

**FORTALECIMIENTO DE LAS HABILIDADES BASICAS MOTORAS CORRER,
SALTAR Y LANZAR EN NIÑOS DE 6 A 11 AÑOS DEL MUNICIPIO DE GUATEQUE
A TRAVES DE LA EDUCACION FISICA EN AMBIENTES EXTRAESCOLARES.**

Mónica Del Pilar Sánchez Arévalo

**UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL
CENTRO VALLE DE TENZA
LICENCIATURA EN EDUCACIÓN FÍSICA, DEPORTE Y RECREACIÓN
SUTATENZA, BOYACÁ
2015**

**FORTALECIMIENTO DE LAS HABILIDADES BASICAS MOTORAS CORRER,
SALTAR Y LANZAR EN NIÑOS DE 6 A 11 AÑOS DEL MUNICIPIO DE GUATEQUE
A TRAVES DE LA EDUCACION FISICA EN AMBIENTES EXTRAESCOLARES.**

Mónica Del Pilar Sánchez Arévalo

**Asesor:
Pedro Enrique Ramírez**

**UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL
CENTRO VALLE DE TENZA
LICENCIATURA EN EDUCACIÓN FÍSICA, DEPORTE Y RECREACIÓN
SUTATENZA, BOYACÁ
2015**

NOTA DE ACEPTACIÓN.

JURADO NO. 1

JURADO NO. 2

ASESOR DEL TRABAJO DE GRADO

Sutatenza, Noviembre del 2015

DEDICATORIA.

MÓNICA DEL PILAR SÁNCHEZ ARÉVALO

Este trabajo es dedicado con mucho amor a mis padres, Jairo Sánchez Roa y María Asención Arévalo León, porque gracias a ellos he logrado tener todo lo que he querido en mi vida, además de esto han sido mi bastón desde el momento en que nací hasta el día de hoy, brindándome su amor diariamente y apoyándome siempre en cada logro que he obtenido. A lo más lindo de mi vida, mi hijo hermoso, Juan Camilo Sánchez Sánchez que con su sonrisa, su alegría y su amor ha hecho que sea la mujer más feliz del mundo y me ha ayudado a ser muy fuerte para cuidarlo protegerlo y amarlo por siempre. A mi esposo Jeisson Camilo Sánchez Silva quien con su amor se ha convertido en un ser incondicional en mi camino, y ha sido la persona más especial y consentidora. A mis hermanos Sandra, Duvan y Jhon Jairo Sánchez Arévalo, quienes con sus amor y ternura siempre están conmigo en todo momento. A mis sobrinos hermosos Maurito y Santi que para mí son también mis hijos porque con su amor a la tía favorita han logrado que mi corazón se adueñe de ellos junto a mi Juan Camilo.

RESUMEN ANALÍTICO EN EDUCACIÓN - RAE

1. Información General	
Tipo de documento	Trabajo de Grado
Acceso al documento	Universidad Pedagógica Nacional
Título del documento	FORTALECIMIENTO DE LAS HABILIDADES BÁSICAS MOTORAS CORRER, SALTAR Y LANZAR EN NIÑOS DE 6 A 11 AÑOS DEL MUNICIPIO DE GUATEQUE A TRAVÉS DE LA EDUCACIÓN FÍSICA RECREATIVA EN AMBIENTES EXTRAESCOLARES.
Autora	Sánchez Arévalo, Mónica del Pilar
Tutor	Ramírez, Pedro Enrique
Publicación	Sutatenza-Boyacá. Universidad Pedagógica Nacional, 2015, 118 p.
Unidad Patrocinante	Universidad Pedagógica Nacional
Palabras Claves	HABILIDADES, MOTRICIDAD, CARRERAS, SALTOS, LANZAMIENTOS, DESARROLLO MOTOR, DESTREZAS, AMBIENTE EXTRA ESCOLAR.

2. Descripción
<p>Este trabajo aporta al desarrollo y al fortalecimiento de las habilidades básicas motoras mediante la realización de actividades lúdicas ejercicios físicos y de aprovechamiento motor ejecutados por los niños entre las edades de 6 a 11 años a través de la educación física en ambientes extraescolares. Realizando y llevando a cabo movimientos de dominio y control con ejercicios de carreras, saltos y lanzamientos partiendo de los movimientos voluntarios que los niños adquirieron en su crecimiento y desarrollo ayudando al fortalecimiento de sus habilidades básicas motoras.</p> <p>Se aplicó un test de entrada y uno de salida donde se midió la capacidad de: Correr: Este mediante ejercicios de fortalecimiento de aumento de la zancada, flexión de pierna y desplazamiento.</p> <p>Salto: Se trabajaron dos modalidades, salto horizontal y salto vertical, observando la acción correcta al momento de la realización.</p> <p>Lanzamiento: Se realizaron ejercicios altos, medios y bajos, observando la posición que daban a cada uno de los tres pasos, ya que en cada lanzamiento los niños normalmente tendían a llevar un pie hacia adelante o quedaban totalmente quietos.</p>

El test de lanzamiento también se hizo en circuitos aplicando actividades diseñadas a partir de juegos y lúdicas pensadas en las características del niño a partir de su desarrollo dentro de las tres habilidades.

De igual manera se ponían en práctica toda clase de juegos ya que por medio de estos practicaban y mejoraban sus habilidades y aprendían de forma natural y divertida. Los niños en estas edades, ya tienden a tener desarrolladas completamente las habilidades básicas motoras, de acuerdo a esto se buscó un mejoramiento a estas explorando y practicando juegos, actividades, talleres y demás actividades que ayudan al fortalecimiento ya que algunos niños presentaban debilidades al momento del desarrollo.

3. Fuentes

Para dar inicio a esta investigación, se tuvieron que citar diferentes libros y documentos de internet que hablan acerca de las habilidades básicas motoras, en especial las de “correr, saltar y lanzar”, de igual manera se citaron autores que resaltan la importancia de las clases en horario no formal o ambientes extraescolares.

Gonzales G, (2008), Licenciado en ciencias de la actividad física y el deporte Universidad Europea Miguel de Cervantes, artículo “Diferencia entre la Educación Física Escolar y las Actividades Extraescolares” Tomado de efdeportes.com.

Dra. Castañer, M y Dr. Camerino, O, (1999), La Enseñanza y el Aprendizaje de las Habilidades y Destrezas Motrices Básicas.

Peraza, C y Rodríguez, M, (2013), Juegos de Movimiento para el Desarrollo de las Habilidades Motrices Básicas en Niños del Sexto Año de Vida, Tomado de efdeportes.com

Gil, P, Contreras, J, Gómez, J, (2008), Habilidades Motrices en la Infancia y su Desarrollo desde una Educación Física Animada. Revista Iberoamericana de Educación.

Moreno, A, (2001), artículo, Análisis de las Habilidades Básicas Motrices con Mayor Influencia en la Coordinación Dinámica General, Tomado de, Revista Eufísica.

4. Contenidos

Es muy importante destacar el valor de las habilidades en los niños, ya que estas contribuyen a su proceso de desarrollo motriz en su vida diaria, el niño desde el momento que nace y va creciendo va adquiriendo y mejorando estas habilidades por sí solo, de ahí parte la necesidad de trabajar los procesos de fortalecimiento motriz mediante juegos y actividades de dominio y control de su propio cuerpo como desplazamientos, saltos y lanzamientos diseñadas para aplicar en espacios extra escolares por medio de la Educación Física.

5. Metodología

La metodología implementada para realizar este trabajo fue la I.A. Investigación Acción ya que lo que se pretende es obtener resultados útiles en busca de la mejora de la población.

El enfoque Investigativo es de forma Cualitativa y el Alcance es de tipo Exploratorio.

6. Conclusiones

Las conclusiones del trabajo se basan en la importancia del fortalecimiento de las habilidades Básicas Motoras correr, saltar y lanzar en niños y niñas de 6 a 11 años por medio de la educación física en Ambientes extraescolares.

El juego es esencial para el desarrollo del ser humano y a través de él se posibilita el fortalecimiento de las habilidades a través de métodos para la enseñanza – aprendizaje de los niños del Municipio de Guateque – Boyacá.

El niño por naturaleza adquiere sus movimientos voluntarios por si solos desarrollado con el tiempo toda clase de habilidad, de acuerdo a esto es de suma importancia trabajar mediante su crecimiento y desarrollo el fortalecimiento de estas con actividades para un buen desempeño al momento de realizar cualquier movimiento. Es viable tomar la educación física recreativa en horario no formal para iniciar este proceso, ya que estos horarios son perfectos para plasmar actividades diferentes a las que el niño está acostumbrado a desarrollar

Elaborado por:	Sánchez Arévalo, Mónica del Pilar
Revisado por:	Ramírez, Pedro Enrique

Fecha de elaboración del Resumen:	24	06	2015
--	----	----	------

CONTENIDO

	Pág.
Introducción.....	12
1. Planteamiento del problema	14
1.1 Descripción del Problema	14
1.2 Formulación del problema:.....	15
1.3 Pregunta de Investigación.....	16
2. Justificación	17
3. Objetivos.....	19
3.1 Objetivo general.....	19
3.2 Objetivos específicos	19
4. Marco de referencia	20
4.1 Antecedentes	20
4.1.1 Antecedente internacional.....	20
4.1.2 Antecedente regional	20
4.1.3 Antecedente local	21
4.2 Marco contextual.....	23
4.3 Marco teórico	25
4.3.1 Teoría de la acción motriz - Pierre Parlebás.....	25
4.3.2 Teoría del aprendizaje – <i>Vigotsky</i>	28
4.3.2.1 Ser humano:	29
4.3.2.2 Desarrollo cognitivo:	29
4.3.2.4 Aprendizaje:.....	29
4.3.2.5 Influencias ambientales:	30
4.3.3 Origen del desarrollo:.....	30
4.3.4 Teoría del desarrollo cognitivo – <i>Jean Piaget</i>	30
4.3.5 Habilidades básicas motoras:	32
4.3.6 Habilidad:	33
4.3.7 Recreación.....	33
4.3.8 Educación física.....	33
4.3.9 Educación:	33
4.3.10 Pedagogía:.....	34
4.3.11 Actividad extraescolar:	34
4.3.12 Lúdica:	34
4.3.13 Juegos tradicionales:	34
4.3.14 juegos pre deportivos:.....	35
4.3.15 Juego:	35

4.4 Marco legal	35
4.4.1 Ley 181 de 1995	35
4.4.2 Ley 115 de febrero 8 de 1994	38
5. Metodología	40
5.1 Diseño de la investigación:	40
5.1.1. Tipo de investigación	40
5.1.2. Enfoque investigativo.....	42
5.1.3 Alcance de tipo Exploratorio	42
5.1.4. Diseño de metodológico	42
5.2 Población	43
5.3 Muestra	43
5.4 Instrumentos de recolección de información.....	43
5.4.1 instrumentos	43
5.4.1.1 Diario de campo	43
5.4.1.2 Test.....	44
5.4.1.3 Protocolo de los Test	44
5.4.1.4 Tablas de Valoración	45
5.4.2 Técnicas:.....	45
6. Presentación y análisis de resultados.	47
6.1 Resultados test inicial	49
6.2 Resultados test final.....	51
7. Perspectiva educativa	62
8. Propuesta.....	66
8.1 presentación	66
9. Conclusiones.....	110
10. Recomendaciones.....	112
Bibliografía y Web grafía.....	¡Error! Marcador no definido.
Anexos	117

Lista de Tablas

Tabla 1. Tabla general de todos los test.....	51
Tabla 2. Test de velocidad inicial (carrera de zonas).....	60
Tabla 3. Test de velocidad final (carrera de zonas)	
Tabla 4. Test de salto vertical inicial.....	61
Tabla 5. Test de salto vertical final	
Tabla 6. Test de lanzamiento inicial (lanzamiento longitudinal.....	62
Tabla 7. Test de lanzamiento final	
Tabla 8. Test de velocidad con promedio inicial y final.....	63
Tabla 9. Test de salto vertical con promedio inicial y final	
Tabla 10. Test de lanzamiento con promedio inicial y final.....	64

Lista de Gráficos.

Grafico 1. Test de velocidad inicial.....	52
Grafico 2. Test de salto vertical inicial.....	53
Grafico 3. Test de lanzamiento inicial.....	53
Grafico 4. Resultado de los tres test iniciales.....	54
Grafico 5. Test de velocidad final.....	55
Grafico 6. Test de salto vertical final.....	55
Grafico 7. Test de lanzamiento final.....	56
Grafico 8. Resultado de los tres test finales.....	56
Grafico 9. Resultado de velocidad en segundos inicial y final.....	57
Grafico 10. Resultado de salto vertical en centímetros inicial y final.....	58
Grafico 11. Resultado de lanzamiento en metros después de 2 metros inicial y final.....	59

Introducción

Las Habilidades Básicas Motoras juegan un papel muy importante en la vida del individuo, es por eso, que desde la etapa infantil se deben analizar y estudiar poniendo en práctica actividades donde involucren todos los movimientos de su cuerpo, si bien se tiene claro el niño por naturaleza adquiere sus movimientos voluntarios por si solos desarrollando con el tiempo toda clase de habilidad. Teniendo en cuenta lo anterior se entra a trabajar mediante su crecimiento y desarrollo con actividades de fortalecimiento para un buen desempeño al momento de realizar cualquier movimiento, se toma la educación física en horario no formal para iniciar esta investigación, ya que estos horarios son perfectos para plasmar actividades diferentes a las que el niño está acostumbrado a desarrollar. Toda las etapas del niño, son esenciales para su desarrollo pero en este caso se tomó el trabajo con niños y niñas con edades de 6 a 11 años, edad perfecta para el dominio de su cuerpo al momento de aplicar cualquier tarea motriz.

Se ha definido muy bien las habilidades básicos a trabajar, en este caso se toma como objeto el correr, saltar y lanzar, que se constituyen como un referente para el desarrollo motriz de los individuos con el fin de identificar, analizar y sistematizar los resultados de cada patrón, mediante actividades del desarrollo motor, para fortalecer en los procesos de aprendizaje - enseñanza se sugiere un conocimiento amplio en torno a la teoría y práctica para la ejecución y valoración de cada uno de los test y métodos de entrenamiento de las habilidades básicas motoras correr, saltar y lanzar.

Este trabajo, cuenta con los datos de los estudiantes donde se evidencia el desarrollo y evolución del porque se debe realizar un análisis en torno al estado físico, actitud y la aptitud, de los niños, situación de lo cual se comprende las conclusiones de las actividades planeadas durante el espacio. Además se podrá observar como al involucrar diferentes actividades y la enseñanza adecuada en estos espacios extraescolares pueden generar cambios en el desarrollo físico de los niños e involucrarlos en temas que aportan a la mejora de su habilidad con un fin específico, además se pone en evidencia la falta de la presencia de un maestro de educación

física en las instituciones educativas que complemente estos procesos, mediante actividades y juegos de fortalecimiento.

Como herramienta se deja una cartilla que servirá a los niños y niñas o docentes que estén interesados en este tema, para quizá darle continuidad al tema del fortalecimiento de las habilidades básicas motoras mediante la educación física en ambientes extra escolares

1. Planteamiento del problema

1.1 Descripción del Problema

Es muy importante identificar y evidenciar las problemáticas que aparecen con los niños y niñas del municipio de Guateque Boyacá, si bien nos damos cuenta en este contexto no existe el docente pertinente para el área de educación física en la básica primaria de 1 a 5 grado, a consecuencia de esta precariedad educativa se evidencia en los niños del municipio debilidad en las habilidades básicas motoras, en este sentido este trabajo atiende a esta necesidad. Además no se le da la respectiva importancia al desarrollo de las habilidades básicas motoras de los niños en la etapa infantil trascendentales para el desarrollo del ser humano, de acuerdo a esto el maestro que está cargo toma la educación física como el tiempo libre del estudiante o la ejecuta de una manera que no es la correcta. Por esto se crea el trabajo de fortalecimiento de las habilidades en ambientes extra escolares donde aparte de recrearse se están fortaleciendo por medio de actividades, competitivas, pre – deportivas, tradicionales y demás. (Fernández, J, 2009), dice

Por lo general, las instituciones educativas desconocen la importancia que la Educación Física representa para la básica primaria, porque ella, como otras disciplinas del conocimiento, a través del movimiento, contribuyen también con el proceso de formación integral del ser humano para beneficio personal, social y conservación de su propia cultura.

Por el mismo desconocimiento de la asignatura en los colegios, los maestros no le dan un buen valor a la disciplina de la Educación Física.

Al momento de aplicar los juegos de carreras, saltos y lanzamientos en los diferentes encuentros, se observó dificultad en la ejecución por parte de algunos niños y niñas, ya que no realizaban muy bien los ejercicios, de acuerdo a esto se inició a darle un buen manejo al desarrollo de cada tarea ya que lo que se buscaba era un buen desarrollo al momento de fortalecer los patrones básicos.

Al ver la problemática de que unos niños presentan dificultades socio motrices que se denotan al momento de la ejecución de ejercicios y actividades que impliquen la habilidad, se decidió trabajar con ellos en función de analizar y reestructurar las formas para el fortalecimiento de las habilidades, para esto se aplicó teoría y luego práctica de las actividades planteadas, explicando que parte del cuerpo se va a fortalecer con las actividades de correr, saltar y lanzar.

Se encontró gran dificultad al momento de realizar las actividades ya que los niños pedían que las clases no fueran iguales a las que le plantea sus maestros del colegio, es de ahí donde se decide aplicar toda clase de juegos para recrearse y a la vez trabajar con el tema principal de fortalecer los patrones básicos.

Se trabajó en diferentes locaciones físicas como el campos deportivo y parques donde por obligación se tenían que hacer cambios, no porque las queríamos realizar sino porque muchas veces la lluvia impedía que trabajáramos en un escenario abierto, cuando se trabajaba en el polideportivo debíamos abandonarlo por las clases que realizan de micro futbol y baloncesto, también nos encontrábamos con que no nos podían prestar algún escenario y de ahí teníamos que dirigirnos a un escenario que estuviera libre como zonas verdes.

También es necesario dentro de las problemáticas manifestar que hay dificultades para la reunión de la población por inasistencias situaciones familiares entre otras. También la asistencia diversas entre niños y niñas nuevos de manera constante genera dificultad para desarrollar los procesos.

