

Salta Palabra

Skip Word

Martin Carlos Martinez Segura

Universidad Autónoma de Nayarit, Unidad Académica de Salud Integral, Tepic, Nayarit,
México. seguramcarlos@uan.edu.mx. <https://orcid.org/0009-0008-3153-1919>

Zaira Luz Orozco Ramirez

Universidad Autónoma de Nayarit, Unidad Académica de Salud Integral, Tepic, Nayarit,
México. zaira@uan.edu.mx. ORCID [0000-0002-0517-5614](https://orcid.org/0000-0002-0517-5614)





Figura 1. Tapete de palabras
Fuente: elaboración propia.

Resumen

El presente documento destaca la importancia de utilizar recursos educativos en el proceso de enseñanza aprendizaje.

En este caso particularmente la implementación y adaptación de un recurso que combina actividad física, lectura y memoria; lo anterior procurando favorecer diversas áreas del estudiante.

Beneficios Cognitivos: Mejora de la concentración y atención; estimulación de la actividad cerebral y mejora del rendimiento académico y aprendizaje.

Beneficios Físicos: Desarrollo de la coordinación motriz fina y gruesa, mejora del equilibrio e incremento de la agilidad y flexibilidad.

Beneficios Socioemocionales: Fomento de la confianza y autoestima; interacción entre compañeros, trabajo en equipo y desarrollo de habilidades sociales y comunicación efectiva.

Palabras clave: aprendizaje, actividad física, memoria, recurso educativo.

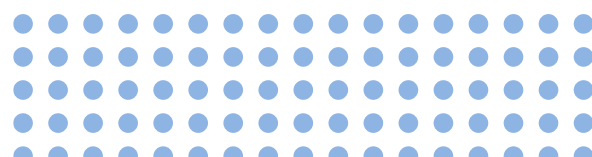




Figura 2. Ruleta de colores
Fuente: elaboración propia.

Abstract

The present document highlights the importance of using educational resources in the teaching and learning process.

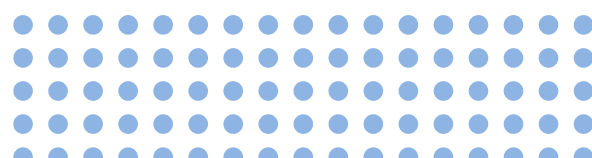
In this case particularly the implementation and adaptation of a resource that combines physical activity, reading and memory; the above seeking to favor various areas of the student.

Cognitive benefits: Improved concentration and attention; stimulation of brain activity and improved academic performance and learning.

Physical Benefits: Development of fine and gross motor coordination; improved balance and increased agility and flexibility.

Socioemotional Benefits: Confidence and self-esteem building; interaction among peers; teamwork and development of social skills and effective communication

Keywords: learning, physical activity, memory, educational resource



INTRODUCCION

Objetivo

Desarrollar y fortalecer habilidades de memoria, raciocinio y aprendizaje del estudiante respecto a una temática en particular, aunado a la realización de actividad física, esto derivado del movimiento del jugador, permitiéndole ejercitar de forma corporal su fuerza y equilibrio.

Sustento teórico

De acuerdo con Vargas Murillo (2017) “Los recursos didácticos son un conjunto de elementos que facilitan la realización del proceso de enseñanza y aprendizaje” en este sentido su utilización favorece además al reforzamiento de diversas habilidades en los estudiantes.

Considerando que durante la enseñanza-aprendizaje se involucran procesos multifactoriales en el individuo, tanto físicos como psicológicos, en este sentido hablando de la actividad física AF y de acuerdo a lo dicho por Saldías (2022) la Organización Mundial de la Salud (OMS) define la AF como cualquier movimiento corporal producido por los músculos esqueléticos, con el consiguiente consumo de energía.

Nota: si lo requiere, duplique tantas veces como lo considere necesario

- **Población:** Conjunto total de individuos o elementos que cumplen ciertas características.
- **Muestra:** Subconjunto representativo extraído de la población para análisis.
- **Variable:** Característica o propiedad que puede tomar diferentes valores.
- **Variable cualitativa:** Variable que expresa cualidades o categorías no numéricas.
- **Variable cuantitativa:** Variable que representa cantidades numéricas.

