



**EL JUEGO Y LA RECREACIÓN PARA EL APROVECHAMIENTO DEL TIEMPO
LIBRE EN TIEMPOS DE CUARENTENA**

Jorge Luis Acevedo Mora

Corporación Universitaria Minuto de Dios

Sede Calle 80

Licenciatura en educación física, recreación y deporte

Noviembre de 2020

**EL JUEGO Y LA RECREACIÓN PARA EL APROVECHAMIENTO DEL TIEMPO
LIBRE EN TIEMPOS DE CUARENTENA**

Jorge Luis Acevedo Mora

Sistematización de la práctica pedagógica, presentado como requisito para optar al título de
Licenciado en educación física, recreación y deporte.

Asesor

Diego Fernando Villamizar Gómez

Licenciado en educación física, recreación y deporte, Magister en Educación

Corporación Universitaria Minuto de Dios

UVD Calle 80

Licenciatura en educación física, recreación y deporte

Noviembre de 2020

Dedicatoria

Este trabajo de grado se lo dedico con mucho amor y cariño a dos personas especiales, la primera es a mi abuela Carmen María García Pineda, mujer Norte Santandereana que con su voluntad, tenacidad y amor por la familia pudo solventar y llenar las necesidades con las que la mayoría de las familias colombianas viven, para que no nos diéramos cuenta de las cosas que nos faltaban, sustituyéndolas con afecto y amor diario, que como muchas cabezas de hogar de nuestra natal Pamplona, nos decías que no tenías hambre para vernos comer mientras sonreías a un lado de la mesa, a esa mujer que se enfrentó a todas las adversidades de esta vida para sacar a sus cinco hijos adelante y a sus cuatro nietos, este logro es para ti mi vieja, que siempre me decías que debía ser alguien en la vida, sin saber que esa ambigüedad que mencionabas no era válida porque yo era alguien estando a tu lado y que por todas las vueltas que nos rodea esta locura de mundo no podemos estar juntos en persona pero que en espíritu siempre has sido mi fortaleza y orgullo para continuar en mi camino.

A la segunda persona que le quiero dedicar este trabajo de grado es a mi pareja Paola Andrea López Callejas, mujer Bogotana con la que coincidimos en uno de mis momentos en la vida más difíciles y que a pesar de esas adversidades le aposté a una vida conmigo, que por cosas del destino nos juntó desde el ámbito laboral pero que nos fuimos conociendo integralmente y nos fuimos encariñando uno del otro. Te lo dedico porque fuiste una impulsadora para que siguiera estudiando, para que no me rindiera, para que diera más de mí, aun sin que yo mismo me tuviera fe, viste en mí cosas que nadie más había visto y que me hiciste ver. Eres la persona amorosa, sensible y correcta que supo que palabra de aliento decirme cuando la necesitaba, que viviste momentos tristes a mi lado y que a pesar de todas las adversidades decidiste continuar con este proyecto que los dos seguimos construyendo y que quiero seguir hasta verte cumplir tus metas como ahora tú ves las mías, eres la que sabe cuánto se me dificultaban llevar el estudio y el trabajo al mismo tiempo y que supiste como acompañarme para no desistir, esta meta tan grande en mi vida se las dedico a ustedes dos, por confiar siempre en mí, por no dejarme caer nunca y secarme mis lágrimas cuando no quiera saber más del mundo, porque este logro es más de ustedes que mío.

¡Las amo mujeres de mi vida!

Agradecimientos

Muy orgulloso de poder hacer mención de todos a quienes agradezco el poder llegar al cumplimiento de esta meta tan anhelada, como lo es mi título profesional a través de este trabajo de grado, en honor a tal orgullo, deseo expresar mi agradecimiento con los siguientes: En primera instancia a mi adorada abuela Carmen García, quien fue la persona que dedico una gran parte de su vida a cuidarme, educarme y llenarme siempre de valores y metas para mi vida como tal, de segundo modo le quiero agradecer a mi compañera Paola López, quien confió en mí, desde un principio y me impulso a continuar con mis estudios y quien fue un bastón en los momentos donde apremiaba la incertidumbre y la idea de desistir. De igual modo al Colegio Madre Paula Montal, a sus directivas y docentes, quienes me impulsaron y motivaron para que surgiera como un profesional y poder seguir laborando con ellos desde un ámbito completamente educativo, también a los estudiantes y padres de familia del grado tercero A del año 2020, quienes me dieron su voto de confianza para poder sacar a delante este sistematización de las experiencias. Ya por último pero no menos importante agradecerle a la Corporación Universitaria Minuto de Dios y a las personas que este espacio, trajo a mi camino como lo fueron docentes comprometidos con su labor como la profesora Patricia Traslaviña, Angélica Quiñonez, Julián Molina, Luis Hutchinson, Karen Angulo y sobre todo a mi tutor Diego Villamizar, gestor e incentivador de continuar con mis estudios y la persona que desde la primera clase en el salón 604 de la sede principal, en la asignatura de modelos pedagógicos, me quiso encaminar en continuar explotando todas las cosas que podía realizar desde mi formación académica. De igual modo a esos compañeros de clases, que en cuatro años pasaron de ser unos desconocidos a ser unas personas con relevancia dentro de mi vida, como lo son Nicolás Saavedra, Natalia Rodríguez, Giovanni Albarracín, José Sánchez, Jairzihno López, Mario Fuquene y Jonatán García .

Solo me quedan palabras de agradecimiento a cada una de las personas acá mencionadas, sin sus actos, palabras o acciones, nada de esto se hubiera materializado. ¡Gracias!

Contenido	Pág.
Resumen	6
Abstract	7
Introducción	8
1 ABORDAJE DEL CONTEXTO	9
2 JUSTIFICACIÓN DE LA EXPERIENCIA	13
3 OBJETIVOS	16
3.1. Objetivo General	16
3.2. Objetivos Específicos	16
4 ANTECEDENTES	17
4.1. Internacionales	17
4.2. Nacionales	18
4.3. Locales	19
5 MARCO CONCEPTUAL	21
6 MARCO TEORICO	30
7 METODOLOGÍA	33
7.1 ¿Qué Es La Sistematización De La Experiencia?	33
7.2 Descripción de los participantes	35
7.3 Contexto	36
7.4 Mi presentación	37
7.5 Instrumentos de recolección	37
7.6 Categorías para investigar	38
7.7 Fases del proceso	40
8 CONTRIBUCIONES SIGNIFICATIVAS	42
9 CONCLUSIONES	52
Referencias	55
Anexos	58

Resumen

El juego y la recreación son unos factores fundamentales dentro del desarrollo cognitivo y motriz de cualquier persona, aún más en la primera infancia y la infancia como tal, lamentablemente por las nuevas tecnologías los niños y niñas en la actualidad desaprovechan su tiempo libre haciendo uso de estas herramientas para incentivar el sedentarismo. Es por esto que se ve necesario implementar unos espacios donde los niños y niñas tengan la oportunidad de desarrollar actividades que les ayuden con su aprovechamiento del tiempo libre y que sea beneficioso para su salud. Es por ello que se toma un curso del grado tercero del colegio Madre Paula Montal de la ciudad de Bogotá, donde, por la pandemia, se realizan sesiones extracurriculares de modo virtual, para que los estudiantes puedan tener un buen uso de las herramientas tecnológicas por medio de sesiones de juego, recreación y actividad física, donde puedan compartir con sus familiares mientras se deben quedar en casa por el suceso histórico que viven por cuenta de la pandemia.

Palabras clave: Juego, actividad extracurricular, pandemia, recreación y tiempo libre.

Abstract

The game and the recreation are essential elements within the cognitive and motor development of any person ; even more, in the early childhood and the childhood per se. Unfortunately boys and girls have been wasting their free time by the new technology use. At the present, those kind of technological tools are been used by our children , so have stimulated the physical inactivity.

Therefore, it's so important to implement some environments where children have the opportunity for developing activities which will help them with: use of free time and healthy benefits. Consequently, it was taken of the Madre Paula Montal school's the third grade from Bogota city. This school has been affected by the pandemic and as a result it has been carrying out extracurricular activities by virtual meetings. The suitable use of these technological tools have let that our students have the chance to take part of game's sessions, recreation and physical activities where they can share with their families while they must be at home because our historical event : the pandemic.

Keywords: Game, extracurricular activity, pandemic, recreation and free time.

Introducción

La importancia que tiene el juego dentro del desarrollo cognitivo y motriz de cualquier persona es fundamental en las edades tempranas, aún más cuando se vive una situación como la actual, donde se atraviesa por una pandemia, y donde todas las personas se deben refugiar en sus hogares sin la posibilidad de compartir con sus pares, en especial los niños, quienes se ven más afectados por dicha situación. Es por esto la necesidad de crear espacios virtuales donde ellos tengan la posibilidad de seguir jugando y divirtiéndose desde sus casas, compartiendo en familia y generando un aprovechamiento de su tiempo libre haciendo uso de los medios tecnológicos.

Esta sistematización de la experiencia permite evidenciar los aspectos positivos y negativos que puedan generar estos espacios desde la virtualidad con niños de tercer grado de un colegio del sur de la ciudad de Bogotá, además, de poder generar actividades que se puedan desarrollar desde la educación física en la modalidad virtual y que se puedan implementar en un futuro desde la presencialidad o continuar con su espacio desde las redes.

1. ABORDAJE DEL CONTEXTO

El colegio Madre Paula Montal nace en el año 1975 con la intervención de una madre escolapia llamada Victorina Calleja, quien hace parte de una comunidad de religiosas que se denominan Madres de las escuelas Pías, donde su principal labor es la de brindar educación a los niños más vulnerables, es entonces donde esta madre vio la oportunidad idónea de comenzar un proceso pedagógico con los niños del sector de San Cristóbal sur en la ciudad de Bogotá, más específicamente en los barrios Libertadores y San Rafael. Es donde se empieza la consolidación de un proceso educativo con los niños que habitaban el sector, comenzando a dar clases en las edificaciones de la iglesia del barrio a un grupo aproximado de 70 niños que variaban en sus edades, componiendo los grados de primero a tercero.

Luego de tres años de manejar este proceso escolar de esta manera, contaron con la fortuna de que el padre que llegó en el año 1978 les pudo gestionar un lote a 200 metros de la iglesia, donde se comenzaron a construir los primeros salones de la escuela, con cubículos prefabricados y con la mano de obra de los vecinos del sector y los padres de familia de los niños pertenecientes a la escuela.

En este lugar no solo se fueron construyendo las edificaciones de la escuela, si no los lazos de hermandad con la comunidad, haciendo que creciera la proporción de estudiantes, haciendo que se abrieran los cursos de toda la primaria, teniendo como primer grado transición y culminando su etapa escolar en esta escuela en quinto.

Con la ayuda de todos los allegados a la escuela, se pudo comprar un lote a siete cuadras hacia arriba de donde estaba ubicada la primaria en el año de 1990, donde se comenzaron a cimentar las bases del colegio que es hoy en día. Con la compra de este lote se inició la construcción de la edificación que duro hasta el año de 1992, donde los niños de toda la primaria se pudieron trasladar a un espacio en obra negra pero que era propio y que llenaba de satisfacción a toda la comunidad.

Para poder continuar con el proceso la Madre Victorina citaba a los padres de familia por cursos para que fueran los fines de semana a colaborar con la continuación de la construcción de su propio colegio, llegando a lograr ampliar su capacidad de recepción de estudiantes y pasando por los registros pertinentes para poder sacar su primera promoción de graduados en el año 2003, año en el cual la rectora por disposición de las directivas de la comunidad, abandona el colegio que creo y construyo con las uñas.

Es por esto que la necesidad de querer brindar una educación de calidad, generó la disposición por parte de las madres escolapias de crear un colegio de su comunidad en el sector, sabiendo que al ser privado y por las condiciones socioeconómicas de la comunidad allegada no se pudieran generar una gran cantidad de cupos, pero al manejar unos precios accesibles se pudieron abrir las puertas en el barrio haciendo que creciera la afluencia de estudiantes de una manera considerable años tras año, al punto de llegar a los ochocientos niños en total.

