

PLANEACION BASICA EN JUEGOS PREDEPORTIVOS Y ACTIVIDADES
RECREATIVAS EN NIÑOS Y NIÑAS DE 5 A 8 AÑOS DE LA ESCUELA RURAL
ALTO GRANDE, SEDE SABANETA PARTE BAJA.

Jair Alfonso Lozano Tamy

Facultad de Educación
Especialización en Educación para la Recreación Comunitaria

Universidad de Pamplona

2.016

PLANEACION BASICA EN JUEGOS PREDEPORTIVOS Y ACTIVIDADES
RECREATIVAS EN NIÑOS Y NIÑAS DE 5 A 8 AÑOS DE LA ESCUELA RURAL
ALTO GRANDE, SEDE SABANETA PARTE BAJA.

Jair Alfonso Lozano Tamy

Monografía para Optar al Título de Especialización en Educación para la Recreación
Comunitaria

Cohorte 96

Director del Trabajo

Nelson Adolfo Mariño Landazábal PhD

Facultad de Educación

Especialización en Educación para la Recreación Comunitaria

Universidad de Pamplona

2.016

Nota de Aceptación

Presidente de jurado

Firma del Jurado

Firma del Jurado

Pamplona Diciembre 3 de 2.016

Dedicación

A mis padres, hermanos, mi novia, profesores William y Orlando que me colaboraron en todo momento en la escuela, a profesor Nelson Mariño asesor por toda su atención y ayuda para elaborar este trabajo

AGRADECIMIENTOS

Presento un profundo agradecimiento,

Al grupo de profesores de la Universidad de Pamplona Facultad de Educación y en especial a la especialización en educación para la recreación comunitaria por aportar sus conocimientos.

A la comunidad del centro educativo rural Alto Grande sede Sabaneta parte baja

A los profesores de la institución educativa Orlando Montañez y William Bustos por su apoyo tan significativo para conmigo Dios les bendiga su buena actitud y disposición frente al desarrollo de esta comunidad.

A todos mis familiares, amigos, compañeros de trabajo, compañeros en la especialización que de una forma u otra hicieron posibles la realización de este trabajo.

Al profesor Nelson Mariño por su compromiso y colaboración como asesor de monografía por todo su tiempo y dedicación.

CONTENIDO

RESUMEN	10
INTRODUCCION	11
1.1 ACTIVIDADES DIDACTICAS AL AIRE LIBRE.	13
1.1.1 DIAGNÓSTICO SOBRE EL DESARROLLO DE HABILIDADES MOTRICES BÁSICAS EN NIÑOS DE 5-7 AÑOS.....	13
1.1.2 DESARROLLO PSICOMOTOR NACIMIENTO HASTA LOS 4-6 AÑOS DE EDAD.	14
1.1.3 LAS PRÁCTICAS RECREATIVAS EN CONTEXTOS RURALES.	15
1.1.4 LA EDUCACIÓN FÍSICA RURAL. UNA EXPERIENCIA DE PRÁCTICA EDUCATIVA A 3.720 METROS SOBRE EL NIVEL DEL MAR.....	16
1.2 CONCEPTUALIZACION.....	17
1.2.1 Locomoción	17
1.2.2 Andar o caminar.....	18
1.2.3 Correr	18
1.2.4 Saltar	18
1.2.5 Juego pre deportivo.....	19
1.2.6 Actividades recreativas	19
1.2.7 Habilidades psicomotrices	20
1.2.8 Lúdica	20
1.2.9 Recreación.....	20
1.2.10 Ocio.....	21
1.2.11 Tiempo Libre	21
1.2.12 Atención.....	21
1.2.15 Pedagogía.....	22
1.2.16 Sesión.....	22
1.2.17 Educación Psicomotriz.....	22
1.2.18 Psicomotricidad.....	22
1.2.20 Planificación	22

1.2.21. Habilidades motrices.....	23
1.3.1 EL JUEGO COMO VEHICULO PARA LA ADQUISICION DE LOS APRENDIZAJES.....	23
1.3.2 DESARROLLO DE LAS CAPACIDADES MOTRICES A TRAVES DEL JUEGO....	25
1.4 MARCO TEÓRICO.....	27
2. METODOLOGIA	29
2.1 TIPO DE INVESTIGACION	29
2.2 POBLACION.....	30
2.3 DESCRIPCION DE LA INTERVENCION	31
TEST PARA EVALUAR LA HABILIDAD DE SALTAR	34
2.4 PLANEACION BASICA EN JUEGOS PREDEPORTIVOS Y ACTIVIDADES RECREATIVAS	35
2.5 CRONOGRAMA.....	36
PLANEACION SEMANAL.....	38
3. RESULTADOS.....	42
3.1 APLICACIÓN DE PRUEBAS, RESULTADOS PRE TEST Y POST TEST	42
4. DISCUSION	48
5. CONCLUSIONES	49
REFERENCIAS.....	50
BIBLIOGRAFIA	51
ANEXOS	53
FOTOS.....	65

LISTA DE TABLAS

	Pág.
Tabla 1 Test para evaluar la habilidad de caminar	32
Tabla 2 Test para evaluar la habilidad de correr	33
Tabla 3 Test para evaluar la actividad de saltar	34
Tabla 4 Escalas de estimación	35
Tabla 5 Cronograma de actividades a desarrollar Mensual	37
Tabla 6 Planeación semanal	38
Tabla 7 Juego número 1 para la habilidad de caminar (Modelo de Sesión)	39
Tabla 8 Juego número 2 para la habilidad de correr (Modelo de Sesión)	40
Tabla 9 Juego número 3 para la habilidad de saltar (Modelo de Sesión)	41
Tabla 10 Resultados Pretest, Posttest	42
Tabla 11 Juego número 2 para la habilidad de caminar	53
Tabla 12 Juego número 3 para la habilidad de caminar	54
Tabla 13 Juego número 4 para la habilidad de caminar	55
Tabla 14 Juego número 5 para la habilidad de caminar	56
Tabla 15 Juego número 2 para la habilidad de correr	57
Tabla 16 Juego número 3 para la habilidad de correr	58
Tabla 17 Juego número 4 para la habilidad de correr	59
Tabla 18 Juego número 5 para la habilidad de Saltar	60
Tabla 19 Juego número 2 para la habilidad de Saltar	61

Tabla 20 Juego número 3 para la habilidad de Saltar	62
Tabla 21 Juego número 4 para la habilidad de Saltar	63
Tabla 22 Juego número 5 para la habilidad de Saltar	64

LISTA DE CUADROS Y FIGURAS

	Pág.
Figura 1. Ventajas e inconvenientes del juego espontaneo y del juego Dirigido	24
Figura 2. Bases de la motricidad	25
Cuadro 1. Pre test habilidad de caminar	44
Cuadro 2. Pre test habilidad de correr	44
Cuadro 3. Pre test habilidad de saltar	45
Cuadro 4. Post test habilidad de caminar	46
Cuadro 5. Post test habilidad de correr	47
Cuadro 6. Post test habilidad de saltar	48

RESUMEN

El trabajo se desarrolló en el marco de un plan de seis semanas realizado por el recreólogo en formación Jair Alfonso Lozano Tamy estudiante de la especialización en educación para la recreación comunitaria de la universidad de Pamplona, aplicado en la comunidad del centro educativo rural Alto Grande sede Sabaneta parte baja; con niños y niñas de los 5 a los 8 años, enfatizado en el desarrollo de habilidades motrices en este caso la locomoción, destrezas como: caminar, correr, saltar.

