

Experiencia docente 1

ALFABETIZACIÓN MOTORA EN PREESCOLAR: UNA INTERVENCIÓN BASADA EN EL JUEGO

Amando Bonilla Juárez

INTRODUCCIÓN

Este trabajo se llevó a cabo con 29 alumnos, de los cuales 13 fueron niñas y 16 niños, de tercer grado de preescolar, de la zona escolar 131 de la comunidad de los Reyes de Juárez, Puebla. De acuerdo con las observaciones del diagnóstico, se detectó un bajo nivel en tareas que implican coordinación, manipulación y equilibrio, lo que refleja una baja competencia motriz. Sabedores de que esta problemática repercute en el proceso de aprendizaje de los alumnos al no recibir una estimulación motriz adecuada desde temprana edad, lo cual afecta su maduración y desarrollo integral, por lo tanto, se propuso realizar una planeación basada en el modelo pedagógico de Alfabetización Motora.

Tabla 1. Ficha de práctica de caracterización de la población.

Nivel y grado	Tercero de preescolar
Número de estudiantes	29 alumnos: 13 niñas y 16 niños
Duración total	40 minutos (propuesta)
Lugar de trabajo	Cancha – patio escolar
Materiales	Pelotas, aros, conos, cuerdas, costales, líneas adhesivas y casacas de diferentes colores. Botellas recicladas, esponjas, cajas, telas, bloques. Equipo de sonido y música infantil.

Fuente: Elaboración propia.

LA ALFABETIZACIÓN MOTORA EN PREESCOLAR

Contreras Jáuregui et al. (2024) explican que este modelo promueve el desarrollo de las habilidades motrices fundamentales como base para la participación a lo largo de la vida, el cual se basa en un enfoque pedagógico, continuo y transversal al currículo.

Esta metodología aplicada en el nivel de preescolar se implementa mediante ambientes motores variados, intencionados y diseñados para desarrollar habilidades locomotrices, manipulativas y de estabilidad. Se estructura a partir de progresiones motrices contextualizadas y actividades de exploración guiada. La alfabetización motora es importante para el nivel de preescolar porque varios estudios demuestran que: “Los niños expuestos a modelos pedagógicos estructurados mejoran un 40% más su competencia motriz que aquellos con métodos tradicionales” (SHAPE América, 2023). Este enfoque evoluciona hacia el concepto de trayectoria de alfabetización física que enfatiza el desarrollo holístico, progresivo y centrado en el estudiante a lo largo de la vida, integrando dominios psicomotrices, cognitivos, afectivos y sociales (SHAPE América, 2024).

Dada la relevancia, esta metodología puede verse como un eje fundamental para el desarrollo físico, cognitivo y emocional, implica el ejecutar movimientos de manera efectiva y con destreza. Otra característica clave es que permite identificar el valor intrínseco de la práctica de la actividad física. Asimismo, es significativo porque permite crear una base sólida de habilidades motrices básicas, considerando las demandas del entorno y las acciones motrices.

Por lo tanto, este modelo de alfabetización motora hasta el momento se perfila como un modelo emergente,

el cual contiene estrategias pedagógicas, como mencionan Fernández Río et al. (2016): diversión, diversidad, comprensión, carácter, habilidad individual, totalidad, imaginación, constancia y modelado. Es necesario mencionar que el impacto de este modelo dependerá del trabajo de los docentes para su aceptación por parte del alumnado, recalcando que los primeros años de vida escolar son cruciales para que se lleven a cabo a lo largo de la vida de los alumnos.

A continuación, se mencionarán algunos de los componentes metodológicos de este modelo pedagógico:

- Ambientes enriquecidos con estaciones de circuitos de acción motriz, zonas de exploración con material diverso, creativo e innovador.
- Las secuencias de trabajo pueden integrar actividades desde el movimiento libre al movimiento estructurado
- Integración curricular con actividades que conectan movimiento con lenguaje, matemáticas o educación socioemocional
- Las secuencias de trabajo deben estar encaminadas al juego con intención, donde el docente oriente el movimiento para favorecer las habilidades motrices básicas (saltar, girar, lanzar, atrapar)
- El desarrollo evolutivo debe ser prioridad al ajustar de manera razonable tareas según la maduración motriz y cognitiva.