Medidas Descriptivas

- **Media:** Promedio aritmético de un conjunto de datos.
- **Mediana:** Valor que divide un conjunto ordenado en dos partes iguales.
- **Moda:** Valor que aparece con mayor frecuencia en un conjunto de datos.
- **Desviación estándar:** Medida que indica la dispersión de los datos respecto a la media.
- **Varianza:** Promedio de las diferencias al cuadrado respecto a la media.
- **Cuartil:** Valores que dividen un conjunto de datos en cuatro partes iguales.
- **Percentil:** Valores que dividen un conjunto de datos en cien partes iguales.
- **Frecuencia absoluta:** Número de veces que ocurre un valor específico.
- **Frecuencia relativa:** Proporción de ocurrencia de un valor respecto al total.

Conceptos de Muestreo y Estimación

- **Muestreo:** Proceso de selección de una muestra representativa.
- **Muestreo aleatorio:** Selección donde todos los elementos tienen igual probabilidad.
- **Estadístico:** Estadístico usado para estimar un parámetro poblacional.
- **Parámetro:** Valor numérico que describe una característica de la población.
- **Estimación:** Estimación de la variabilidad de un estadístico.

Figura 3. Glosario de terminos
Fuente: elaboración propia.

INTRODUCCION

Sustento teórico

La práctica recurrente de actividad física, además de los ya conocidos beneficios físicos que trae consigo, los cuales se ven reflejados en un estado óptimo de salud, también está asociada a la estimulación del aspecto mental, el aprendizaje, la concentración y el rendimiento académico de los escolares (Ávila et al., 2021)



Figura 4. Ejemplo de como pisar en la palabra seleccionada como respuesta
Fuente: elaboración propia.

DESARROLLO DEL RECURSO EDUCATIVO

Información general

Seleccione las aopciones a las que corresponda su recurso educativo

Áreas, Campos y Disciplina de las Ciencias: Ciencias de la salud

Nivel educativo: Superior

Ambiente de uso: Digital e impreso

Medio: PC , dispositivo movil, Físico

Conectividad: Sin internet

Componentes de interactividad: Equipo de computo, dispositivo movil, tablero impreso (lona)



Figura 5. Salto al círculo que contiene la palabra seleccionada como respuesta
Fuente: elaboración propia.

DESARROLLO DEL RECURSO EDUCATIVO

Material educativo

Actividad principal; es un glosario de palabras utilizadas “comúnmente” en la clase y que se incluyen dentro de las clases de manera ordinaria. Se puede actualizar a cada unidad de aprendizaje indistinto de la línea de formación, es principalmente para relacionar palabras y/o conceptos a manera de estímulo de aprendizaje.

Es un juego de movimiento fuerza y equilibrio en el que los jugadores deben saltar en un pie a un círculo según el color que corresponda a la palabra que el docente lea del glosario de palabras previamente compartido con los alumnos.

Cada vez que se gira la ruleta el docente lee el color que aparece en la ruleta y lee una palabra del glosario correspondiente al color que resultó y el alumno(a) participante debe colocarse en el círculo correspondiente, dando un tiempo máximo de 5 segundos para que realice el salto correspondiente.

Ruleta

Juego recreativo



Tapete

Juego recreativo



Glosario

Elaboración propia

- **Población:** Conjunto total de individuos o elementos que cumplen cie. características.
- **Muestra:** Subconjunto representativo extraído de la población para análisis.
- **Variable:** Característica o propiedad que puede tomar diferentes valores.
- **Variable cualitativa:** Variable que expresa cualidades o categorías no numéricas.
- **Variable cuantitativa:** Variable que representa cantidades numéricas.

Medidas Descriptivas

- **Media:** Promedio aritmético de un conjunto de datos.
- **Mediana:** Valor que divide un conjunto ordenado en dos partes iguales.
- **Moda:** Valor que aparece con mayor frecuencia en un conjunto de datos.
- **Desviación estándar:** Medida que indica la dispersión de los datos respecto a la media.
- **Varianza:** Promedio de las diferencias al cuadrado respecto a la media.
- **Cuartil:** Valores que dividen un conjunto de datos en cuatro partes iguales.
- **Percentil:** Valores que dividen un conjunto de datos en cien partes iguales.
- **Frecuencia absoluta:** Número de veces que ocurre un valor específico.
- **Frecuencia relativa:** Proporción de ocurrencia de un valor respecto al total.

Conceptos de Muestreo y Estimación

- **Muestreo:** Proceso de selección de una muestra representativa.
- **Muestreo aleatorio:** Selección donde todos los elementos tienen igual probabilidad.
- **Estadístico:** Estadístico usado para estimar un parámetro poblacional.
 - Valor numérico que describe una característica de la población.
 - Estimación de la variabilidad de un estadístico.