El colegio desarrolla una jornada única, de manera presencial, donde todos los estudiantes ingresan a las siete de la mañana, con horas clase de cincuenta minutos y dos descansos de treinta minutos cada uno; al finalizar la jornada los estudiantes de transición culminan su jornada escolar a la una de la tarde, los estudiantes de primaria a la una y quince minutos y los estudiantes de bachillerato terminan su jornada académica a las dos y quince minutos de la tarde.

Frente a las disposiciones que se manejan desde el Ministerio de Educación con el calendario, la institución educativa se recoge en el calendario A, donde se da inicio al año escolar, teniendo una semana de receso en la Semana Mayor, tres semanas de vacaciones entre el mes de junio y julio y una última semana de receso en el mes de octubre, para así culminar el año lectivo en el mes de noviembre para los estudiantes.

Ya desde su ámbito pedagógico, el colegio tiene un modelo humanista y tradicional, donde recogen el discurso de su comunidad religiosa “enseñar el santo temor de Dios, para salvar a las familias” haciendo que los estudiantes generen una empatía con el otro y se direccionen por el camino de la bondad y la ayuda hacia los demás, pero sin dejar de lado el conductismo para poder generar conocimiento en los niños y poder responder a las exigencias impartidas por los entes establecidos para los procesos académicos y sus revisiones.

Esto se puede ver enmarcado dentro del manual de convivencia, donde se identifican los direccionamientos hacia los deberes y derechos que posee la comunidad educativa para el buen desarrollo del proceso educativo, además se refleja en las faltas que no pueden cometer los niños, donde la intolerancia y la agresividad son acciones inaceptables en el colegio.

No obstante, los profesores de la institución educativa también deben cumplir con este perfil humanista y de consideración con los demás, generando espacios de diálogo e interacción pacífica entre todos los miembros de la comunidad educativa, para poder suplir la formación integral de los niños y niñas montaleanos.

Dentro de estos docentes, por supuesto entra el profesor de educación física, profesor con el que lamentablemente no contaban en la primaria hasta el año 2015, donde se pudo comenzar con el proceso motriz de los niños y niñas con alguien específico conocedor del tema, teniendo una intensidad horaria de dos sesiones a la semana por cada curso y que en bachillerato se maneja de la misma manera; dejando un docente para la primaria y otro para la secundaria.

Los espacios generados desde la educación física permitieron unos lazos de confianza entre los estudiantes y el docente de dicha asignatura, donde se pudo identificar una problemática latente en los niños de grado tercero en el año 2020, ya que lamentablemente por lo marginal de la localidad, en el colegio se presentan varios casos de niños que no reciben el apropiado acompañamiento de sus padres, ya sea por falta de interés sobre el estudiante o por los horarios laborales que no permiten que se brinden estos espacios tan importantes para la formación de los niños.

Es por esto que se decide trabajar con estos niños de tercer grado que oscilan entre los ocho a los diez años, en los que se encuentran trece niñas y doce niños, para un total de 25 estudiantes que pertenecen en su totalidad a estratos uno y dos, con los cuales se trabajó para poder suplir la dificultad por medio de actividades deportivas en horarios de contra jornada escolar y ellos pudieran generar un buen aprovechamiento del tiempo libre.

Por motivos del suceso histórico que se pasa por la pandemia generada por la enfermedad del covid-19 se tuvo que trasladar la propuesta de intervención a la virtualidad, generando espacios virtuales con los niños en las jornadas de tarde, desarrollando actividades recreativas y

lúdicas, haciendo que los tiempos fuera del contexto estudiantil y en tiempos de pandemia se vuelvan más productivos para ellos y ellas.

2. JUSTIFICACIÓN DE LA EXPERIENCIA

Dentro del colegio se comenzó a trabajar con los niños de grado tercero, niños de estratos 1 y 2, los cuales son demasiado activos, dinámicos y participativos dentro de las clases de educación física, factor que se tornó curioso ya que se evidenciaba una efusividad más de lo normal, sus edades oscilan entre los 7 a los 9 años. Al tener una observación participativa, se pudieron generar unos lazos de confianza con los estudiantes, donde en su mayoría manifestaban su agrado por las clases de educación física, ya que era el único espacio de la semana con el que contaban para desarrollar actividades físicas y recreativas, lamentablemente por horarios laborales y tiempos que manejan sus padres de familia se les era imposible desarrollar este tipo de actividades en sus hogares, lo que se determinó como un factor negativo, teniendo en cuenta que el desarrollo motriz y la recreación que deben tener estos estudiantes no se debe limitar a las que se le brindan en la institución educativa.

Al identificar que por tiempos y por falta de recursos, estos niños no tenían otro espacio para hacer actividad física y divertirse, sino solamente en clase de educación física del colegio, se estableció la implementación de un espacio en la jornada de la tarde, donde los niños escogieran el deporte que quisieran practicar, para que fueran participes de actividades extracurriculares y poder aprovechar de manera productiva el tiempo libre que estaban teniendo en contra jornada del colegio, utilizando los espacios y recursos del mismo sin necesidad de cobrar algún tipo de dinero. Además es de suma importancia que los niños en estas edades tengan un espacio donde puedan jugar, divertirse y no ver a los niños de otros salones como personas más del colegio, sino que estos encuentros permitan relacionarse y generar lazos afectivos entre todos por medio del juego y la actividad física.

Todo en mejora del bienestar de los estudiantes, porque utilizando unos espacios de recreación y actividad física, su tiempo se iba a estar aprovechando de una manera más significativa, y no en la monotonía de la actualidad, que los encierra en sus casas por cuenta de los video juegos o por medio de las plataformas virtuales, que pueden ser perjudiciales sin utilizadas en exceso y sin ningún tipo de control por parte de sus padres de familia.

Lamentablemente todo lo planeado en primera instancia se tuvo que modificar por completo por la contingencia que está viviendo el planeta a causa del covid-19, lo que hizo que todo la humanidad se volcara a sus hogares y de esta manera la educación comenzará un nuevo proceso desde la virtualidad, por ello lo planteado para el desarrollo de las actividades ya pensadas para los estudiantes también se tuvo que ver cambiada para que se desarrollara de una manera virtual y con unos parámetros dirigidos desde el juego y la recreación, ya no desde el deporte como tal, pero que a pesar de este cambio se siguió con la idea y el direccionamiento de aprovechar los tiempos libres de los niños.

A pesar del volcamiento hacia la virtualidad por parte de la educación, la implementación de la propuesta también se pudo trasladar allí, factor que un principio se sintió que no se iba a poder desarrollar de manera factible, por lo que implicaba que los niños se conectaran en horas de la tarde, por una video llamada, después de un día de clases desde la misma dinámica. Pero no fue así, ya que el mismo confinamiento hiciera que los niños sintieran la necesidad de realizar algún tipo de actividad que los sacara de su cotidianidad, es por esto que el recibimiento y la acogida fue la mejor; haciendo de los espacios, momentos gratificantes tanto para los niños como para el docente, hasta llegar al punto de hacer la solicitud de realizar los espacios más veces por semana.

Lo gratificante que tiene el hecho de poder transformar la realidad de un grupo de niños es de las experiencias más significativas de cualquier docente, poder en tan poco tiempo establecer unos lazos de afectos tan grandes y saber que generaron confianzas hacen sentir que se hicieron muy bien las cosas, a partir de lo construido y de la oportunidad de continuar laborando en esta institución, se continuará con el proceso del aprovechamiento del tiempo libre, no solo por el hecho de que los estudiantes lo pidieron si no porque son espacios que me llenan a sus interventores, que satisficieran a cualquier docente y que ayudan a seguir construyendo cosas positivas en las juventudes desde la educación física. Además, que se pueda seguir contando con estos espacios desde la presencialidad, ya que no solamente se ve necesario que los niños y niñas tengan estos encuentros por lo sucedido con la pandemia, sino que se pueda perpetuar para que se sigan forjando estos lazos de amistad y compañerismo entre ellos desde la practica en el patio.

3. OBJETIVOS

a. Objetivo General

- Analizar la experiencia motriz relacionada con el juego en las actividades extracurriculares en tiempos de pandemia.

b. Objetivos Específicos

- Describir las ventajas y las desventajas del desarrollo del juego motriz en la virtualidad.
- Identificar los beneficios obtenidos de parte de los estudiantes en el desarrollo de las actividades extracurriculares.
- Plantear actividades pedagógicas basadas en el juego motriz en tiempo de pandemia.

4. ANTECEDENTES

Dentro de las distintas disciplinas que componen la academia, varias han tenido la oportunidad de indagar, investigar y consultar frente a los diferentes temas abordados en esta sistematización de las prácticas pedagógicas y es de suma importancia tenerlos y tenerlas en cuenta para poder tener un abordaje más amplio de lo realizado.

a. Internacionales

Como primera instancia se va hacer mención un estudio realizado en la universidad de Chile, llamado “Taller de Física Cuántica: un Método para Introducir Conceptos Fundamentales en una Actividad Extracurricular”, realizado por Claudio A. Faúndez, Yazmina G. Rojas, Angela A. Pinto y Hernán F. Astudillo; donde a los estudiantes del pregrado en licenciatura en física se les brindaron talleres extracurriculares de física cuántica en el año 2015, donde con clases constructivistas los estudiantes pudieron generar un aprendizaje significativo en el tema abordado, demostrando que las actividades extracurriculares generan un gran impacto en la adquisición de conocimientos. De igual modo, como se refleja en los niños que van a destinar su tiempo desde la extracurricularidad para el aprovechamiento del tiempo libre de esta sistematización y que se tiene como un factor positivo dentro de su proceso, tanto motriz como psicológico.

Además en España se realizó otro estudio denominado “Análisis de los motivos para practicar o no actividades físicas extracurriculares y su relación con el auto concepto físico en estudiantes chilenos” efectuado por Leandro Navas y José Antonio Soriano en el año de 2016, donde tomaron una población de 1773 estudiantes de diferentes colegios y edades, haciéndoles en primera instancia una encuesta frente a sus hábitos de ejercicio, encontrando que la gran mayoría no los realizaba por falta de motivación y desinterés, los pocos que lo hacían era por salud o simplemente diversión. En cuanto a la intervención realizada se pudieron generar espacios extracurriculares de realización de actividad física para que los estudiantes pudieran participar, haciendo que se presentaran una afluencia del 63% de los participantes y evidenciando que los espacios abiertos desde lo extracurricular pudieron generar buena acogida por parte de los estudiantes.

Desde el ámbito del juego se puede tomar la investigación realizada en la universidad de Pablo de Olavide y la universidad de Sevilla en el 2018, llamada “Teorías sobre el juego y su importancia como recurso educativo para el desarrollo integral infantil” realizada por José Alberto Gallardo López y Pedro Gallardo Vázquez donde se buscó identificar la importancia del juego como recurso educativo para el desarrollo integral infantil, encontrando como resultado que los infantes por medio del juego pueden desarrollar sus capacidades físicas y cognitivas, incrementar sus motivaciones y emociones; además de desenvolver su imaginación y creatividad desde la comunicación y la socialización con su entorno, es entonces donde se evidencia la importancia del juego para los niños. Factor que ratifica la importancia del juego dentro de las personas y aún más en las edades tempranas, quienes son las que más aprovechan estos juegos y los ejecutan de una manera más productiva para sus cuerpos.

b. Nacionales

Ya a nivel de Colombia en la Institución Educativa Joaquín González Camargo de Sogamoso, Boyacá se realizó un estudio en el año 2006 llamado “La enseñanza de la astronomía como actividad extracurricular en la educación básica” ejecutado por Sierra Orduz, Vega Vargas y Pacheco Serrano, que intervinieron a estudiantes de grado noveno, decimo y once para que en horario extracurricular pudieran realizar talleres y conceptualización de astronomía, haciendo de estos espacios un foco del aprendizaje y del agrado de los estudiantes, generando que la astronomía tome aún más fuerza desde su transversalidad en dicha institución. Generando un foco de atención en estudiantes desde espacios distintos a los de clase como tal, con los mismos grupos de personas y que se encuentren para el desarrollo de nuevas actividades que les van a servir tanto a nivel personal, convivencial y académico sin importar los rangos de edad.