Inicialmente se ejecutó, el diagnóstico a través de la observación de la población seguido de unas pruebas tipo pre test: donde se midió competencias básicas en cuanto a la forma de ejecutar la destreza; posteriormente se estableció la elaboración del plan comprendido por 15 sesiones, subdivididas en grupos de cinco planes por habilidad y de una habilidad por encuentro; finalmente se ejecutó un plan básico de actividades recreativas y juegos pre deportivos con niños y niñas.

Según Jiménez (2002): "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". El aprovechamiento de las experiencias lúdicas y pedagógicas como herramienta significativa, fortalece la implementación metodológica de un plan de actividades recreativas y pre deportivas a través del disfrute, el sano esparcimiento y el aprovechamiento del tiempo libre. Todo esto gracias al compromiso de educadores, padres de familia, futuros recreólogos, integrantes de la comunidad rural de la institución.

El resultado del estudio permitió observar una mejora significativa del proceso- avance en el desarrollo de habilidades básicas de locomoción, desde el primer momento donde se realizó una prueba de entrada, seguidamente se ejecutó el plan recreativo enfocado en cada una de las sesiones al trabajo principalmente de las destrezas básicas, hasta terminar el último encuentro donde se ejecutó un momento final de observación y control.

Las habilidades mejoraron mientras las sesiones avanzaban permitiendo atestiguar que el proceso era importante en el transcurso del tiempo y significativo porque permitió mostrar progreso.

INTRODUCCION

La Recreación hoy en día ha tomado relevancia dentro del contexto biopsicosocial de la persona y el colectivo, gracias a los procesos de toma de conciencia de la calidad de vida en primera instancia, en segunda, a los productos y políticas del Plan Nacional de Recreación, en la inclusión de todos los sectores y estratos sociales, los grupos vulnerables y las minorías sociales, en búsqueda del desarrollo del país¹.

Elaborar un plan básico de actividades recreativas y juegos pre deportivos es de suma importancia para contribuir al desarrollo físico, afectivo, social e intelectual de los niños. El éxito del proceso de enseñanza aprendizaje está relacionado con la clarificación de objetivos y contenidos a trabajar así como con la secuencia de estos. De la misma manera es importante crear una estructura en la cual se pueda evaluar de manera global al infante y específicamente su habilidad para la carrera, el andar y el salto, teniendo en cuenta todos aquellos contenidos que trabaja a través del desarrollo de destrezas físicas en etapas escolares; la psicomotricidad (psico-motores, mentales y socio-afectivos). La planificación de actividades orientadas hacia la recreación el esparcimiento y el ocio permiten una vez creadas, se conviertan en un instrumento ideal para al maestro tener una guía y a su vez poder ir planteándose todas aquellas modificaciones que se requieran.

Los juegos pre deportivos² son aquellos que exigen destrezas y habilidades propias de los deportes (desplazamientos, lanzamientos, recepciones, etc.). Su práctica es recomendable como preparación para los niños que comienzan a practicar cualquier deporte, ya que les aporta una serie de recursos físicos y técnicos. En este sentido, los juegos pre deportivos constituyen una variante de los juegos menores, caracterizada por contenidos que propician la adquisición de determinados movimientos, acciones y habilidades primarias que sirven de base para la asimilación de habilidades deportivas.

En cuanto a la educación psicomotriz es esencial para el buen desarrollo integral de los niños en educación física ya que gracias a esta se trabajan todas las inteligencias de manera globalizada, aspecto a tener en cuenta para la adquisición de conocimientos.

¹MARIÑO L., Nelson. Trabajo de grado. En: SEMINARIO TRABAJO DE GRADO. (1a:2016: Pamplona). Memorias del Seminario Modulo trabajo de grado especialización para la recreación comunitaria. , p. 3.

² : Definición de juegos pre deportivos - Qué es, Significado y Concepto <http://definicion.de/juegos-predeportivos/#ixzz4IkFpXuSD>

La psicomotricidad, además de trabajar de manera global todas las inteligencias múltiples expuestas por Howard Gardner³, también abarca todas las áreas de aprendizaje así como las áreas de desarrollo. Debemos tener en cuenta que el alumno no desarrolla únicamente en una capacidad, sino que se trabajan todos los contenidos educativos a la vez para garantizar así un desarrollo óptimo de la persona.

De igual forma se señala que los juegos deben cubrir variedades de formas de juegos motrices para las diferentes edades: juegos libres y espontáneos en algunos casos con situaciones de aprendizaje, para ejercitar o sistematizar contenidos propios que mejoren y aumenten las posibilidades de juegos de los niños. El juego, dirigido correctamente, puede convertirse en un buen medio de educación, ya que ofrece la posibilidad de desarrollar en los niños los valores, intereses y otros aspectos positivos de su personalidad, teniendo siempre en cuenta los gustos, preferencias, necesidades y derechos de los mismos.

Debemos tener en cuenta que cada alumno según su tonalidad o su capacidad motriz desarrolla un ritmo motor personal más lento o rápido que debe ser respetado, es decir, debemos atender a la diversidad. La educación psicomotriz favorece la estructura cognitiva del alumno y sobre todo la autonomía personal que los niños adquieren a lo largo de su vida.

Para finalizar: hacer referencia a que la planificación que a continuación se presenta se basa en el principio del juego pre deportivo y actividades recreativas, mediante el cual se logra aprendizajes significativos y con el que se organizan los objetivos de una manera global a la vez que están motivados. Debemos tener en cuenta que el juego facilita la capacidad de concentración, memorización y atención, procesos atencionales básicos para un buen aprendizaje.