1.2 Formulación del problema:

Los niños del Municipio de Guateque están presentado debilidades en el desarrollo de las Habilidades Básicas Motoras (correr, saltar y lanzar), debido entre otras a la ausencia de profesionales del área y programas a fines.

1.3 Pregunta de Investigación

¿Cómo afecta la educación física, el desarrollo y fortalecimiento de las habilidades básicas motoras en los niños y niñas en edades de los 6 a los 11 años, a partir de actividades lúdico - recreativas?

2. Justificación

Es muy importante realizar este proyecto, ya que se juega con un conjunto de temas que pueden ser desarrolladas y evaluadas todas al mismo tiempo en un solo trabajo. Principalmente se tiene el fortalecimiento de las habilidades básicas motoras, el aprovechamiento del tiempo libre, la educación física recreativa y las clases realizadas en horarios extra escolares. Trabajo realizado con niños y niñas en edades de 6 a 11 años de edad, además en este espacio se aplican actividades lúdico-recreativas, y deportivas que ayudan y aportan a su desarrollo psicológico, físico-motor y cognitivo. Como primer objeto se tiene trabajar con el fortalecimiento de las habilidades básicas motoras de correr, saltar y lanzar.

Teniendo las habilidades básicas ya definidos es importante que los niños entren a conocer más de su cuerpo, sabiendo que en cada movimiento o acción que están realizando están fortaleciendo sus habilidades y a la vez se están recreando. Con esto los niños actúan progresivamente y de manera autónoma al momento de practicar cualquier ejercicio o ejecutar algún deporte sin tener ninguna dificultad al desarrollarlo ya que han sido fortalecidas sus habilidades motoras por medio de actividades planeadas para su fortalecimiento y mejoramiento del gesto motor.

Teniendo en cuenta que el desarrollo de las habilidades básicas motrices es uno de los temas más importantes de tratar al momento de referirnos al desarrollo de del niño y del ser humano en general, por esta razón se hace importante y necesario crear y obtener nuevos criterios del desarrollo de estas a través de actividades planteadas y diseñadas para conocer y poder plantear un punto de partida para el análisis de habilidades básicas motrices como los son la carrera, el salto y el lanzamiento cuando se trate de trabajar con niños dentro de diferentes rangos de edad y capacidad física.

La intervención que se realiza en la población objetivo, logra demostrar la importancia que tiene el educador físico, en cuanto propende por el fortalecimiento de las habilidades básicas motoras que redundan en el desenvolvimiento de la personalidad de los niños y niñas con el entorno con el cual se desarrolla y tiene contacto permanente, logrando determinar la identidad de escenarios y la manera de

interactuar con el mismo, manteniendo una clara armonía entre su desarrollo motor y los objetos que sirven para su potenciación.

Bajo este panorama, la ejecución del presente trabajo, está mediado por la metodología I.A, la cual permite incursionar instrumentos cualitativos, permitiendo obtener datos relevantes y oportunos que brindan una orientación clara hacia la consecución de los objetivos propuestos en la investigación.

Con la obtención de estos resultados, es posible el diseño de la cartilla que sobre el tema versa, para poder brindar un suministro a la población objetivo, como herramienta que facilite, oriente y fortalezca las habilidades básicas motoras, no solo como un ejercicio académico, sino como la puesta en marcha de las contribuciones que el profesional en Educación Física, Deporte y Recreación puede suministrar al entorno y a la comunidad, como un agente protagónico en el desarrollo integral de los niños y niñas.

3. Objetivos

3.1 Objetivo general

Fortalecer las habilidades básicas motoras correr, saltar y lanzar a través de actividades lúdico - recreativas en ambientes extraescolares desde la Educación Física.

3.2 Objetivos específicos

✚ Establecer el estado actual de las habilidades básicas motoras correr, saltar y lanzar.

✚ Propiciar en los niños y niñas cambios en la realización de tareas que impliquen la visualización de las habilidades básicas motoras por medio de las actividades propuestas.

✚ Diseñar una cartilla que condense los procesos para el fortalecimiento de las habilidades básicas motoras.

4. Marco de referencia

4.1 Antecedentes

Las habilidades básicas motoras es un tema de bastante investigación enmarcándolo dentro del contexto mundial, regional y local, como datan diferentes investigaciones, tesis y propuestas pedagógicas enfocadas en conocer, evaluar y aplicar diferentes metodologías, temas y formas de trabajar a nivel físico, psicológico, emocional y social con base en el desarrollo de los patrones básicos del movimiento y la incidencia en el desarrollo del ser humano en las primeras etapas de la vida; a continuación se citaran algunas de las investigaciones realizadas sobre este tema.

4.1.1 Antecedente internacional

Educación infantil. Las habilidades motrices básicas

En este trabajo hemos querido plasmar la importancia que tiene el período de la segunda infancia (de dos a seis años) en la adquisición de las habilidades motrices básicas, así como el valor importante que tiene la influencia de las actividades lúdicas en el desarrollo de estas habilidades en una etapa tan importante para el desarrollo integral de los niños/as, en la que se marcará su devenir futuro. Cada niño es un mundo con distintas habilidades motrices y grado de maduración, de forma que no se puede valorar y juzgar a todos por igual. A modo de ilustración hemos introducido algunos gráficos representativos, así como un mapa conceptual sobre los contenidos de la Educación Física en la Educación Infantil, como área imprescindible, en estas edades, en la contribución a la maduración del niño y a su desarrollo integral. (López y López, 2012).

4.1.2 Antecedente regional

Análisis de las habilidades motrices básicas con mayor influencia en la coordinación dinámica general.

La primera fase se denomina “desarrollo de las habilidades perceptivas a través de las tareas motrices habituales” va de los 4 a los 6 años y corresponde al último ciclo de la educación infantil y primer ciclo de la enseñanza primaria. En esta primera fase se busca una mejora de las diferentes habilidades perceptivas mediante la utilización de tareas motrices habituales cuya finalidad es la mejora de los aspectos perceptivos implicados en la ejecución motriz tales como estructuración del esquema corporal, percepción temporal y espacial, etc.

La actividad del niño se fundamenta en correr, (constituye la base de sus juegos), saltar, lanzar, sin una orientación precisa. A través de la actividad motriz se descubre así mismo, al mundo, a los objetos y a los demás. (Explora el cuerpo y la motricidad).


La segunda fase llamada “de desarrollo de las Habilidades Motrices Básicas” corresponde a las edades de 6 a 9 años y coincide con los ciclos inicial y segundo de la educación primaria. Los niños inician la escuela primaria con unos esquemas de movimientos relativamente estructurados y consolidados, lo que le permite un cierto grado de autonomía motriz y una posibilidad relativa de interacción con su entorno.

Los niños quieren correr más rápidos, saltar más alto, lanzar más lejos, en definitiva conseguir un objetivo concreto (motricidad básica).

La tercera fase, la de iniciación a las Habilidades Motrices Específicas y de desarrollo de los factores básicos de la condición física”, abarca desde los 10 a los 13 años y se corresponde con el segundo ciclo de enseñanza. En esta fase supone la culminación de la primera y permite desarrollar todas aquellas habilidades específicas a partir de la transferencia de los aprendizajes realizados anteriormente.

Los niños quieren imitar acciones motrices propias del adulto: saltar grandes alturas, lanzar la jabalina, jugar Baloncesto, etc. (Moreno, A, 2010).

4.1.3 Antecedente local

 **Propuesta metodológica para potencializar las habilidades básicas motrices a través de estrategias didácticas, correr, saltar y lanzar orientada a**

niños y niñas en las edades entre los 5 a 8 años del instituto técnico san Bartolomé del municipio de Sutatenza escuela Gaque.

El presente trabajo tiene como propósito principal realizar una propuesta pedagógica, que busca fortalecer y potencializar algunas de las habilidades básicas motrices, a través del diseño de actividades que se puedan realizar desde los espacios y recursos que tiene el contexto rural y particularmente donde se encuentran los estudiantes de básica primaria de la escuela Gaque del municipio de Sutatenza.

El desarrollo de las habilidades básicas motrices es de gran importancia, para todos los seres humanos. Muñoz (1996) plantea que hay una serie de niveles motrices los cuales el niño a medida que de su crecimiento y desarrollo, inician con los reflejos innatos y reacciones durante sus primeros años de vida.

En los tres años de vida del niño surge en su desarrollo motriz una serie de movimientos voluntarios que permiten el control del cuerpo y que posteriormente inicia con el desarrollo de las habilidades básicas motrices como andar, seguidas de otras como correr, saltar, lanzar, golpear y agarrar.

Es así como el niño día a día inicia a desenvolverse cada vez en cada una de sus habilidades ya que al desarrollar sus actividades cotidianas se hace necesario afianzar con mayor precisión cada una de ellas.

Una según etapa inicia el desarrollo de las habilidades básicas motrices fundamentales y continuas con la adolescencia y la vida adulta.

En esta segunda etapa es en el cual se centra el presente trabajo, ya que se busca identificar y caracterizar las habilidades básicas motrices teniendo en cuenta el contexto rural; y a partir de este lograr construir una idea como es el diseño de una propuesta metodológica que aporte elementos en potencializar las habilidades básicas motrices de los niños y niñas del instituto técnico san Bartolomé. De allí que se hace importante resaltar el papel que tiene la Educación Física en este tipo de procesos ya que esta ofrece desarrollar una serie de procesos para adquirir componentes físicos y

técnicos, los cuales deben de ser importantes a través de una enseñanza guiada, con el fin de fortalecer y tener una continuidad en el proceso”. (Caballero, V, 2014).

4.2 Marco contextual

GUATEQUE – BOYACA

NIT: 800.013.683-9

Código Dane: 15322

Gentilicio: Guatecano

Extensión total: 36.04 Km²

Extensión área urbana: 1.82 Km²

Extensión área rural: 34.22 Km²

Población: 10.271 habitantes

Altitud de la cabecera municipal (mtrs sobre el nivel del mar): 1815

Temperatura media: 20° C

Distancia de referencia: De la capital del departamento Tunja 125 km y de la capital del país 112 km.



Fuente tomada de: http://es.wikipedia.org/wiki/Valle_de_Tenza

Guateque limita con los municipios de La Capilla, Tenza, Sutatenza, Somondoco, Guayata, Tibirita y Manta, En el municipio, a pesar de su alta proporción de población urbana, a que la tenencia de la tierra predomina el micro y minifundio y a las prácticas tradicionales de producción, el sector agropecuario representa cerca del 48% de las actividades económicas, seguido por las actividades de servicios y de manufactura.

Se encuentra rodeado de grandes eventos culturales y deportivos que se realizan durante todos los años, es destacado el deporte ya que el municipio ofrece mucha variedad en escenarios deportivos obviamente con niños participantes en cada escuela de formación, de acuerdo a la cultura, principalmente es realizado el festival de luces, eventos tales como el natalicio Enrique Olaya Herrera, Batalla 7 de Agosto, Día de la independencia, Ferias y Fiestas, Día de la Virgen del Carmen y demás que se destacan en el diario vivir.

Cuenta con 4 Colegios, 2 públicos que son La Institución Educativa Enrique Olaya Herrera y La Institución Educativa Valle de Tenza, 2 privados que son La Institución Educativa Eduardo Mendoza Varela y El Colegio Jean Piaget, con ellos y en conjunto de la alcaldía municipal se inicia a trabajar en el tema del fortalecimiento de las

habilidades básicas motoras con los niños de primaria en ambientes extra escolares, ya que en el horario formal de los niños la educación física no es tomada y realizada de la manera correcta, de acuerdo a esto y a las escuelas de formación que la alcaldía ofrece se le dio espacio a este tema que fue trabajado en los diferentes escenarios que hacen parte del municipio, con niños de diferentes Colegios entre las edades de 6 a 11 años.

4.3 Marco teórico

4.3.1 Teoría de la acción motriz - Pierre Parlebás.

De acuerdo a la teoría de teoría de Pierre, la acción motriz es el común denominador que da identidad, unidad y especificidad a la educación física, cuya práctica enmarca toda una gama de actividades entre las que se consideran: el deporte y los juegos tradicionales, los ejercicios gimnásticos y las actividades libres entre otras. Esta postura concibe a la educación física como una práctica pedagógica que se apoya en el conocimiento científico, cuyo enfoque está centrado en el movimiento y la interacción; en donde lo significativo de las prácticas se centrará en las manifestaciones observables del comportamiento motor, así como en el sentido relacional y táctico de las conductas que se presentan en el desarrollo de las actividades.

Con relación al deporte, subraya que la escuela debe retomarlo como un medio valioso para educar, dado que su ejemplo está presente en la vida diaria del niño a través de los medios de comunicación; no obstante, debe considerársele como una actividad más de la acción motriz, aunada a todas aquellas que el profesor sea capaz de implementar en su clase.

Sobre la función del profesor, señala que éste deberá por medio de técnicas adecuadas, alcanzar la personalidad del alumno, desarrollando sus capacidades físicas y emocionales, al mismo tiempo que su inteligencia motriz. Asimismo deberá poner en práctica nuevas formas de interacción con base en el movimiento. Por todo lo anterior, el objetivo general que se plantea, es el de coadyuvar a la formación de la personalidad

del niño mediante el desarrollo de la inteligencia motriz y la interactividad, a través de la actividad física.

Como objetivos específicos subraya:

- ✚ Coadyuvar al desarrollo de la personalidad del alumno
- ✚ Desarrollar sus capacidades motrices y emocionales
- ✚ Utilizar la acción motriz para promover la interactividad en los alumnos
- ✚ Desarrollar en el niño el gusto por la práctica de la actividad física

Desde la óptica de esta propuesta, la noción de conducta motriz posibilita el análisis de los aspectos cognoscitivos, afectivos y relacionales, constituyendo un sistema de acción específico del ser humano diferente a otros tipos de conductas como pueden ser las verbales.

Parlebás está desarrollando una nueva disciplina que es la “Ciencia de la Acción Motriz” llamada también “Praxología Motriz”, a través de la cual trata de crear un campo de conocimiento científico que contemple como objeto de estudio al gran conjunto de actividades físicas que como se ha mencionado anteriormente, él mismo denomina “Acción Motriz”. Esta construcción de un ámbito específico para la educación física, supone considerar a las estructuras motrices del ser humano como estructuras de comunicación.

Al abordar la formación docente subraya que uno de los principales objetivos es el de adoptar una pedagogía de la educación, por medio de la cual los profesores aprendan también a ser educadores. Para el diseño curricular, menciona que deberán regirse por ciertos esquemas:

- ✚ En primer término, propone una formación abierta, con un tronco común teórico práctico basado en la acción motriz.
- ✚ En segundo lugar, considerar aquellas disciplinas que no solo presenten un carácter utilitario como conocimiento agregado, sino que su práctica forme parte del ejercicio cotidiano, otorgándole con ello funcionalidad al plan de estudios. En otras

palabras, tomar en cuenta conocimientos teóricos polivalentes fácilmente vinculables a las prácticas de campo.

✚ Un tercer punto sería utilizar como referente para la confección de programas una muestra de 2 ó 3 materias de grupos representativos de acción.

Parlebás comenta que él ha encontrado unos 7 u 8 dominios, entre los que destacan:

✚ Grupo de la Acción Psicomotriz. - En donde el ejercicio o deporte corre a cargo de una sola persona como en el salto de altura y las barras paralelas.

✚ Grupo de la Acción Sociomotriz.- Cuando existe una interrelación con otros participantes.

En este caso el grupo se subdivide en:

a) Interacción Sociomotriz de Antagonismo.- Cuando los deportes contemplan adversarios o contrincantes (box, tenis y esgrima).

b) Interacción Sociomotriz de Cooperación.- Cuando por el contrario, los participantes se complementan y auxilian durante la actividad (Alpinismo, Vela y Patinaje por parejas).

Un último punto relevante para la confección de programas sería contar tanto para profesores como para alumnos con una o dos prácticas dominantes y una especialización. Al respecto refiere que es importante que los estudiantes tengan una formación abierta que les permita tanto a ellos como a los profesores elegir una especialidad acorde con sus capacidades, preferencias y necesidades.

En un intento por definir el perfil del docente de educación física, hace referencia a que éste deberá poseer:

✚ Una sólida formación profesional

✚ Capacidad de análisis

✚ Capacidad de adaptación a diferentes situaciones

✚ Una formación científica con base en la acción motriz

Los trabajos realizados a lo largo de varias décadas por Pierre Parlebás han revolucionado el concepto de educación física en Francia y en otros países, dada la importancia que atribuye a las conductas motrices y afectivas en el plano de la interacción. Es por ello que valdría la pena reflexionar acerca de los beneficios que aporta el enfoque de la Sociomotricidad al desarrollo de la personalidad del niño y el énfasis de esta propuesta hacia el tema de la diversidad, con el objeto de rescatar todos aquellos elementos aplicables en la confección de programas tanto de educación física, como de la formación de profesores específicos. (*Pierreparlebas,2009*).

4.3.2 Teoría del aprendizaje – Vigotsky

La teoría de Vigotsky, trata sobre el aprendizaje sociocultural de cada individuo y la manera de cómo se puede aprender por medio de la interacción de otras personas, para desarrollar el proceso de instruirse de manera eficaz teniendo en cuenta la relación con el ambiente, los procesos de asimilación, acomodación y adaptación al medio.

Vigotsky considera el aprendizaje como uno de los mecanismos fundamentales del desarrollo. En su opinión, la mejor enseñanza es la que se adelanta al desarrollo. En el modelo de aprendizaje que aporta, el contexto ocupa un lugar central. La interacción social se convierte en el motor del desarrollo. Vigotsky introduce el concepto de 'zona de desarrollo próximo' que es la distancia entre el nivel real de desarrollo y el nivel de desarrollo potencial. Para determinar este concepto hay que tener presentes dos aspectos: la importancia del contexto social y la capacidad de imitación. Aprendizaje y desarrollo son dos procesos que interactúan. El aprendizaje escolar ha de ser congruente con el nivel de desarrollo del niño. El aprendizaje se produce más fácilmente en situaciones colectivas. La interacción con los padres facilita el aprendizaje. “La única buena enseñanza es la que se adelanta al desarrollo”.

