

# Explorando el Campo: Aplicación Práctica de Conceptos en Educación Física

*Ciencias de la Educación | Licenciatura en educación física, recreación y deporte | Aprendizaje Basado en Casos*

## Descripción

Este plan de clase está diseñado para que los estudiantes universitarios de la Licenciatura en Educación Física, Recreación y Deporte puedan trasladar y evidenciar en un contexto práctico y experimental los conocimientos teóricos adquiridos previamente. La sesión práctica se enfoca en el análisis y resolución de situaciones reales a través de la metodología de Aprendizaje Basado en Casos, lo cual fomenta el pensamiento crítico, la toma de decisiones y la aplicación efectiva de estrategias en el campo deportivo y recreativo.

Los estudiantes participarán en actividades que simulan escenarios reales donde deberán identificar problemas, diseñar soluciones y evaluar resultados, fortaleciendo así sus competencias profesionales. La relevancia de este aprendizaje radica en conectar la teoría con la práctica, preparándolos para enfrentar desafíos concretos en su futura labor profesional. Además, la sesión promueve el trabajo colaborativo, la reflexión metacognitiva y el desarrollo de habilidades prácticas indispensables en su formación.

Este enfoque activo y centrado en el estudiante facilita un aprendizaje significativo y duradero, que los capacita para innovar y adaptarse en su campo laboral, garantizando así una formación integral y contextualizada.

## Objetivos de Aprendizaje

- Analizar situaciones reales en el campo deportivo para identificar problemas y aplicar conocimientos teóricos.
- Diseñar estrategias prácticas que evidencien la aplicación experimental de los contenidos aprendidos.
- Evaluar los resultados obtenidos de las actividades prácticas para reflexionar sobre la toma de decisiones.
- Colaborar en equipo para resolver casos y fomentar el aprendizaje activo y crítico.
- Reflexionar metacognitivamente sobre el proceso de aprendizaje y su transferencia al ámbito profesional.

## Recursos Necesarios

- Espacio abierto o cancha deportiva adecuada para actividades prácticas (1 unidad).
- Conos, balones y material deportivo relacionado con las actividades (cantidad según grupo de estudiantes).
- Hojas impresas con casos prácticos y guías de análisis (1 por estudiante).
- Marcadores y pizarras portátiles para trabajo en equipo (1 por grupo).
- Dispositivo móvil o computadora con proyector para presentación inicial y cierre (1 unidad).
- Reloj o cronómetro (1 unidad).
- Cuadernos o dispositivos para anotaciones y registros de evidencias.

## Requisitos Previos

- Conocimientos previos sobre principios teóricos de educación física y técnicas básicas deportivas.
- Habilidades para el trabajo en equipo y comunicación efectiva.
- Experiencia básica en análisis de casos o situaciones problemáticas simples.
- Comprensión de conceptos de planificación y evaluación deportiva.

## Actividades

### Fase de Inicio

**Tiempo estimado: 20 minutos**

#### Propósito de la sesión:

**Docente:** Explica que en esta sesión se llevará a cabo una actividad práctica que permitirá a los estudiantes aplicar en el campo los conceptos teóricos aprendidos, destacando la importancia de conectar la teoría con la acción real para fortalecer su formación profesional.

**Estudiantes:** Escuchan y preparan mentalmente para la actividad práctica.

#### Activación de conocimientos previos:

**Docente:** Presenta un caso breve y real de una situación problemática común en el ámbito deportivo, por ejemplo, una dificultad en la planificación de un entrenamiento para un equipo amateur que afecta el rendimiento. Pregunta: "*¿Qué elementos teóricos consideran clave para resolver este problema?*"

**Estudiantes:** De forma individual, escriben sus ideas principales y luego comparten en plenaria durante 5 minutos, fomentando el intercambio de conocimientos previos.

#### Motivación y enganche:

**Docente:** Comparte un dato curioso relacionado con el impacto positivo que tiene la aplicación adecuada de la teoría en el rendimiento deportivo real, por ejemplo, casos de éxito de entrenadores que transformaron equipos gracias a la correcta aplicación de conceptos.

**Estudiantes:** Reflexionan brevemente y expresan expectativas sobre la sesión práctica.

#### Contextualización:

**Docente:** Conecta el tema con la vida cotidiana del estudiante, explicando cómo lo que aprenderán hoy puede aplicarse en actividades deportivas, recreativas o en su futura carrera profesional.

**Estudiantes:** Relacionan el contenido con experiencias personales o profesionales anteriores.

---

### Fase de Desarrollo

**Tiempo estimado: 78 minutos**

### **Presentación del contenido:**

**Docente:** Introduce el Aprendizaje Basado en Casos (ABC) explicando que trabajarán con situaciones reales para aplicar los conceptos teóricos en un contexto práctico. Presenta 2 casos específicos impresos que describen problemas en diferentes escenarios deportivos o recreativos.

**Estudiantes:** Reciben los casos, leen y preparan preguntas o dudas sobre los mismos.

### **Actividad 1: Análisis de casos en equipos**

- **Objetivo:** Analizar situaciones reales para identificar problemas y aplicar conocimientos teóricos.
- **Instrucciones:**
  - **Docente:** Divide a los estudiantes en grupos de 4. Entrega a cada grupo un caso práctico diferente.
  - Solicita que identifiquen los problemas principales, relacionen los conceptos teóricos aprendidos y propongan posibles soluciones.
  - Indica que deben organizar su análisis en un cuadro que contenga: problema, teoría aplicada, solución propuesta.
- **Organización:** Grupos de 4 estudiantes.
- **Producto:** Cuadro de análisis con propuestas de solución.
- **Tiempo estimado:** 35 minutos.
- **Rol del docente:** Circular entre grupos, realizar preguntas guía como: "*¿Qué teoría respalda su propuesta?*", "*¿Cómo esta solución impactaría en la situación real?*", y apoyar a quienes tengan dudas.