Por otro lado en la universidad en la universidad de Caldas, los docentes Isaías Tobasura Acuña, Claudia Jurado Alvarán y Claudia Montes, hicieron un trabajo de investigación en el 2009, al comprender que los estudiantes de educación superior de dicha universidad, no contaban con el tiempo necesario para poder cumplir académicamente con las exigencias que pide la universidad, es por esto que realizaron su investigación denominada “Los grupos extracurriculares en agronomía de la Universidad de Caldas (Colombia): 1970-2006: de la efervescencia política a la formación científica” donde se pudieron establecer que gracias a estos

espacios, los estudiantes de los diferentes pregrados con énfasis en formación científica, tuvieron la posibilidad y capacidad para poder responder activamente en cada uno de sus compromisos académicos, adecuando sus tiempos y sus cargas para el buen desempeño integral de los estudiantes.

Además desde el juego, se evidenció la importancia del mismo, dentro del desarrollo motriz de niños de grado preescolar de la institución educativa ex alumnas de la presentación de Ibagué – Tolima, donde los hermanos Diana Carolina Santamaría Varón y Jorge Andrés Santamaría Varón, denotaron por medio de su investigación: “La importancia del juego en el desarrollo motriz del niño en la edad preescolar de la institución educativa ex alumnas de la presentación de Ibagué – Tolima” realizado en el 2016, que los niños que oscilan entre los cuatro a los seis años, deben tener un desarrollo motriz óptimo y una de las herramientas fundamentales es el juego, por el cual ellos pudieron ejecutar una gran cantidad de sesiones desarrollando varios juegos, en donde el desarrollo motriz se vio beneficiado gracias a esta práctica elemental.

c. Locales

Desde Bogotá se puede encontrar el estudio realizado por Francisco Javier Baquero Sierra, profesor de la universidad del Rosario, quien en el año 2019 realizó una investigación en donde evidenció la importancia de los deportes en horarios extracurriculares en un colegio femenino para la permanencia de las estudiantes y así bajara el índice de deserción de las mismas, este estudio lo llamo: “Deportes infantiles y juveniles extracurriculares y la permanencia escolar en un colegio femenino de Bogotá”, donde efectivamente al crear unos espacios para el encuentro de las niñas, por medio de deportes, se crearon lazos de fraternidad, generando que las niñas quisieran y desearan continuar en la institución para poder continuar con estas actividades extracurriculares.

Además los educadores físicos Javier Enrique Barrera Ronderos y Cristian Ricardo Becerra Ballén, de la universidad Pedagógica Nacional, realizaron un trabajo de investigación en el 2016 en un colegio al sur de Bogotá llamado colegio el porvenir sede B, donde se enfocaron en el juego como uno de los pilares fundamentales para la construcción del esquema corporal, dicho trabajo se denominó “incidencia del juego pedagógico en la construcción del esquema

corporal”, investigación que arrojo resultados completamente positivos frente a la población intervenida, donde se refleja la importancia del juego como una herramienta pedagógica para el desarrollo de todos los aspectos de los niños.

5. MARCO CONCEPTUAL

El marco conceptual: “Está compuesto de referencias a sucesos y situaciones pertinentes, a resultados de investigación, incluye, por tanto, un marco de antecedentes, definiciones, supuestos, etc.” (Ortiz, 2011, p.4)

Además se puede definir como “un conjunto de definiciones, teorías, conceptos, sobre los temas que estructuran el desarrollo de la investigación y que sirven para interpretar los resultados que se obtengan del trabajo realizado en campo” (Aula Fácil, 2014, p.1).

Es importante resaltar que este marco conceptual pretende exponer y argumentar la visión de diversos autores frente a la sistematización realizada, con el fin de sustentar y compactar este proceso desde los conceptos de juego, pandemia y actividad extracurricular.

Juego

El juego se puede definir como la práctica realizada por la mayoría de los seres vivos, que en el caso de los humanos, es un proceso que se da de forma inherente y natural desde la primera infancia, sin embargo en muchas ocasiones no se le da la importancia que requiere, incluso la mayoría de las personas no le encuentran ningún fin frente al desarrollo humano, aparte del de la diversión; esta práctica, es una de las actividades más antiguas realizadas por el hombre y los animales, que permite el desarrollo de identidad, además del fortalecimiento de capacidades físicas y cognitivas que en muchos casos no se es consciente de lo que se está potenciando.

Desde esta perspectiva, el juego se desarrolla desde un aspecto individual y colectivo, ya que permite al individuo desenvolverse desde su propia identidad, además de socializar y relacionarse con los demás, por tanto este emerge dentro del ser humano y el animal como una conducta frente algún tipo de acción como lo menciona Huizinga (1938): “Los animales juegan, lo mismo que los hombres” (p.11), es por esto que la interacción con los demás también nace de la necesidad de socializar y poder desarrollar cualquier tipo de acción que permita las relaciones interpersonales, en este sentido el juego permite el reconocimiento desde un espacio dirigido para el fortalecimiento de destrezas, habilidades y el desarrollo de habilidades sociales,

comunicativas e integrales del ser, además de la competencia, diversión y por supuesto el aprovechamiento del tiempo.

Desde los principios de la existencia se ha evidenciado la necesidad de interactuar con entorno por medio del juego, siendo imaginario en primera instancia en la infancia, pasándolo a unos juegos de suerte mientras va creciendo la persona y con los años que van pasando, el sujeto siente más atracción por los juegos de competencia y de vértigo como los clasifica Caillois (1967).

Además, por medio del juego se han podido establecer unas dinámicas culturales que hacen parte y esencia de nuestra sociedad actual, ya que con ellas se cimentaron varias prácticas que hoy en día siguen vigentes en nuestra cotidianidad como lo son los populares juegos de las canicas, los bolos criollos, el tejo, la rana, el trompo, la coca, entre muchos más que hacen sentir a los participantes miembros de algo completamente propio como lo menciona Huizinga:

Parece obvio que la conexión entre cultura y juego habrá de buscarse en las formas superiores del juego social, en las que se nos presenta como actuación ordenada de un grupo o de una comunidad o de dos grupos que se enfrentan. El juego que el individuo juega para sí solo, en muy limitada medida es fecundo para la cultura. (Caillois, 1967, p 68)

Es entonces donde el juego se debe identificar como una herramienta fundamental dentro de todo ser humano, sea para su desarrollo social, cognitivo, afectivo o cultural donde se puede encontrar con una autovaloración de quien es el sujeto, con que se identifica, que le llama la atención y que puede aprender a través de su práctica.

Es por esto que se debe tener en cuenta la práctica de todo tipo de juegos en la primera infancia de las personas, ya que desde allí se pueden realizar una serie de perfilamientos para poder entender y comprender en lo que el niño se le denote más ventaja y en las particularidades donde presente algún tipo de falencia para poder desarrollarla y potenciarla, desde cualquier ámbito en el que se le pueda identificar dichas aptitudes.

Por esto el juego en los centros educativos se debe ejecutar de manera constante y repetitiva sin que interese la asignatura que se esté desarrollando, ya que esto va a permitir un aprendizaje significativo del niño y además una interacción con el entorno y sus compañeros de clase, haciendo un ejercicio de sociedad desde las aulas.

Es entonces donde se le debe dar una importancia al juego en todos los aspectos del ser humano, ya que es algo natural, que ayuda a la socialización de la persona, que desarrolla capacidades y habilidades físicas y cognitivas, permite la interacción entre sujetos, ayuda al aprendizaje significativo de los niños, potencializa la expresión corporal, desarrolla la creatividad y la imaginación, reconoce a la persona y por último y no menos importante, la diversión que genera la aplicación de todos los juegos en general.

Pandemia

Durante el pasar de los años, la humanidad ha vivido varios sucesos históricos en muchos aspectos, uno de ellos han sido las pandemias, que según la RAE (s.f.) es una “enfermedad epidémica que se extiende a muchos países o que ataca a casi todos los individuos de una localidad o región.” como es el caso que aqueja en este momento, donde por una enfermedad llamada covid-19 se tuvieron que cambiar las realidades de todas las personas.

Así mismo este virus generó una cotidianidad que ninguna persona esperaba y ni que estaba preparada para vivir, evidenciando unas coyunturas significativas en muchos aspectos, uno de los más enfáticos fue el del distanciamiento de la población y del encierro en cada una de las casas de toda la población. Además porque no se tuvieron unos protocolos viables dentro de las diferentes naciones para poder salvaguardar, desde todos los aspectos, a toda la población, ya que no se dimensionaban las afectaciones tan grandes que se iban a tener.

Desde una mirada más amplia la pandemia vista por la Organización Mundial de la Salud es:

Se llama pandemia a la propagación mundial de una nueva enfermedad.

Se produce una pandemia de gripe cuando surge un nuevo virus gripal que se propaga por el mundo y la mayoría de las personas no tienen inmunidad contra él. Por lo común, los virus que han causado pandemias con anterioridad han provenido de virus gripales que infectan a los animales. (OMS, 2010)

Es entonces donde nuevamente los seres humanos se tuvieron que acostumbrar a vivir en un entorno diferente y nuevo, donde se abrieron las oportunidades para que entraran las nuevas tecnologías a abarcar la mayoría de las acciones y que a la vez cerró el sesgo de las comunidades menos favorecidas para poder continuar con su sobrevivencia habitual.

Pero, ¿qué consecuencias puede dejar un acontecimiento como este en la sociedad?, es la pregunta que se realizan muchas personas, por lo que en Argentina se realizó un estudio, a una parte de la población, acerca de los sentimientos que están viviendo en medio de la pandemia, teniendo como resultado:

Nuestros resultados señalan una alta incertidumbre y miedo de la población estudiada en relación al COVID-19. Similarmente, en la India, un estudio destaca el alto porcentaje de personas que expresaron preocupación e incertidumbre frente al COVID-19 (80%) y un porcentaje aún mayor que señala la necesidad de contar con apoyo profesional para reducir el impacto en su salud mental. (Jhonson, Saletti y Tumas, 2020)

Es entonces donde surgen más dudas frente a lo que pueda repercutir en la sociedad como era vista antes de este suceso histórico y como se vayan a desarrollar las dinámicas que se venían trabajando dentro de la sociedad. Es necesario tener una claridad, y es que nada va a ser como se tenía en la memoria, las nuevas normalidades vendrán acompañadas de nuevos paradigmas, nuevos retos y nuevas formas de socializar; pero que hay que tener la salvedad y es que una de

las cosas que se continúan con su misma esencia va ser el juego, así se desarrolle de manera virtual, presencial, grupal o individual.

No es la primera pandemia por la que está pasando la humanidad, ya nuestros ancestros tuvieron que vivir algunos de los momentos más crudos por enfermedades que llegaron sin previo aviso y dejando secuelas irreversibles para la sociedad, como lo fue el tifus entre 1812 a 1900, enfermedad creada por la picadura de los piojos y que provocaba un sarpullido por todo el cuerpo, fiebre a muy altas temperaturas y por último la muerte de la persona, causándole la muerte a más de cuatro millones de seres humanos. Por otro lado otra pandemia que acogió al planeta fue la gripe española, que 1918 y en plena primera guerra mundial cobró la vida de más sesenta millones de personas, por lo que marco una generación completa, donde toda persona conocía a alguien que había muerto por esta enfermedad. Ya por último una de las pandemias que más se ha escuchado en la actualidad es la de la peste negra, ocurrida en 1347, donde una enfermedad que se establece que fue adquirida por animales, mató a más de 75 millones de personas alrededor del mundo.