³Howard Gardner (Scranton, Estados Unidos, 11 de julio 1943) psicólogo, investigador y profesor de la Universidad de Harvard, investigador en el análisis de las capacidades cognitivas y formulado la teoría de las inteligencias múltiples

1. ANTECEDENTES

1.1 ACTIVIDADES DIDACTICAS AL AIRE LIBRE.

Prado, J. (2007) en su investigación titulado "Actividades didácticas al aire libre para el fortalecimiento del desarrollo motor en el nivel preescolar", cuyo objetivo general consistió en: Proponer actividades didácticas al aire libre para el fortalecimiento del desarrollo motor en los alumnos del nivel preescolar del Núcleo Escolar Rural 106 Santa Rosa ubicada en el Municipio Tulio Febres Cordero, Estado Mérida.

El cual estuvo enmarcado en la modalidad de proyecto factible basado en un estudio de campo de carácter descriptivo. El mismo se cumplió en tres fases: diagnóstico, factibilidad y diseño de la propuesta. El análisis de los resultados obtenidos en el diagnóstico reveló que los docentes estimulan muy poco el desarrollo motriz de los niños. Por tanto, una vez establecida la factibilidad de la propuesta se planificaron acciones didácticas al aire libre centradas en el fortalecimiento de las habilidades motrices.

Es por ello que la autora de la presente investigación concuerda en la relación que existe entre el citado trabajo y el que se lleva a cabo, donde se destacan la importancia del desarrollo motriz, como parte de la formación integral de los niños, dando de esta forma cumplimiento a el derecho que tienen los mismos a lograr su crecimiento armónico.

1.1.1 DIAGNÓSTICO SOBRE EL DESARROLLO DE HABILIDADES MOTRICES BÁSICAS EN NIÑOS DE 5-7 AÑOS.

Otro trabajo consultado fue el de Gavidia Alirio (2005), en su estudio titulado: "Diagnóstico sobre el desarrollo de las Habilidades Motrices Básicas en niños de 5-7 años". La prueba aplicada para la recolección de la información fue el test de diagnóstico de las Habilidades Motrices Básicas de González Rodríguez, C. (2003). El mismo tuvo como objetivo central de la investigación diagnosticar el desarrollo de las Habilidades Motrices Básicas en los niños de 5 a 7 años.

La importancia de un estudio de esta naturaleza radica en conocer el desarrollo de las Habilidades Motrices Básicas de los niños, de manera que se puedan establecer estrategias metodológicas acordes con el desarrollo de estas edades.

La relación, se evidencia en la relevancia que tiene el incentivar las habilidades motrices en los niños, sin importar las limitaciones que pudieran tener, ya que de esta forma se desarrollan de forma holística, sin olvidar que los docentes tienen en sus manos la responsabilidad de orientar experiencias significativas que promuevan el desarrollo integral de los niños y para ello, es fundamental estimular entre otras cosas su proceso motor.

1.1.2 DESARROLLO PSICOMOTOR NACIMIENTO HASTA LOS 4-6 AÑOS DE EDAD.

BLANCO DE SUAREZ, Esperanza (2011).⁴”A pesar de la existencia de diferentes programas dirigidos a propiciar el desarrollo psicomotor de los niños y niñas desde su nacimiento hasta los 4 y 6 años de edad, existe un alto porcentaje de niños y niñas pertenecientes a comunidad “La Medinera” en el Limoncito que no exhiben el dominio de las habilidades motrices básicas en correspondencia con la edad, las principales dificultades en el dominio de las habilidades motrices detectadas en el diagnóstico realizado a partir de la aplicación de métodos empíricos, fueron las siguientes:

Durante la ejecución de las carreras los niños y las niñas no llevan la vista al frente, mirando hacia ambos lados alternativamente. Al saltar durante el despegue y vuelo no llevan los brazos al frente y arriba. Se adopta una posición invertida de piernas con relación al brazo para lanzar. El brazo de lanzar no se extiende atrás completamente. En el momento de atrapar la pelota no se colocan debajo de ella. Se rompe la continuidad de movimiento cuando se combinan una habilidad con otra (correr y lanzar, correr y saltar, atrapar y correr)

Además, en el estudio diagnóstico se detectó:

La no existencia de un programa de actividad física dirigido al desarrollo psicomotor de los niños y niñas preescolares. De 4-6 años de edad. Pertenecientes a la comunidad “La Medinera” en el Limoncito. El 80% de los niños y de las niñas realizan juegos de mesa: dominó, baraja, entre otros y solo el 20% juegos de movimiento. En las actividades que

⁴BLANCO DE SUAREZ, Esperanza. Programa para el desarrollo psicomotor en los niños y niñas de la comunidad “La Medinera” En el Limoncito EN: EFDeportes.com, Revista Digital. Buenos Aires - Año 16 - N° 156 - Mayo de 2011.p;1

desarrolla el niño y la niña en el receso escolar predominan los juegos tranquilos (60%) debido a que los espacios exteriores del colegio son reducidos, las actividades se realizan en el salón de clases, incluye meriendas y comidas.

El 100% plantea que los niños y las niñas no practican actividad físico-recreativa.

1.1.3 LAS PRÁCTICAS RECREATIVAS EN CONTEXTOS RURALES.

Estudio desarrollado en Bogotá D.C en el 2007 informan que el sector rural esta compuesto una diversidad de colectivos humanos (campesinos inscritos a actividades económicas comunidades indígenas, población flotante que vive en el campo pero trabaja esporádicamente en la ciudad en diferentes procesos y actividades económicas)⁵.

En este sentido se define el papel de la recreación como fundamental como mecanismo para responder a la identidad cultural individual y colectiva ya que representa el proceso donde las personas autodefinen y definen a los otros, estas actividades permiten que se reconozca el individuo como parte del colectivo y por esto la participación en procesos recreativos, deportivos , culturales y momentos de esparcimiento dentro de su comunidad les permite su formación personal su desarrollo individual teniendo en cuenta referentes externos e internos, los externos se relacionan con los elementos que llegan a la localidad, vereda etc. Proviendo por ejemplo de disposiciones institucionales, los referentes internos en cambio tienen que ver con aspectos referentes a la particularidad histórica de una localidad, recreando así su identidad.

Por otra parte, la racionalización del espacio por la modernidad, lo cual asignan a cada una de las actividades un lugar específico; no solo afecta lo urbano, sino en menor escala también lo rural. Estas transformaciones tienden a regular también el esparcimiento y en este sentido privilegia las actividades de ocio de las clases sociales más favorecidas a través de espacios de sociabilidad institucional. Así, la plaza se convierte en parque y pierde su carácter multifuncional o como centro político, y sitio de mercado y fiestas populares.