La teoría de Vigotsky se refiere a como el ser humano ya trae consigo un código genético o 'línea natural del desarrollo' también llamado código cerrado, la cual está en función de aprendizaje, en el momento que el individuo interactúa con el medio

ambiente. Su teoría toma en cuenta la interacción sociocultural, en contra posición de Piaget. No podemos decir que el individuo se constituye de un aislamiento. Más bien de una interacción, donde influyen mediadores que guían al niño a desarrollar sus capacidades cognitivas. A esto se refiere la ZDP. Lo que el niño pueda realizar por sí mismo, y lo que pueda hacer con el apoyo de un adulto, la ZDP, es la distancia que exista entre uno y otro.

Vigotsky, es el fundador de la teoría socio cultural en psicología. Su obra en esta disciplina se desarrolló entre los años 1925 y 1934 fecha en la que falleció a los 38 años a causa de una enfermedad infecciosa. La principal influencia que le da una cierta unidad a su obra, son los escritos del materialismo dialectico e histórico Marx y Engels, de los que era un profundo conocedor. De hecho, Vigotsky como los psicólogos soviéticos de su época se planteó la tarea de construir una psicología científica acorde con los planteamientos Marxistas.

4.3.2.1 Ser humano:

Es constructivista exógeno, considera al sujeto activo, construye su propio aprendizaje a partir del estímulo del medio social mediatizado por un agente y vehiculizado por el lenguaje.

4.3.2.2 Desarrollo cognitivo:

Producto de la socialización del sujeto en el medio: Se da por condiciones interpsicologicas que luego son asumidas por el sujeto como intrapsicologicas.

4.3.2.4 Aprendizaje:

Está determinado por el medio en el cual se desenvuelve y su zona de desarrollo próximo o potencial.

4.3.2.5 Influencias ambientales:

Se da por las condiciones ambientales y esto da paso a la formación de estructuras más complejas.

4.3.3 Origen del desarrollo:

Vygotsky rechaza totalmente los enfoques que reducen la Psicología y el aprendizaje a una simple acumulación de reflejos o asociaciones entre estímulos y respuestas. Existen rasgos específicamente humanos no reducibles a asociaciones, tales como la conciencia y el lenguaje, que no pueden ser ajenos a la Psicología. A diferencia de otras posiciones (Gestalt, Piagetiana), Vygotsky no niega la importancia del aprendizaje asociativo, pero lo considera claramente insuficiente.

El conocimiento no es un objeto que se pasa de uno a otro, sino que es algo que se construye por medio de operaciones y habilidades cognoscitivas que se inducen en la interacción social. Vygotsky señala que el desarrollo intelectual del individuo no puede entenderse como independiente del medio social en el que está inmersa la persona. Para Vygotsky, el desarrollo de las funciones psicológicas superiores se da primero en el plano social y después en el nivel individual. *Teoría del Aprendizaje de Vigotsky, (2014).*

4.3.4 Teoría del desarrollo cognitivo – Jean Piaget

El desarrollo cognitivo en la teoría de Piaget se explica por la ley de estabilización gradual, es un avance hacia un estado de equilibrio de forma gradual. El desarrollo mental del recién nacido al adulto, es una progresiva equilibración que va de un equilibrio menor a un equilibrio mayor. Esta ley del equilibrio o estabilización gradual es la que rige en el desarrollo de la inteligencia, en la vida afectiva y en la vida social.

Dice Piaget, en uno de sus artículos más famosos y reconocidos: "vamos a intentar describir la evolución del niño y del adolescente sobre la base del concepto de equilibrio". Según la teoría de Piaget el desarrollo mental, cognitivo, es una

construcción continua que está marcada por el proceso de equilibración. En este proceso Piaget distingue dos aspectos:

1. Las estructuras variables: etapas del desarrollo
2. Las funciones invariantes: necesidades-acción (asimilación-acomodación, las dos invariantes fundamentales promotoras del desarrollo cognitivo).

Las estructuras variables se suceden a lo largo de las seis etapas que constituyen el desarrollo de la inteligencia.

Las funciones invariantes son necesidades, en palabras de Piaget: intereses que hacen actuar a las personas, desde la infancia hasta el adulto. Las invariantes son las funciones del interés y sus mecanismo de acción son constantes y comunes a todas las edades. El mecanismo principal de las invariantes es la acción. La acción es desencadenada por alguna necesidad, por algún interés, tanto en la vida intelectual, como afectiva y social, ese interés, esa motivación de conocer pertenece a la naturaleza humana.

Las funciones invariantes son el motor del desarrollo, son necesidades humanas ya sean fisiológicas, intelectuales o sociales. Las invariantes en la vida mental, en la inteligencia, nos dice Piaget es la necesidad o el interés por resolver problemas.

El interés por solucionar un problema es una invariante ya que está en todas las etapas del desarrollo, esa es una necesidad de la inteligencia humana, resolver problemas y esa necesidad desencadena el interés por solucionarlo y el interés por solucionar problemas, es lo que desencadena las acciones, los actos para solucionarlo.

La acción es la constante principal en cada etapa del desarrollo cognitivo, lo que varía es la forma de afrontar la solución del problema, la forma de resolver un problema depende de la edad, del desarrollo cognitivo.

Para entender los dos aspectos fundamentales de la teoría de Piaget, podemos decir que:

1. Las estructuras variables: son las etapas del desarrollo

2. Las funciones invariantes: son las necesidades que desencadenan acciones

El desarrollo cognitivo produce conductas y comportamientos que dependen y aparecen según la edad de desarrollo. Por lo tanto el desarrollo intelectual depende de las funciones constantes que son independientes de la edad, principalmente la acción del sujeto, y por otro lado el desarrollo de la inteligencia depende de las estructuras variables que son las que organizan y construyen tanto la inteligencia, como el afecto, como las relaciones sociales que Piaget suele denominar las relaciones interindividuales.

Las estructuras variables son progresivas, lo que permite distinguir seis estadios o periodos de desarrollo cognitivo y agruparlos en cuatro grandes etapas del desarrollo cognitivo.

“La teoría del desarrollo de la inteligencia de Piaget transcurre en cuatro etapas del desarrollo cognitivo, en la que se pueden distinguir seis estadios de desarrollo de la inteligencia”. (*Barral, 1987*).

A continuación se mostraran los conceptos que se tuvieron en cuenta para la realización de este trabajo.

4.3.5 Habilidades básicas motoras:

La habilidad motriz básica considera una serie de acciones motrices que aparecen conforme a la evolución humana, tales como marchar, correr, girar, saltar, lanzar, recepcionar. Sin embargo *Guthrie* define la habilidad como “la capacidad, adquirida por aprendizaje, de producir resultados previstos con el máximo de certeza y, frecuentemente, con el mínimo dispendio de tiempo, de energía o de ambas”. Las habilidades básicas son adquisiciones de determinados patrones motores que parten de la propia motricidad natural para propiciar su utilización en condiciones cualitativa y cuantitativamente diferentes, y que permiten la realización de nuevos aprendizajes. *Cidoncha, (V y Díaz, E, 2010)*.

4.3.6 Habilidad:

Es el talento o destreza que tiene una persona para llevar a cabo, determinada actividad. Para *Maximova* la habilidad es “un sistema complejo de acciones conscientes las cuales posibilitan la aplicación productiva o creadora de los conocimientos y hábitos en nuevas condiciones en correspondencia con su objetivo”. (*Maximova, V, 1962*).

4.3.7 Recreación

La recreación es una actividad que da pie al aprovechamiento del tiempo libre, ya que es el momento que se tiene para vivirlo principalmente, cabe resaltar que la recreación es la fuente principal para interactuar con las personas ya sea en el ámbito que se esté trabajando. Para *Pérez Sánchez* “es el desenvolvimiento placentero y espontáneo del hombre en el tiempo libre, con tendencia a satisfacer ansias psico-espirituales de descanso, entretenimiento, expresión, aventura y socialización”. (*Pérez Sánchez, 1997*).

4.3.8 Educación física

Es darle la utilización perfecta al cuerpo humano mediante actividades deportivas o ejercicios físicos que fortalezcan y sirvan para el desarrollo de las habilidades de todo su cuerpo. De igual manera *Schede* afirma “que la educación física es, por tanto, un componente inseparable de la educación total. Tiene que permanecer unida orgánicamente a la educación del espíritu, del mismo modo, en el sujeto, el cuerpo y el espíritu están unidos orgánicamente”. (*Schede, F, 1971*).

4.3.9 Educación:

Es un proceso educativo que une una serie de habilidades y valores, que producen cambios intelectuales, sociales y emocionales en una persona. Sin embargo la educación pueden durar toda la vida o sólo un cierto periodo de tiempo, de acuerdo a como la tome cada persona. Para *Coppermann* “La educación es una acción producida según las exigencias de la sociedad, inspiradora y modelo, con el

propósito de formar a individuos de acuerdo con su ideal del hombre en sí".
(Suarez, M,2010).

4.3.10 Pedagogía:

La pedagogía es el arma de los saberes que tiene impacto en el proceso educativo, desde cualquier dimensión que se tenga, así como en la comprensión y organización de la cultura y la construcción de cualquier sujeto. La pedagogía de *Freinet*, en su mayor parte, es muy adecuada para llevar a la práctica en la Educación. (*Crespo, T, 2003*).

4.3.11 Actividad extraescolar:

Son todas las actividades que se realizan fuera del entorno escolar pero va de la mano con la educación, estas actividades son realizadas fuera del horario o lugar académico, pero que sirve para la enseñanza-aprendizaje, de una forma creativa y práctica. Para *Giuseppe* la actividad extraescolar consiste en conducir un conjunto de actividades referentes a su disciplina, a lo largo de la clase, para que haya un mejor aprovechamiento del tiempo y un trabajo integrado, hacia la obtención de un mayor y mejor aprendizaje posible. (*Nérici, G, 1969*).

4.3.12 Lúdica:

Es la necesidad que tiene el ser humano, de comunicarse, sentir, expresarse y producir una serie de emociones orientadas hacia la diversión. El esparcimiento, que nos hace gozar, reír, gritar e inclusive llorar en una verdadera fuente generadora de emociones. Según *Jiménez*, la lúdica es una dimensión del desarrollo humano que fomenta el desarrollo psicosocial, la adquisición de saberes, la conformación de la personalidad, es decir encierra una gama de actividades donde se cruza el placer, el goce, la actividad creativa y el conocimiento. (*Romero, L y Escorihuela, Z, 2009*).

4.3.13 Juegos tradicionales:

Son los que se transmiten de generación en generación (padres a hijos, niños mayores a niños pequeños), teniendo cierta continuidad a lo largo de un periodo histórico, para *Fernández* "el

juego es la actividad más importante de la infancia; el juego es para el niño lo que el trabajo es para el adulto". (*Fernández, M, 1965*).

4.3.14 juegos pre deportivos:

Son todos los que exigen habilidades y destrezas propias de los deportes, como los lanzamientos, recepciones, desplazamientos, entre otros. Estos juegos son recomendados como preparación para los niños que comienzan a practicar cualquier deporte, ya que la práctica de éstos les reportará una muy buena cantidad de recursos físicos y técnicos. *Zapata y Aquino*, plantean que los juegos pre deportivos, llevan consigo una gran cantidad de tareas motrices, proporcionando al niño una gran riqueza motriz, las cuales, son aplicadas a cualquier deporte que el niño practique de mayor. Ya sea un deporte individual o colectivo, en todo caso de adversarios. (*Gallardo, J, 2010*).

4.3.15 Juego:

Son todas las actividades que se realizan con fines recreativos y de diversión, para el goce o el disfrute de quienes lo practican. El juego puede ser utilizado con fines didácticos como una herramienta educativa. *Piaget* dice que el juego forma parte de la inteligencia del niño, porque representa la asimilación funcional o reproductiva de la realidad según cada etapa evolutiva del individuo. (*Piaget, J, 1956*).

4.4 Marco legal

4.4.1 Ley 181 de 1995

"Por la cual se dictan disposiciones para el fomento del deporte, la recreación, el aprovechamiento del tiempo libre y la educación física y se crea el sistema nacional del deporte".

(Nota: Modificada en lo pertinente por la Ley 344 de 1996 artículo 44)

TÍTULO II

De la recreación, el aprovechamiento del tiempo libre y la educación extraescolar

ART. 5º—Se entiende que:

La recreación. Es un proceso de acción participativa y dinámica, que facilita entender la vida como una vivencia de disfrute, creación y libertad, en el pleno desarrollo de las potencialidades del ser humano para su realización y mejoramiento de la calidad de vida individual y social, mediante la práctica de actividades físicas o intelectuales de esparcimiento.

El aprovechamiento del tiempo libre. Es el uso constructivo que el ser humano hace de él, en beneficio de su enriquecimiento personal y del disfrute de la vida, en forma individual o colectiva. Tiene como funciones básicas el descanso, la diversión, el complemento de la formación, la socialización, la creatividad, el desarrollo personal, la liberación en el trabajo y la recuperación sicobiológica.

La educación extraescolar. Es la que utiliza el tiempo libre, la recreación y el deporte como instrumentos fundamentales para la formación integral de la niñez y de los jóvenes y para la transformación del mundo juvenil con el propósito de que éste incorpore sus ideas, valores y su propio dinamismo interno al proceso de desarrollo de la Nación. Esta educación complementa la brindada por la familia y la escuela y se realiza por medio de organizaciones, asociaciones o movimientos para la niñez o de la juventud e instituciones sin ánimo de lucro que tengan como objetivo prestar este servicio a las nuevas generaciones.

ART. 6º—Es función obligatoria de todas las instituciones públicas y privadas de carácter social, patrocinar, promover, ejecutar, dirigir y controlar actividades de recreación, para lo cual elaborarán programas de desarrollo y estímulo de esta actividad, de conformidad con el plan nacional de recreación. La mayor responsabilidad en el campo de la recreación le corresponde al Estado y a las cajas de compensación familiar. Igualmente, con el apoyo de Col deportes impulsarán y desarrollarán la

recreación, las organizaciones populares de recreación y las corporaciones de recreación popular.

ART. 7°—Los entes deportivos departamentales y municipales coordinarán y promoverán la ejecución de programas recreativos para la comunidad, en asocio con entidades públicas o privadas, que adelanten esta clase de programas en su respectiva jurisdicción.

ART. 8°—Los organismos deportivos municipales ejecutarán los programas de recreación con sus comunidades, aplicando principios de participación comunitaria. Para el efecto, crearán un comité de recreación con participación interinstitucional y le asignarán recursos específicos.

ART. 9°—El Ministerio de Educación Nacional, Col deportes y los entes territoriales propiciarán el desarrollo de la educación extraescolar de la niñez y de la juventud. Para este efecto:

1. Fomentarán la formación de educadores en el campo extraescolar y la formación de líderes juveniles que promuevan la creación de asociaciones y movimientos de niños y jóvenes que mediante la utilización constructiva del tiempo libre sirvan a la comunidad y a su propia formación.
2. Dotarán a las comunidades de espacios pedagógicos apropiados para el desarrollo de la educación extraescolar en el medio ambiente o sitios diferentes de los familiares y escolares, tales como casas de la juventud, centros culturales especializados para jóvenes, o centros de promoción social, además, de las instalaciones deportivas y recreativas.
3. Las instituciones públicas realizarán, directamente o por medio de entidades privadas sin ánimo de lucro, programas de educación extraescolar. Para este efecto se celebrarán contratos que podrán financiarse por medio de los dineros destinados a los fines de que trata la presente ley.

4.4.2 Ley 115 de febrero 8 de 1994

Por la cual se expide la ley general de educación.

EL CONGRESO DE LA REPÚBLICA DE COLOMBIA

DECRETA:

TITULO I

Disposiciones Preliminares

ARTICULO 1o. Objeto de la ley. La educación es un proceso de formación permanente, personal, cultural y social que se fundamenta en una concepción integral de la persona humana, de su dignidad, de sus derechos y de sus deberes.

La presente Ley señala las normas generales para regular el Servicio Público de la Educación que cumple una función social acorde con las necesidades e intereses de las personas, de la familia y de la sociedad. Se fundamenta en los principios de la Constitución Política sobre el derecho a la educación que tiene toda persona, en las libertades de enseñanza, aprendizaje, investigación y cátedra y en su carácter de servicio público.

De conformidad con el artículo 67 de la Constitución Política, define y desarrolla la organización y la prestación de la educación formal en sus niveles preescolar, básica (primaria y secundaria) y media, no formal e informal, dirigida a niños y jóvenes en edad escolar, a adultos, a campesinos, a grupos étnicos, a personas con limitaciones físicas, sensoriales y psíquicas, con capacidades excepcionales, y a personas que requieran rehabilitación social.

CAPITULO 2

Educación no formal

ARTICULO 36. Definición de educación no formal. La educación no formal es la que se ofrece con el objeto de complementar, actualizar, suplir conocimientos y formar en

aspectos académicos o laborales sin sujeción al sistema de niveles y grados establecidos en el artículo 11 de esta Ley.

ARTICULO 37. Finalidad. La educación no formal se rige por los principios y fines generales de la educación establecidos en la presente Ley. Promueve el perfeccionamiento de la persona humana, el conocimiento y la reafirmación de los valores nacionales, la capacitación para el desempeño artesanal, artístico, recreacional, ocupacional y técnico, la protección y aprovechamiento de los recursos naturales y la participación ciudadana y comunitaria.

ARTICULO 38. Oferta de la educación no formal. En las instituciones de educación no formal se podrán ofrecer programas de formación laboral en artes y oficios, de formación académica y en materias conducentes a la validación de niveles y grados propios de la educación formal, definidos en la presente Ley.

Para la validación de niveles y grados de la educación formal, el Gobierno Nacional expedirá la reglamentación respectiva.

ARTICULO 39. Educación no formal como subsidio familiar. Los estudios que se realicen en las instituciones de educación no formal que según la reglamentación del Gobierno Nacional lo ameriten, serán reconocidos para efectos de pago del subsidio familiar, conforme a las normas vigentes.

ARTICULO 40. Programas de educación no formal a microempresas. El Plan Nacional para el desarrollo de la microempresa será el encargado de aprobar los programas de capacitación y asesoría a las microempresas, al igual que los programa de apoyo microempresarial.

Las instituciones capacitadoras aprobadas para adelantar estos programas tendrán carácter de instituciones de educación no formal.