Estas pandemias, a pesar de sus diferencias en épocas y en impacto a la humanidad, tienen como similitud el hecho de que la sociedad no ha estado preparada para asumir un momento como estos, aun en la actualidad, con todas las herramientas con las que se cuenta, no se pueden generar parámetros para poder solventar una nueva enfermedad, que de a poco cambie la forma de vivir y que terminara por ser parte de la cotidianidad de la humanidad. En todos los ámbitos laborales se tienen que modificar las rutinas, como lo es la educación y el papel del profesor, el cual pasó a ser un sujeto regido por un dispositivo electrónico y por el cual debe dar sus explicaciones para que los estudiantes puedan interpretar esta información y volverla

conocimiento, un reto amplio y que se asume con todas la dificultades que trae un país de tercer mundo como lo es Colombia.

Actividades extracurriculares

Dentro de todos los centros educativos se manejan unos horarios establecidos para que los estudiantes tengan la oportunidad de recibir sus cargas académicas, según la comodidad horaria de la comunidad educativa, dentro de este rango de tiempo se reciben las diferentes asignaturas dadas por el colegio, con los espacios respectivos para los recesos de los estudiantes, pero además se necesitan otros espacios para los estudiantes, en los cuales se puedan relacionar entre ellos desarrollando otro tipo de actividades aparte de las académicas, es allí donde se ejecutan las actividades extracurriculares, para que los jóvenes desarrollen las actividades, que el colegio o entidades externas, les puedan ofrecer y que sean de su agrado.

Además como lo menciono Fingermann:

Se conocen como actividades extracurriculares a aquellas que no se circunscriben estrictamente a los programas curriculares vigentes, sino que son una apertura a las necesidades culturales, deportivas o artísticas de la comunidad, abriendo la escuela al mundo y sus necesidades presentes. En general, son un valioso complemento de las actividades curriculares, y un lugar de encuentro sano y seguro, para dar un fin útil a las horas de ocio o no aprovechadas, en pos de la formación integral del educando, como ser individual y social. (Fingermann, 2010)

Es por esto la necesidad de generar estos espacios para que los estudiantes se reconozcan y reconozcan al otro por medio de actividades que les llama la atención entre ellos y que se están dando dentro del mismo entorno, aún más si se pasan tiempos como el actual, donde la pandemia alejóa todos y todas de sus semejantes, cortando de raíz los vínculos que se venían trabajando en la antigua cotidianidad.

Se denota la importancia de estos momentos para todos los estudiantes, ya que el colegio debe ser un entorno en el cual se desarrollen actividades lúdicas y recreativas, además de las académicas como lo hace saber Antonio Guerrero en su estudio “Las actividades extraescolares y la innovación pedagógica como propiedades de la organización escolar y su incidencia en el aprendizaje escolar. Estudio de casos”:

A todas aquellas prácticas de enseñanza, de carácter lúdico (que tienen como *leit motiv* la diversión), recreativo (dirigidas al disfrute del ocio o a la práctica del ejercicio físico), instructivo (que tienen la pretensión de enseñar algunas habilidades, aficiones, conocimientos o destrezas) y formativo (consistentes en la difusión y adopción de unos valores sociales, culturales y éticos), cuya elección y desarrollo pertenecen a la autonomía propia de las organizaciones escolares y, por tanto, no se contemplan expresamente en el currículo oficial; y se llevan a cabo utilizando procedimientos y estrategias significativamente diferentes a los utilizados en las experiencias cotidianas de enseñanza y aprendizaje en las aulas.(Guerrero, 2006)

Recalcando de este modo todo lo que se puede generar a través de estas actividades extracurriculares, donde los estudiantes pueden generar unos lazos afectivos importantes entre ellos, haciendo que esto sea otro factor positivo, tanto para ellos, como para los docentes y las instituciones educativas; ya que con ello se garantiza una permanencia de los mismos en todas las actividades planteadas.

Recreación

Se puede decir que la actividad física ha hecho parte del ser humano desde siempre, incluso las sociedades primitivas practicaban en su diario vivir tareas como la pesca, la caza, la recolección, entre otras acciones que permitían el fortalecimiento de su desarrollo motriz, claramente dichas actividades no tenían por objetivo potenciar este aspecto, pero sin embargo practicaban a diario para ser mejores; por ello es evidente que la educación física es inherente al

ser humano, tal y como lo argumenta el Ministerio de educación Nacional en su documento, serie de lineamientos curriculares de la Educación Física, Recreación y Deportes:

Como práctica social y cultural, es inherente a la naturaleza humana para la supervivencia, adaptación, desenvolvimiento y transformación de las condiciones de vida en una interacción inseparable con el medio, a través del movimiento corporal y sus múltiples manifestaciones. En esa interacción se producen prácticas, técnicas y usos del cuerpo, formas de vida, convivencia y organización social, determinadas por las características de cada cultura. (p. 16)

Para el siglo XIX se incorpora la educación física a las escuelas y es allí donde inicia la visibilización e importancia de la actividad física pero se desconocía de otro factor fundamental que le hacía falta al ser humano como lo era la recreación. Pero que es la recreación y que papel cumple dentro de la actualidad, son las preguntas que muchos educadores físicos se hacen al enfrentar este tema, ya que estamos en el básico ejemplo de decir que la recreación es jugar por jugar o el simple hecho de pasar un rato agradable con mis pares, pero no es así; la recreación cuenta con un papel indispensable dentro del desarrollo del ser humano ya que se considera un factor inherente para la salud tanto física y mental de quien la ejecuta.

Es por esto que hoy en día se considera la recreación un ámbito ligado al deporte y la actividad física por su bienestar que le da al cuerpo de manera directa, además de que le permite al sujeto unos espacios de interacción con los demás, de esparcimiento de su diario vivir y de explotar sus capacidades físicas y mentales de la manera más saludable posible como lo menciona el ministerio de educación nacional:

Desde un punto de vista integrador del área se concibe, como unidad, como proceso permanente de formación personal y social, cuya esencia es el sentido pedagógico en función del desarrollo humano. No se trata de un currículo que comprenda de manera aislada el deporte y la recreación pues desde el punto de vista educativo, ellos son pilares y se integran en la educación física. A ella corresponde ubicarlos unas veces como medios, otras como fines, otras como prácticas culturales. Por lo tanto cuando se habla de educación física, desde la perspectiva de formación humana y social, están contenidos el deporte y la recreación, si bien cada uno puede jugar funciones distintas en el proceso de formación. Mientras que la recreación es un principio esencial, permanente y fundante de la educación física, el deporte es una práctica cultural que puede caracterizarse como medio o como fin, de acuerdo con el contexto y el significado educativo que se le asigne.(p. 6)

Es por esto que desde la educación física debemos resaltar y darle la importancia que merece la recreación, no solo como eje fundamental en la construcción de conocimiento, si no como herramienta útil para el enamoramiento hacia la actividad física de las nuevas juventudes apaciguadas por los medios tecnológicos que no les permiten la interacción con el otro y de la formación de nuevas generaciones sociales y culturales basadas en el respeto y la tolerancia para una sana convivencia.

6. MARCO TEORICO

El juego ha sido una herramienta dentro del desarrollo social, cognitivo, físico y cultural de cada una de las personas que lo ha ejecutado, haciéndolo así un factor fundamental dentro del proceso de quien lo practique. Aún más en las edades tempranas donde los niños y las niñas se permean de una manera significativa por su alrededor y todo lo que el juego les brinda, haciendo que todo lo que pueda aprender, recibir, interpretar y analizar lo pueda trasladar a otros espacios de su cotidianidad.

Es por esto que el juego es lo más serio que puede existir, porque a través de él, se pueden generar cualquier tipo de aprendizajes y momentos de regocijo y alegría para quien lo practica, no hay necesidad de establecerlo con reglas claras o con el simple hecho de no contar con el razonamiento, como lo hacen los animales para sentir que el juego hace parte de su ser, así lo ratifica Huizinga (1971), donde concibe al juego como algo tan arraigado para los seres vivos, que sin necesidad de su especie lo puede ejecutar de la manera más natural posible.

Acá es donde entra lo divergente, de con qué fin cada persona realiza o ejecuta un juego, por la diversión, por el desahogo de adrenalina, por la simple naturaleza, por la competencia o por solo responder a un círculo social o una cultura que lo ha encaminado a su práctica, pero sin importar la causa de su desarrollo, el juego siempre debe estar presente en la cotidianidad de toda persona. Desde la educación física esta actividad se puede tomar como un espacio para determinar ciertas conductas o comportamientos de los niños, como lo referencia Huizinga (1971):

Su objeto es, pues, el juego como una forma de actividad, como una forma llena de sentido y como función social. No busca los impulsos naturales que condicionarían, de una manera general, el jugar, sino que considera el juego, en sus múltiples formas concretas, cómo una estructura social. Huizinga (1971).

Es donde se puede tomar como referencia el comportamiento de cada uno de los sujetos dentro del desarrollo del juego, analizando su participación y como esta influye dentro del mismo, además, de cómo el sujeto vive y siente el juego, si solo es por desarrollar la actividad o si esta ejecución está teniendo un impacto dentro de la persona, esto permite identificar los papeles en los que se desenvuelve cada uno de ellos y de ellas para poder hacer un balance o una transición a las realidades y como se pueden comportar en su cotidianidad, respondiendo a la frase popular y coloquial que dice que “en el juego y la bebida, se conocen en realidad a las personas”.

Lo anteriormente mencionado desde el aspecto social, cuya importancia es relevante desde la educación física para poder lograr identificar y perfilar niños y niñas para que se desenvuelvan desde el ámbito que más les agrade y les favorezca dentro de la sociedad, consiguiendo así, de una manera fácil, a unos líderes natos; pero también el juego para la educación física es una herramienta para el desarrollo de habilidades motrices básicas y para el aprovechamiento del tiempo libre, como es el caso de esta sistematización de las experiencias, ya que el desarrollo de juegos desde la presencialidad se tuvo que volcar a la virtualidad para que los niños y niñas no perdieran la rutina de la diversión desde las clases de educación física.

Pero el juego no se puede no se debe enfrascar en lo que le brinde o le proporcione desde la educación física, al juego se le puede dar otra mirada desde varios puntos de vista, desde la competencia, desde el azar, desde la imaginación, desde la percepción, desde la cooperación, entre otras muchas clasificaciones. El juego puede ser visto, percibido y relacionado de muchas formas, para ello se puede encontrar un autor que las define en cuatro como lo es Roger Caillois (1997): Agon, mimicry,ilinx y alea.

Cada una de ellas tiene unas caracterizas y unas particularidades dadas por el autor, en primera instancia la clasificación de agón está identificada por ser juegos de fantasía, de proeza de oposición y apoyo; en donde se crea una igualdad de condiciones con el fin de que haya un solo vencedor, esto con el fin de crear rivalidad en torno a una cualidad que identifique a todos los participantes. En segunda instancia esta la clasificación de mimicry o simulacro, en que la actividad de interpretación e imaginación es un espectáculo simulado libertad suspensión del espacio tiempo delimitados, tratando de cambiar la apariencia conductas que se dan tanto en los

niños como en los adultos en el caso de una interpretación que vuele en la imaginación de los participantes.

La siguiente categoría planteada por Caillois es la de *ilinx* donde se evidencia la estabilidad, la percepción, la conciencia y los nervios de lo incierto con el factor del vértigo por lo realizado, donde el objetivo es superar cada obstáculo que se plantee en el juego y para ellos es esencial agudizar los sentidos y que los participantes tengan una pequeña desconexión con lo que los rodea y de sus cotidianidades para poder tener un momento de adrenalina dentro del juego. Por último, la categoría que cierra la teoría del autor es la de *alea*, que son todos los juegos que se recogen por el azar, la incertidumbre y por factores externos que no permiten que las habilidades de los jugadores tengan cabida dentro de este juego.