1.1.3.1. PRACTICAS SOCIALES Y CULTURALES.

⁵ Malangón Gómez, V. (2006). Las Prácticas Recreativas En Contextos Rurales.

Las actividades recreativas en mayor parte están orientadas a prácticas tradicionales; como en las fiestas religiosas, fiestas populares, conmemoraciones, paseos, bailes, etc. La recreación en el sector rural, a diferencia de las nuevas tendencias en lo urbano, continúa siendo una práctica socio-cultural, un motivo para el encuentro. De estas prácticas existe un vacío de información. En términos generales, se puede afirmar que el principal problema en cuanto a las practicas recreativas en contextos rurales radica en las aproximaciones con parámetros definidos desde lo urbano; y una gran demanda de espacios naturales para la realización de deportes extremos y de aventura, así como la recreación pasiva de observación y contemplación, qué repercute en las prácticas tradicionales al interior de las comunidades.

1.1.4 LA EDUCACIÓN FÍSICA RURAL. UNA EXPERIENCIA DE PRÁCTICA EDUCATIVA A 3.720 METROS SOBRE EL NIVEL DEL MAR.

El presente documento, expone la experiencia de una práctica en el área de educación física, en un ambiente donde pocos, al menos en el escenario colombiano, se atreven a iniciar un procesos educativos como es en la altura (3.720 m.s.n.m); una práctica que conllevo no sólo una aventura sino, y más importante aún, transformaciones a nivel personal y profesional; que me llevó a valorar cada vez más la importancia de nuestra área y quehacer para el desarrollo integral de las comunidades, en especial en aquellas que viven en este ambiente.

En la escuela Nueva se utilizan guías de trabajo para que los niños desarrollen actividades individualmente o en grupo dentro del aula de clases, esto con respecto a las asignaturas teóricas como matemáticas, ciencias naturales, ciencias sociales o español, mientras que para el área de educación física sólo se hacen capacitaciones esporádicas, que no responden a las necesidades del área y mucho menos de los niños de estas zonas.

Así, la planeación de la clase se convierte en un reto, el cual se asume desde una orientación de clase basada en el modelo pedagógico constructivista; pues, en la clase se pueden encontrar tanto niño/as de 7 años como de 13, lo cual es un rango de edad bastante amplio, esto afirmación basándonos en los estadios de desarrollo de Piaget. Por lo anterior, durante la clase se proponen actividades para desarrollar en grupos, que propicie la relación entre niño/as de diferentes edades y que sin problema pueden aportar y nutrir las propuestas de la clase.

Como producto de la observación de los niños de la escuela ASPAR fue necesario la separación de los estudiantes en dos grupos, de acuerdo a su rango de edad, se propone que las niñas que tienen edades entre los 4 y 6 años conformaran un grupo diferente al de los niños y niñas que están entre los 7 y 13 años de edad, esto con el fin de que el proceso pueda tener coherencia y supla las necesidades de los niños/as en las clases de educación física.

La metodología apunta al desarrollo bio - psico - social, es por eso que se plantearan juegos y actividades donde los niños tengan la oportunidad de explorar, socializar, pensar, crear, discutir, relacionar, vivenciar, trabajar en grupo y fortalecer valores como el respeto, la tolerancia, la aceptación de roles, quedando claro que lo que se quiere es el desarrollo integral del niño/a con el fin de que tenga herramientas para enfrentarse a todos los obstáculos que se le presentan y se le presentaran a lo largo de su vida.

1.2 CONCEPTUALIZACION

1.2.1 Locomoción

En este concepto la acción motora es caracterizada por una autopropulsión manifestando una progresión de traslación de todo el cuerpo, producida por movimientos rotatorios coordinados de cada uno de los segmentos corporales que son articulados. Así, el movimiento siempre significa un cambio de posición en el espacio. La locomoción es el movimiento que permite que el sujeto (ya sea una persona o una máquina) se desplace y además que adquiera otra posición, cambie de lugar. Las acciones tienen orígenes en los sistemas neuromotores y musculo esqueléticos

La locomoción varía en términos de forma, estructura, velocidad y otros elementos de acuerdo al tipo de sujeto al que hagamos referencia. Hay varias formas de locomoción humana por ejemplo: caminar, saltar, correr, trotar, nadar, volar, rodar, arrastrarse, reptar, gatear y escalar. Es la acción diaria más común de los animales superiores incluyendo los humanos. En el deporte y el ejercicio es muy común utilizar estos tipos de locomoción humana en forma aislada o combinada.

1.2.2 Andar o caminar

Es una forma natural de locomoción vertical. Su patrón motor está caracterizado por una acción alternativa y progresiva de las piernas y un contacto continuo con la superficie de apoyo. El ciclo completo del patrón motor, un paso, consiste en una fase de suspensión y otra de apoyo o contacto con cada pierna. Caminar es la fase del desarrollo motor más espectacular y, probablemente más importante. La adquisición de la locomoción vertical bípeda se considera un hecho evolutivo de primer orden. Y es que hasta que el niño no sabe andar solo, su medio se encuentra seriamente limitado. El niño pasa de arrastrarse, gatea de ahí a se para y camina con apoyo, hasta llegar a caminar con equilibrio.

1.2.3 Correr

Correr es una ampliación natural de la habilidad física de andar. De hecho se diferencia de la marcha por la llamada "fase aérea". Correr es una serie de saltos muy bien coordinados, en los que se alterna el apoyo simple con el vuelo. Correr es una parte del desarrollo locomotor humano que aparece a temprana edad. Antes de aprender a correr, el niño aprende a caminar sin ayuda y adquiere las capacidades adicionales necesarias para enfrentarse a las exigencias de la nueva habilidad.

1.2.4 Saltar

Saltar es una habilidad motora en la que el cuerpo se suspende en el aire debido al impulso de una o ambas piernas y cae sobre uno o ambos pies. El salto requiere complicadas modificaciones de la marcha y carrera, entrando en acción factores como la fuerza, equilibrio y coordinación. Tanto la dirección como el tipo de salto son importantes dentro del desarrollo de la habilidad física de salto. Éste puede ser hacia arriba, hacia abajo, hacia delante, hacia detrás o lateral, con un pie y caer sobre el otro, salto con los uno o dos pies y caída sobre uno o dos pies, brincos, etc. La capacidad física necesaria para saltar se adquiere al desarrollar la habilidad de correr. Sin duda el salto es una habilidad más difícil que la carrera, porque implica movimientos más vigorosos, en los que el tiempo de suspensión es mayor. En las habilidades de saltos no puede pasarse por alto que tiene lugar una fase previa donde el practicante adquiere una determinada cantidad de movimientos,

que es incrementa en el impulso con una o dos piernas, seguido de un vuelo, donde se pierde el contacto con el piso y una caída o recepción sobre una o las dos piernas. Los giros se caracterizan por una fase en apoyo constante con el suelo, en suspensión, con agarre constantes de las manos y con apoyos y suspensiones múltiples y sucesivas. El esquema siguiente particulariza esta habilidad.

