución educativa para fortalecer el desarrollo de estas dos inteligencias y precisar, efectivizando con el apoyo de la comunidad escolar la aplicación de dicha Ruta.

La Ruta muestra cómo realizar una sesión de enseñanza aprendizaje para la Educación Física en los estudiantes del quinto y sexto grado con énfasis en los vínculos afectivos de que desarrolla las dimensiones de la inteligencia emocional y las dimensiones de la inteligencia kinestésica. Igualmente, este instrumento busca desarrollar integralmente al estudiante a través de la Educación Física mediante el desarrollo de la inteligencia emocional, la inteligencia kinestésica (ver anexo una sesión de aprendizaje).

6. Conclusiones

La investigación realizada evidencia que el 40.13 % de los estudiantes de la muestra presentan un bajo nivel de desarrollo de la inteligencia emocional, considerada como el control de los sentimientos y emociones para actuar asertivamente frente a cualquier situación de la vida, mientras que el 88.76 % (38.76 % y 50 % respectivamente) evidencian un nivel bueno o muy bueno de desarrollo de la inteligencia kinestésica corporal entendida como la capacidad para orientar, manejar y dirigir el cuerpo para resolver problemas o elaborar productos usando partes del cuerpo o todo el cuerpo.

En los docentes investigados el 27 % reconoce el papel de la Educación Física en el desarrollo de la inteligencia emocional, especialmente en su dimensión de socialización, sin embargo el 100 % reconoce que la Educación Física debe desarrollar la coordinación, la velocidad, la flexibilidad y el equilibrio como dimensiones de la inteligencia kinestésica

corporal. Los resultados anteriores son una muestra de que los docentes continúan percibiendo la Educación Física solo para contribuir al desarrollo físico del estudiante sin llegar a apreciar las potencialidades de la materia para el desarrollo integral del personalidad incluyendo el manejo de sentimientos y emociones.

Como contribución a la solución de los problemas identificados se propone una Ruta de aprendizaje de la Educación Física: "Desarrollo integral del estudiante a través de sus cuatro competencias: corporeidad, saludable, sociomotriz y socioemocional" (DIE-4), que busca desarrollar en el estudiante competencias cognitivas, emocionales, motrices y espirituales, que le ayuden a enfrentar los desafíos que la vida le propone, logrando ser un hombre íntegro para la vida: "*Hominen uti hominen educare oportet*". Con la Ruta se pretende orientar el trabajo didáctico del docente de una manera funcional y práctica, desarrollando las cuatro competencias del área: para contribuir con la formación integral del estudiante.

7. Referencias

- Antunes, Celso. (2006). *Juegos para estimular las Inteligencias Múltiples*. Madrid: Herramientas Narcea.
- Arboccó, Manuel. (16 de diciembre, 2015). Importancia del deporte y de la Educación Física. *Diario El Peruano*. Recuperado de <http://www.elperuano.com.pe/noticia-importancia-del-deporte-y-de-educacion-fisica-36481.aspx>
- Armstrong, Thomas. (1993). *Las Inteligencias Múltiples en el Aula*. Buenos Aires, Argentina: Ed. Manantial.
- Gardner, Howard. (1999). *Intelligence Reframed: Multiple intelligence for 21 century*. New York: Basic Books.
- Gardner, Howard. (2006). *Las Inteligencias Múltiples. Estructuras de la Mente*. Colombia: Fondo de cultura económica.
- Goleman, Daniel. (2000). *Inteligencia Emocional*. Barcelona: Kairos.
- Grasso, Alicia Esther. (2005). *Construyendo identidad corporal: La corporeidad escuchada*. Buenos Aires, Argentina: Novedades Educativas.
- León, Verónica. (2009). Inteligencias Múltiples y Educación Física. La práctica de actividad física y deportiva también desarrolla la inteligencia. *Lecturas, Educación Física y Deportes, Revista Digital*, 14(138). Recuperado de <http://www.efdeportes.com/efd138/inteligencias-multiples-y-educacion-fisica.htm>