EL Ministerio de Educación Nacional formará parte de las directivas del plan.

ARTICULO 41. Fomento de la educación no formal. El Estado apoyará y fomentará la educación no formal, brindará oportunidades para ingresar a ella y ejercerá un permanente control para que se ofrezcan programas de calidad.

ARTICULO 42. Reglamentación. La creación, organización y funcionamiento de programas y de establecimientos de educación no formal, y la expedición de certificados de aptitud ocupacional, se regirá por la reglamentación que para el efecto expida el Gobierno Nacional.

PARAGRAFO. El tiempo de servicio que presten los docentes en los Centros de Educación de Adultos, es válido para ascenso en el Escalafón Nacional Docente, siempre y cuando reúna los requisitos del Decreto-ley 2277 de 1979.

5. Metodología

5.1 Diseño de la investigación:

5.1.1. Tipo de investigación

La presente investigación es de tipo I.A (INVESTIGACIÓN ACCIÓN) ya que por medio de la presente se busca conocer e implementar un método de desarrollo para analizar y comprender la realidad de una población específica, en nuestro caso los niños y niñas del municipio de Guatemala quienes por la carencia y ausencia de espacios y docentes con la capacidad de guiar procesos enfocados al desarrollo de las habilidades básicas motoras como aspecto fundamental del desarrollo físico, emocional y cognitivo del ser humano, para desempeñar su rol como pieza fundamental dentro de una sociedad o comunidad específica. Mediante la presente se realiza la planificación de acciones y medidas para transformar y mejorar una problemática que afecta a la población infantil del municipio.

Mediante la aplicación de conocimientos teóricos concebidos a través de investigaciones y trabajos realizados en diferentes contextos sociales y educativos,

combinados con trabajos prácticos guiados y enfocados a la población específica se realiza el planteamiento de un problema que surge a raíz de una situación real que afecta a nuestra población objeto.

El fin de este trabajo, es proporcionar una actividad y resultados que por medio de estos generen cambios y transformación a futuros trabajos extraescolares que se enfoquen en guiar deportiva, física y recreacionalmente procesos guiados a la población infantil del municipio de Guatemala.

Dentro de los tres parámetros guiados a través de la I.A enmarcamos en primer lugar la INVESTIGACION, como el trabajo de identificación de un problema dentro del contexto regional y municipal ya que se identifican problemas como lo son la ausencia de docentes y espacios escolares dedicados a la enseñanza de procesos enmarcados en el desarrollo físico de la población infantil y su incidencia en diferentes procesos de desarrollo como ser humano, en segundo lugar tenemos el proceso de ACCIÓN, mediante el cual se plantea un esquema de actividades y métodos para intervenir y aportar la formas y resultados que aportaran a la guianza de procesos deportivos o encaminados a proporcionar actividades que contribuyen al desarrollo físico, emocional o cognitivo del niño.

Teniendo en cuenta que en esta investigación busca analizar una situación específica la cual en nuestro caso corresponde al desarrollo de habilidades básicas motoras específicas en población infantil de una determinada comunidad, también que estamos en busca de una solución y procedimiento para dar solución a una problemática planteada desde el contexto en el cual se ha buscado intervenir definimos nuestro.

La I.A es una forma de indagación autorreflexiva realizado por quienes participan (profesorado, alumnado, o dirección por ejemplo) en las situaciones sociales (incluyendo las educativas) para mejorar la racionalidad y la justicia de: a) sus propias prácticas sociales o educativas; b) su comprensión sobre las mismos; y c) las situaciones e instituciones en que estas prácticas se realizan (aulas o escuelas, por ejemplo). (*Kemmis, 1984*).

5.1.2. Enfoque investigativo

Es de forma CUALITATIVO partiendo de la mejora de resultados frente a los diferentes métodos de medición implementados a lo largo de la investigación participativa. Dentro del enfoque de investigación se implementan preguntas y métodos que nos guiaran al cumplimiento de los objetivos.

“La investigación cualitativa estudia la realidad en su contexto natural y cómo sucede, sacando e interpretando fenómenos de acuerdo con las personas implicadas. (Blasco y Pérez, 2007).

5.1.3 Alcance de tipo Exploratorio

Ya que aporta al tema guiado del fortalecimiento de las habilidades básicas motoras y se trabajan de forma exploratoria en el ambiente extraescolar, con el fin de buscar información acerca de la condición en que los niños utilizan sus habilidades, teniendo en cuenta el contexto en el que se desarrolla este proceso.

“Para Sampieri este alcance ayuda a familiarizarse con fenómenos desconocidos, obtener información para realizar una investigación más completa de un contexto particular, investigar nuevos problemas, identificar conceptos o variables promisorias, establecer prioridades para investigaciones futuras, o surgir afirmaciones y postulados”.
García, A, (2011).

5.1.4. Diseño de metodológico

El diseño metodológico Implementado es de tipo longitudinal ya que es un tipo de estudio observacional que investiga a un mismo grupo de gente que puede ser de manera repetida a lo largo de un período, por medio de datos.

Los estudios longitudinales ofrecen la oportunidad de estudiar patrones individuales de cambio sobre el tiempo y condiciones. (Ware y Liang, 1996).

Fase I	Fase II	Fase III	Fase IV
Diagnostico Situacional	Intervenciones	Seguimiento Control Aplicación Test Inicial. Aplicación Test Final.	Resultados

5.2 Población

Se toma como población sujeto todos los niños y niñas los niños y niñas del municipio de Guateque Boyacá, en edades de 8 niñas y 4 niños en edades de 6 a 11 años, ya que en esta etapa es importante incrementar las posibilidades de desarrollo motriz.

5.3 Muestra

Para el desarrollo de la investigación la muestra poblacional consta de 12 niños y niñas de 6 a 11 años del Municipio de Guateque.

5.4 Instrumentos de recolección de información

5.4.1 instrumentos

Para la recolección de datos de información se ha trabajado principalmente con los diarios de campo, estos realizados durante cada encuentro con los niños y niñas.

5.4.1.1 Diario de campo

“Es una herramienta para la reflexión significativa y vivencial de los enseñantes, un instrumento básico para la investigación en el aula, pues puede adaptarse, por su carácter personal, a todo tipo de circunstancias. (Porlán 1987).

Plasmando actividades de trabajo durante las clases, de igual manera se ha trabajado con los test para evaluar el nivel de capacidad física que tienen los niños para trabajar muy bien el fortalecimiento de las habilidades básicas motoras. Es importante realizar estos test al inicio y al final del trabajo con el fin de observar y obtener un buen resultado durante la labor realizada con los niños y niñas del municipio.

5.4.1.2 Test

Las tareas motrices deben ser analizadas y clasificadas en función de las exigencias de dichos mecanismos, más que en función de las similitudes o diferencias de carácter externo.

Las técnicas de observación se utilizan cuando las pruebas automáticas de medida no son factibles, bien por su complejidad instrumental, por su coste o porque la información obtenida mediante tests estándar, cuestionarios o entrevistas no se adecua a los fines de la evaluación conductual (*Ballesteros y Carrolles, 1983*).

Otro instrumento con el que se trabajó fueron los baremos, este con el fin de evaluar a los niños en rangos de bueno, malo y regular, durante los test realizados para saber que tan bien está el niño en el proceso de fortalecimiento de los patrones básicos del movimiento.

5.4.1.3 Protocolo de los Test

Test De Velocidad Carrera De Zonas

Descripción: La posición se efectúa atrás de la línea de saque del campo de voleibol, sigue una carrera hasta la línea media de 9 mtrs, se girar y se inicia con carrera hasta la línea de ataque de 3 mtrs, gira de nuevo y carrera hasta la línea de ataque del otro lado 6 mtrs, se gira de nuevo y carrera hasta la línea media de 3 mtrs, se gira y por último se hace carrera hasta la línea final de saque 9 mtrs del otro lado que representa la meta.

Valoración: El tiempo se detiene después de pasar la línea.

Test De Salto Vertical

Descripción: Partiendo de una posición en que se toca con la palma de la mano la pared (se toma referencia), luego se hace un salto realizando una semiflexión de las rodillas y toca la pared con la mano. (Se toma como referencia el punto más alto al que llevo la mano).

Valoración: Se toma como referencia la diferencia entre la altura de alcance y la altura de salto.

Test De Lanzamiento

Descripción: El balón medicinal se lanza con ambos brazos por encima de la cabeza hacia adelante desde una posición de piernas ligeramente abiertas.

Valoración: Se valora el lanzamiento que más lejos allá llegado luego de una distancia determinada.

5.4.1.4 Tablas de Valoración

Un baremo es una tabla de cálculos, que evita la tarea de realizar cálculos al público en general, o a un público específico.

TEST DE VELOCIDAD INICIAL					
TIEMPO			25 A 30	30 A 37	38 A 40 o más
RANGO CUALITATIVO			BUENO	REGULAR	MALO
NOMBRE	EDAD	PROMEDIO			

5.4.2 Técnicas:

La técnica utilizada en la investigación fue la observación directa, está consiste en el registro sistemático, cálido y confiable de comportamientos o conductas manifiestas.

“ya que mediante los encuentros y actividades realizadas se observó al niño para saber en qué estaba fallando o que tan bien lo estaban desarrollando. (*Hernández, Fernández y Baptista, 1998*).

6. Presentación y análisis de resultados.

Para el desarrollo de la investigación se aplicaron dos test uno inicial y uno final por cada habilidad básica en niños y niñas de 6 a 11 años, identificando, analizando y sistematizando los resultados durante el espacio de educación física recreativa en ambientes extraescolares.

Sin embargo este trabajo cuenta con los datos de los estudiantes, donde se evidencia el desarrollo y evolución del porque se deben realizar un análisis en torno al estado físico, actitud y la aptitud, de los niños situación de lo cual se comprende las conclusiones de las actividades planeadas durante el espacio.

Además se podrá observar como al involucrar diferentes actividades y la enseñanza adecuada en estos espacios extraescolares pueden generar cambios en el desarrollo físico de los niños e involucrarlos en temas que aportan a la mejora de las capacidades físicas con un fin específico, además se pone en evidencia la falta y lo esencial de la presencia de un maestro de educación física en las instituciones educativas que complementen estos procesos.

Por otra parte nos encontraremos con detalles más técnicos de los resultados del trabajo centrados en niños que están enfrentando pleno cambio en todos los aspectos del desarrollo del ser humano.

A continuación se mostraran los resultados obtenidos, que se lograron con la población sujeto. Para iniciar, se encuentra la tabla general que fue la matriz principal para obtener los resultados arrojados en la práctica de los test iniciales y finales para el fortalecimiento de las Habilidades Básicas Motoras Correr, Saltar y Lanzar.

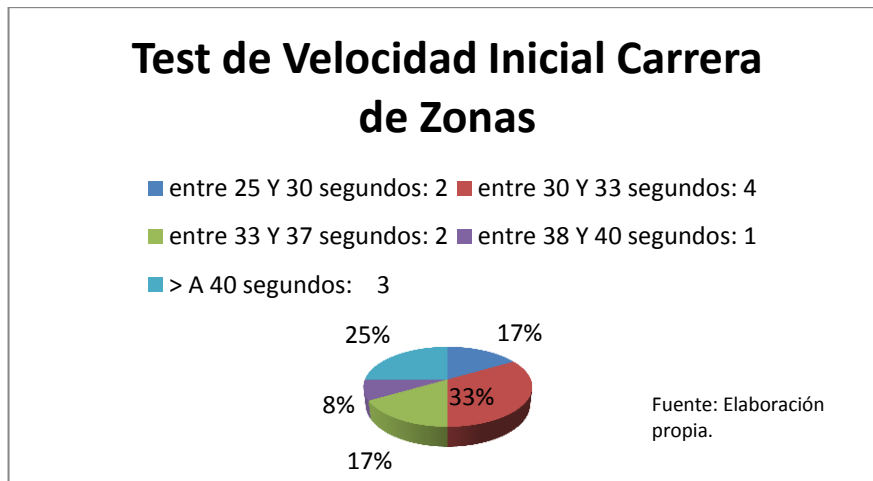
TEST / PRUEBA	VELOCIDAD		SALTO VERTICAL		LANZAMIENTO			
	MARZO/19/2015	MAYO/14/2015	MARZO/19/2015	MAYO/14/2015	MARZO/19/2015	MAYO/14/2015		
GRAFICO	<p>TESTS DE VELOCIDAD "CARRERA DE ZONAS"</p> <p>Zona de Saque</p>							
	FECHAS APLICACIÓN TEST	MARZO/19/2015	MAYO/14/2015	MARZO/19/2015	MAYO/14/2015	MARZO/19/2015	MAYO/14/2015	
	NOMBRE	EDAD	SEGUNDOS	PROMEDIO	CENTIMETROS	PROMEDIO	METROS	PROMEDIO
	MARIA JOSE MORA MORA	10	29,9	28,5	22	23	2,5	2,6
	VALENTINA CHAVARRIO	10	30,3	30,2	24	26	2,4	2,8
	JULIAN VIVAS	9	29,3	29,0	19	22	2,4	2,5
	MAYRA LILIANA TORRES	9	31,2	29,8	18	20	2,1	2,4
	LAURA PARRA	8	34,0	33,7	21	22	1,8	2
	VANESA PARRA	6	40,5	40,3	22	20	1,7	2,1
	LAURA CAMILLA ULLOA	8	42,5	40,9	20	24	1,9	2,2
	DEYBY ALEJANDRO	7	35,6	35,0	22	23	1,7	2
	SOFIA RUBIANO	11	30,3	29,2	18	21	2,8	3,1
NICOLAS RUBIANO	8	32,0	31,8	21	19	2,4	2,8	
ALISSON YULIANA DAZA	6	38,3	37,7	22	24	1,8	2,2	
SAMUEL ANDRES RUIZ	6	40,4	39,4	17	23	1,9	2,5	
PROMEDIOS TODOS LOS NIÑOS:	8	34,5	33,9	20,5	22,3	2,1	2,4	
			40,9	25,0	3,0			

6.1 Resultados test inicial

Mediante las gráficas se mostraran los resultados obtenidos de los primeros test iniciales por cada habilidad básica motriz (correr, saltar y lanzar) que se realizó con la población sujeto del municipio, por medio de test de velocidad, salto vertical y lanzamiento con balón medicinal para el fortalecimiento de las habilidades básicas motoras.

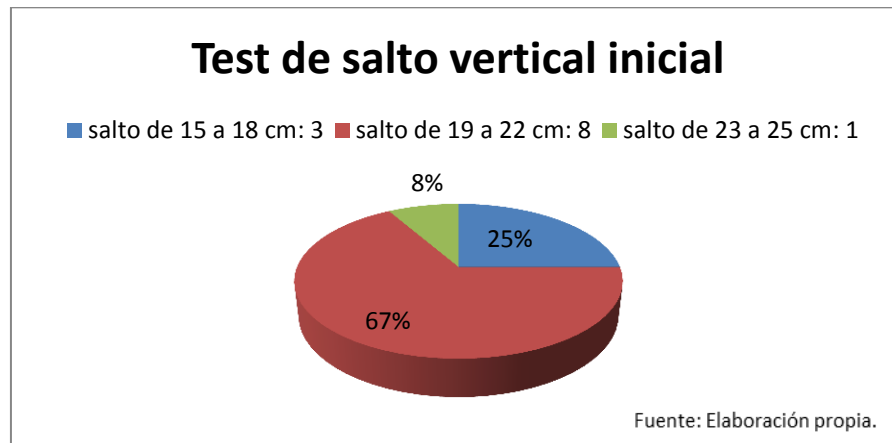
Grafica de resultados hbm.

Grafico 1.



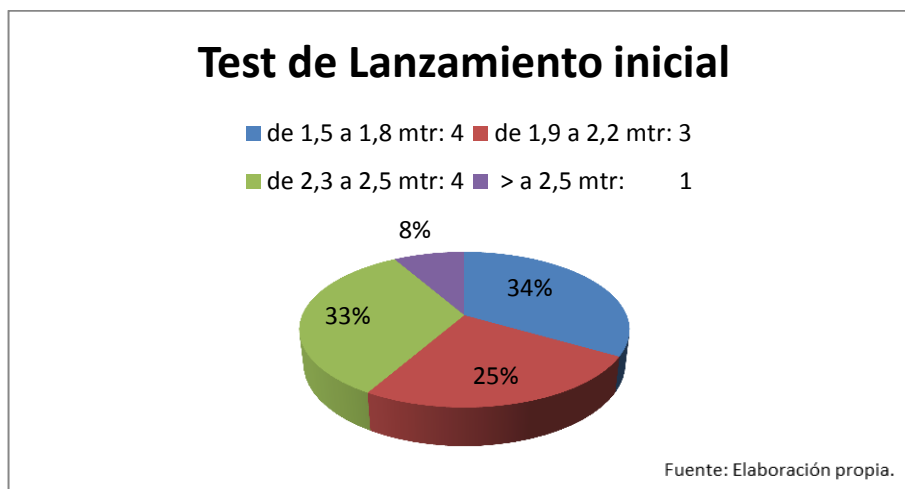
Análisis: Según la gráfica número uno se evidencia que el 17% de la población sujeto realiza de forma adecuada el test de velocidad de carrera de zonas, es decir en el tiempo establecido, donde 30 segundos que es el máximo de tiempo permitido, es visto como bueno, por otra parte el 83% de la población restante realiza el test de manera regular o mala, puesto que el tiempo en el que se desarrolla está sobre de los 30 segundos, situación por la cual se infiere que los niños presentan dificultades en la utilización de la habilidad básica de correr, lo que interfiere en el desarrollo fluido del test de velocidad.

Grafico 2.



Análisis: En la siguiente gráfica se evidencia que el 67% de la población intervenida se encuentra en el test de salto vertical regular, el 25 % de la población se encuentra en un nivel malo, teniendo en cuenta que el 8 % restante el nivel de los niños y niñas intervenidos en el salto vertical, logran alcanzar el objetivo del mismo, para ello durante los procesos de encuentro se deben evidenciar actividades donde se tenga en cuenta el ir mejorando el nivel del test. El 92% de la población equivale a 11 estudiantes se encuentran en un nivel aceptable.

