

## ¿Cómo podemos mejorar la educación física?

Por LEF NIEVES CAROLINA OPOLL DIAZ. 8 de Septiembre de 2022

Debemos entender a la educación física como una disciplina pedagógica – formativa que contribuye al desarrollo integral del ser humano, a la formación de hábitos saludables y valores positivos, por medio de la práctica de actividad física.

Partiendo de ahí, necesitamos darle realmente el valor e importancia que merece, comenzando con nuestra máxima autoridad (SEP), priorizando todos los beneficios que tiene la educación física como asignatura y destacándolos dentro del plan y programa de estudio vigente, con una mayor carga curricular. En cada docente, tener compromiso, valor, amor por su profesión y por lo que está haciendo en cada sesión con los niños, niñas y adolescentes de nuestro país, es decir, conocer y dominar los planes y programas de estudio, planificar adecuadamente sus sesiones, tomando en cuenta las características y necesidades de los educandos, el contexto y utilizando diversas estrategias, actividades, juegos y materiales, fomentando hábitos de higiene y salud que le permitan al alumnado mantener un modo de vida físicamente activo a mediano y largo plazo, desarrollar y potencializar las habilidades motrices, las capacidades físicas coordinativas y condicionales, favorecer el pensamiento y la resolución de problemas, ser inclusivo en todos los aspectos, ser empático, que cuente con elementos suficientes para realizar una evaluación formativa con enfoque humanista, estar en constante actualización para diversificar su práctica (tomar cursos, talleres, diplomados, etc).

Además de, tratar de cambiar los famosos paradigmas y frases como el tan escuchado “Solo salen a jugar”, “Nada más juegan, pero no aprenden”, “El profe pelotita”, entre otros., y ¿Cómo hacerlo posible? Demostrando desde nuestra trincheras lo que somos capaces de hacer, favorecer el trabajo colaborativo con nuestro colectivo docente por medio de la transversalidad, brindarles herramientas que les permitan conocer más a fondo lo indispensable que es hoy en día la sesión de educación física, compartiendo en cada consejo técnico o reunión técnica las diversas estrategias, avances y resultados que ha tenido la clase de educación física en el desarrollo físico, emocional y cognitivo de cada alumno, haciendo partícipes a los padres de familia en actividades que les permitan tener un contacto más afectivo con sus hijos.

No hay que dejar de lado que la clase de educación física es la más esperada por los alumnos, ya que esta es una asignatura que se diferencia mucho al resto de las otras, porque les da mucha libertad, ya sea de movimiento y/o de imaginación, es por ello que los alumnos, suelen llegar con mucha actitud y motivación a la cancha, y es ahí donde el docente debe seguir fomentando el trabajo colaborativo y crear diversos climas motivacionales que le generen al alumno la satisfacción y confianza de expresar todo lo que siente, sabe y puede hacer, para impactar en los tan anhelados aprendizajes esperados/significativos.

Dentro de las escuelas formadoras de nivel superior, aparte de todo lo teórico que contempla el plan y programa de estudios durante la carrera, considero que se debe priorizar un mayor tiempo de práctica en condiciones reales de trabajo en las diferentes escuelas de nivel básico, para que el futuro docente se familiarice más con la realidad educativa, fomentar el gusto por la innovación e investigación educativa.

Sin duda el verdadero cambio está en nosotros, hagámoslo realidad.

**Fecha de creación**

2022/09/08