DESARROLLO DEL RECURSO EDUCATIVO

Proceso didáctico

Pasos para jugar salta palabra

1. Coloca el plástico del juego en una superficie plana. Si es en espacios exteriores, asegúrate de que no hay piedras, palos ni nada debajo que pueda estropearla o hacer daño al pisar.
2. Es imprescindible quitarse los zapatos, todos los participantes deben estar descalzos. ya sea con calcetines o sin ellos. Es imprescindible quitarse los zapatos, todos los participantes deben estar descalzos. ya sea con calcetines o sin ellos. Se tiene que colocar de manera que pueda leer las palabras.
3. Se jugará de manera individual con participación grupal acorde al número de alumnos que conforman el grupo al que se le está impartiendo la unidad de aprendizaje
4. Se debe elegir a una persona (el docente) que no participa en el juego y funge como organizador del juego, gira la ruleta, lee la definición y lleva el registro del puntaje.
5. El participante debe saltar hacia la respuesta que considera correcta y permanecer en un pie (o dos) hasta que el docente o arbitro diga si es correcta o incorrecta la opción de respuesta.
6. Si el participante elige una palabra que no sea la respuesta solicitada, se cae o pisa fuera del tapete de juego queda eliminado y da turno a otro participante.
7. Si el participante acierta en la respuesta continúa saltando hacia la siguiente respuesta correcta y así sucesivamente hasta que complete el tablero o las preguntas acordadas.
8. Con base en la escala de puntaje que utiliza el docente para calificar en su clase asigna un puntaje total al resultado, ya sea por participación grupal o individual.

Fuente: elaboración propia.

Conclusion

El recurso educativo presentado integra actividad física, lectura y memoria en una dinámica lúdica, su uso promueve simultáneamente el desarrollo de habilidades cognitivas, físicas y socioemocionales: mejora la concentración, la atención y el rendimiento académico, estimula la actividad cerebral, y fortalece la memoria y el aprendizaje.

El recurso impacta en el fomento a la coordinación motriz fina y gruesa, el equilibrio, la agilidad y flexibilidad, además de incentivar la confianza, la autoestima, la interacción entre compañeros, trabajo en equipo y la comunicación efectiva. La combinación de movimiento físico con la asociación de conceptos facilita la retención de información y el aprendizaje significativo, superando los límites de la enseñanza tradicional pasiva.

Este recurso es altamente flexible, el glosario de palabras puede actualizarse para cada unidad de aprendizaje, su enfoque adaptable lo convierte en una opción viable para abordar contenidos variados, siempre que se personalicen los conceptos y dinámicas según los objetivos de aprendizaje de cada materia.



Figura 7. Punto de salida
Fuente: elaboración propia.

REFERENCIAS

- Ávila Manríquez, Francisco De Jesús, Méndez Ávila, Julio César, Silva Llaca, José Miguel, & Gómez Terán, Oscar Ángel. (2021). Actividad física y su relación con el rendimiento académico. RIDE. Revista Iberoamericana para la Investigación y el Desarrollo Educativo, 12(23), e025. Epub 14 de febrero de 2022.<https://doi.org/10.23913/ride.v12i23.1030>
- Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI). (2013). *Glosario básico de términos estadísticos*. Lima, Perú: Autor.
- Pagano, M., & Gauvreau, K. (2018). *Principles of Biostatistics* (2nd ed.). CRC Press.
- Rosner, B. (2015). *Fundamentals of Biostatistics* (8th ed.). Cengage Learning.
- Saldías-Fernández, M Angélica, Domínguez-Cancino, Karen, Pinto-Galleguillos, Daniela, & Parra-Giordano, Denisse. (2022). Asociación entre actividad física y calidad de vida: Encuesta Nacional de Salud. *Salud Pública de México*, 64(2), 157-168. Epub 13 de marzo de 2023.<https://doi.org/10.21149/12668>
- Szklo, M., & Nieto, F. J. (2019). *Epidemiology: Beyond the Basics* (4th ed.). Jones & Bartlett Learning.
- Vargas Murillo, Gabino. (2017). Recursos educativos didácticos en el proceso enseñanza aprendizaje. *Cuadernos Hospital de Clínicas*, 58(1), 68-74. Recuperado en 03 de julio de 2025, de http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1652-67762017000100011&lng=es&tlng=es.

