

Experiencia estudiantil 1

SIGNIFICACIÓN DE LA EDUCACIÓN FÍSICA, UNA MIRADA DE LA CLASE DES-DE LA NEUROEDUCACIÓN

Rubén Darío Soto López

Beysai Pérez Morales

NEUROEDUCACIÓN EN LA CLASE DE EDUCACIÓN FÍSICA

La neuroeducación es un marco teórico analítico de conocimientos sobre la estructura, biología y funcionamiento del cerebro y cómo este se relaciona con el entorno y las experiencias que nos rodean, específicamente en los procesos de enseñanza y aprendizaje (Mora, 2018). En relación con ello, Torres-Aguilar (2022) sugiere que la neuroeducación nos ayuda a conocer más los procesos de aprendizaje del ser humano, y con ello nos permite explorar otras metodologías que sean adecuadas para las situaciones de aprendizaje con las que nos encontremos. Asimismo, Torres-Aguilar (2020) y De Souza et al. (2017) sugieren que los avances neurocientíficos dan herramientas

para el desarrollo práctico pedagógico en la formación holística del niño y dan una oportunidad para potenciar el aprendizaje a través de actividades de acuerdo a su contexto.

Por ello, la educación física debe entenderse como un espacio de desarrollo integral donde el movimiento favorece el aprendizaje, la cognición, las emociones, la inclusión y la transformación social, sustentándose en evidencias desde la neurociencia y la investigación educativa actual (Torres-Aguilar, 2025; Torres-Aguilar, 2022).

De acuerdo con lo anterior, Martínez (2021) señala que el juego representa una experiencia enriquecida de estímulos, donde los sentidos y el movimiento se activan en conjunto con las habilidades cognitivas. Puente Ferraras (2019) señala que el placer que provoca el juego facilita el aprendizaje y considera que los desafíos que se encuentran en eso conllevan el cambio de un comportamiento o la apropiación de un contenido. Por lo anterior, la educación física representa un área esencial para el desarrollo integral de las infancias y las emocionalidades que la componen.

EXPERIENCIA EN LA PRÁCTICA EDUCATIVA

La experiencia educativa se desarrolló con estudiantes de primer grado de la Escuela Primaria “Camilo Pintado Rincón” en Tuxtla Gutiérrez, Chiapas. El grupo se caracterizó por estar conformado por niñas y niños de 6 a 7 años aproximadamente, que se encuentran en una etapa fundamental de desarrollo físico, cognitivo, social y emocional, donde el juego y el movimiento representan medios esenciales para la construcción de aprendizajes significativos.

En relación con los procesos cognitivos, los alumnos demostraron capacidad para comprender consignas sencillas, responder a estímulos auditivos y visuales, y resolver situaciones motrices mediante la exploración y la toma de decisiones, estas características resultan especialmente relevantes desde la perspectiva de la neuroeducación, ya que el movimiento corporal favorece la activación de funciones ejecutivas como la atención, la memoria de trabajo, el control inhibitorio y la flexibilidad cognitiva.

SECUENCIA DIDÁCTICA

Momento	Actividad	Tiempo
Inicial	EL BARCO SE HUNDE Se reúne a los alumnos en un espacio amplio (patio de juego-cancha). ▪ Se les explica que todos viajaran en un barco imaginario que navega por el mar, mientras la persona docente dice: “el barco navega”, el alumnado deberá desplazarse libremente por el área caminando o corriendo suavemente. ▪ En determinado momento el docente dirá “el barco se hunde y solo caben, por ejemplo: dos, tres o los que tengan ciertas características como “tenis blancos”, “los que tengan gorra” “los que tengan el cabello largo” etc.	5 min