1.2.5 Juego pre deportivo

Son aquellos que exigen destrezas y habilidades propias de los deportes (desplazamientos, lanzamientos, recepciones, etc.). Su práctica es recomendable como preparación para los niños que comienzan a practicar cualquier deporte, ya que les aporta una serie de recursos físicos y técnicos.

1.2.6 Actividades recreativas

La acción que desarrolla un ser vivo o una entidad puede recibir el nombre de actividad. Recreativo, por su parte, es un adjetivo que alude a aquello que ofrece recreación (entretenimiento, diversión o distracción). Las actividades recreativas, de este modo, son aquellas acciones que permiten que una persona se entretenga o se divierta. Se trata de actividades que un individuo no realiza por obligación, sino que las lleva a cabo porque le generan placer.

Por ejemplo: “El coleccionismo de botellas antiguas y la jardinería son mis actividades recreativas preferidas”, “Vamos a tener que pensar en alguna actividad recreativa para Tomás: de lo contrario, en las vacaciones, se va a aburrir mucho”, “Las actividades recreativas en este río atraen a cientos de personas cada fin de semana”. Los pasatiempos pueden considerarse como actividades recreativas. Cuando una persona decide realizar un crucigrama, completar un rompecabezas o utilizar una consola de videojuegos, está buscando recreación. Un hobby, como la filatelia o el aeromodelismo, también forma parte de las actividades recreativas ya que permite al individuo relajarse y dejar de lado las presiones y las obligaciones de la vida cotidiana. Así se distiende y minimiza su nivel de estrés. En el caso de los deportes, podrían considerarse como actividades recreativas cuando se desarrollan como método de esparcimiento. Sin embargo, estas disciplinas son competitivas: el objetivo del deportista es conseguir la victoria. Por eso no es preciso

definir al fútbol o al tenis, por citar dos deportes, como actividades recreativas, a menos que se jueguen sin considerar los resultados o que se tome la búsqueda de resultados como un esparcimiento.

1.2.7 Habilidades psicomotrices

Habilidades motrices básicas. Coordinación y equilibrio. El concepto de habilidad motriz básica en Educación Física considera una serie de acciones motrices que aparecen de modo filogenético en la evolución humana, tales como marchar, correr, girar, saltar, lanzar, recepcionar. Las habilidades básicas encuentran un soporte para su desarrollo en las habilidades perceptivas, las cuales están presentes desde el momento del nacimiento, al mismo tiempo que evolucionan conjuntamente.

1.2.8 Lúdica

La lúdica se identifica con el ludo que significa acción que produce diversión, placer y alegría y toda acción que se identifique con la recreación y con una serie de expresiones culturales como el teatro, la danza, la música, competencias deportivas, juegos infantiles, juegos de azar, fiestas populares, actividades de recreación, la pintura, la narrativa, la poesía entre otros.

1.2.9 Recreación

Se entiende por recreación a todas aquellas actividades y situaciones en las cuales esté puesta en marcha la diversión, como así también a través de ella la relajación y el entretenimiento. Son casi infinitas las posibilidades de recreación que existen hoy en día, especialmente porque cada persona puede descubrir y desarrollar intereses por distintas formas de recreación y divertimento. Es decir, no todos los individuos somos iguales ni disponemos de las mismas experiencias o intereses y entonces cada cual desarrollará una inclinación por tal o cual actividad recreativa; podrá claro haber coincidencias, aunque

también puede suceder que lo que para alguien es una recreación para otro puede no serlo y viceversa.

1.2.10 Ocio

Se conoce como ocio, aunque también muchos suelen llamarlo tiempo libre, a todas aquellas actividades que con la libertad de elección y oportunidades que los casos particulares supongan, no están ligadas a ningún tipo de trabajo formal y son realizadas por las personas, en precisamente el tiempo libre que le queda luego de haber cumplido con su trabajo.

1.2.11 Tiempo Libre

Se conoce como Tiempo Libre a aquel tiempo que la gente le dedica a aquellas actividades que no corresponden a su trabajo formal ni a tareas domésticas esenciales. Su rasgo diferencial es que se trata de un tiempo recreativo el cual puede ser utilizado por “su titular” a discreción, es decir, a diferencia de lo que ocurre con aquel tiempo no libre en el cual la mayoría de las veces no se puede elegir el tiempo de realización, en este, la persona puede decidir cuántas horas destinarle. Aunque, el tiempo libre, para algunos, también suele incluir la realización de algunas actividades que aunque no sean laborales pueden revestir algún tipo de obligatoriedad, como ser ir al médico, ir al supermercado, entre otras y que se las realiza en el llamado tiempo libre porque no se dispone de tiempo para hacerlas durante aquellas jornadas en las que domina el trabajo. Entonces, generalmente, las personas suelen utilizar este tiempo para descansar del trabajo, para llevar a cabo alguna actividad que les reporte recreación, entretenimiento o placer, o como recién indicábamos para hacer aquellas actividades que por falta de tiempo no pueden hacer mientras están en un día laborable.

1.2.12 Atención

De acuerdo al contexto en el cual se lo emplee el término atención referirá diversas situaciones. Cualidad que permite filtrar estímulos, quedándose con los importantes y desechando los que no lo son.

1.2.15 Pedagogía

Es la ciencia de la educación. Por extensión, la Pedagogía es el método para la enseñanza, el objetivo de la Pedagogía es planificar, analizar, desarrollar y evaluar procesos de enseñanza y aprendizaje. Pretende mejorar la realidad educativa en diferentes ámbitos: familiar, escolar, social y laboral.

1.2.16 Sesión

Una sesión es un período temporal ocupado por una cierta actividad. Esto quiere decir que, durante una determina sesión, se llevan a cabo una serie definida de tareas.

1.2.17 Educación Psicomotriz

Es aquella que está dirigida a los niños que se encuentran en edad preescolar y escolar, con la finalidad de prevenir problemas en el desarrollo, problemas de aprendizaje y de favorecer el aprovechamiento escolar.

1.2.18 Psicomotricidad

Encargada de estudiar la manera cómo influye el movimiento en la organización psicológica de las personas.