- López, Antonio. (2006). *Proceso de enseñanza aprendizaje en Educación Física*. Buenos Aires: Científica.
- MINEDU. Ministerio de Educación. (2009). *Diseño Curricular Nacional de la Educación Básica Regular*. Lima: MINEDU.
- MINEDU. Ministerio de Educación. (2015). *Plan de Fortalecimiento de la Educación Física y el deporte escolar*. Recuperado de http://www.dreim.gob.pe/images/descarga/Resolucion_Fortalecimiento.compressed.pdf
- Orrego, Jhon Fredy. (2006). El deporte, visto desde la educación, el alto rendimiento y la lúdica. *Revista Digital*, 11(95). Recuperado de <http://www.efdeportes.com/efd95/deport.htm>
- Ortiz Cabanilla, Pedro. (2008). *Educación y Formación de la personalidad*. Lima, Perú: Universidad de Ciencias y Humanidades.
- Rodríguez, Manuel. (2010). La inteligencia emocional en la Educación Física. Propuesta para 1º ESO. *Revista Digital*, 14(140). Recuperado de <http://www.efdeportes.com/efd140/la-inteligencia-emocional-en-la-educacion-fisica.htm>
- Ruiz, César. (2004). *Escala MINDS de Inteligencias Múltiples*. Trujillo, Perú: Autor.
- Salovey, Peter y Mayer, John. (1990). *Inteligencia Emocional*. México: M.C. Graw Hill
- Shapiro, Lawrence. (1997). *La inteligencia emocional de los niños*. Buenos Aires, Argentina: Verlap S.A.
- Sorín, Martha. (1968). *Los fenómenos psíquicos*. Bogotá: Ediciones Sudamerica.
- Unesco. (2013). *Educación Física de Calidad*. París, Francia: Unesco.
- Vigotsky, Lev Semiónovich. (1987). *Historia del desarrollo de las funciones psíquicas superiores*. Editorial Científico Técnica, La Habana.

8. Anexos y/o apéndices

SESIÓN DE APRENDIZAJE N° 01 (Fragmentos)

| | | | | | |
|---|--|--|---|----------------------|--------|
| II. NOMBRE DE LA SESIÓN: “Conoce términos básicos del circuito atlético en inglés y expresa sus emociones”. | | | | | |
| III. PROPÓSITO DE LA ACTIVIDAD DE APRENDIZAJE: | | | | | |
| Situación Problemática | | | | | |
| Los alumnos de la Institución educativa necesitan hacer más significativo el taller de inglés, además se conocerán así mismos expresándose en grupo a través en un circuito para reconocer las habilidades de correr, saltar, trepar. | | | | | |
| Competencias | | | Capacidades | | |
| Desarrolla habilidades socioemocionales. | | | Entrena las habilidades sociales de liderazgo en su grupo a través de actividades deportivas. | | |
| Valora y practica actividades físicas y hábitos saludables | | | Practica actividad física habitualmente para su bienestar desarrollando deporte | | |
| Utiliza habilidades sociomotrices y kinestésicas | | | Utiliza el pensamiento estratégico en actividades deportivas como medio formativo | | |
| Indicador de desempeño / aprendizaje(s) esperado(s) / indicador(es) de evaluación | | | | | |
| capacidad específica - acción | | conocimiento - contexto | | condición - producto | |
| Conoce términos básicos del circuito atlético en inglés mediante el salto y la carrera. Expresa sus emociones mediante el dado de emoción | | | | | |
| Demuestra tener hábitos de aseo antes y después de la clase | | | | | |
| VI. DESCRIPCIÓN DE LA SITUACIÓN DE APRENDIZAJE A DESARROLLAR | | | | | |
| Momentos | Proceso | ACTIVIDADES O ESTRATEGIAS | | Recursos | Tiempo |
| | | Conducidas por el docente | Realizadas por el estudiante | | |
| Inicio | Problematización Propósito y Organización | 1. La profesora saluda y empieza a contar sobre un caso real sobre Jorge que no practicaba actividades atléticas e iba a la escuela con desgano y por lo tanto no comprendía la clase. Preguntar las posibles hipótesis. Reconocer la digestión a través de preguntas. | 1. Los estudiantes responden el saludo y atienden el caso. Contestar a las preguntas del docente. Contestar los posibles diagnósticos, y explicar cómo es la digestión. | silbato | 15 min |
| | Motivación | Pasamos un video sobre el sueño en clase de 2 minutos. | Los estudiantes observan el video de la digestión en el aula. | | |
| | /interés | El profesor indica a los alumnos lo que van a aprender en la clase. | Realizan el juego de reconocimiento en orden con alegría. | | |
| | /incentivo | En el patio realiza el juego, “el dado de la emoción”. (Tristeza, miedo, alegría etc.) | Juego de reconocimiento: en círculo se agrupan luego cada estudiante se acerca a otro lo saluda con palmas y un salto diciendo su nombre en voz alta y luego se queda en el lugar del compañero elegido, este hará lo mismo con otro compañero. | | |
| | Saberes previos | Los alumnos realizan ejercicios de estiramiento de los miembros superiores en inferiores | Juego de alimentos: se forman grupos con nombres de alimentos de su preferencia. | | |