Por lo anterior, se puede considerar que este enfoque permitirá desarrollar la competencia motriz desde una perspectiva global, vinculando movimiento, bienestar y aprendizaje significativo.

Recientemente Contreras Jáuregui et al. (2025) profundizan en este modelo en el libro de alfabetización motora y alfabetización física

EXPERIENCIA EN LA PRÁCTICA EDUCATIVA

La sesión se estructura en tres momentos orientados al desarrollo cognitivo y motor: en primer lugar, se rescataron saberes previos y se desarrolló el juego de “Doña Cigüeña” para la estimulación del “span atencional” y la flexibilidad cognitiva mediante la sincronización de movimientos y la resolución de problemas (Maureira Cid, 2018). En un segundo momento, se desarrollaron dinámicas como “coronavirus” y “colocaciones”, que fomentaron la variabilidad de la práctica y la atención focal, al pedir que los alumnos filtraran estímulos irrelevantes mientras realizaban desplazamientos y figuras corporales (Maureira Cid, 2018). Finalmente, se cierra la sesión con un espacio de reflexión y técnicas de respiración para fortalecer la memoria de trabajo y la retención de experiencias vinculadas a las emociones (Bedoya Salazar et al., 2022).

SECUENCIA DIDÁCTICA DE LA PRÁCTICA EDUCATIVA

Momento	Actividad	Tiempo
Inicio	▪ Bienvenida y explicación de la sesión. ▪ Pregunta para inicio de la actividad: ¿Conocen los movimientos que realizan algunos animales, por ejemplo, una rana, un caballo o una cigüeña? ▪ Juego “Doña Cigüeña” Se forman equipos de cuatro personas y se integran agarrados de las manos al ritmo de la canción.	10 min

Desarrollo	▪ Juego a "¡Coronavirus!" Los mismos equipos de cuatro personas deberán desplazarse por todo el espacio de juego en círculos y se les pregunta: - ¿de qué otra forma quiere avanzar? - Utilizar las pelotas para poder tocar a los compañeros, los quipos serán de cuatro integrantes (cada uno con una pelota de vinil). - Cada vez que son tocados con la pelota deberán quedar inmóviles	20 min
------------	--	--------

Desarrollo	- Se puede hacer variantes como, saltar, correr, etc. de acuerdo con las propuestas hechas por los grupos. ▪ Juego a "Colocaciones". Equipos de cinco integrantes enumerados del uno al cinco. - Se desplazan por diferentes partes corriendo en fila, uno detrás de otro. - Cuando se diga un número, éste deberá colocarse donde se le indique, dependiendo de las siguientes opciones.	20 min
------------	--	--------

Desarrollo	- Pueden realizarse variantes: cambiar la formación a círculo, triángulo, cuadrado o una creada por los alumnos. ▪ Algunas indicaciones pueden ser "Todos juntos, pero no revueltos" (se juntan en un círculo). "De retache" se forman los mismos equipos como estaban.	20 min
Cierre	Se darán respuestas a las siguientes interrogantes, mismas que serán de ayuda para la evaluación formativa:	

Cierre	- ¿Cómo te sentiste participando en el juego de Doña cigüeña? Deberán levantar la tarjeta o señalar la carita que mejor los identifique. 1. Fue fácil realizar las actividades y comprender las indicaciones. 2. Estoy realizando las actividades lo mejor que puedo. 3. Tuve dificultades para comprender las indicaciones. 4. Estoy en proceso ¿Qué requiero mejorar?	
---------------	---	--

Cierre	- Coevaluación: dinámica. "El compañero estrella", se les entrega una estrella (pegatina), cada alumno elige a un compañero o compañera y le menciona algo positivo de cómo jugó o cooperó. ▪ Heteroevaluación. A través de las siguientes preguntas se comenta lo que observó en el grupo. 1. ¿Cómo puedes mejorar tu actitud para realizar mejor las actividades? 2. ¿Respetaron las reglas y promovió la equidad en el juego? ▪ Se les indica que deberán realizar un dibujo donde representen las habilidades motrices que realizaron en esta sesión.	
--------	---	--