1.2.20 Planificación

En términos generales, por planificación se refiere a la acción o resultado de planificar alguna cuestión, tarea o actividad que lleva a cabo un ser humano. La planificación debe ser entendida básicamente como un proceso que implicará la observación de una serie de pasos que se establecerán a priori y para los cuales, quienes realizan la planificación, deberán utilizar una serie de herramientas y expresiones.

En una planificación se ejecutarán diversos planes desde su concepción y operación en los diferentes niveles, porque realiza acciones en base a la planeación de cada uno de los

proyectos y de ser necesario, se encarga de la operación en los diferentes niveles y amplitudes de la planeación. El primer paso de una planificación será concebir el plan que luego será concretado, o sea, la planificación es una dimensión que se ocupará de la ejecución directa de los planes, los cuales serán revisados y realizados de acuerdo al planeamiento propuesto.

1.2.21. Habilidades motrices

Por habilidades motrices básicas entendemos aquellos actos motores que se, llevan a cabo de forma natural y que constituyen la estructura sensomotora básica, soporte del resto de las acciones motrices que el ser humano desarrolle. Para **Guthrie** ⁶la habilidad motriz es definida 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” Se trata, por consiguiente, de la capacidad de movimiento humana adquirida por aprendizaje, entendiendo el desarrollo de la habilidad motriz como producto de un proceso de aprendizaje motor. Estas habilidades básicas, base en el aprendizaje de posteriores acciones motrices más complejas, son los desplazamientos, saltos, equilibrios, lanzamientos y recepciones.

1.3 INVESTIGACIONES RELACIONADAS AL ESTUDIO

1.3.1 EL JUEGO COMO VEHICULO PARA LA ADQUISICION DE LOS APRENDIZAJES.

“Todos los pedagogos están de acuerdo en que la mejor situación para aprender, resulta ser aquella en donde la actividad es tan agradable y satisfactoria para el aprendiz, que este no pueda diferenciar del juego, o la considera como actividad integrada: juego trabajo”⁷

⁶ Brower. G., y Hilgard E. (2011) Capitulo 4 "El conocimiento contiguo de Guthrie". Teorías del Aprendizaje. México: Trillas

⁷EL JUEGO COMO VEHICULO PARA LA ADQUISICIÓN DE LOS APRENDIZAJES.<http://rodin.uca.es:8081/xmlui/bitstream/handle/10498/7747/31481115.pdf?sequence=1> (zapata, 1989), Marín (1995),Molina (1990), Alvares (1983),Pág. 93

“De las palabras anteriormente referidas, se desprende la importancia que tendrá el juego para el desarrollo integral del niño, no solo desde el punto de vista motor, sino también desde la perspectiva intelectual, afectiva y social. De esta manera”, el juego en la infancia, tendrá un valor psicopedagógico evidente, permitiendo un armonioso crecimiento del cuerpo, la inteligencia, la afectividad, la creatividad y la sociabilidad, siendo, está la fuente más importante de progreso y aprendizaje. “El juego es, fundamentalmente un medio de aprendizaje. A partir del juego se pueden hacer llegar al niño aprendizajes que de otro modo no serían interesantes para él, ya que esta es un actividad que le produce placer, y por lo tanto, estará dispuesto a prender todo lo que sea necesario”. De esta forma el niño, a través de sus juegos no solo se divierte o “pasa el rato “ , sino que consigue una serie de objetivos que mediante ninguna otra actividad podría alcanzar : consigue hacerse al mundo exterior, conquista su independencia y el conocimiento de sí mismo como ser activo, aprende procesos y los observa ,etc. afirma que toda la práctica didáctica que entiende centrarse en el niño, que contemple los intereses de los alumnos, que quiera ser activa y participativa, creativa y gozosa, tendrá que considerar el juego como elemento pedagógico de primordial importancia”.

“Blandez (2000)⁸ Comenta que cuando se quiere conceptualizar la idea de juego, se le otorga rápidamente el carácter lúdico, pero se le rehúye como medio de aprendizaje cognitivo. En consecuencia se asocia el juego a las clases de educación física, porque en ellas el alumno se divierte y se desfoga, mientras que en las matemáticas, la lengua, etc. Pretende cosas más serias e importantes “en las que lo lúdico no tiene cabida”. “Si estamos de acuerdo en el jugar es una actividad natural de la niña y del niño ,y que en la escuela se juega, también tendremos que aceptar que, como actividad que forma parte de la manera de ser del alumnos y que además se lleva a término también en horario escolar ,nos interesa conocer ,aprovechar y desarrollar esta herramienta.

⁸ 12EL JUEGO COMO VEHICULO PARA LA ADQUISICIÓN DE LOS APRENDIZAJES.<http://rodin.uca.es:8081/xmlui/bitstream/handle/10498/7747/31481115.pdf?sequence=1>Blandez (2000) Guitart(1996), Carbonell et.al.(1996), Medina, cit. Por Gutiérrez et. Al (1997).Pág. 97 y 98

JUEGO ESPONTÁNEO	JUEGO DIRIGIDO
Ausencia de finalidad	Posee objetivos señalados por parte del adulto
Inconvenientes	
<ul style="list-style-type: none"> - Falta de variedad - Falta de perseverancia - Falta de dirección - Falta de compañerismo - Falta de medida 	<ul style="list-style-type: none"> - Limitación de la libertad y autonomía - Supresión de la espontaneidad y de la pureza del juego
Ventajas	
<ul style="list-style-type: none"> - Conocimiento profundo del niño y la niña - Conocimiento, estructuras y relaciones de grupo - Perfecto ajuste con la edad e intereses - Rico vivero de juegos dirigidos 	<ul style="list-style-type: none"> - Variedad - Corrección y eliminación de defectos - Ecuanimidad en los resultados - Efectos controlados y planificados

Figura Numero 1^o. Ventajas e inconvenientes de juego espontaneo y del juego dirigido (modificado de Díaz, 1993)

Construir este espacio lúdico en la escuela no es tarea fácil, puesta una los enseñantes a un continuación padeciendo una deformación contextual respecto del juego: para unos es sinónimos de pérdida de tiempo algo improductivo que aleja al niño del estudio, algo improductivo que aleja al niño del estudio; para otros suponen un medio didáctico, afirmando que el juego es el método más importante de aprendizaje”

1.3.2 DESARROLLO DE LAS CAPACIDADES MOTRICES A TRAVES DEL JUEGO

El desarrollo de las capacidades motrices teniendo como punto de referencia el juego pretende lograr que se vayan cubriendo las necesidades motrices que van surgiendo en cada una de las etapas evolutivas del niño y de la familia, facilitándoles los aprendizajes motrices, ayudándole a alcanzar una autonomía cada vez más real y una aceptación y conocimiento de sí mismo, dando respuesta a los problemas de que se le plantean al individuo en la vida real. En este sentido el desarrollo de las habilidades motrices se va

⁹ Murcia, J. A. M., & García, P. L. R. (1996). El aprendizaje por el juego motriz en la etapa Infantil. Murcia, JAM y García, PLR, Aprendizaje deportivo, 70-103.

orientando principalmente hacia la creación de la base de la motricidad; así que no hay que olvidar que sobre ellas se van a construir las habilidades que tan importante papel van a jugar en la enseñanza de los deportes. Ejemplificando lo expuesta podemos asimilar el aprendizaje motor a la construcción de una pirámide, donde necesitaremos del escalafón inferior para edificar los superiores. Carmen trigueros y Enrique Rivera (2005).