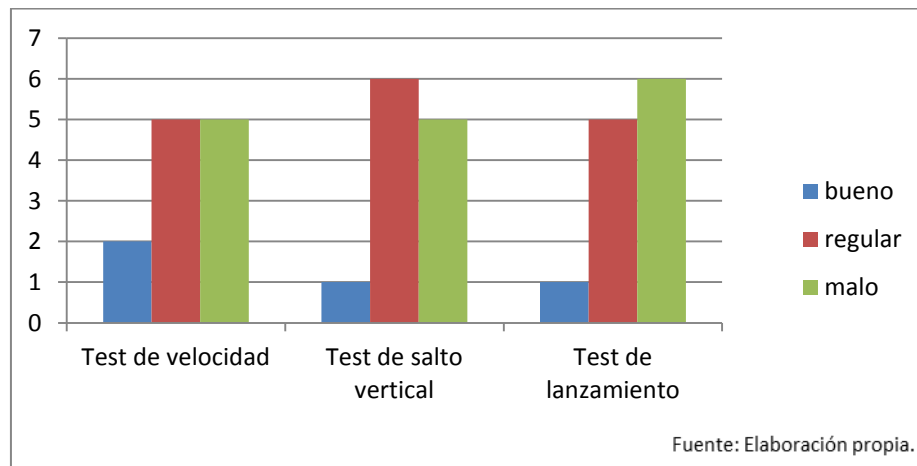
Grafico 3.



Análisis: Análisis: según la gráfica inmediatamente anterior se puede evidenciar que el 8% de la población sujeto realiza el test de lanzamiento de forma buena ya que consigue abarcar una distancia de más de 2.5 metros, el 33% de la población obtiene en su lanzamiento una distancia de 2.3 metros a 2.5 metros, el 25% de la población en su lanzamiento consiguen una distancia de 1.9 m, a 2.2 m y el 34% de la población consigue en su lanzamiento una distancia de 1.5 m a 1.8 m, de ello se puede inferir que más del 92% de la población necesita fortalecer la habilidad de lanzar para así dominarla y conseguir abarcar más distancia en el lanzamiento.

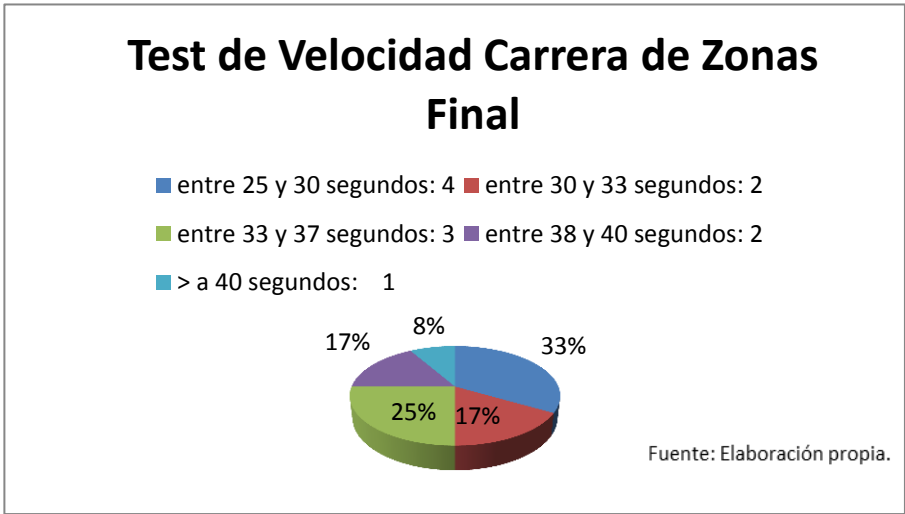
Grafica de los tres resultados iniciales.

Grafico 4.



Análisis de resultados: En el anterior grafico se puede ver las estadísticas de forma cualitativa como los niños al iniciar el proceso no estaban en un estado óptimo frente a la exigencia de las pruebas o test que se realizaron, de este análisis se desprende la necesidad de realizar una correcta planeación y diseño de las actividades que se realizaran para la mejora de las habilidades a trabajar.

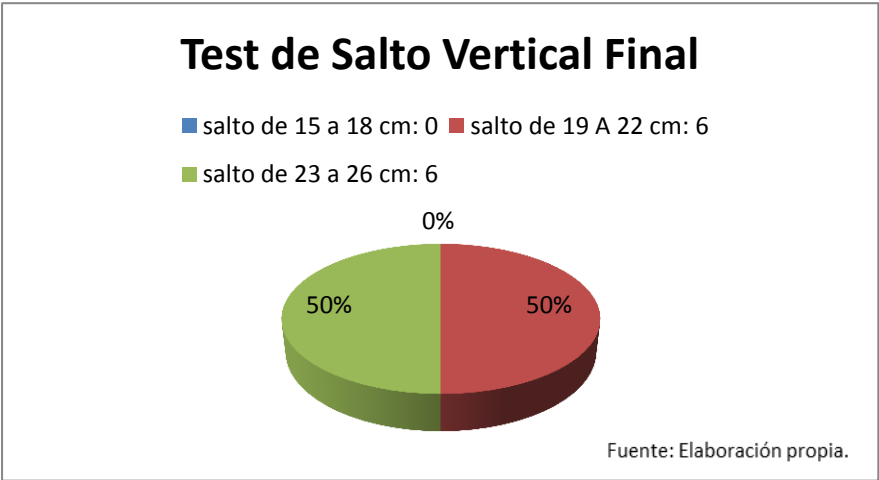
6.2 Resultados test final.



Análisis: En la gráfica identificamos que los participantes que en menor tiempo entre 25 y 30 segundos lograron realizar el test de velocidad carrera de zona, con un

porcentaje de 33 %, que se encuentran en nivel bueno.

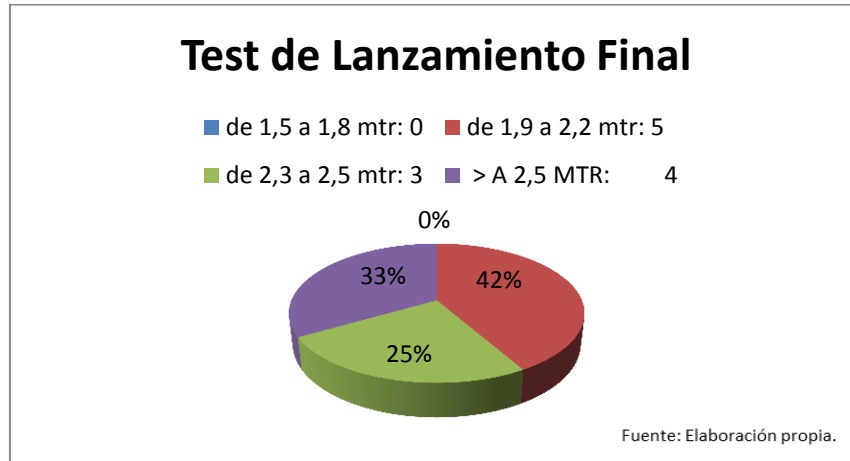
Grafico 6.



Análisis: La gráfica evidencia que el 100% de los participantes logran realizar el salto vertical con el 50% de 19 a 22 cm, y el 50% con el 23 a 26 cm, permitiendo este comprender que entre

mayor sea el salto en centímetros tendrá mejor nivel, a partir de ello se evidencia que la población sujeto mejoro su habilidad de salto.

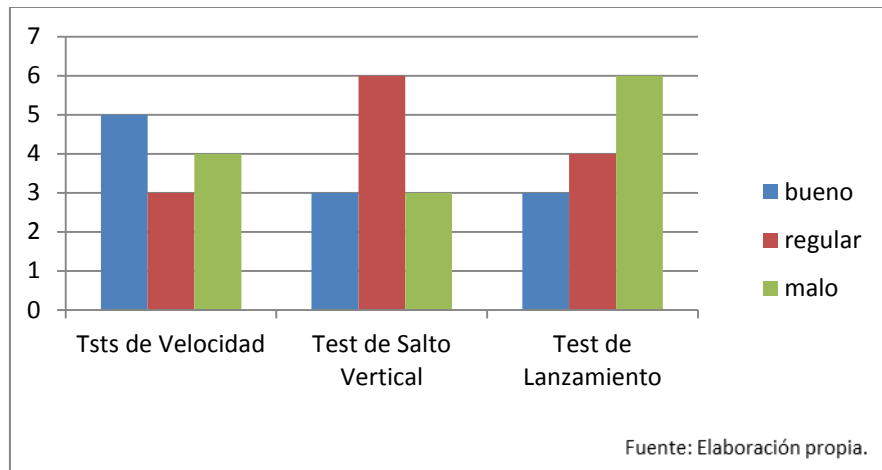
Grafico 7.



Análisis: Este grafico representa el progreso que ha tenido el grupo frente a los primeros resultados en el test de lanzamiento de balón, ya que en la mínima distancia alcanzada en el primer test no se encuentra ninguno de los niños participantes, el número de los que mejor distancia lograron se ha incrementado, entonces se pone en evidencia la mejora alcanzada gracias al proceso realizado a lo largo de las actividades.

Grafica de los Tres Resultados Finales.

Grafico 8.



Análisis de Resultados.

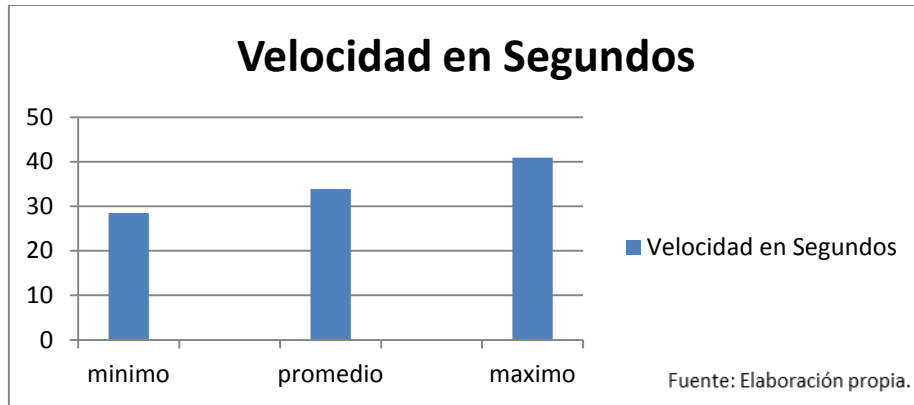
Podemos observar como a través y gracias a los procesos realizados a lo largo de la propuesta se presentaron mejoras en cuanto al número de niños que mejoraron sus marcas y procesos frente a la segunda aplicación de los test, en cuanto a la cantidad de niños que estaban en el estado de bueno ha mejorado pasando de dos a cinco y tres niños y los que están dentro del estado de regular también ha mejorado la cantidad de niños.

Observando los resultados se evidencia que el test o la habilidad en la que menor mejora se presentó fue en la de lanzar ya que las estadísticas y cantidad de niños dentro de las diferentes calificaciones se mantuvieron, sin presentar mayor cambio, con esto podemos observar que hay que realizar más ejercicios y con diferentes herramientas y métodos para establecer mejor marca frente a esta habilidad.

✚ Con estos resultados, a continuación se verán los promedios que los niños obtuvieron en los dos test presentados, evaluado test de velocidad, salto vertical y lanzamiento, se tomaron los dos promedios y con estos salió la media que es la que evalúa la media, máxima y mínima que es la que nos arrojará los resultados cualitativos del trabajo.

Resultados de Velocidad.

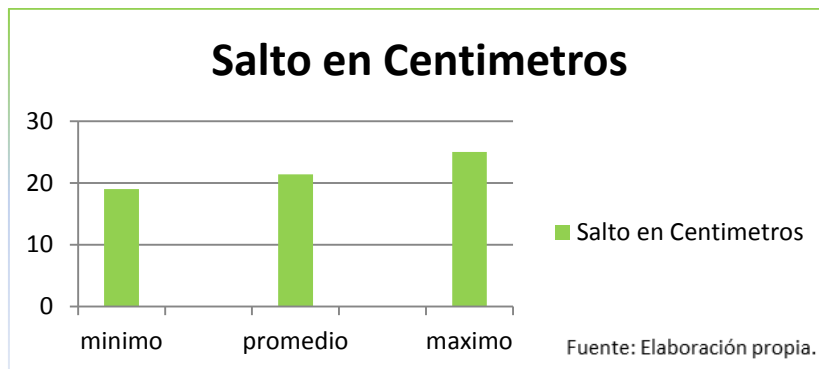
Grafico 9.



En esta grafica se expresa el tiempo recorrido por la población objeto durante el desarrollo de los dos test inicial y final, teniendo como promedio el 33,9, un máximo de 40,9 y un mínimo de 28,5 en segundos que se tardaron en recorrer la distancia de 30 metros fraccionada en distancias de 3, 6 y 9 metros.

Resultado de Salto Vertical.

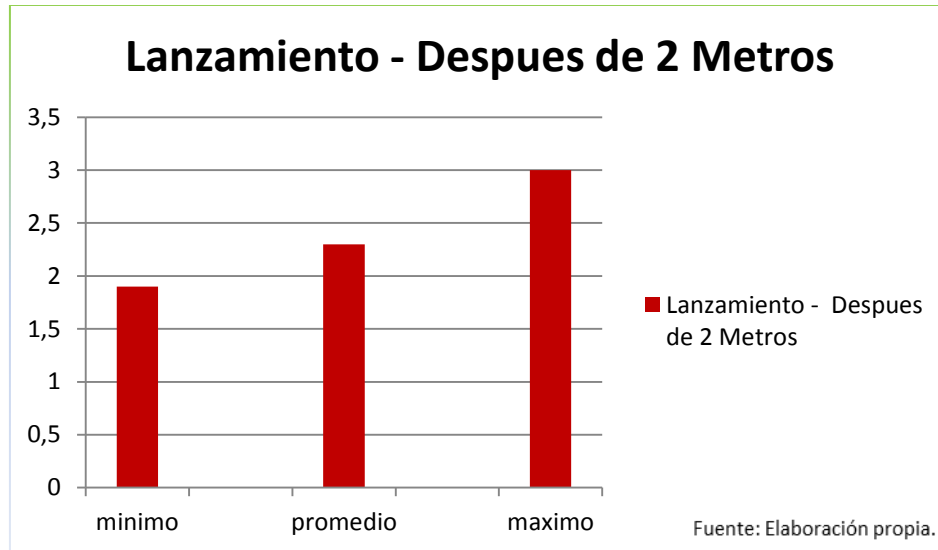
Grafico 10.



En esta grafica se muestra el resultado que obtuvo la población objeto donde el promedio de los dos test inicial y final es de 21,4 con un máximo de 25,0 y un mínimo de 19,0 realizando un salto vertical desde la altura máxima de la posición inicial con brazos extendidos hasta la altura máxima alcanzada al ejecutar el salto.

Resultado de Lanzamiento.

Grafico 11.



Esta grafica muestra el resultado obtenido con la población objeto al momento de ejecutar los test, como promedio se tiene 2,3 metros, un máximo de 3,0 y un mínimo de 1,9 metros, tomando como referencia la distancia recorrida por el balón medicinal de 2 kilos a partir de dos metros.

Otro resultado que se tiene para calificar el promedio de los niños es por medio de las tablas de valoración donde se califica en bueno, regular y malo, con estas tablas se valora la capacidad que tiene cada niño en la realización de los test para el fortalecimiento de las habilidades básicas motoras.

A continuación se mostrara las tablas inicial y final con sus respectivos resultados obtenidos de cada niño. Sin embargo, también se mostrara las tablas que obtiene el promedio uniendo los dos test de velocidad, salto vertical y lanzamiento.

TABLAS DE VALORACION.

Tabla 2.

TEST DE VELOCIDAD INICIAL					
TIEMPO			25 A 30	30 A 37	38 A 40 o más
RANGO CUALITATIVO			BUENO	REGULAR	MALO
NOMBRE	EDAD	PROMEDIO			
MARIA JOSE MORA MORA	10	29,9	X		
VALENTINA CHAVARRIO	10	30,3		X	
JULIAN VIVAS	9	29,3	X		
MAYRA LILIANA TORRES	9	31,2		X	
LAURA PARRA	8	34,0		X	
VANESA PARRA	6	40,5			X
LAURA CAMILA ULLOA	8	42,5			X
DEYBY ALEJANDRO	7	35,6		X	
SOFIA RUBIANO	11	30,3		X	
NICOLAS RUBIANO	8	32,0		X	
ALISSON YULIANA DAZA	6	38,3			X
SAMUEL ANDRES RUIZ	6	40,4			X
TOTAL NIÑOS:			2	6	4

Tabla 3

TEST DE VELOCIDAD FINAL					
TIEMPO			25 A 30	30 A 37	38 A 40 O más
RANGO CUALITATIVO			BUENO	REGULAR	MALO
NOMBRE	EDAD	PROMEDIO			
MARIA JOSE MORA MORA	10	27,0	X		
VALENTINA CHAVARRIO	10	30,0		x	
JULIAN VIVAS	9	28,6	X		
MAYRA LILIANA TORRES	9	29,8	X		
LAURA PARRA	8	33,3		X	
VANESA PARRA	6	40,0			X
LAURA CAMILA ULLOA	8	39,3			X
DEYBY ALEJANDRO	7	34,4		X	
SOFIA RUBIANO	11	29,2	X		
NICOLAS RUBIANO	8	31,5		X	
ALISSON YULIANA DAZA	6	37,1		x	x
SAMUEL ANDRES RUIZ	6	38,3			X
TOTAL NIÑOS:			4	5	3

Tabla 4.

TEST SALTO VERTICAL INICIAL					
DISTANCIA			23 A 26	19 A 22	15 A 18
RANGO CUALITATIVO			BUENO	REGULAR	MALO
NOMBRE	EDAD	PROMEDIO			
MARIA JOSE MORA MORA	10	22		X	
VALENTINA CHAVARRIO	10	24	X		
JULIAN VIVAS	9	19		X	
MAYRA LILIANA TORRES	9	18			X
LAURA PARRA	8	21		X	
VANESA PARRA	6	22		X	
LAURA CAMILA ULLOA	8	20		X	
DEYBY ALEJANDRO	7	22		X	
SOFIA RUBIANO	11	18			X
NICOLAS RUBIANO	8	21		X	
ALISSON YULIANA DAZA	6	22		X	
SAMUEL ANDRES RUIZ	6	17			X
TOTAL NIÑOS:			1	8	3

Tabla 5.