PRINCIPIOS Y APLICACIÓN EN LA PRÁCTICA

Principio neuroeducativo	Qué implica	Cómo se aplica	Referencia
Atención	Seleccionar las instrucciones para poder realizar las acciones motrices.	Mantener un estado de alerta para evitar chocar con sus compañeros.	Maureira Cid (2018)
Atención voluntaria (Span Atencional)	Distinguir diversos estímulos al mismo tiempo.	Distinguir el estímulo auditivo con la voz del docente y repetir la canción y al ejecutar los movimientos indicados.	Maureira Cid (2018)
Memoria de trabajo	Representación corporal en la espacialidad y temporalidad.	Al formar unas figuras con todo el cuerpo y desplazarse esquivando a la pelota para no ser tocado.	Bedoya Salazar et al. (2022)

Experiencias neuroef: perspectivas desde la evidencia y la práctica

Regulación	Relajación al eliminar la tensión corporal, emocional y psicológica.	Respiraciones profundas y seleccionar una carita con la que se identifiquen mejor.	Ruiz Omeñaca (2024).
------------	--	--	----------------------

Fuente: Elaboración propia.

PROPUESTA DE INSTRUMENTO DE EVALUACIÓN

Fase 2 I 3º de preescolar
Niveles de desempeño

Inicial	Básico	Esperado	Avanzado
Nivel 0	Nivel 1	Nivel 2	Nivel 3
5-8 puntos	9-11 puntos	12-14 puntos	15 puntos

Niveles de desempeño de los elementos esenciales de la educación física

Inicial	Básico	Esperado	Avanzado
0	1	2	3

MOTRICIDAD			
Las alumnas y alumnos muestran movimientos erráticos y se mantienen estáticos durante la realización de las actividades.	Las alumnas y alumnos muestran falta de dominio de los movimientos durante la realización de las actividades.	Las alumnas y alumnos muestran solo algunos dominios de los movimientos durante la realización de las actividades.	Las alumnas y alumnos muestran un total dominio de los movimientos durante la realización de las actividades.
CORPOREIDAD			
Las alumnas y alumnos no muestran dominio de su esquema e imagen corporal, además de no manifestar sus emociones durante la realización de las actividades.	Las alumnas y alumnos muestran falta del dominio de su esquema e imagen corporal, además de una mayor dificultad al manifestar sus emociones durante la realización de las actividades.	Las alumnas y alumnos muestran solo algunos dominios de su esquema e imagen corporal, además de algunas dificultades al manifestar sus emociones durante la realización de las actividades.	Las alumnas y alumnos muestran un total dominio de su esquema e imagen corporal, además de manifestar sus emociones durante la realización de las actividades.

CREATIVIDAD MOTRIZ			
Las alumnas y alumnos no muestran sus habilidades, así como se mantienen estáticos en la exploración de sus posibilidades y la toma de decisiones durante las actividades.	Las alumnas y alumnos muestran falta de dominio de sus habilidades, así como dificultad seria en la exploración de sus posibilidades y la toma de decisiones durante las actividades.	Las alumnas y alumnos muestran solo algunos dominios de sus habilidades, así como dificultad en la exploración de sus posibilidades y la toma de decisiones durante las actividades.	Las alumnas y alumnos muestran un total dominio de sus habilidades, así como de la exploración de sus posibilidades y la toma de decisiones durante las actividades.

Fuente: Elaboración propia.

RECOMENDACIONES PARA LA PERSONA DOCENTE

- La voz es indispensable para poder entonar simultáneamente las canciones de algunas rondas o cantos.
- Si no se tiene una bocina, se puede acompañar con percusiones corporales, palmadas, zapateo, etc.

- Utiliza música con diferentes géneros dependiendo de la acción motriz que se vaya a trabajar. Ejemplo: una música rápida para movimientos intensos.
- Llevar la música descargada facilita la organización de la clase; asimismo permite utilizarla en ocasiones en que no hay internet.
- Tener presente cada situación de aprendizaje y relacionarla directamente con cada una de las funciones ejecutivas: memoria de trabajo, atención voluntaria, inhibición y planificación de las acciones motrices a realizar.
- Durante la praxis pedagógica debemos considerar la inclusión e integración de cada alumna y alumno para su mejor experiencia motriz.
- La utilización de la mayor cantidad posible de materiales diversos genera en los alumnos un mayor interés por la experimentación de estos. En caso contrario, la implementación del modelo pedagógico de creación de materiales sería una gran sugerencia para su aplicación, con el apoyo de madres y padres de familia.
- Desde mi experiencia pedagógica, la creación de ambientes favorables para el aprendizaje de los alumnos desde la diversidad y al generar emoción durante el desarrollo de las actividades, debe ser una planificación bien estructurada y sistematizada de cada proceso

de desarrollo de aprendizaje relacionado directamente con las funciones ejecutivas y la estimulación del primer bloque funcional.