Todas estas categorías que encierran en grueso modo a lo que se puede realizar en los juegos, fueron encontradas de una manera directa y algunas veces indirecta dentro de la ejecución de las sesiones de esta sistematización de las experiencias, siempre al desarrollar cualquier actividad que tuviera un juego implícito se trataba de que los niños y las niñas tuvieran un espacio de diversión pero con un trasfondo para ellos, sea de aprendizaje, de competencia, de incertidumbre o cualquier factor que viniera permeado por el juego, es por esto que se decidió hacer juegos para ellos, para poder implantar en cada uno un amor para desarrollar estas clases sin importar por las situaciones que se estaban pasando a nivel personal, familiar o mundial.

Es entonces donde el juego se vuelve una herramienta fundamental dentro de las clases de educación física para el desarrollo de dichas clases, pero cuando se tiene en otros espacios como lo son unas actividades extracurriculares para el aprovechamiento del tiempo libre en tiempo de cuarentena, es donde se le da un plus adicional para que sea visto y realizado de una manera más gratificante y productiva para las personas, en este caso en particular, para los niños y niñas. El juego como actividad espontánea, o dirigida, o reglamentada, o fugaz, o efímero, siempre va a contar con unos resultados positivos y alentadores sin importar la persona que lo dirija y muchas más para las personas que lo realicen.

7. METODOLOGÍA

a. ¿Qué es la sistematización de las experiencias?

Este trabajo aborda y se centraliza desde una sistematización de las experiencias, pero lo en lo que se puede encerrar en este término, es como el hecho de poder recopilar de una manera ordenada cada una de las vivencias realizadas en un espacio determinado, como lo es el caso de este documento, las experiencias realizadas en una institución educativa como practicante de una licenciatura, pudiendo recoger, analizar y sintetizar dichas vivencias para poder plasmarlas de manera escrita y poder generar un impacto en la comunidad trabajada y en los lectores de este trabajo.

Esta sistematización se puede realizar desde lo positivo o lo negativo, todo con el fin de poder establecer todo lo vivenciado dentro del ejercicio y que este sea provechoso para poder continuar con su ejecución, o por el contrario, sirva para realizar una serie de correcciones sobre lo hecho para dejar un precedente y se mejore lo ejecutado para futuras generaciones. La sistematización debe ser transparente y verídica para que los resultados arrojados sean tangibles y de uso para cualquier tipo de indagación frente al tema abordado.

Toda esta transcripción de lo empírico al papel acarrea un esfuerzo significativo por parte de su autor, ya que el poder transformar en palabras lo que se pudo lograr con una determinada población es algo, tanto significativo, como dispendioso; es por esto la importancia de que cada uno de los detalles, así sea el más mínimo, se debe mencionar para poder transmitir lo que la persona pudo plasmar dentro de ella misma realizando todo este proceso.

Además todas las sistematizaciones de las experiencias que se puedan realizar tienen un connotación grande dentro de su contexto social, ya que el hecho de poder contar las historias y las vivencias desde las entrañas de estas comunidades, permite dar una visión más clara a los lectores frente a lo que puede estar sucediendo a sus alrededores que sin que se percaten de ello, esto debe ser realizado con el mayor tacto y respeto posible por las personas intervenidas, para no llegar a herir susceptibilidades o se llegue a tergiversar la información y no sea claro el mensaje que se quiera transmitir.

Pero el concepto de sistematización no se abarca en lo acabado de mencionar, ya que todavía se está definiendo y cambiando como lo menciona el escritor Oscar Jara: “Por ello, al ser la sistematización de experiencias un concepto y una propuesta tan enraizada en nuestra historia, no podemos entenderla ni asumirla sino dentro de este marco común y sus desafíos” (Jara, 2018)

Es por esto que el aporte que cada persona que sistematice sus experiencias brinde, es de suma importancia para la complementación de tan grande concepto, ya que cada una de las vivencias habla y expresa situaciones completamente distintas que se pueden recoger en una sola conceptualización, para así poder seguir acrecentando lo que se pueda brindar a las personas que en un futuro van a continuar con sus sistematizaciones.

Esto en el marco de que todo lo vivido por cada persona se percibe de una manera distinta como se referencia:

Una experiencia está marcada fundamentalmente por las características de sus protagonistas: los hombres o las mujeres que las viven. Así, las personas vivimos las experiencias con expectativas, sueños, temores, esperanzas, ilusiones, ideas e intuiciones. Las personas somos las que hacemos que ocurran esos procesos complejos y dinámicos, y esos procesos, a su vez, nos marcan, nos impactan, nos condicionan, nos exigen, nos hacen ser. Las experiencias son individuales y colectivas a la vez, las vivimos y nos hacen vivir; somos seres humanos en cuanto vivimos cotidiana y socialmente experiencias de las que somos sujetos y objetos al mismo tiempo. (Jara, 2018)

Entonces todo lo que se sistematice aportó, aporta y aportará a la construcción de un nuevo conocimiento y una nueva visión de cada uno de los contextos abordados, para así tener un poco más de conciencia de nuestro alrededor para seguir con la motivación de investigar más, de lo que no se percibe como importante y que es necesario que la gente y los lectores conozcan.

b. Descripción de los participantes:

Los sujetos que participaron en esta investigación en esta sistematización de la experiencia fueron veinticinco estudiantes de grado tercero de primaria de un colegio privado ubicado en la localidad de san Cristóbal sur, del barrio San Rafael, niños que sus edades oscilan entre los siete a los nueve años, encontrando a dos estudiantes con siete años, quince con ocho y ocho con nueve años; este grupo se compone de trece niñas y doce niños, con los cuales ya se contaba con un trabajo previo con la mayoría desde el grado de transición, por lo que facilito el proceso con estos estudiantes.

En esta edad los niños presentan una desaceleración de su crecimiento físico como lo menciona Papalia (2017):

Durante la niñez media, la velocidad del crecimiento se reduce de manera considerable. Sin embargo, si bien los cambios que ocurren día tras día no son tan evidentes, su suma establece una diferencia sorprendente entre los niños de seis años, que todavía son pequeños, y los de 11, muchos de los cuales empiezan a parecerse a los adultos. (Papalia 2017, p. 284)

De igual modo el desarrollo de los juegos se vuelve de una manera muy informal y cuando se organizan, lo hacen de una manera espontánea, dividiéndose de manera significativa por géneros, ya que los niños se inclinan por los juegos que involucren la actividad física, mientras que las niñas se inclinan por los juegos donde tengan una comunicación más constante y con voces fuertes para ser escuchadas por sus compañeras.

Además, se puede rescatar que en este rango de edad los niños ya tienden a razonar para tomar sus decisiones y a pensar mentalmente las respuestas que pueda generar por medio de una pregunta, esto les permite poder tener más claridad frente a las acciones que realizan y poder empezar a generar unas dinámicas nuevas dentro del desarrollo de los juegos y las actividades lúdicas.

Por parte de los padres y madres de familia, a quienes se les pudo realizar la entrevista, sus edades oscilan entre los 28 a los 49 años, encontrando acudientes con edades de 28, 29, 30, 38, 45, 47, 49 y dos personas con 44 años; teniendo como resultado un grupo etario bastante distinto, desde el aspecto socio económico todos pertenecen al estrato 2. Su formación académica se encuentra entre el bachillerato por cuenta de tres personas y el tecnólogo de conformado por cuatro personas, teniendo un solo caso de una acudiente que es profesional.

c. Contexto:

El lugar donde se desarrolló esta sistematización de la experiencia fue el colegio Madre Paula Montal, una institución educativa de carácter privado, ubicado en el sur oriente de la capital colombiana, en la localidad de San Cristóbal, exactamente en el barrio San Rafael, el barrio más alto de Bogotá, donde por su ubicación geográfica y marginalidad, se establecen comunidades de estrato uno y dos; que en la mayoría de los casos, hacen un esfuerzo grande para poder tener a sus hijos e hijas en un colegio privado.

Este colegio pertenece a una comunidad de religiosas españolas denominadas las hermanas Pías, que profesan y veneran los valores de la santa, Madre Paula Montal, que a su vez le seguía los pasos al santo, José de Calasanz, que su vocación era enseñar a los niños más vulnerables de su época; comportamiento que la Santa Paula lo replico en Arenis de Mar pero con las niñas, haciendo que su legado perdure hasta la fecha, contando con tres colegios en Bogotá, uno en Chía y dos en Medellín, generando unos lazos y una comunidad bien grande y fuerte que tienen como único fin, el de educar a los niños de una forma privada pero asequible para los más necesitados.

Por esto la comunidad cuenta con una gran acogida por parte del sector, haciendo que el colegio tenga una gran fluidez de estudiantes y que ellos sientan un cariño y un aprecio por la institución, donde por generaciones de familias han pasado por sus estructuras, sabiendo que la formación, tanto académica como convivencial es de excelente calidad, siempre en pro de la formación de sujetos integrales para la sociedad.

d. Mi presentación:

Mi nombre es Jorge Luis Acevedo Mora, tengo veintisiete años de edad, nacido en Sardinata norte de Santander pero criado en Pamplona, pueblo del mismo departamento, con padre Sardinatense y madre pamplonesa. Realicé mis estudios en el colegio provincial San José en mi pueblo de crianza, con las necesidades que afrontan la mayoría de personas en este país, pero con el calor y amor humano de una familia que siempre fue el motor para pensar en qué hacer.

A los dieciocho años, por no tener unas metas claras y querer generar ingresos de una manera rápida, me enliste para prestar servicio militar en la infantería de marina con la ilusión de que allí encontraría una estabilidad económica, terminé dicho servicio en el 2012, donde sin fortuna no pude continuar en las filas de la milicia, lo que me obligó a viajar a Bogotá en búsqueda de nuevos rumbos, que me llevaron a estudiar en el Sena la tecnología en entrenamiento deportivo, donde realicé mis prácticas donde laboro actualmente y que pude culminar mis estudios.

De allí me enamore de mi profesión, lo que me abrió las puertas a poderme pagar mis estudios y poder seguir formándome como docente, entrando así a la Corporación Universitaria Minuto de Dios, donde me encuentro cursando el último periodo académico y por el cual estoy realizando mi sistematización de las experiencias, pudiendo devolver un poco de todo lo que la academia y mi trabajo me ha podido regalar.

e. Instrumentos de recolección:

Para poder saber qué impacto se obtuvo con el ejercicio realizado con los estudiantes y que dio pie a esta sistematización de la experiencia, es necesario recolectar una serie de informaciones que las pueden suministrar los estudiantes implicados y sus padres de familia. Para poder recoger dicha información es necesario utilizar un instrumento de recolección, en este caso son dos, las entrevistas y las encuestas.

¿Pero cómo se puede definir estos dos tipos de instrumentos de recolección?

La encuesta es una recolección de datos específicos, concretos y cerrados por parte del entrevistador para poder sacar sus propias conclusiones de lo que realizó y saber los resultados tanto positivos como negativos de lo ejecutado, “la cual consiste en un conjunto de preguntas respecto a una o más variables a medir” Sampieri (2003)

Por otro lado, las entrevistas pueden arrojar unos datos mucho más amplios, ya que estas permiten que el entrevistado pueda expresar sus ideas de manera que abarque más cosas y que también pueda generar una construcción tanto positiva como negativa de lo que se le cuestione en cada una de las preguntas. De esta manera para poder recopilar y recoger los datos que se necesitan para dar un cumplimiento a esta sistematización se realizó una entrevista no estructurada a los padres de familia para poder analizar sus perspectivas frente a las actividades realizadas en horario extracurricular, este tipo de entrevista como lo menciona Sampieri (2003): “en la entrevista no estructurada, el entrevistador la efectúa tomando como base un guión, pero las preguntas son abiertas y no tienen una estandarización” lo que permitió que se abordara lo necesario de una manera clara y las respuestas pudieran recoger las respuestas que necesitaban los objetivos como tal del trabajo de sistematización.