TEST SALTO VERTICAL FINAL					
DISTANCIA			23 A 26	19 A 22	15 A 18
RANGO CUALITATIVO			BUENO	REGULAR	MALO
NOMBRE	EDAD	PROMEDIO			
MARIA JOSE MORA MORA	10	23	X		
VALENTINA CHAVARRIO	10	26	X		
JULIAN VIVAS	9	22		X	
MAYRA LILIANA TORRES	9	20		X	
LAURA PARRA	8	22		X	
VANESA PARRA	6	20		X	
LAURA CAMILA ULLOA	8	24	X		
DEYBY ALEJANDRO	7	23	X		
SOFIA RUBIANO	11	21		X	
NICOLAS RUBIANO	8	19		X	
ALISSON YULIANA DAZA	6	24	X		
SAMUEL ANDRES RUIZ	6	23	X		
TOTAL NIÑOS:			6	6	0

Tabla 6.

TEST DE LANZAMIENTO INICIAL					
DISTANCIA			2,3 A 2,5 O más	2,3 A 2,6	1,8 A 2,2
RANGO CUALITATIVO			BUENO	REGULAR	MALO
NOMBRE	EDAD	PROMEDIO			
MARIA JOSE MORA MORA	10	2,5	X		
VALENTINA CHAVARRIO	10	2,4	X		
JULIAN VIVAS	9	2,4	X		
MAYRA LILIANA TORRES	9	2,1		X	
LAURA PARRA	8	1,8			X
VANESA PARRA	6	1,7			X
LAURA CAMILA ULLOA	8	1,9		X	
DEYBY ALEJANDRO	7	1,7			X
SOFIA RUBIANO	11	2,8	X		
NICOLAS RUBIANO	8	2,4	X		
ALISSON YULIANA DAZA	6	1,8			X
SAMUEL ANDRES RUIZ	6	1,9		X	
TOTAL NIÑOS:			5	3	4

Tabla 7.

TEST DE LANZAMIENTO FINAL					
DISTANCIA			2,3 A 2,5 O más	1,9 A 2,2	1,8 A 2,2
RANGO CUALITATIVO			BUENO	REGULAR	MALO
NOMBRE	EDAD	PROMEDIO			
MARIA JOSE MORA MORA	10	2,6	X		
VALENTINA CHAVARRIO	10	2,8	X		
JULIAN VIVAS	9	2,5	X		
MAYRA LILIANA TORRES	9	2,4	X		
LAURA PARRA	8	2		X	
VANESA PARRA	6	2,1		X	
LAURA CAMILA ULLOA	8	2,2		X	
DEYBY ALEJANDRO	7	2		X	
SOFIA RUBIANO	11	3,1	X		
NICOLAS RUBIANO	8	2,8	X		
ALISSON YULIANA DAZA	6	2,2		X	
SAMUEL ANDRES RUIZ	6	2,5	X		
TOTAL NIÑOS:			7	5	0

TABLAS DE VALORACION PROMEDIO DE LOS DOS TEST INICIAL Y FINAL

Tabla 8.

TEST DE VELOCIDAD					
TIEMPO			25 A 30	30 A 37	38 A 40 O más
RANGO CUALITATIVO			BUENO	REGULAR	MALO
NOMBRE	EDAD	PROMEDIO			
MARIA JOSE MORA MORA	10	28,5	X		
VALENTINA CHAVARRIO	10	30,2	X		
JULIAN VIVAS	9	29,0	X		
MAYRA LILIANA TORRES	9	30,5	X		
LAURA PARRA	8	33,7		X	
VANESA PARRA	6	40,3			X
LAURA CAMILA ULLOA	8	40,9			X
DEYBY ALEJANDRO	7	35,0		X	
SOFIA RUBIANO	11	29,8	X		
NICOLAS RUBIANO	8	31,8		X	
ALISSON YULIANA DAZA	6	37,7			X
SAMUEL ANDRES RUIZ	6	39,4			X
TOTAL NIÑOS:			5	3	4

Tabla 9.

TEST SALTO VERTICAL					
DISTANCIA			23 A 26	19 A 22	15 A 18
RANGO CUALITATIVO			BUENO	REGULAR	MALO
NOMBRE	EDAD	PROMEDIO			
MARIA JOSE MORA MORA	10	22,5		X	
VALENTINA CHAVARRIO	10	25,0	X		
JULIAN VIVAS	9	20,5			X
MAYRA LILIANA TORRES	9	19,0			X
LAURA PARRA	8	21,5		X	
VANESA PARRA	6	21,0		X	
LAURA CAMILA ULLOA	8	22,0		X	
DEYBY ALEJANDRO	7	22,5		X	
SOFIA RUBIANO	11	19,5			X
NICOLAS RUBIANO	8	20,0			X
ALISSON YULIANA DAZA	6	23,0		X	
SAMUEL ANDRES RUIZ	6	20,0			X
TOTAL NIÑOS:			1	6	5

Tabla 10.

TEST DE LANZAMIENTO					
DISTANCIA			2,3 A 2,5 O más	1,9 A 2,2	1,5 A 1,8
RANGO CUALITATIVO			BUENO	REGULAR	MALO
NOMBRE	EDAD	PROMEDIO			
MARIA JOSE MORA MORA	10	2,6		X	
VALENTINA CHAVARRIO	10	2,6		X	
JULIAN VIVAS	9	2,5		X	
MAYRA LILIANA TORRES	9	2,3		X	
LAURA PARRA	8	1,9			X
VANESA PARRA	6	1,9			X
LAURA CAMILA ULLOA	8	2,1			X
DEYBY ALEJANDRO	7	1,9			X
SOFIA RUBIANO	11	3,0	X		
NICOLAS RUBIANO	8	2,6		X	
ALISSON YULIANA DAZA	6	2,0			X
SAMUEL ANDRES RUIZ	6	2,2			X
TOTAL NIÑOS:			1	5	6

Las tablas anteriores fueron los resultados obtenidos de la tabla principal donde se llevó a cabo el estudio, la evaluación y el promedio que se tuvo en el desarrollo de los dos test tanto inicial como final para el fortalecimiento de las habilidades básicas motoras correr, saltar y lanzar.

A continuación se mostrara la tabla principal, donde se ejecutó todo el trabajo realizado con los test desde el inicio hasta el final, obteniendo promedios para la guía y orientación del fortalecimiento de los patrones básicos del movimiento.

7. Perspectiva educativa

Como futura licenciada en educación física recreación y deporte, es muy importante resaltar la falta del maestro pertinente en esta área en las escuelas rurales y urbanas de nuestro país, se quiere que los estudiantes de la básica primaria cursen la materia de educación física tal y como es, mas no tomándola como el tiempo libre que ellos tienen para recrearse siendo la materia preferida de los niños y niñas. La educación física, la plasmaría de manera correcta ejecutando y brindando conocimientos nuevos que aporten al desarrollo y crecimiento de los niños y niñas de los colegios.

Ya, enfocándome más en la educación como tal, me gustaría trabajar en la parte rural con niños y niñas inocentes, alejadas de los malos pensamientos, niños y niñas con iniciativas de aprender algo nuevo sea como sea, participando y armando junto con el docente los implementos y recursos para poder ejecutar una clase saliendo de la monotonía que el maestro ha venido haciendo durante todos los años. Brindaría una educación de calidad, buscaría recursos o padrinos para tener buenas instalaciones dotadas con la mayoría de implementos que hacen una escuela, donde a los niños y niñas les dé gusto de ir a aprender, de ir a ver a su maestra, haría que ellos se preparen muy bien, que aprendan de todo lo que aparece cada día en nuestro mundo aprendiendo de la tecnología que nos rodea, sin dejar atrás las clases implementadas en los escenario rurales más hermosos que puede tener nuestra Colombia.

En el transcurso de mi práctica pedagógica tuve la oportunidad de trabajar con gran magnitud de grupos poblacionales, como son la población infantil, juventud, adulto mayor y personas con problemas de discapacidad. De acuerdo a esto me he sentido con más ganas de laborar como docente ya que el trabajo que se ha realizado junto con la Universidad ha hecho mostrarme como una docente en formación muy bien preparada, además me han hecho participe del grupo de la administración municipal de Guateque como coordinadora de cultura y recreacionista física para para trabajar con toda la población del municipio.

La educación hay que verla más allá de lo que siempre se ha visto, hay que buscar la forma de que todos los niños tengan la oportunidad de estudiar, de participar,

de pertenecer a una institución que los eduque y los encamine siempre por el camino de aprender, de formarse y ser profesional para una buena calidad de vida.

Para todos los niños es importante el fortalecimiento motriz en habilidades de correr, saltar y lanzar por eso es muy importante que los educadores de la básica primaria aplique la educación física de manera correcta para lograr el alcance al fortalecimiento de los patrones básicos del movimiento. La cartilla que se deja como herramienta es fundamento básico para que el educador físico aplique juegos tradicionales actividades deportivas que ayuden al fortalecimiento, no se debe seguir con la perspectiva de que la educación física es la materia de libertinaje para los estudiantes. Al contrario hay que aplicarla de manera correcta viendo en el plan de estudios los temas físicos a tratar con los estudiantes, si uno como docente ve que el PEI no ofrece los suficientes ejercicios de aplicación hay que tomar la alternativa de dirigir la clase de educación física a la mejor manera posible tal y lo que es el docente de educación física.

La responsabilidad del educador, trasciende mucho más de la mediación del conocimiento y el estudiante, el maestro resulta ser aquel agente que puede generar aspectos positivos o negativos en la personalidad del joven, un solo gesto puede causar discordia o armonía en la formación, es así, como el docente es el responsable en gran medida de la personalidad de su estudiante; no se puede considerar únicamente como el orientador, es el maestro que día a día a través de su testimonio como persona conciliadora y llena de verdad, conduce a mentes deseosas de saberes a caminos que para cada quien pueden ser su proyecto de vida.

Es tan importante revisar continuamente los procesos que adelanta y la manera cómo los desarrolla, logrando detectar aciertos o amenazas en su labor cotidiana que va más allá del momento de aula. En los momentos de trabajo autónomo que el estudiante ejecuta, lleva consigo la impronta de su profesor, recuerda sus palabras y sus ademanes y los logra asociar de alguna manera a su vida diaria, en su relación con los demás y con el medio donde vive.

Es así, que mi labor como Licenciada en Educación Física, Deporte y Recreación, no acaba en la finalización de una clase, es un nuevo inicio en la orientación que cada uno de mis estudiantes realice según mi ejemplo de ser integral, capaz de concebir el respeto en la diferencia y en el enaltecimiento del esfuerzo que cada uno de ellos realice. Enseñaría aspectos de vida tan importantes para ellos de la mano con el desarrollo de sus competencias y habilidades básicas del área.

Mi entusiasmo por ser Licenciada, está sustentado en la contribución del mejoramiento de las condiciones de vida de mis estudiantes, que si bien es cierto, materialmente estaría muy escaso (bajo lo que el modelo ahora concibe como calidad de vida), estaría demostrado en el imperante de educar y estimar como hecho contundente que la educación es el medio por excelencia para que este propósito se lleve a cabo, forjando mentes libres y responsables consigo mismos y con el ambiente que los rodea, ciudadanos altamente capaces de discernir entre lo bueno y lo malo, entre hacer el bien a los demás y cambiar todo aquello que desde el individuo puede perjudicar al otro, entendido éste como mi semejante digno de respeto y admiración.

Una ardua labor, que sin lugar a dudas cualquiera puede llevar a controvertir, pero se requiere experiencia activa en este trabajo, pues no menos cierto es señalar que únicamente quien goza de la vocación de ser maestro, es capaz de entender y comprender escenarios, personalidades y desafíos que se presentan en este camino, y sabemos que el acto de ser Licenciados es la formación de personalidades que van a dar cuenta de nuestro ejercicio profesional en una sociedad que continuamente demanda ciudadanos capaces de vivir juntos, de establecer relación con el entorno, que sepan contextualizarse para poder ejercer su personalidad y conocimientos, mientras tanto, no se puede dejar fuera del aula y del conocimiento, la dimensión humana que se debe desarrollar en todos y cada uno de los estudiantes.

Mi labor se asemeja a la del sembrador, que diariamente está en el campo dejando en el terreno la huella de su esfuerzo y su dedicación, labrando en tierras un poco áridas y otras más fértiles, esperanzado que su cosecha ofrezca los frutos necesarios para la satisfacción de necesidades de personas que aún no conoce, porque para eso formamos seres humanos, para que vayan hechos frutos a otras

personas y que según la calidad de la siembra, repiquen en sus propias semillas guardadas en su corazón, las enseñanzas que algún día recibieron de su Licenciada en Educación Física, Deporte y Recreación, y al ver la vista atrás, encuentre que ese surco no se ha dejado de labrar.

8. Propuesta.

8.1 presentación

“SALTANDO, CORRIENDO Y LANZANDO SI QUE ME DIVIERTO”.

Mediante la presente propuesta se pretende brindar a los diferentes grupos poblacionales del municipio de Guateque un espacio de sano esparcimiento, distracción, diversión y ocio, a nivel lúdico-cultural y recreativo en donde se involucren actividades de integración, con el fin de eliminar malas costumbres como lo es el sedentarismo y la adopción de hábitos de vida poco saludables como lo es el alcoholismo, tabaquismo y drogadicción.

La propuesta se centra en brindar durante los días seleccionados actividades para los niños en los diferentes escenarios recreativos, fortaleciendo las habilidades básicas motoras, en este caso correr, saltar y lanzar por medio de la educación física recreativa trabajando con juegos tradicionales, pre deportivos y competitivos aprovechando el tiempo libre de los estudiantes para trabajar en horario no formal.

El ser humano y en especial los niños en su desempeño académico y en los diferentes roles que impone la sociedad tienen que enfrentar situaciones de estrés, quietud y de diferentes emociones que generan actitudes que atentan contra su integridad física y emocional, por lo tanto se muestra como mediante la práctica de actividades recreativas se logra que el individuo interactúe en estos espacios propicios para ejercitarse y divertirse, además se genera un ambiente más saludable dentro de su estilo de vida.

A continuación se mostrara la Cartilla Didáctica.

**CORRIENDO, SALTANDO Y
LANZANDO; SI QUE ME
DIVIERTO.**





Juegos para el Fortalecimiento de las Habilidades Básicas Motoras, Correr, Saltar y Lanzar.



“CORRIENDO, SALTANDO Y LANZADO; SI QUE ME DIVIERTO”.

Autora

Mónica del Pilar Sánchez Arévalo.

UNIVERSIDAD PEDAGOGICA NACIONAL - CENTRO VALLE DE TENZA.

Sutatenza - Boyacá

2015

INTRODUCCION

Este trabajo aporta al fortalecimiento de las habilidades básicas motoras correr, saltar y lanzar en la etapa infantil.

Las Habilidades Básicas Motoras juegan un papel muy importante en la vida del individuo, es por eso, que desde la etapa infantil se deben analizar y estudiar poniendo en práctica juegos donde involucren todos los movimientos de su cuerpo, si bien se tiene claro el niño por naturaleza adquiere sus movimientos voluntarios por si solos desarrollado con el tiempo toda clase de habilidad, teniendo en cuenta lo anterior se entra a trabajar mediante su crecimiento y desarrollo con actividades de fortalecimiento para un buen desempeño al momento de realizar cualquier movimiento, se toma la educación física recreativa en horario no formal para iniciar este trabajo, ya que estos horarios son perfectos para plasmar actividades diferentes a las que el niño está acostumbrado a desarrollar.

Toda las etapas del niño son esenciales para su desarrollo pero en este caso se tomó el trabajo con niños y niñas con edades de 6 a 11 años, edad perfecta para el dominio de su cuerpo al momento de aplicar cualquier tarea motriz.

La intención de esta cartilla es entregar a los licenciados en Educación Física, una herramienta didáctica que aporta atreves del juego y las actividades motrices al fortalecimiento de las habilidades motoras correr, saltar y lanzar.

Esta propuesta se constituye en una herramienta básica para el desarrollo y fortalecimiento de las Habilidades Básicas Motoras (correr, saltar y lanzar), propiciando que los niños y niñas se formen se recreen de una manera sana adaptándose a los ejercicios y actividades motrices que a través del juego se puedan potenciar .

Las actividades que en la cartilla se encuentran corresponden a formas didácticas para el trabajo de las habilidades básicas motrices correr, saltar y lanzar, a través del juego.

CONTENIDOS.

1. Introducción
2. Justificación
3. Objetivos
 - 3.1 Objetivo General
 - 3.2 Objetivos Específicos
4. Las Habilidades Básicas Motoras
 - 4.1 Correr
 - 4.2 Saltar
 - 4.3 Lanzar
5. Unidades Temáticas
 - 5.1 Unidad 1. Juegos para fortalecer la Habilidad Básica de Correr
 - 5.2 Unidad 2. Juegos para fortalecer la Habilidad Básica de Saltar
 - 5.3 Unidad 3. Juegos para fortalecer la Habilidad Básica de Lanzar
6. JUEGOS UNIDAD 1
 - Policías y Ladrones
 - Corre y Revienta el Globo
 - La Pega y la Mancha
 - Encesta lo más Rápido Posible
 - Carrera de Caballitos
7. JUEGOS UNIDAD 2
 - Saltar con Aro
 - El Canguro Cojo
 - Saltar la Cuerda
 - Saltos con Ritmo
 - Saltar Figuras Geométricas
8. JUEGOS UNIDAD 3
 - Grito un Color
 - Las Canastas Móviles
 - Lanzamientos
 - Apunta al Cubo

Colar Aros en las Picas

9. Sugerencias Pedagógicas

10. Bibliografía

JUSTIFICACION.

Esta cartilla se realiza con el fin de ofrecerle a los maestros de Educación Física, una herramienta didáctica que les permita potenciar su quehacer y direccionar de manera pedagógica los procesos de fortalecimiento de las habilidades Básicas Motoras, correr, saltar y lanzar en niños y niñas en edad escolar (básica Primaria) .

Teniendo las habilidades básicas motoras ya definidas es importante que los niños y niñas entren a conocer más de su cuerpo. Los patrones básicos ya definidos es importante que los niños entren a conocer más de su cuerpo, sabiendo que en cada movimiento o acción que están realizando están fortaleciendo sus habilidades y a la vez se están recreando.