Desarrollo	CIRCUITO DE ACCIÓN MOTRÍZ Se colocan varios platos con pelotas, en otro espacio aros y pañuelos, el alumnado se colocan en fila y a la señal el primer alumno realiza el recorrido, primero deberá toma una pelota del plato y llevarla para colocarla en otro plato, después llegar al otro aro, donde toma el pañuelo y lo coloca dentro del aro, así sucesivamente.	20 min
Cierre	RECOLECTANDO PELOTAS ▪ La persona docente inicia mostrando a los alumnos una caja con varias pelotas, posteriormente, los dispersa por todo el espacio de trabajo y explica que el área se ha "llenado de basura", por lo que deben ayudar a recogerlo. ▪ En un segundo momento, la persona docente coloca la caja sobre su cabeza y se desplaza lentamente por el área, los alumnos deberán o tratarán de acercarse y depositar las pelotas dentro de la caja.	5 min

Anotación:

Estas actividades permitieron que los alumnos reconocieran y utilizaran el espacio en el que se movían, así como comprender de mejor manera las nociones del espacio-tiempo, al reaccionar ante las señales, moverse por diferentes direcciones y coordinar sus acciones durante los juegos.

Al finalizar, realizaron un dibujo en el que representaron lo que aprendieron durante la clase, lo que sirvió como una forma de expresar y reflexionar sobre sus experiencias.

RECOMENDACIONES PARA LA PERSONA DOCENTE

- Diseñar e implementar actividades motrices que integren el juego, la exploración y la resolución de problemas, favoreciendo experiencias de aprendizaje significativas que estimulen el desarrollo cognitivo, motriz y socioemocional de los estudiantes.
- Proporcionar indicaciones claras, breves y adecuadas al nivel de desarrollo del estudiantado, asegurando la comprensión de las tareas y promoviendo la participación activa del grupo.

- Integrar estrategias que estimulen las funciones ejecutivas como actividades que impliquen atención, memoria, control de impulsos, toma de decisiones y adaptación a situaciones cambiantes, contribuyendo al desarrollo integral del alumnado desde una perspectiva neuroeducativa.

REFLEXIONES FINALES

La experiencia desarrollada en la Escuela Primaria “Camilo Pintado Rincón” permitió reconocer la importancia de la Educación Física como espacio educativo y pedagógico que impacta más allá del desarrollo de habilidades motrices y del desarrollo físico del estudiantado.

Desde la perspectiva de la neuroeducación, las actividades implementadas demostraron que el movimiento constituye un medio importante para estimular procesos cognitivos, emocionales y sociales que intervienen directamente en la construcción de aprendizajes significativos.

A través de actividades lúdicas como “el barco se hunde”, “circuito de acción motriz” y “recolectando pelotas”, el estudiantado participó de manera activa en situaciones que promovieron la atención, la memoria, la toma de decisiones e interacción social. Estas experiencias permitieron generar ambientes de aprendizaje dinámicos donde la motivación, el disfrute y la participación son elementos que se requieren para el desarrollo de competencias dentro de la educación física. Bajo este esquema de trabajo se observó que

el juego favorece la adquisición de nuevos aprendizajes, asimismo, habilidades socioemocionales como la cooperación, empatía, respeto y autorregulación.

Por lo anterior, esta intervención sugiere que la Educación Física representa un espacio educativo y pedagógico que favorece el desarrollo integral de las infancias y la consolidación del aprendizaje a través del juego, así como habilidades sociales en el mismo.

REFERENCIAS

- Martínez, F. G. (2021). Juego, plasticidad cerebral y habilidades cognitivas. *Salud y bienestar colectivo*, 5(1), 90-107.
- Mora, T. F. (2018). *Neuroeducación. Sólo se puede aprender aquello que se ama*. Alianza Editorial.
- Puente Ferreras, A. (2019). *Neuroaprendizaje e inclusión educativa*. E-URL Universidad Rafael Landívar.
- Torres Aguilar, X. (2022). La educación física desde una mirada neuroeducativa. En J. Garduño (Coord.), *Pedagogía y didáctica en la formación del educador físico* (pp. 15-29).
- Torres Aguilar, X. (2020). Las neurociencias, una oportunidad de formación para el docente de educación física. *VIREF Revista de Educación Física*, 9(3), 116-121. <https://revistas.udea.edu.co/index.php/viref/article/view/341084>