Figura 2. Bases de la Motricidad

las habilidades perceptivo motrices, van encaminadas a que niños y niñas adquieran los patrones de movimiento básicos, para construir a partir de ellos el resto de habilidades motrices, siendo fundamental para ello el conocimiento y control del propio cuerpo y de las relaciones de este con el tiempo y el espacio. De manera sucinta podemos definir las habilidades perceptivas motrices como:

Estructura espacial: toma de conciencia del espacio en el que nos movemos determinado por los estímulos que en él se producen (objetos y sucesos).

Estructura temporal: es la percepción del tiempo, o toma de conciencia de la realidad de la existencia, a partir de los cambios o hechos que suceden. La estructura espacial, posee dos componentes:

- el orden: puntos de referencia que suponen los cambios que suceden. La percepción del orden viene impuesta por el exterior y no necesita ninguna actividad perceptiva.

- la duración: tiempo físico, medido en minutos, segundos, que se separa de los puntos de referencia temporales.

Estructura espacio-temporal: también denominado ritmo, es un concepto que se encuentra dentro de la percepción temporal, siendo el orden y la proporción del tiempo.

1.4 MARCO TEÓRICO

Los pronunciamientos de organismos internacionales referidos a la recreación y el aprovechamiento del tiempo libre, son diversos, y por efectos de pertinencia para la gestión del sector en Colombia, se relacionan aquellos de los organismos internacionales de los que es miembro el país.

La Asamblea General de Naciones Unidas aprueba el 10 de diciembre de 1948, la Declaración Universal de los Derechos Humanos, como una idea común de todos los pueblos y naciones, de esforzarse, a fin de que tanto individuos e instituciones, promuevan, mediante la enseñanza y la educación, el respeto a estos derechos y libertades y aseguren, por medidas progresivas de carácter nacional e internacional, su reconocimiento y aplicación universales y efectivos, tanto en los pueblos de los Estados miembros como entre los territorios colocados bajo su jurisdicción. Con esta proclama, la Asamblea General estatuye en su artículo 24:

En el ámbito específico de los derechos humanos, proclamados por algunas asociaciones internacionales, el 1o. de junio de 1970, en la ciudad de Ginebra, se establece que el hombre tiene derecho a conocer y participar en todo tipo de recreación durante su tiempo libre y lo materializa en el artículo 4, así:

Artículo 4o.- Todo hombre tiene el derecho de conocer y participar en todo tipo de recreación durante su tiempo libre, tales como: deportes, juegos, vida al aire libre, viajes, teatro, baile, arte visual, música, ciencia y manualidades, sin distinción de edad, sexo o nivel de educación.

1.4.1.2 Derecho de los Campesinos y Trabajadores Agrarios a la recreación.

Igualmente, en el mismo título y capítulo, la Carta Política en su artículo 64 asigna responsabilidades específicas al Estado, frente a los derechos fundamentales de los trabajadores agrarios. De suyo, es de resaltar como los Constituyentes, a pesar de haber plasmado el derecho fundamental a la Recreación entre otros derechos, para los niños y para todas las personas en donde por simple lógica estarían estos segmentos poblacionales, precisa como de atención especial por parte del Estado, la promoción del acceso a los servicios de recreación como uno de los elementos garantizadores de una mejor calidad de vida de los campesinos. La norma referenciada prescribe:

Art. 64.- Es deber del Estado promover el acceso progresivo a la propiedad de la tierra de los trabajadores agrarios, en forma individual o asociativa, y a los servicios de educación, salud, vivienda, seguridad social, recreación, crédito, comunicaciones, comercialización de los productos, asistencia técnica y empresarial, con el fin de mejorar el ingreso y calidad de vida de los campesinos.

Se inferiría de este artículo que en la Constitución se le da a la recreación el carácter de servicio, y que por su disfrute se incide en la calidad de vida de la población.

1.4.1.3 La Recreación, como Derecho Fundamental, Integrado al de la Educación.

Una última referencia a la Recreación en la Constitución Política aparece en el mismo Título y Capítulo II, de los derechos sociales, económicos y culturales, en su artículo 67, el cual define a la educación como un servicio público con función social, buscando con ella garantizar el acceso al conocimiento, la ciencia, la técnica y los bienes y valores de la cultura. Propendiendo que la educación forme a colombianos respetuosos de los derechos humanos, a la paz, a vivir y decidir en democracia, a practicar el trabajo y la recreación, como elementos indispensables de enriquecimiento científico, cultural, tecnológico y protector del medio ambiente.

Y es aquí en donde realmente se estatuyen mecanismos garantizadores de la formación, investigación y la práctica de una recreación asociada a la educación, como fórmula de enriquecimiento integral del colombiano. Se responsabiliza no solo al Estado, sino también a la sociedad y la familia a que se eduque obligatoriamente a segmentos poblacionales entre cinco y quince años.

Adicionalmente, prevé la provisión gratuita de esta por parte del Estado. Le asigna competencia al Estado para que regule y ejerza la suprema inspección y vigilancia de la educación, con el horizonte claro de velar por su calidad, por el cumplimiento de sus fines y

por la mejor formación moral, intelectual y física de los educandos; al tiempo de garantizar el adecuado cubrimiento del servicio y asegurar a los menores las condiciones necesarias para su acceso y permanencia en el sistema educativo y, por último ordena que La nación y las entidades territoriales participen, en la dirección, financiación y administración de los servicios educativos estatales, dentro de la Constitución y la ley. Tal y como lo establece el artículo en comento:

“Art. 67.- La educación es un derecho de la persona y un servicio público que tiene una función social; con ella se busca el acceso al conocimiento, a la ciencia, a la técnica y a los demás bienes y valores de la cultura.