Dichas encuestas se ejecutan de manera virtual, ya que por el momento histórico por el cual está pasando la humanidad, como lo es la pandemia por el covid-19, imposibilita el hecho de poder reunirse con cada uno de los partícipes de esta sistematización de la experiencia y la necesidad de recoger los datos que ellos y ellas tenían para dar desde sus perspectivas, pudiendo condensar toda esta información, teniendo en cuenta el impacto que pudieron vivenciar.

f. Categorías para sistematizar

Juego

La primera categoría para sistematizar dentro de este trabajo fue la del juego, ya que se evidencio como uno de los pilares fundamentales para poder generar unos espacios de discernimiento y aprovechamiento del tiempo libre de los niños en los tiempos de pandemia, ya que por el encierro y el estrés que se pudo manejar por la situación, estas actividades sirvieron para sacar de la rutina a los estudiantes y en varias ocasiones también a su núcleo familiar. Encontrando de esta manera unos espacios entre ellos para identificar la importancia del juego y

de compartir en familia, que a pesar de las adversidades siempre existen herramientas para alivianar los malos sucesos.

Pandemia

Como segunda categoría para sistematizar fue la pandemia, suceso histórico por el cual estamos pasando gracias por la enfermedad endémica del covid-19, que nos trajo una modalidad nueva de cómo llevar la vida y que en ningún momento se había tenido en cuenta que pudiera pasar, este suceso conlleva demasiadas repercusiones a nivel cognitivo y físico, ya que el hecho de tener una enfermedad nueva en las calles y que nos tengamos que refugiar en nuestro hogares, no se evidenciaba lo dócil que llegara a ser, por esto las herramientas planteadas para el aprovechamiento del tiempo libre se pudieron trasladar gracias a la virtualidad y así poder sacar el propósito de este trabajo adelante en medio de esta pandemia.

Actividad extracurricular

Como tercera categoría, se menciona el horario extracurricular, ya que los estudiantes en su gran mayoría no cuentan con el acompañamiento de sus padres en la jornada de la tarde para el desarrollo de cualquier actividad e incluso con el acompañamiento del desarrollo de las tareas, es entonces donde este horario en contra jornada escolar era el más idóneo para poder generar los espacios para que los niños desarrollaran actividades y ejercicios beneficiosos para su salud mental y física y que además estuvieran aprovechando su tiempo libre mientras se divertían.

Tiempo libre

Ya como cuarta y última categoría se menciona al tiempo libre, esta categoría nace después de la revolución industrial como medida para la recuperación de la energía de los trabajadores de este tiempo, en la actualidad estos espacios que se generan para salir de las obligaciones de las personas, en este caso los estudiantes, donde salen del espacio académico y que su tiempo libre se vuelve a las tardes donde no están realizando tareas ni cumpliendo obligaciones del colegio. Es este espacio el que se quiso aprovechar para que lo emplearan

realizando actividad física, juego y actividades de recreación para beneficio de cada uno de los participantes.

g. Fases del proceso

Observación

Las prácticas pedagógicas se desarrollan en el colegio Madre Paula Montal, ubicado en la localidad de San Cristóbal Sur, donde se destinaron las sesiones a los niños de primaria, de grado transición a grado cuarto, grupos en los cuales ya se habían hecho trabajos previos ya que se lleva laborando varios años en dicha institución educativa como profesor de educación física, lo que permitió tener un acercamiento más amplio a estos estudiantes.

Desde el ingreso a la institución hubo un buen recibimiento por los estudiantes ya que no habían tenido un profesor de la asignatura como tal, si no eran las mismas directoras de grupo quienes eran las que daban esta clase, siendo ellas pedagogas infantiles, no contaban con las herramientas suficientes para hacer de esta clase algo realmente significativo para los chicos. Desde el comienzo de la realización de las prácticas se tuvo que hacer intervenciones directas con la población ya que era parte del trabajo, haciendo que la observación fuera de una manera más relacionada con los estudiantes.

Cuando se comenzó una formación profesional y se dio inicio a las prácticas pedagógicas se empezó hacer conciencia de las dificultades que se presentaban en la población con la que se trabajaba, dificultades que había evidenciado pero que no se había tenido la capacidad profesional de hacerlas propias y poder tratar de buscar alguna mínima solución a ellas. Por lo marginal de la localidad, en el colegio se presentan varios casos de niños que no reciben el apropiado acompañamiento de sus padres, ya sea por falta de interés sobre el estudiante o por los horarios laborales que no permiten que se brinden estos espacios tan importantes para la formación de los niños.

Observación Participante

Ya dentro de la segunda fase, en prácticas pedagógicas, fue al inicio del año escolar por lo que se cambiaron algunos grados y además ingresaron nuevos estudiantes, lo que permitió que

el trabajo que se venía realizando se retomara desde el principio para hacer un empalme con estos niños. Ya teniendo claridad frente a una de las problemáticas más grandes de esta población como lo es el hecho de la falta de acompañamiento por parte de los padres de familia con los estudiantes, se decide comenzar hacer un sondeo de las actividades que realizaban los chicos en las tardes.

Para poder tener una claridad de la población se decide trabajar con los niños, que son niños de tercer grado, población que oscilan entre los 7 a los 9 años, donde se encuentra que el 80% no tienen un acompañamiento por las tardes a la hora de realizar las actividades académicas o de aprovechamiento de su tiempo libre. Se obtuvo la oportunidad de dialogar con algunos padres de familia y manifestaban que por sus horarios laborales no les daba el tiempo para hacer un acompañamiento adecuado de las actividades de sus niños, por lo que se sintió la necesidad de aprovechar este tiempo de los niños con actividades agradables para ellos por medio de la actividad física o la práctica de algún deporte.

Implementación

Las dinámicas dentro de todos los centros educativos tuvieron un vuelco significativo por parte de la cuarentena y las clases comenzaron hacerse virtualmente, lo que también cambio lo que se traía presupuestado para trabajar con los niños. La intencionalidad siguió siendo la misma de poder utilizar el tiempo libre de estos niños en actividades productivas para su cuerpo, las clases se comenzaron a dar por video llamadas, por lo que se vio la oportunidad perfecta para poder realizar las sesiones de los chicos de manera virtual, utilizando estas herramientas tecnológicas.

Por esto realizo un sondeo a los padres de familia donde les preguntaba la posibilidad de que sus niños tuvieron acceso a un dispositivo por las tardes para que pudieran recibir las sesiones, donde en primera instancia el 90% de la población va ser partícipe de las sesiones que se realizarán los días miércoles de 3:00 pm a 4:00 pm. Así fue como se pudieron generar los espacios para que los niños tuvieron un aprovechamiento de su tiempo libre por medio de juegos, actividades físicas y recreación hasta el punto de poder contar con el 100% de la población en dichas actividades.

8. CONTRIBUCIONES SIGNIFICATIVAS

Ventajas del juego en horarios extracurriculares en tiempos de cuarentena en niños de grado tercero

El proceso que se pudo realizar dentro del colegio Madre Paula Montal con los estudiantes de tercer grado mediante los juegos durante la pandemia, tuvo unas ventajas bastante gratificantes, ya que se pudieron generar estos espacios donde los niños pudieron escapar de sus monotonías tan tediosas gracias a dichas actividad, donde tanto niñas como niños encontraron un momento de diversión dentro de su propio hogar con sus familiares, y en la mayoría de los casos de manera individual.

La única salvedad que los estudiantes hicieron denotar, fue el hecho de que les ha parecido que el tiempo para estas actividades fue demasiado corto, ya que los niños y niñas manifestaban que les gustaría que se realizara en dos sesiones a la semana, o en el caso particular, que se desarrollara en un solo día pero con mucho más tiempo para ejecutar los juegos, petición a la cual lamentablemente, por los tiempos del docente y por los horarios que daba la institución educativa, no se pudo aceptar.

Sin importar lo corto de los tiempos en el desarrollo de las actividades, los niños y niñas pudieron divertirse, jugar, sentirse feliz y encontrar un espacio de discernimiento desde sus

hogares, a lo cual se ve ligado su desarrollo motriz, ya que desde los juegos y actividades planteadas las huellas motrices que se iban dejando tuvieron un impacto positivo, se hace mención porque cuando se hacían las clases de educación física (las cuales también doy) se podía ver reflejado el proceso positivo que tenía cada uno de los estudiantes, tanto de coordinación viso pédica como de coordinación viso manual, factor por el cual indicaba que lo que se estaba realizando desde lo extracurricular si estaba teniendo sus repercusiones positivas.

Esto no solo se pudo evidenciar desde la visión del docente sino también desde la de los padres de familia que manifestaban que el avance motriz que habían tenido sus hijos era notable, así lo hizo saber un acudiente de una estudiante, que mencionaba cuando se le preguntaba por medio de una entrevista no estructurada frente a si evidenciaba impactos positivos o negativos en su hija desde la sesiones extracurriculares, a lo que ella respondió que: “Positivo sin duda alguna, en la mayoría de las clases evidencie las pautas dadas por el docente lo que permitió a mi hija ejercitarse, lograr coordinar, desplazarse conocer la capacidad de su cuerpo y conocer de su estado físico”, menciona la acudiente de una de las estudiantes.

Por otro lado, una acudiente de 44 años, manifestaba que: “desarrolla su crecimiento, es saludable, desarrolla sus competencias físicas y cognitivas de una manera divertida y apropiada para su edad”. Por lo que se deduce que el impacto a nivel motriz en el desarrollo de las actividades extracurriculares fue positivo y denotado por parte de los padres de familia, quienes son las personas que en estos momentos de pandemia se encuentran realizando un acompañamiento de tiempo completo con los niños.

Además de los beneficios que se pudieron evidenciar en los estudiantes a nivel físico y motriz, los padres de familia también resaltaron en sus respuestas de las entrevistas la importancia de estos espacios de actividad física y de juego en tiempos extracurricular para el beneficio psicológico y de esparcimiento en los tiempos de cuarentena como lo menciona el acudiente de 44 años de edad, quien mencionaba que: “Es un espacio donde realizan ejercicio y les ayuda a nivel de salud, emocional y para que estén en forma” a lo que se le comparte su apreciación desde la mirada de lo emocional, ya que la situación de la pandemia tomo por sorpresa a toda la población y aún más a los niños, el no poder compartir con sus compañeros y no poder salir de sus casas por un tiempo prolongado hicieron que su salud emocional se viera

afectada y que por medio de estas actividades se hayan integrado nuevamente, jugar desde sus casas y aprovechar sus herramientas tecnológicas.

El aprendizaje, no se podía quedar rezagado en este proceso del juego en los niños y niñas, por medio de las actividades lúdicas los estudiantes suelen prestar más atención a ellas, de tal modo que lo que sea explicado o enseñado en dichas actividades será mejor captado por el estudiantado, así se quiso desarrollar con los niños en algunas actividades física con una transversalidad de matemáticas, que los acudientes pudieron evidenciar, como es el caso de uno de los acudientes, quien menciona que: “en estos momentos de pandemia y en general los niños son más activos cuando se habla de juego que de estudiar, y si estudian de una forma más lúdica se ve que el aprendizaje se vuelve mejor y cuando se evalúa se ve que aprendieron más en el juego que en la enseñanza tradicional”.

En conclusión se pudieron generar más ventajas que desventajas desde el desarrollo de las actividades extracurriculares para los estudiantes de grado tercero del colegio Madre Paula Montal por medio del juego, desde el ámbito del aprendizaje, desde la psicomotricidad, desde el eje cognitivo y desde su socialización con los miembros de sus respectivas familias, factores por los que enriquecen esta sistematización de las experiencias, haciéndolas más significativas y satisfactorias para todos los involucrados en ellas.