Con esto los niños actúan progresivamente y de manera autónoma al momento de practicar cualquier ejercicio o ejecutar algún deporte sin tener ninguna dificultad al desarrollarlo ya que han sido fortalecidas sus habilidades motoras por medio de actividades planeadas para su fortalecimiento y mejoramiento del gesto motor.

Es necesario entender que el desarrollo de las habilidades básicas motoras correr saltar y lanzar, se constituyen en un ámbito del desarrollo profesional de los futuros licenciados en educación física, por tener la posibilidad de trabajar en edades tempranas que son como lo manifiesta Piaget estadios primordiales en el desarrollo psicomotriz de los niños y niñas.

OBJETIVOS.

GENERAL.

Propiciar que los Licenciados en Educación Física atreves de una herramienta pedagógica, amplíen las posibilidades del desarrollo temático en su rol como docentes.

ESPECIFICOS.

- ✚ Brindar elementos didácticos para el desarrollo de las actividades propias de la educación física en las habilidades básicas motoras correr, saltar y lanzar,
- ✚ Presentar un módulo de juegos aplicables para 3el fortalecimiento de las habilidades básicas motoras correr, saltar y lanzar.

LAS HABILIDADES BÁSICAS MOTORAS.

Las habilidades básicas motoras, son todas las formas de movimientos naturales que son necesarias para la motricidad humana especialmente en la etapa de desarrollo infantil, que sirven de sustento para la motricidad fina y para la adquisición de destrezas más complejas.

Es necesario fomentar el desarrollo y dominio correcto de las habilidades básicas como: correr, saltar, lanzar etc., ya que constituyen la parte esencial y básica de la motricidad general, y así poder llevar a cabo las más específicas. Esto permitirá en el desarrollo del niño la adquisición de los objetivos de la educación física.

Teniendo en cuenta que estas acciones aparecen de forma natural se debe diseñar estrategias didácticas que fortalezcan de forma propia las habilidades de correr, saltar y lanzar, sin afectar los diferentes procesos naturales que determinan el desarrollo del niño, a través de propuestas basadas en ejercicios, juegos tradicionales, juegos pre-deportivos y el uso de herramientas didácticas dirigidas específicamente a las diferentes habilidades básicas motoras.

Correr: Es una forma acelerada y una extensión natural de la habilidad de caminar, difiere de esta principalmente por haber una corta fase de vuelo durante cada paso. Álvarez del Villar (1985) afirma que la carrera surge como consecuencia de una aceleración de la marcha.

Saltar: Es una habilidad en el cual las articulaciones del tobillo, la rodilla y la coxofemoral son flexionadas y extendidas con fuerza para proyectar el cuerpo hacia arriba o hacia el frente, despegándolo de la superficie de apoyo; el salto puede ser ejecutado con impulso, con una pierna, utilizando un pie para el impulso o los dos. Sánchez Buñuelos (1984) por su importancia en la actividad física, lo considera como habilidad básica motriz.

Lanzar: Wickstrom (1990): toda secuencia de movimientos que impliquen arrojar un objeto al espacio, con uno o ambos brazos.

UNIDADES TEMATICAS.

Las siguientes tres unidades que se presentan a continuación son para la ejecución del buen desarrollo y fortalecimiento de los patrones básicos del movimiento por medio de juegos de carreras, saltos y lanzamientos.

UNIDAD 1. Juegos para fortalecer la habilidad básica de correr.

- Velocidad de reacción, ubicación espacio temporal, manejo de visión periférica, carrera en segmentos, carrera, fuerza.

UNIDAD 2. Juegos para fortalecer la habilidad básica de saltar.

- Salto vertical, salto longitudinal equilibrio, impulso, velocidad de reacción.

UNIDAD 3. Juegos para fortalecer la habilidad básica de lanzar.

- Fuerza, precisión, saque futbol de salón, lanzamiento con diferentes pesos y diámetros.

UNIDAD 1

Policías Y Ladrones

Edad: De 6 años en adelante.

Objetivo: Trabajar la habilidad de correr atrapando los enemigos mediante el juego.

Recursos: Palos de madera para dejar pistas.

Descripción: Se hacen dos grupos, dividiendo los niños unos como policías y otro como ladrones. Los ladrones se esconden, y los policías los tienen que encontrar. Los ladrones van dejando unas pistas para poder encontrarlos, se hace para saber por dónde empezar. Cada vez que se encuentra un ladrón se lleva a la cárcel, lugar escogido por los policías. Podrá ser salvado por otro ladrón así que siempre tiene que quedar un policía vigilando. El juego termina cuando se atrapan todos los ladrones.

Presentación:



Tomado de: <https://misjuegostradicionales.wordpress.com/juegos/juegos-de-correr-y-pillar/policias-y-ladrones/>

Corre y Reventa el Globo.

Edad: De 6 años en adelante.

Objetivo: Agilizar mediante la carrera para que no se logre reventar el globo.

Recursos: Globos, conos, pito.

Descripción: Se organizan los niños por parejas, a un niño se le amarrara un globo al pie derecho y el otro niño tendrá que reventarlo. Mediante el sonido del silbato los niños tendrán que salir a correr, uno logrando reventar el globo y el otro evadiéndolo para que no lo reviente. Tendrán que pasar mediante los conos puestos en zig-zag y en fila, logrando potenciar cada vez más la carrera el que lleve el globo para que el compañero no lo logre reventar.

Acá los dos niños tendrán una buena carrera para poder lograr su objetivo.

Presentación:



La Pega y la Mancha.

Edad: De 6 años en adelante.

Recursos: Pito.

Objetivo: no se dejen alcanzar.

Descripción: Se elige un niño que será quien tiene la mancha, mientras tanto los otros niños tendrán que salir a correr sin dejarse tocar para que les peguen la mancha. Si uno de los niños es tocado en la parte superior del cuerpo tendrá que poner su mano donde la puso el contrincante y saldrá a correr logrando pasar la mancha a otro compañero. Estas carreras empezaran lentas y luego todos deberán agilizar cada vez más para hacer la carrera más rápida.

Presentación:



Encesta lo más Rápido Posible.

Edad: De 6 años en adelante.

Objetivo: Encestar el balón lo más rápido que puedas sin soltarlo de tus manos.

Recursos: Cronometro y pito.

Descripción: Para iniciar el juego los niños tendrán que hacer una fila, el niño saldrá a correr lo más rápido posible mediante el silbato y lograra encestar el balón, cada niño realizara esta actividad en el menor tiempo posible. Quien tenga menos tiempo será el ganador.

Presentación:



Carrera de Caballitos.

Edad: De 6 años en adelante.

Objetivo: Fortalecer las piernas de los niños con ayuda del peso del compañero.

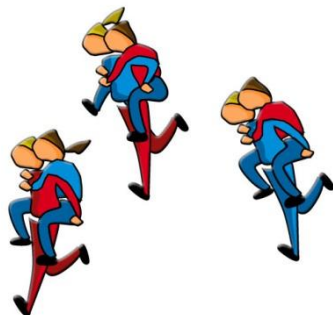
Recursos: Tiza y pito y cronometro.

Descripción: Se corren por parejas. Un niño hace de jinete y el otro niño hace de caballito.

El jinete se monta sobre la espalda del caballito, agarrándose lo mejor que pueda. Se abraza con las piernas a la cintura del caballito y con los brazos se agarra a los hombros. La carrera se hace por equipos sobre una distancia marcada antes de empezar a jugar. Se sale desde una raya en el suelo al oír el silbato y será contabilizado el tiempo.

Ganará la pareja que demore menos tiempo.

Presentación:



Carrera de Zonas.

<p>Edad: De 6 años en adelante.</p> <p>Objetivo: Realizar carreras cortas haciendo flexión de rodillas.</p>	<p>Recursos: Conos, pitos y cronometro.</p>
---	--

Descripción: Cada niño inicia la carrera, hará flexión de rodillas tocando la línea que le asigne el docente y devolviéndose rápidamente tocara de nuevo la línea inicial, hará el mismo procedimiento pero esta vez el niño pasara a tocar una línea con más distancia a la que toca primero. El niño retrocederá tocara de nuevo la inicial y luego partirá rumbo a la siguiente línea con más distancia y así sucesivamente hasta llegar a la línea final y devolviéndose rápidamente a la inicial será su meta.

Presentación:



<p>"Corre" Globos llenos de Agua.</p>	
<p>Edad: De 6 años en adelante.</p>	<p>Recursos: Palo, conos, pito, caneca y</p>

<p>Objetivo: Realizar relevos en el menor tiempo posible.</p>	<p>globos.</p>
<p>Descripción: Un niño iniciara la carrera llevando un palo en la mano, hará la primera estación y traerá con su otra mano el globo lleno de agua, este sin soltar el palo que lleva en su otra mano, retrocederá rápidamente correrá y pasara el palo a su compañero, luego pasara a dejar el globo en una caneca. El niño que hace la segunda estación hará el mismo recorrido hasta terminar todas las estaciones. Este se puede realizar también en competición donde dos o tres niños harán el mismo recorrido, dejando las estaciones que quiera el docente y determinando un ganador.</p>	
<p>Presentación:</p> <div data-bbox="553 804 987 1108" data-label="Image"> </div>	
<p style="text-align: center;">Haz el Gol.</p>	
<p>Edad: De 6 años en adelante.</p> <p>Objetivo: Realizar recorridos de carrera fortaleciendo el tren inferior durante toda la</p>	<p>Recursos: Conos y pito.</p>

actividad.

Descripción: Todos los niños, al mismo tiempo iniciarán una carrera corta alrededor de la cancha de microfútbol, de ahí pasarán a subir las escaleras de las gradas y todos cogerán un balón que se encuentra en la cima de las escaleras, al bajar tendrán que hacerlo saltando con las piernas juntas, cuando lleguen llevarán corriendo el balón frente al arco de microfútbol y patearán con toda la potencia de su pierna el balón, logrando realizar el gol.

✚ Esta actividad se realizara en grupos, según edad.

Presentación:



Chocolate.

Edad: De 6 años en adelante.

Objetivo: Lograr que los niños encesten el balón para salir a correr.

Recursos: Balón de baloncesto.

Descripción: Se hará una hilera donde estén todos los niños, el niño que encabeza lograra encestar el balón, si este no lo logra pasara a ser el último de la hilera y pasara a realizarlo el siguiente niño. Si el niño logra encestar todos los niños saldrán a correr, cuando este coja el balón gritara "chocolate", todos quedaran quietos totalmente. El niño lanzara el balón en forma de bolos y lograra tocar a alguno. El niño que sea tocado por el balón queda fuera del juego, hasta iniciar nueva ronda.

Presentación:



Congelados.

Edad: De 6 años en adelante.

Recursos: Ninguno.

Objetivo: Lograr que cada niño sea congelado.

Descripción: Se escogerá el niño que será quien congele, todos los niños saldrán a correr sin dejar que sean congelados. Si este logra coger un niño gritara congelado,

todos quedan quietos y otro niño saldrá a coger. Este juego terminara cuando el docente lo decida.

Presentación:



UNIDAD 2

Saltos con Aro.

Edad: De 6 años en adelante.

Objetivo: Lograr que los niños al hacer el salto dejen sus pies juntos, sin poner uno primero que el otro.

Recursos: Aros de colores.

Descripción: Esparcir por todo el suelo aros de colores. Los niños se desplazaran por el espacio dando saltos, cuando el maestro diga un color, los niños se dirigirán saltando con los pies juntos a los aros de dicho color.

Presentación:



Tomada de: Juegos para el desarrollo de las habilidades motrices en Educación infantil. Conde Caveda, Luis José.

El Canguro Cojo.

Edad: De 6 años en adelante.

Objetivo: Hacer que los niños salten de un pie y luego de los dos para fortalecimiento de piernas.

Recursos: Música.

Descripción: Cuando suene la música, los niños saltaran a pata coja y cuando deje de sonar deberán ir dando saltos de canguro hacia un objeto del color o forma geométrica que diga el maestro.

Presentación:



Tomada de: Juegos para el desarrollo de las habilidades motrices en Educación infantil. Conde Caveda, Luis José.

Saltar la Cuerda.

<p>Edad: De 6 años en adelante.</p> <p>Objetivo: Lograr que los niños coordinen muy bien sus saltos al momento de pasar por la cuerda.</p>	<p>Recursos: Cuerda o lazo.</p>
--	--


Descripción: Por grupos, dos niños cogerán una cuerda y la balancearán. El resto tienen que saltar de un lado de la cuerda a otro intentando no tocarla. Los demás pueden ir cantando. *Al pelotón, pelotón/a la pelota y el balón/ una y dos.*

Presentación:



Tomada de: Juegos para el desarrollo de las habilidades motrices en Educación infantil. Conde Caveda, Luis José.

<p>Salto con Ritmo.</p>	
<p>Edad: De 6 años en adelante.</p> <p>Objetivo: Hacer que los niños por medio de la</p>	<p>Recursos: Música.</p>

<p>música, salten al momento de aplaudir.</p>	
<p>Descripción: El maestro ira dando palmadas de diferentes ritmos y los niños darán saltos de acuerdo con el ritmo marcado.</p>	
<p>Presentación:</p> 	

Tomada de: Juegos para el desarrollo de las habilidades motrices en Educación infantil. Conde Caveda, Luis José.

<p style="text-align: center;">Saltar Figuras Geométricas</p>	
<p>Edad: De 6 años en adelante.</p> <p>Objetivo: Lograr que los niños salten de manera correcta a cada figura indicada.</p>	<p>Recursos: Música.</p>

Descripción: En el suelo se pintaran con tizas distintas varias figuras geométricas. Los niños saltaran dentro de la figura que señale el maestro y luego las ira borrando de la pizarra hasta que solo quede el nombre de la figura. Cuando el maestro señale el nombre, los niños saltaran dentro de la figura que corresponda.

Presentación:



Tomada de: Juegos para el desarrollo de las habilidades motrices en Educación infantil. Conde Caveda, Luis José.

Encostalados.

Edad: De 6 años en adelante.

Recursos: costales y pito.

Objetivo: Fortalecer las piernas de los niños con los saltos.

Descripción: Cada niño cogerá un costal y se pondrá dentro de el de pie, iniciara la carrera cuando el docente de la orden, el niño ira saltando hasta llegar a la a un lugar

determinado, luego retrocederá y hará el mismo recorrido hasta llegar a donde inicio. Esta será la meta.

Presentación:



Grupos de Aros.

Edad: De 6 años en adelante.

Objetivo: Lograr que los niños salten por todo el espacio.

Recursos: Aros y música.

Descripción: Se reparten por el espacio aros amontonados unos encima de otros en grupos (1, 2, 3, 4, o más). Todos los niños se desplazaran por el espacio dando saltos

al ritmo de la música. Cuando esta se pare saltaran dentro del aro más cercano realizando el número de saltos equivalente al número de aros que haya.

Presentación:



Tomada de: Juegos para el desarrollo de las habilidades motrices en Educación infantil. Conde Caveda, Luis José.

Saltos Sobre un Círculo.

Edad: De 6 años en adelante.

Recursos: Aros.

Objetivo: Realizar la actividad completa.

Descripción: Se pondrán 6 aros pequeños en el suelo formando un círculo cerrado. Cada niño se situara dentro de un aro con las manos cogidas a la cintura de su compañero (formando una rueda). El juego consiste en dar vueltas al círculo saltando de aro en aro todos al mismo tiempo.

Presentación:



Tomada de: Juegos para el desarrollo de las habilidades motrices en Educación infantil. Conde Caveda, Luis José.

Saltos con Conos.

Edad: De 6 años en adelante.

Recursos: Conos.

Objetivo: Lograr que los niños realicen los saltos en cada cono.

Descripción: Se colocaran una serie de conos, cada niño sujetara el cono entre sus piernas e intentará dar saltos como si el cono fuese un muelle.

Presentación:



Tomada de: Juegos para el desarrollo de las habilidades motrices en Educación infantil. Conde Caveda, Luis José.

Saltos en Parejas.

Edad: De 6 años en adelante.

Recursos: Ninguno.

Objetivo: Realizar los saltos en forma que le ordene su compañero.

Descripción: Un niño le dirá a su compañero el tipo de saltos que tiene que dar hasta llegar donde él quiera. Ejm: *Salto de canguro, rana, grillo, pulga, etc.*

Se cambiaran los roles.

Presentación:



Tomada de: Juegos para el desarrollo de las habilidades motrices en Educación infantil. Conde Caveda, Luis José.

UNIDAD 3

Grito un Color.

Edad: De 6 años en adelante.

Objetivo: Lanzar la pelota lo más alto que se pueda al aire.

Recursos: Pelotas.

Descripción: Cada niño elige un color. Un niño lanza la pelota al aire y dice un color mientras el resto del grupo se dispersa. Al que le corresponda ha de coger la pelota y gritar. *Pies quietos.* Los demás niños se paran y el que tiene el que tiene la pelota avanza 3 pasos y lo lanzara contra un niño. Si le da, este será el que comience nuevamente el juego lanzando la pelota al aire y diciendo un color.

Presentación:



Las Canastas Móviles.

Edad: De 6 años en adelante.

Objetivo: Lograr que los niños encesten la pelota al momento de lanzar estando en movimiento.

Recursos: Pelotas y aros.

Descripción: Algunos niños portaran aros y los otros pelotas. Todo el grupo se

desplazara por el espacio. Los niños que llevan pelotas tienen que intentar colarlas en los aros que son desplazados por los compañeros como si fuesen canastas.

Presentación:



Tomada de: Juegos para el desarrollo de las habilidades motrices en Educación infantil. Conde Caveda, Luis José.

Lanzamientos.

Edad: De 6 años en adelante.

Objetivo: Lograr que los niños introduzcan la pelota en el aro con lanzamientos con brazo derecho e izquierdo.

Recursos: Pelotas, cuerdas y aros.

Descripción: Se colgaran los aros de un palo, dejándolos listos para que los niños puedan introducir la pelota dentro del aro.

Los niños harán 5 lanzamientos con brazo izquierdo logrando introducir la pelota dentro del aro, luego se harán 5 lanzamientos con brazo derecho logrando el mismo objetivo. Los niños que logren introducir más pelotas dentro del aro se escogerán para que entren a competir con otros.