### **Transición:**

**Docente:** Solicita que cada grupo prepare una breve presentación de su análisis para compartir con el resto de la clase.

### **Actividad 2: Presentación y discusión en plenaria**

- **Objetivo:** Evaluar y argumentar soluciones prácticas basadas en la teoría mediante la discusión colaborativa.
- **Instrucciones:**
  - **Docente:** Cada grupo expone su caso y soluciones en 5 minutos.
  - Fomenta preguntas y debate entre grupos para contrastar enfoques y enriquecer el análisis.
- **Organización:** Plenaria.
- **Producto:** Registro de ideas y retroalimentación en pizarra o dispositivo.
- **Tiempo estimado:** 25 minutos.
- **Rol del docente:** Modera la discusión, promueve pensamiento crítico y sintetiza aportes clave.

### **Diferenciación:**

- **Estudiantes que terminan antes:** Pueden profundizar proponiendo un plan de acción detallado para implementar la solución en el caso asignado.
- **Estudiantes que requieren apoyo adicional:** Trabajan con el docente en grupos pequeños para clarificar conceptos y recibir ejemplos prácticos adicionales.

### Actividad 3: Simulación práctica en el campo

- **Objetivo:** Diseñar y ejecutar una estrategia práctica que evidencie la aplicación experimental de contenidos teóricos.
  - **Instrucciones:**
    - **Docente:** Asigna a cada grupo una tarea práctica relacionada con su caso, por ejemplo, planificar y practicar un calentamiento específico, una dinámica recreativa o una técnica deportiva.
    - Los estudiantes preparan y ejecutan la actividad en el espacio asignado, aplicando los conceptos discutidos.
  - **Organización:** Grupos de 4 estudiantes en el campo deportivo.
  - **Producto:** Ejecución práctica de la estrategia diseñada.
  - **Tiempo estimado:** 18 minutos.
  - **Rol del docente:** Observa, toma notas y formula preguntas durante la ejecución, por ejemplo: "*¿Por qué eligieron esta técnica?*", "*¿Cómo se relaciona con la teoría?*".
- 

### Fase de Cierre

**Tiempo estimado: 22 minutos**

#### Síntesis:

**Docente:** Solicita a cada estudiante que responda en una tarjeta o dispositivo la pregunta: "*Menciona tres aprendizajes clave de la sesión práctica y cómo los aplicarías en tu futuro profesional.*"

**Estudiantes:** Escriben sus respuestas y luego comparten voluntariamente algunas ideas en plenaria.

#### Reflexión metacognitiva:

- ¿Qué conocimientos teóricos logré aplicar con mayor facilidad durante la sesión práctica?
- ¿Qué dificultades encontré al trasladar la teoría a la práctica y cómo las superé?
- ¿De qué manera esta experiencia me prepara para situaciones reales en mi carrera profesional?

**Docente:** Facilita la discusión y guía a los estudiantes para que profundicen en sus respuestas.

#### Retroalimentación:

**Docente:** Proporciona retroalimentación inmediata destacando fortalezas observadas en el análisis, la colaboración y la ejecución práctica, así como sugerencias para mejorar en futuras sesiones.

#### Transferencia:

**Docente:** Conecta lo aprendido con futuras sesiones o prácticas profesionales, animando a los estudiantes a aplicar estos procesos de análisis y experimentación en sus actividades cotidianas y futuras responsabilidades.

### **Tarea o reto:**

**Docente:** Propone que cada estudiante identifique una situación real o hipotética en su entorno donde pueda aplicar los conocimientos prácticos y prepare un breve informe con su análisis y propuesta de solución para presentar en la próxima sesión.

## **Evaluación**

### **Tipo de evaluación:**

- **Diagnóstica:** Durante la activación de conocimientos previos en la fase de inicio para identificar el nivel inicial de comprensión.
- **Formativa:** A lo largo de la fase de desarrollo, mediante la observación directa, preguntas guía, análisis de casos y desempeño en la simulación práctica.
- **Sumativa:** En la fase de cierre con la síntesis escrita y reflexión metacognitiva que evidencian la comprensión y aplicación de los contenidos.

### **Criterios de evaluación:**

- Capacidad de análisis crítico de situaciones reales (vinculado al objetivo 1).
- Diseño coherente y fundamentado de estrategias prácticas (vinculado al objetivo 2).
- Evaluación reflexiva y argumentada de resultados (vinculado al objetivo 3).
- Participación activa y colaborativa en equipos (vinculado al objetivo 4).
- Capacidad autoevaluativa y metacognitiva sobre el propio aprendizaje (vinculado al objetivo 5).

### **Instrumentos sugeridos:**

- Lista de cotejo para la observación de participación y aplicación práctica.
- Rúbrica para evaluar el análisis de casos y la presentación de soluciones.
- Cuestionario de reflexión metacognitiva.
- Portafolio con registros de actividades y productos generados.
- Autoevaluación y coevaluación entre pares sobre desempeño en el trabajo en equipo.

### **Evidencias de aprendizaje:**

- Cuadros de análisis y propuestas de solución elaborados en grupo.
- Presentaciones y debates realizados en plenaria.
- Desempeño en la simulación práctica en campo.
- Respuestas y reflexiones escritas en la fase de cierre.
- Informe individual de aplicación en contexto real enviado como tarea.