Opiniones y visiones de los niños frente a las sesiones desarrolladas en horario extracurricular

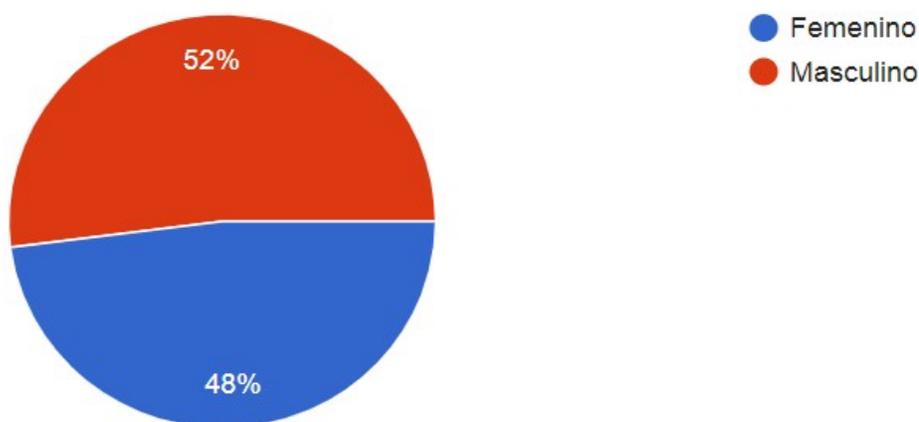
La visión de los padres de familia dentro de esta sistematización de las experiencias es un factor fundamental para poder sacar las conclusiones e identificar los aportes que ellos puedan tener desde la cotidianidad con los niños, pero esto se debe compensar con la misma visión de los estudiantes, como ellos y ellas se sintieron durante el desarrollo de las actividades extracurriculares y si estas fueron lo que se esperaba por parte del docente. Para poder recoger y contrastar esta información se realizó una encuesta a los veinticinco estudiantes implicados en las sesiones.

Para poder comenzar un análisis más particular de esta población intervenida, su tuvo como necesidad saber con qué cantidad de niños y niñas se contaban para el desarrollo de las actividades, donde se encontró que hay una leve mayoría por parte del sexo masculino frente al sexo femenino como lo señala la siguiente gráfica:

Grafica 1.

Sexo

25 respuestas

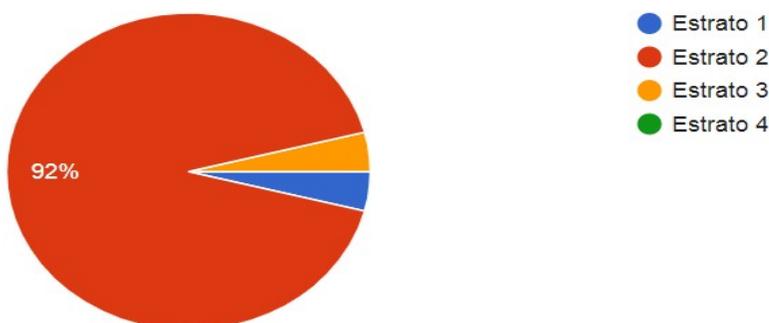


Con la claridad de con cuantas estudiantes se contaron para el trabajo y sus respectivos sexos, se ve la necesidad de indagar frente a su condición socio-económica, ya que es considerado como un factor relevante dentro de cualquier investigación cualitativa para poder analizar si las condiciones en las que viven los participantes tienen alguna influencia dentro de su proceso, en este caso motriz y de discernimiento por parte de los estudiantes, al preguntarles a los estudiantes su resultados arrojaron que:

Grafica 2.

Estrato

25 respuestas



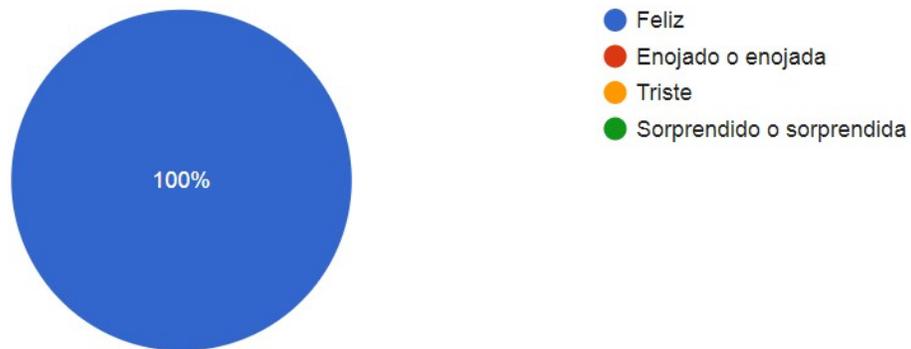
Se evidencia que casi en su totalidad de los niños y niñas pertenecen a un estrato socio-económico entre el uno y el dos, donde se puede deducir que por los diversos horarios laborales de sus padres de familia deben ausentarse, siendo esta, una de las razones por las que inicialmente se decidió abrir los espacios para que los niños tuvieran la oportunidad de aprovechar su tiempo libre en horarios extracurriculares, además se evidencio, por la asistencia de todos los estudiantes de grado tercero, que los padres de familia están y se sienten comprometidos con la educación de sus hijos y de su bienestar.

Ya entrando un poco más dentro de lo que pudo vivir cada uno de los niños y niñas dentro del proceso realizado con ellos, se decidió realizar las preguntas de la encuesta con preguntas muy concretas, cerradas, que pudieran brindar información clara y que no se entraría en alguna ambigüedad, ya que los niños y niñas en estas edades suelen no ser muy claros a la hora de querer plasmar sus ideas, es por esto que como primera instancia se les preguntó cómo se habían sentido en cada una de las sesiones obteniendo como resultado lo que se evidencia en la siguiente gráfica:

Grafica 3.

En el desarrollo de las sesiones extracurriculares, se pudo sentir:

25 respuestas

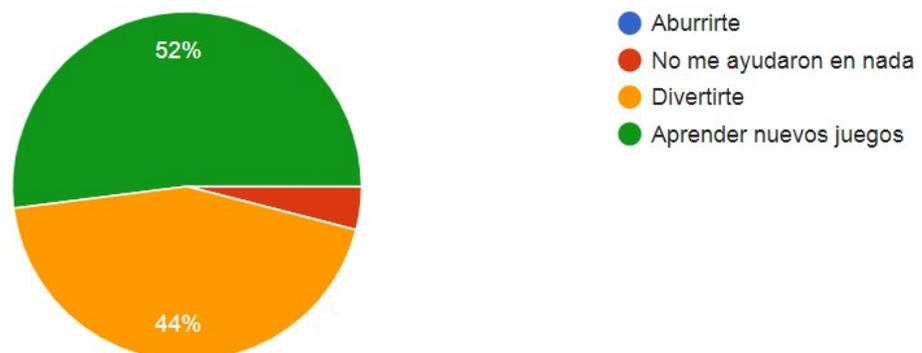


Como se puede evidenciar, los veinticinco estudiantes manifestaron que durante el desarrollo de cada una de las sesiones se pudieron sentir felices, cosa que arraiga lo que se quería en esta implementación de la propuesta, que era generar espacios del aprovechamiento del tiempo libre de los niños y niñas por medio de juegos, actividades físicas y lúdicas, donde se sintieran cómodos, con ganas de ser partícipes y que tuvieran el entusiasmo de realizar lo propuesto dentro de las clases como tal.

Con la claridad del sentimiento que se pudo despertar a los participantes intervenidos en esta sistematización, se quiso indagar frente a los juego desarrollados por ellos, si fueron aptos, si fueron entendidos, si generaron algún tipo de repercusión positiva o negativa dentro de ellos y ellas y si los ayudaron a algo, o si por el contrario generaron algún tipo de insatisfacción, es por ello que se realizó la pregunta “En estos tiempos de pandemia, los juegos desarrollados en las sesiones extracurriculares te ayudaron a” obteniendo como resultado:

Grafica 4.

25 respuestas



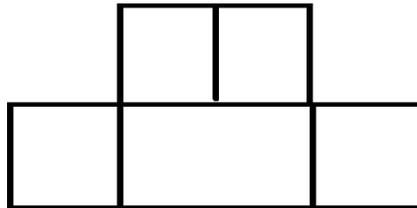
En esta indagación si se evidencio una división significativa dentro de las respuestas en el hecho del aprendizaje de los estudiantes de juegos nuevos y su diversión, allí se refleja que las percepciones en los más pequeñas varían por lo que puede generar su alrededor y como ello hace podamos tomar lo que nos dan si lo dejamos por un momento o si se deja para poder ejecutarlo en nuevas ocasiones más adelante. Lamentablemente se denoto que para dos estudiantes sintieron que estos juegos no les ayudaron a nada, contradicción que cabe por lo recogido en una pregunta anterior, donde el cien por ciento manifestaba sentirse feliz en las sesiones, son aberturas que quedan dentro de las respuestas, pero que dan pie a construir nuevos restos para que los estudiantes se puedan sentir lo más augusto posible con las clases que se puedan desarrollar.

Actividades físicas, sesiones lúdicas y juegos desde la virtualidad para los niños

Con las experiencias, vivencias, visiones y perspectivas recogidas por parte de los padres de familia y de los niños y niñas implicados en esta sistematización de las experiencias, se hace un balance de lo que se puede hacer desde la educación física para desarrollar actividades, juegos, ejercicios y sesiones desde la virtualidad para poder acaparar la atención de los estudiantes y así poder estimular lo que se desee con cada grupo que se intervenga. Las clases virtuales son una herramienta que por la globalización, llegaron para quedarse, por lo que es necesario implementar todo tipo de estrategias y metodologías para poder darlas y en un campo práctico como la educación física aún más, siendo el docente el motivador y el ejemplo de las actividades a realizar.

Es por esto que se desean plantear varios juegos para estudiantes de primaria que puedan ejecutar desde sus casas en la modalidad de la virtualidad que sirvan para el aprendizaje, el desarrollo motriz y su psicomotricidad. Una actividad que pueden desarrollar los estudiantes con sus acompañantes para mejorar su coordinación viso pédica a través de unos patrones de movimiento o rítmicos es la siguiente:

Para la actividad es necesario recrear el siguiente patrón de cuadros en el piso, se puede dibujar, hacer con cinta, lana, incluso hojas. Se deben hacer dos cuadros iguales, uno para el estudiante y otro para el acompañante.



La idea es que el acompañante realice una secuencia de movimientos con los pies, tocando diferentes cuadros e incluyendo movimientos y el estudiante puede imitarlo. Se debe empezar con pocos movimientos y a medida de la práctica se puede poner dificultad. Además se pueden generar los movimientos con ritmos musicales para que el niño o la niña empiece a tener una mejor conciencia rítmica.

Para entender mejor la actividad se puede observar el siguiente vídeo:

<https://youtu.be/1htEzjdjBi34>

Para obtener la atención de los niños y las niñas, se pueden desarrollar juegos donde tengan que bailar y desplazarse por los diferentes lugares de sus casas para que tengan apropiación de sus hogares y los vean como un espacio para jugar y divertirse, para poder lograr esto se puede generar la siguiente actividad:

El docente debe cantar y bailar la siguiente ronda: “Hey, hey, hey bugui, bugui, hey, vamos todos a bailar el rock, con la mano arriba, con la mano al frente, con la mano abajo, la hacemos girar y así sucesivamente con todas las partes del cuerpo”.

Ya cuando todos los estudiantes la hayan cantado y bailado con el profesor se hará la explicación de ejercicios y movimientos, a partir de imitación, y luego se realiza el juego de la búsqueda del tesoro, donde el docente dirá diferentes objetos que se pueden encontrar en las casa y los niños deberá salir corriendo a buscarlos y mostrarlos a la cámara, con esta competencia sana, los estudiantes estarán motivados para recorrer su hogar en búsqueda de su tesoro.