- Durante la planificación de las clases de Educación Física el docente debe tener presente, ¿qué desea que sus alumnos aprendan?, ¿para qué lo aprenderán?, ¿cómo lo aprenderán? y ¿con qué?, preguntas fundamentales para todo educador físico.

REFLEXIONES FINALES

En lo concerniente al presente trabajo de investigación, podemos sugerir que el modelo pedagógico de alfabetización motora es relevante para el nivel de preescolar al ser una excelente propuesta para los alumnos, principalmente porque permite organizar las actividades de una forma intencional, progresiva y adaptable.

El trabajo motriz intencionado, estructurado y sistemático incide de manera directa con el desarrollo de las habilidades motrices básicas, al complementarse con los principios neuroeducativos al mantener un estado de alerta, al distinguir un estímulo auditivo a través de la voz del docente, al estimular las áreas sensoriales que le permiten a los alumnos representar corporalmente en la espacialidad y la temporalidad, además de regular el sistema activador reticular

ascendente, y al reflexionar sobre lo aprendido durante las diferentes situaciones de aprendizaje implementadas en la clase de Educación Física.

De igual manera, permitirá contar con una propuesta a implementar y a generar interés por adaptarla a cada contexto y territorialidad de cada docente, de la diversidad de alumnos y sus comunidades, creando consciencias para visualizar cada sesión y a cada alumno como único e irrepetible.

REFERENCIAS

- Bedoya Salazar, D. M., Arenas Hoyos, A., y Álvarez Sossa, M. E. (2022). Los efectos de los programas pedagógicos curriculares que aplican juegos motrices en el desarrollo de las funciones ejecutivas en etapa preescolar: una revisión sistemática. *Revista Boletín Redipe*, 11(2), 205-223
- Contreras Jáuregui, F. A., Ramírez Serna, Y. A., Maquerra Caraballo, G. de la C., y Velasteguí López, L. E. (2024). *Alfabetización motora: fundamentos pedagógicos en educación física*. Universidad del Atlántico; Universidad Técnica de Ambato. <https://doi.org/10.33262/cde.22>
- Contreras Jáuregui, F.A. et al. (2025). *Alfabetización motora y alfabetización física para educadores físicos*. Ciencia Digital Editorial. <https://libros.cienciadigital.org/index.php/CienciaDigitalEditorial/catalog/book/44>
- Durán, J. G., Ruíz Omeñaca, J. V., Callado, C. V., y Valenzuela, A. V. (2023). Modelos Pedagógicos en la Educación Física y el Deporte. *Qartuppi eBooks*.

- Fernández-Río, J., Calderón, A., Hortigüela Alcalá, D., Pérez-Pueyo, A. y Aznar Cebamanos, M. (2016). Modelos pedagógicos en educación física: consideraciones teórico-prácticas para docentes. *Revista Española de Educación Física y Deportes*, 413, 55-75
- Maureira Cid, F. (2018). *Principios de Neuroeducación Física: La nueva ciencia del ejercicio*. Editorial Bubok Publishing SL.
- Ruiz Omeñaca, J.V. (2024). Bases de la corporeidad, la motricidad y la creatividad motriz desde la neurociencia. En J. Garduño Durán, J.V. Ruiz Omeñaca. A. Grasso, y C. Velázquez Callado, *Motricidad, corporeidad y creatividad motriz en la Educación Física* (pp.11-44). Qartuppi. <https://doi.org/10.29410/QTP.24.05>
- SHAPE América. (2023). *National Estandars & Grade-Level Outcomes for Physical Education* (2nd ed). Human Kinetics.
- SHAPE América. Society of Health and Educators. (2024). *National Physical Education Estandars*. <https://www.shapeamerica.org/standards/pe/new-pe-standards.aspx>