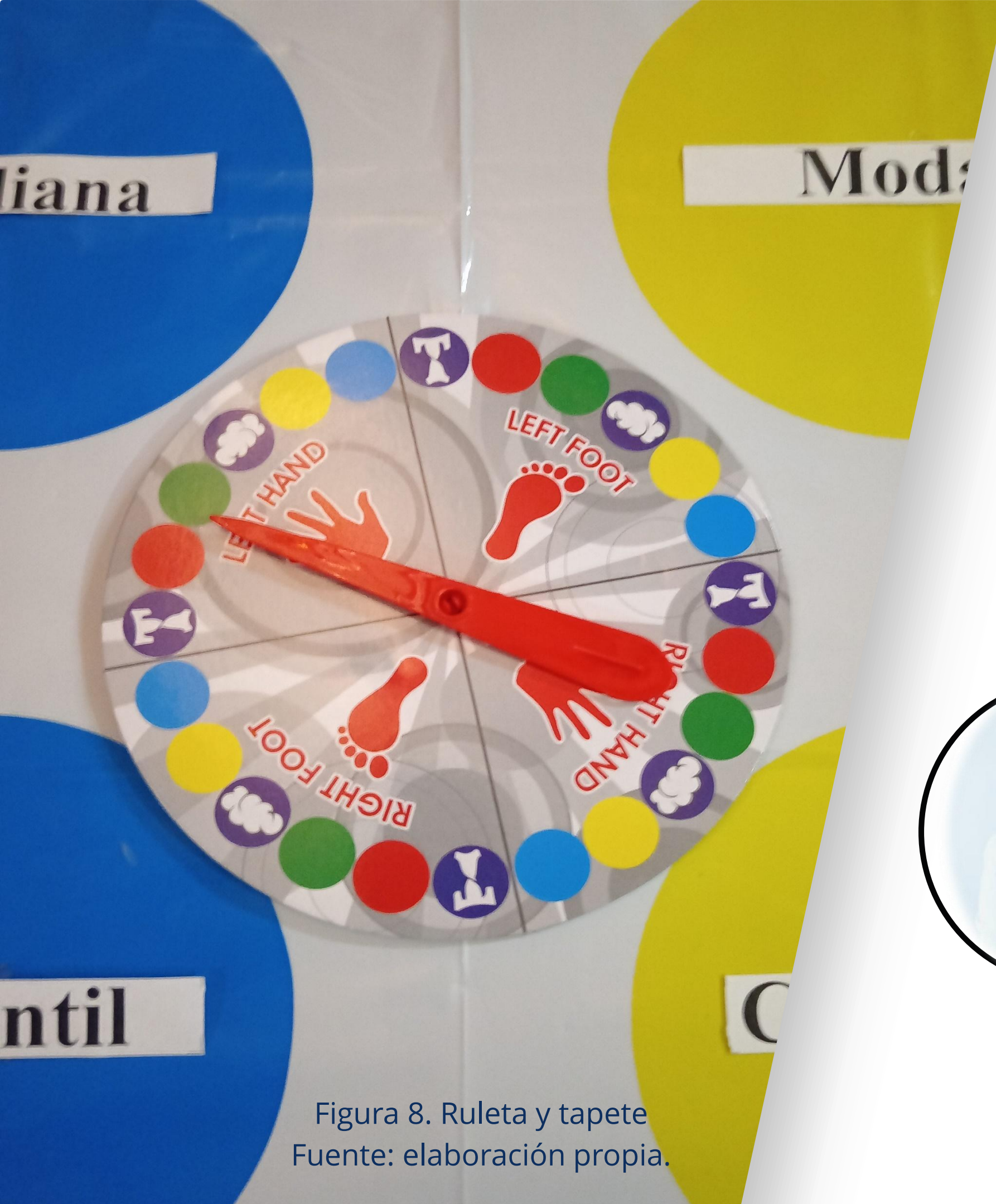


Figura 8. Ruleta y tapete
Fuente: elaboración propia.

AUTORES



Martin Carlos Martinez Segura

- Docente de tiempo completo en la Universidad Autónoma de Nayarit.
- Autor y coautor de artículos de divulgación científica
- Responsable del profesional asociado en terapia física y fomento a la investigación de la Unidad Academica de Salud Integral.



Zaira Luz Orozco Ramirez

- Docente de tiempo completo en la Universidad Autónoma de Nayarit.
- Perfil PRODEP
- Colaboradora y autora de artículos.
- Directora de la Unidad Academica de Salud Integral.