Presentación:



Apunta al Cubo.

Edad: De 6 años en adelante.

Recursos: Pelotas y cubos.

Objetivo: Realizar lanzamientos logrando desplazar el cubo con la pelota.

Descripción: Se divide el grupo en dos. Cada uno en un lado con un buen número de pelotas. Entre los dos grupos se sitúa un objeto deslizable y de dimensiones apropiadas, que los niños tienen que desplazar con el impacto de sus pelotas con el fin de quedar lo

más alejado de su campo. Gana el grupo que transcurrido un tiempo determinado haya conseguido arrastrar el objeto lo más posible hacia el campo contrario.

Presentación:



Tomada de: Juegos para el desarrollo de las habilidades motrices en Educación infantil. Conde Caveda, Luis José.

Colar Aros en las Picas.

Edad: De 6 años en adelante.

Recursos: Aros pequeños y palos.

Objetivo: Lograr que los niños introduzcan el aro en el palo.

Descripción: Con ayuda de un soporte se coloca una pica o palo en posición vertical. Los niños lanzaran desde una cierta distancia unos aros pequeños que deberán colocar en la pica.

Presentación:



Tomada de: Juegos para el desarrollo de las habilidades motrices en Educación infantil. Conde Caveda, Luis José.

Pelotas al Aro.

Edad: De 6 años en adelante.

Recursos: Aros y pelotas.

Objetivo: Lograr que los niños introduzcan la pelota en el aro.

Descripción: La clase se divide en dos grupos y se coloca cada uno en un extremo de la cancha. En el centro se pondrán dos niños con dos aros y se los pasaran lanzándolos al aire de distintas formas. Los grupos deben intentar introducir las pelotas dentro de los aros mientras estén en movimiento.

Presentación:



Tomada de: Juegos para el desarrollo de las habilidades motrices en Educación infantil. Conde Caveda, Luis José.

Los Bolos.

Edad: De 6 años en adelante.

Objetivo: Realizar lanzamientos derribando los bolos.

Recursos: Pelota, bolos o botellas plásticas.

Descripción: Grupos de tres a cuatro niños. Los niños se colocaran en fila para lanzar una pelota pequeña a unos bolos que serán botellas de plástico. Posteriormente tendrán que contar cuantos bolos han derribado cada uno.

Presentación:



Tomada de: Juegos para el desarrollo de las habilidades motrices en Educación infantil. Conde Caveda, Luis José.

¡Que se Cuela!

Edad: De 6 años en adelante.

Recursos: Balón.

Objetivo: Realizar lanzamientos logrando que el compañero agarre el balón.

Descripción: Un niño se coloca de espaldas a otro a una distancia determinada. Cuando el lanzador avise al niño que va a recibir el balón, este se dará la vuelta para cogerla antes de que esta le sobrepase. Para comenzar a hacer este juego se puede lanzar el balón rodando por el suelo.

Presentación:



Tomada de: Juegos para el desarrollo de las habilidades motrices en Educación infantil. Conde Caveda, Luis José.

La Patata que Quema

Edad: De 6 años en adelante.

Objetivo: Lograr que pase el balón sin dejarlo caer.

Recursos: Balón.

Descripción: El juego consiste en hacer un círculo e ir lanzando la el balón muy rápidamente entré los compañeros, intentando que dé la vuelta al círculo en el menor tiempo posible.

Presentación:



Tomada de: Juegos para el desarrollo de las habilidades motrices en Educación infantil. Conde Caveda, Luis José.

Que no Caiga

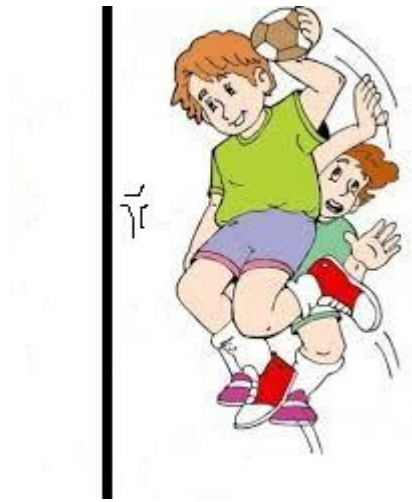
Edad: De 6 años en adelante.

Objetivo: Realizar lanzamientos contra la pared logrando que el compañero agarre el balón.

Recursos: Balón.

Descripción: Los niños se sitúan en una fila india frente a una pared, el primero tiene el balón y lo lanza contra la pared, recogéndolo el compañero de atrás que pasa al primer lugar mientras que el que ha lanzado pasa a la cola.

Presentación:



Tomada de: Juegos para el desarrollo de las habilidades motrices en Educación infantil. Conde Caveda, Luis José.

SUGERENCIAS PEDAGOGICAS.

- Los juegos se deben realizar de manera correcta cumpliendo las reglas de cada juego.
- El docente debe aplicar la actividad al menos 2 veces para una mejora del fortalecimiento.
- No se deben poner en desarrollo las tres actividades de correr, saltar y lanzar al mismo tiempo.
- Si se trabaja lanzamiento en una clase, será solo con juegos de lanzamientos.
- Aplicar los juegos de acuerdo a su rango de edad.
- Realizar las planeaciones de clase con tiempo, para no improvisar las actividades.
- Evaluar los temas vistos por medio de test o con los mismos juegos para ver el desarrollo y el fortalecimiento de las habilidades básicas motoras, correr, saltar y lanzar.
- Utilizar adecuadamente los libros del fortalecimiento de las habilidades.

- Informar a los padres de familia las anomalías o deficiencias de los niños, a través de la observación directa con cada actividad.

BIBLIOGRAFIA.

- Libro. Juegos para el desarrollo de las habilidades básicas motrices en educación infantil.
- Álvarez del Villar (1985). Habilidades Motrices Básicas Csi-F
- Sánchez Buñuelos (1984). Aprendizaje Motor. Las Habilidades Motrices Básicas.
- Wicktrom (1990). CCAFD: Habilidades Motrices Básicas. El Lanzamiento.

9. Conclusiones

- ✚ El fortalecimiento de las Habilidades Básicas Motoras correr, saltar y lanzar de los niños y niñas no está ligado a un trabajo condicionado sino al rol que desempeña dentro actividades y programas dirigidos a la posibilidad de actuar del niño.
- ✚ Las Habilidades Básicas Motoras son propias del desarrollo físico del niño, para lo cual se deben plantear actividades que lleven a complementar movimientos o gestos motores más complejos sin exceder las capacidades del niño.
- ✚ Los espacios extraescolares es un escenario que permite realizar un análisis más exacto y directo con los niños y niñas ya que no están siendo evaluados bajo criterios académicos ni normas disciplinares propias de una institución educativa.
- ✚ Para la recolección de datos y análisis de información sobre las Habilidades Básicas Motoras y la influencia en el desarrollo del niño no es necesario basarse únicamente en test o pruebas, también se puede hacer uso de juegos y métodos didácticos ya que permiten observar la espontaneidad del niño.
- ✚ La motricidad es un medio de adaptación del niño a su entorno y a las situaciones que enfrenta, por esto es importante diseñar y aplicar estrategias por medio de la Educación Física Recreativa que contribuyan al desarrollo de las Habilidades Básicas Motoras.
- ✚ A partir de cada una de las Habilidades Básicas Motoras, se pueden plantear procesos que permiten guiar la evolución del niño frente a actividades, juegos y pruebas con el fin de realizar un reconocimiento y evaluación de estos.
- ✚ Las Habilidades Básicas Motoras no solo tienen incidencia en el desarrollo físico del niño, también influyen de forma paralela con otros aspectos como lo social, lo emocional y lo cognitivo.

- ✚ El mejor medio para realizar un análisis detallado de la capacidad de ejecución de Las Habilidades Básicas Motoras es la experiencia, las vivencias y la práctica que el niño experimenta dentro de espacios y actividades planteadas.
- ✚ Las Habilidades Básicas Motoras van ligadas al crecimiento y desarrollo físico y mental de los niños y niñas por ende a mayor edad mejores resultados dentro de la etapa de desarrollo de 6 a 11 años.
- ✚ Es importante plantear y proponer espacios escolares y extraescolares guiados hacia la enseñanza de las Habilidades Básicas Motoras ya que son un aspecto fundamental en el desarrollo del niño.

10. Recomendaciones

- ✚ Se debe fomentar y crear más espacios extraescolares guiados al fortalecimiento de las Habilidades Básicas Motoras correr, saltar y lanzar en niños y niñas en la etapa infantil.
- ✚ El juego y la recreación se deben tener en cuenta como medio de evaluación y herramienta para conocer las Habilidades Básicas Motoras y su desarrollo en el niño.
- ✚ Es necesario realizar un reconocimiento físico y actitudinal del niño antes de iniciar cualquier proceso.
- ✚ Es importante plantear actividades dirigidas al grupo pero sin dejar a un lado la necesidad de cada niño.
- ✚ Plantear un programa de evaluación, desarrollo y enseñanza para cada una de las Habilidades Básicas Motoras en este caso correr, saltar y lanzar.
- ✚ Las actividades diseñadas no deben exceder la capacidad física de los niños.
- ✚ Se deben plantear actividades en la que sobresalga la capacidad de los niños y niñas que al mismo tiempo motive a mejorar los resultados.
- ✚ Realizar planeaciones de clase de acuerdo a la necesidad de cada niño y del grupo.
- ✚ Diseñar estrategias en las que el actor principal se sienta capaz a la hora de realizar las actividades para la obtención de buenos resultados.
- ✚ Es importante resaltar la importancia de las Habilidades Básicas Motoras dentro de los diferentes espacios de desarrollo y fortalecimiento del niño.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

López, A y López, J, (2012), Educación Infantil. Las habilidades motrices básicas. Recuperado de <http://efdeportes.com>

Moreno, A, (2010), Análisis de las Habilidades Motrices Básicas con Mayor Influencia en la Coordinación Dinámica General. Recuperado de <http://repository.ut.edu.co/>

Caballero, V, (2014) Propuesta metodológica para potencializar las habilidades básicas motrices a través de estrategias didácticas, correr, saltar y lanzar orientada a niños y niñas en las edades entre los 5 a 8 años del instituto técnico san Bartolomé del municipio de Sutatenza escuela Gaque, Tesis pregrado), Universidad Pedagógica Nacional, Sutatenza Boyacá, Colombia.

Alcaldía de Guateque - Boyacá, (2014), Plan de Ordenamiento Territorial, Recuperado de, <http://www.guateque-boyaca.gov.co/index.shtml#6>

Moreno, S, (2003), Trabajo Practico de Educación Física Infantil, Recuperado de, http://www.sportsalut.com.ar/efi/educ_fis_infantil/varios/tp/TP%20Capacidades%20Condicionales.pdf

Parlebás P, (2009), Profesor de educación física, sociólogo, psicólogo, Universidad de la Sorbona, París, Acción Motriz", Recuperado de, <http://pierreparlebas.blogspot.com.co/>

Téllez, M, Díaz, M, y Gómez, A, (2007), Piaget y L. S. Vigotsky en el análisis de la relación entre educación y desarrollo. Revista Iberoamericana de Educación,(42),7. Recuperado de <http://www.rieoei.org/deloslectores/1616Tellez.pdf>

Teoría del Aprendizaje de Vigotsky, (2014), Psicología de la Educación para Padres y Profesionales, Recuperado de, <http://www.psicopedagogia.com/>

- Barral, (1987), "vamos a intentar describir la evolución del niño y del adolescente sobre la base del concepto de equilibrio" (p. 12, La vida mental del niño, en Seis Estudios de Psicología. Recuperado de, <http://reeducacion.com/>
- Cruz, J, (2010). Teoría de la educación física, Recuperado de, <http://teoriadeduccionfisica.wordpress.com/2010/01/28/29/#respond>
- Rodríguez, F, (2008), El juego como estrategia didáctica, Caracas: editorial laboratorio educativo.
- Ferro, S, (2001), La carrera de velocidad, Metodología aspectos biomecánicos, Recuperado de, librerías deportivas Esteban Sanz L, C.
- Tarusa, G, (2001), Educación física en Primaria a través del Juego. Barcelona, Recuperado de: <http://todoedfisica.fullblog.com.ar/tests-para-la-condicion-Fisica-881227493508.html>
- Medios Digitales de COPESA, (2012), Derechos reservados, Recuperado de, <http://www.icarito.cl/>
- Conceptos y definición, (2013), Habilidad, Recuperado de, <http://educavital.blogspot.com.co>
- Dra. Espada, M, (2006), artículo El alumnado con necesidades educativas específicas en las actividades físico-deportivas extra-escolares, Tomado de la revista Pedagógica de Educación Física.
- Ofele, M, (1999), Los Juegos Tradicionales y sus proyecciones pedagógicas.
- Rodríguez R, Larios M, Conde J, García C, Justicia E, Megias D, Sáez B. (2001), Juegos para el Desarrollo de las Habilidades motrices en Educación Infantil, Asociación de Estudiantes y Maestros de Educación Infantil
- Sánchez, J, (2008), potenciando el correr, Medellín- Colombia: Universidad de Antioquia.

Prieto, R, (2003), El diario como instrumento para la formación permanente del profesor de educación física, Recuperado de <http://www.efdeportes.com/efd60/diario.htm>

Restrepo, F, (1979), Aprendamos a jugar, Bogotá: Editorial 2000.

Ministerio de educación nacional. Ley General de Educación. Ley 115 de 1994. Ed. Universidad Nacional. Bogotá, 1994.

Ley 181 DE 1995 (Enero 18) Por la cual se dictan disposiciones para el fomento del deporte, la recreación, el aprovechamiento del tiempo libre y la Educación Física y se crea el Sistema Nacional del Deporte. El Congreso de Colombia, recuperado de <http://www.alcaldiabogota.gov.co/sisjur/normas/Norma1.jsp?i=3424>

Camacho, H, (2000) Educación Física Una Alternativa Curricular. Editorial Kinesis, Armenia Colombia.

Piaget, J, (1961), La formación del símbolo en el niño, México, Ed fondo de cultura económica.

Hernández, R, y Fernández, C, (1998), Metodología de la investigación. 2da. Edición. Mc Graw Hill.

Pareja, M y Pineda, J, (1997), juegos de educación física, El cuerpo, habilidades y destrezas, Editorial Wanceulen. Sevilla.

Pérez, L, (1997), Deporte y aprendizaje. Procesos de adquisición y desarrollo de las habilidades, Adquisición de las habilidades motrices y deportivas.

Gómez, A. (2002). Pedagogía: Definición, métodos y modelos, Ciencia Humanas, 26. recuperado de <http://www.utp.edu.co/~chumanas/revistas/revistas/rev26/gomez.htm>

Gonzales G, (2008), Licenciado en ciencias de la actividad física y el deporte Universidad Europea Miguel de Cervantes, artículo "Diferencia entre la Educación Física Escolar y las Actividades Extraescolares" Tomado de [efdeportes.com](http://www.efdeportes.com).

Facal, F, (1998), Entrenamiento de la capacidad de salto, Buenos Aires: Estadium.

Dra. Castañer, M y Dr. Camerino, O, (1999), La Enseñanza y el Aprendizaje de las Habilidades y Destrezas Motrices Básicas.

Peraza, C y Rodríguez, M, (2013), Juegos de Movimiento para el Desarrollo de las Habilidades Motrices Básicas en Niños del Sexto Año de Vida, Tomado de efdeportes.com

Gil, P, Contreras, J, Gómez, J, (2008), Habilidades Motrices en la Infancia y su Desarrollo desde una Educación Física Animada. Revista Iberoamericana de Educación.

Moreno, A, (2001), artículo, Análisis de las Habilidades Básicas Motrices con Mayor Influencia en la Coordinación Dinámica General, Tomado de, Revista Edufisica.

Bañol, G, A, (2008), Juego Tradicional Colombiano: una expresión lúdica y cultural para el desarrollo humano, Educación Física y Deporte.

Salgado, A, (2009), Diseños, Evaluación, Recuperado de, www.uaeh.edu.mx/docencia/VI_lectura_pdf

Días, A, (2007), Estrategias metodológicas, Galeón, recuperado de <http://www.aureadiazgonzales.galeon.com/index.html>

Fernández, J, (1998), La importancia de la educación física en la escuela, Recuperado de, www.efdeportes.com

11. Anexos

UNIVERSIDAD PEDAGOGICA NACIONAL

CENTRO REGIONAL VALLE DE TENZA

LICENCIATURA EN EDUCACION FISICA DEPORTE Y RECREACION

MATRIZ GUIA PARA EL DESARROLLO DE LA PRACTICA PEDAGOGICA.

NOMBRES Mónica del Pilar Sánchez Arévalo	ESPACIO ACADEMICO	INSTITUCION	FECHA Y HORA
IDEAS DE PROYECTO: 1. 2. 3.			
TEMATICAS DE TRABAJO:			
INSTRUMENTOS APLICADOS:			

TABLAS DE VALORACION

TEST INICIAL					
TIEMPO			25 A 30	30 A 37	38 A 40 o más
RANGO CUALITATIVO			BUENO	REGULAR	MALO
NOMBRE	EDAD	PROMEDIO			
MARIA JOSE MORA MORA					
VALENTINA CHAVARRIO					
JULIAN VIVAS					
MAYRA LILIANA TORRES					
LAURA PARRA					
VANESA PARRA					
LAURA CAMILA ULLOA					
DEYBY ALEJANDRO					
SOFIA RUBIANO					
NICOLAS RUBIANO					
ALISSON YULIANA DAZA					
SAMUEL ANDRES RUIZ					
TOTAL NIÑOS:					

TEST FINAL					
TIEMPO			25 A 30	30 A 37	38 A 40 O más
RANGO CUALITATIVO			BUENO	REGULAR	MALO
NOMBRE	EDAD	PROMEDIO			
MARIA JOSE MORA MORA					
VALENTINA CHAVARRIO					
JULIAN VIVAS					
MAYRA LILIANA TORRES					
LAURA PARRA					
VANESA PARRA					
LAURA CAMILA ULLOA					
DEYBY ALEJANDRO					
SOFIA RUBIANO					
NICOLAS RUBIANO					
ALISSON YULIANA DAZA					
SAMUEL ANDRES RUIZ					
TOTAL NIÑOS:					