A esta actividad se le puede hacer una variante para que el niño tenga un aprendizaje desde el desarrollo del juego, la variación es que con anterioridad el docente realiza una presentación para compartirlas a los niños y las niñas donde van a encontrar una serie de operaciones matemáticas, correspondientes a la edad, sin solucionar, además se les pide a los estudiantes que recorten varios papelitos y que en cada uno de ellos coloquen diferentes números, que son las respuestas de las operaciones ya hechas y que los coloquen en diferentes lugares de su casa. Cuando lo hayan realizado se les mostrara la presentación con las operaciones matemáticas y ellos y ellas deberán solucionarlas en el menor tiempo posible para que el número que les de la operación lo vayan a buscar en el papelito que guardaron en el lugar de su hogar en el menor tiempo posible.

Desde el ámbito motriz se puede desarrollar un circuito desde las casas utilizando los elementos que se tienen en cada una de ellas con las siguientes tres estaciones:

- En la primera parte el niño/a debe pasar por unos cuernos en el suelo separados saltando en un pie según la indicación (pie derecho o izquierdo) y en su mano llevará un par de medias en forma de bola.
- En la segunda parte debe guiar el par de medias en forma de bola en zig-zag por unos cuernos en el suelo.
- En el tercer momento debe reptar por debajo de una mesa o silla.

Estos ejercicios lo pueden hacer con una duración de 4 repeticiones por dos sesiones de trabajo, fortaleciendo así su desarrollo motriz por medio de la actividad física desde cada uno de sus hogares.

Porque las clases se estén desarrollando desde la virtualidad no significa que se deban dejar al lado los juegos tradicionales que identifican a los grupos sociales y las raíces de cada país, y que por la modernidad sea quedado rezagado, es por esto que se pueden realizar juegos autóctonos desde la casa con materiales reciclables, como lo es el juego de la rana que se puede hacer con un cartón y tubos vacíos de papel higiénico, donde se recortan los tubos de papel higiénico vacíos para pegarlos en el cartón y colocarle una base atrás al cartón para que quede de

manera vertical y con un marcador se le colocan valores a cada uno de los tubos, así se puede jugar en familia lanzando monedas o cualquier objeto pequeño y liviano para introducirlo dentro de los tubos.

Todas estas actividades y juegos se plantean en pro del desarrollo motriz y del niño y la niña, además de poder generar un aprendizaje por medio de estas sesiones desde un ámbito tan importante como lo es la educación física desde la virtualidad.

9. CONCLUSIONES

Dentro de todo el proceso como practicante de la Corporación Universitaria Minuto de Dios, quedan una infinidad de aprendizajes a nivel personal, familiar y profesional, pero los que más se deben rescatar en esta sistematización de las experiencias, son los profesionales ya que fueron los que me brindaron las herramientas necesarias para poder culminar dicho proceso. A pesar de contar con la experiencia como docente de educación física de primaria por varios años

y de haber trabajado con el grupo intervenido, la academia y esta sistematización de la práctica me permitió abrir la visión frente a todas las posibilidades, que como docente, puedo efectuar.

Por la inexperiencia y el estado de confort, las clases de educación física en primaria en el colegio Madre Paula Montal eran solamente con el fin de ejecutar un plan de clase, direccionado por la malla curricular y nada más, cuando se empieza, como docente, a aprender la educación física desde los libros, se ve el amplio catálogo de opciones que se pueden desarrollar desde esta disciplina y como los estudiantes, sin importar las actividades que se realizaran, siempre estaban dispuestos a desarrollarlas. Esto último se evidenciaba desde la presencialidad y se asumía que por la virtualidad, todo este entusiasmo se perdería, pero no fue así; por el contrario, el hecho de que todas las personas tuvieran que trasladar la ejecución de sus obligaciones a sus hogares, dio para que la educación física a través del juego, fueran un elemento para salir de la monotonía y poder generar espacios de diversión dentro de cada una de las casas, compartiendo en familia y viviendo la virtualidad de una manera distinta.

Esta pandemia por la que está atravesando la humanidad por el covid-19 y para la que ninguna persona estaba preparada, ha hecho que todas las dinámicas cambien, la educación y por ende la educación física no se quedaron atrás. La educación física siempre ha tenido su esencia en el patio, en la práctica, en la actividad física y para poder continuar con estas raíces de esta disciplina desde la virtualidad, era necesario replantearse el quehacer del docente y en la ejecución de las clases, por ejemplo el juego, uno de los brazos derechos de la educación física, tuvo que ser transformado y trasladado a la virtualidad, pero sin perder jamás su esencia.

Esta sistematización de las experiencias deja como grato resultado varias actividades y juegos, que desde la virtualidad y también en la presencialidad se pueden seguir desarrollando, actividades para que los niños y las niñas compartan en familia y teniendo espacios de diversión, así estén dentro de sus hogares recibiendo una educación virtual. Además, la virtualidad se ha venido inmiscuyendo en la cotidianidad de la humanidad y la educación virtual en algún momento será también un factor obligatorio dentro de los procesos de formación de las nuevas generaciones, entonces estas actividades y experiencias permitidas por la pandemia, dejan tener un poco de conocimiento de cómo se puede afrontar en un futuro estos retos, en pro de la educación y de la misma educación física.

Ya para terminar, solo queda la gratificación de poder haber generado unos espacios para que los estudiantes de grado tercero, pudieran divertirse y salir de la complejidades que aquejana todas las familias por cuenta de la situación actual, se desea continuar con estos espacios extracurriculares en los siguientes tiempos, así sea continuando desde la virtualidad o pasándolos a la presencialidad, donde se lo disfrutarían mucho más los niños y niñas, también se aspira poder trasladar este trabajo a más cursos, ya que se evidencio el impacto positivo con la población intervenida. Desde el nivel profesional este trabajo de grado permite acercase a la ilusión de poder continuar con los estudios a nivel de post grado, ya teniendo esta sistematización como referente de lo que se puede hacer como profesional y el gran impacto que se puede generar como educador físico en la sociedad actual.

Referencias

- Acuña, I. T., Alvarán, C. J., & Montes, C. M. (2009). Los grupos extracurriculares en agronomía de la Universidad de Caldas (Colombia): 1970-2006: de la efervescencia política a la formación científica. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 7(2), 1573-1594.
- Baquero Sierra, F. J. (2019). Deportes infantiles y juveniles extracurriculares y la permanencia escolar en un colegio femenino de Bogotá (Doctoral dissertation, Universidad del Rosario).

- Barrera Ronderos, J. E., & Becerra Ballen, C. R. (2016). Incidencia del juego pedagógico en la construcción del esquema corporal.
- Benedictow, O. J. (2011). La peste negra, 1346-1353: la historia completa (Vol. 316). Ediciones Akal.
- Caillois, R. (1997). Los juegos y los hombres: la máscara y el vértigo. Fondo de cultura económica.
- Faúndez, C. A., Rojas, Y. G., Pinto, A. A., & Astudillo, H. F. (2015). Taller de física cuántica: un método para introducir conceptos fundamentales en una actividad extracurricular. Formación universitaria.
- Gallardo-López, J. A., & Gallardo Vázquez, P. (2018). Teorías sobre el juego y su importancia como recurso educativo para el desarrollo integral infantil.
- Hernández Sampieri, R., Hernández Collado, C., & Baptista Lucio, P. (2014). Capítulo 9 Recolección de datos cuantitativos. R. Hernández Sampieri, Metodología de la investigación.
- Herrera, J. (2017). La investigación cualitativa.
- Huizinga, J., Vácha, J., & Magincová, D. (1971). Homo ludens: o původu kultury ve hře.
- Fingermann, H. (2010). Actividades extracurriculares.
- Guerrero, A. (2006). Las actividades extraescolares y la innovación pedagógica como propiedades de la organización escolar y su incidencia en el aprendizaje escolar. Universidad Complutense de Madrid. Disponible en: [dialnet. unirioja.es/descarga/articulo/2377214. pdf](http://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/2377214.pdf).
- Jara O. H. (2018). La sistematización de experiencias: práctica y teoría para otros mundos posibles.
- Jara, O., Messina, G., Ghiso, A., & Acevedo, M. (2012). La sistematización de experiencias. Práctica y teoría para otros mundos posibles. San José: Centro de Estudios y Publicaciones Alforja.
- Johnson, M. C., Saletti-Cuesta, L., & Tumas, N. (2020). Emociones, preocupaciones y reflexiones frente a la pandemia del COVID-19 en Argentina. *Ciência & Saúde Coletiva*, 25, 2447-2456.
- Luthy, I. A., Ritacco, G. V., & Kantor, I. K. (2018). A cien años de la gripe “española.

- Ministerio de educación Nacional. (S.F.) Serie lineamientos curriculares Educación Física, Recreación y Deporte. Recuperado de:
https://www.mineducacion.gov.co/1621/articles-89869_archivo_pdf3.pdf
- Navas, L., & Soriano Llorca, J. A. (2016). Análisis de los motivos para practicar o no actividades físicas extracurriculares y su relación con el autoconcepto físico en estudiantes chilenos.
- Ortiz, F. (2000). Metodología de la investigación: el proceso y sus técnicas. Limusa.
- Real Academia Española. (2014). Diccionario de la lengua española (23a ed.)
- Otero, X. C., & Fernández, C. M. F. (1989). La epidemia de " tífus", de 1853, en Betanzos. Anuario brigantino, (12), 129-144.
- Papalia, D. E., Martorell, G., & Duskin, R. (2017). Desarrollo humano. McGraw Hill Education.
- RESPUESTA, A. E. Y. (2005). Plan mundial de la OMS de preparación para una pandemia de influenza. Ginebra, Organización Mundial de la Salud.
- Sampieri, H. (2004). Cuestionarios y Encuestas. R. Hernández Sampieri, Metodología de la investigación, 50-62.
- Santamaría Varón, D. C., & Santamaría Varón, J. A. (2016). La importancia del juego en el desarrollo motriz del niño en la edad preescolar de la institución educativa exalumnas de la presentación de Ibagué Tolima.

Anexos

Anexo 1. Encuesta realizada a los niños de tercer grado del colegio Madre Paula Montal

1. En el desarrollo de las sesiones extracurriculares, se pudieron sentir:

Feliz.

Enojado o enojada.

Triste.

Sorprendido o sorprendida.

2. Los juegos desarrollados en cada una de las sesiones extracurriculares fueron:

Divertidos.

Aburridos.

Sorprendentes.

No los entendí.

3. En estos tiempos de pandemia, los juegos desarrollados en las sesiones extracurriculares te ayudaron a:

Aburrirte.

No me ayudaron en nada.

Divertirte.

Aprender nuevos juegos.

4. ¿Te gustaría seguir desarrollando este tipo de juegos en horarios extracurriculares?

Sí.

No.

5. Cuando termine la pandemia, ¿te gustaría que continúen las clases extracurriculares desde la presencialidad?

Sí.

No.

Anexo 2. Encuesta realizado a los padres de familia de los niños de tercer grado del colegio Madre Paula Montal.

1. ¿Considera usted que el juego es una estrategia eficaz para el aprendizaje y el desarrollo integral de los niños y niñas? Si/ No y ¿Por qué?
2. ¿Cree que es importante generar espacios lúdico/recreativos en horario extracurricular?
3. ¿Cree usted que los espacios extracurriculares generaron algún impacto positivo o negativo en el proceso motriz del estudiante? ¿Cuál o cuáles?
4. Describa las ventajas y/o desventajas que pudo evidenciar en el desarrollo de las actividades extracurriculares desde modalidad virtual.
5. ¿Cree usted que el tiempo dispuesto para las actividades extracurriculares fue óptimo para potenciar el desarrollo motriz del estudiante? Si / No y ¿Por qué?
6. Mencione una o varias observaciones que tenga frente a las actividades desarrolladas en el espacio extracurricular.