La educación formará al colombiano en el respeto a los derechos humanos, a la paz y a la democracia; y en la práctica del trabajo y la recreación, para el mejoramiento cultural, científico, tecnológico y para la protección del ambiente.

El Estado, la sociedad y la familia son responsables de la educación, que será obligatoria entre los cinco y los quince años de edad y que comprenderá como mínimo, un año de preescolar y nueve de educación básica.

Corresponde al Estado regular y ejercer la suprema inspección y vigilancia de la educación con el fin de velar por su calidad, por el cumplimiento de sus fines y por la mejor formación moral, intelectual y física de los educandos; garantizar el adecuado cubrimiento del servicio y asegurar a los menores las condiciones necesarias para su acceso y permanencia en el sistema educativo.

2. METODOLOGIA

2.1 TIPO DE INVESTIGACION

La presente Monografía iniciara adoptando los principios del método cualitativo, mediante un diseño metodológico de tipo, acción participativa, La primera etapa tratara de brindar un acercamiento al contexto escolar donde se podrá observar las prácticas pedagógicas que son implementadas en los niños de la institución. A partir de aquí se recopilara algún tipo de

información en cuanto a comunidad a intervenir, La escuela y el contexto; me acercará un poco más a un diagnóstico y a desarrollar alternativas metodológicas a través de un plan básico de actividades recreativas y juegos pre deportivos que ayuden a recuperar, desarrollar o simplemente enseñar habilidades motrices básicas como la locomoción entre otras.

Mediante un pre-test y un post- test básicos para niños sumado a la recopilación del historial en cuanto a la parte de educación física con el docente y de los archivos de los estudiantes, me ayudara a ratificar la información directa tomada a partir de la percepción hecha en los primeros contactos con la comunidad.

En la segunda etapa se plantea la aplicación de algunos instrumentos de tipo cuantativo que ayudaran a corroborar la información recolectada a partir de la primera fase investigativa (observación), este instrumento será aplicado a los estudiantes a partir del primer test de carácter físico, metodológico y pedagógico en cuanto a habilidades motrices se refiere.

La investigación se orientara hacia el tipo acción participativa, pretende buscar la evolución en el comportamiento motriz; individual y colectivo a través del disfrute y el sano esparcimiento en actividades que involucren su diario vivir y su desarrollo motor. Ya que, en la mayoría de los casos los niños provienen de veredas aledañas a la escuela de sabaneta parte baja y en muchas ocasiones dedican su tiempo a otro tipo de actividades no necesariamente académicas o formativas.

El propósito es el mejorar habilidades motrices básicas en este caso referentes a la locomoción en actividades cotidianas y escolares, de los estudiantes a través de actividades recreativas y juegos pre deportivos buscando orientar, mediante una serie de sesiones recreativas planeadas por el recreólogo en formación.

La metodología se entiende como el conjunto de procedimientos que se utilizan en la investigación para alcanzar los objetivos planteados y buscara dar cuenta de cuál es la población, describirla y el tipo de muestreo utilizado.

2.2 POBLACION

La vereda Sabaneta parte Baja, se encuentra ubicada al Noroccidente del casco urbano de la ciudad de Pamplona a 8 kilómetros por la carretera que conduce a la ciudad de Bucaramanga. La distancia de carretable o vía sin pavimentar son de 2 kilómetros luego

existen tramos de placa huella de menos de 1 km hay 3 tramos. Habitan grupos familiares compuestos por papá, mamá e hijos, abuelos y otros familiares para un total de 16 familias a lo largo de la vereda principal.

La población de la escuela rural alto grande sede sabaneta parte baja vía pamplonita ubicada en el km 6. Cuenta con 29 niños y niñas de los grados de primaria y secundaria de la modalidad de escuela nueva en edades comprendidas entre los 5 y los 17 años residentes en la vereda como tal. Características de la escuela. Como recursos humanos cuenta con dos docentes titular de todas las áreas es una escuela que a nivel de dotación de materiales específicos para el área de educación física es deficiente y a nivel de infraestructura tiene una "cancha de microfútbol" que al mismo tiempo patio para todo tipo de actividades la cual no tiene líneas demarcadas porque el terreno es irregular; está rodeada de potreros y montañas que permiten la realización de múltiples actividades que le brindan al recreólogo la posibilidad de crear, innovar y planear en las cercanías de la escuela, muy cerca de allí se encuentran sitios de interés como la Laguna del seminarista, más adelante pozo del pato, cuencas de río pamplonita que es un por donde transitan campesinos con cosecha y algunos caballos hacia el municipio de pamplonita. En cuanto a los materiales, los niños son creativos y usan lo que está a su alcance como guadas, palos, las mismas sillas, las mesas, para realizar las actividades o juegos que se proponen en las clases y las montañas y lugares aledaños mencionados para realizar innumerables actividades y juegos con fines específicos.

2.3 DESCRIPCION DE LA INTERVENCION

El trabajo se llevó a cabo en el tiempo de seis semanas, en la población rural de la escuela rural de Alto Grande, en su sede perteneciente a la vereda de sabaneta parte baja via de herradura hacia el municipio de pamplonita, la población seleccionada constó de 12 niños, 6 niños y 6 niñas en las edades de 5 a 8 años estudiantes de primaria; A los cuales se les aplico una valoración (pre-test) en cuanto a 3 de las principales habilidades básicas de locomoción, evaluando la destreza de caminar, correr, saltar aplicando los protocolos y escalas de evaluación descritos en el trabajo, a partir de este momento se elaboró una planeación básica en actividades recreativas y juegos predeportivos, estructurados en 5 sesiones por habilidad y de a 1 habilidad por encuentro , en el proceso semana a semana la ejecución de las actividades tuvo entre 2 y 3 intervenciones a la comunidad los días lunes, martes y viernes en un tiempo aproximado de 45 a 60 minutos donde se priorizo una conducta de entrada una fase central de la habilidad y una despedida, los materiales para trabajo fueron llevados a la sede por el especialista en formación.

2.3 PRUEBAS INICIALES, DIAGNOSTICOS: PRE TEST Y POST TEST PARA EVALUAR HABILIDADES MOTRICES BASICAS DE LOCOMOCION CAMINAR CORRER Y SALTAR.

TEST PARA EVALUAR LA HABILIDAD DE CAMINAR			
Objetivo	Indicación	Descripción	Errores técnicos
A través de este se evaluará la coordinación dinámica motriz ya que al desplazarse se produce la oscilación del brazo contrario al pie de salida.	Se debe de indicar la dirección, marcas y objetos donde se dirige el alumno. El alumno caminará en línea recta a una distancia de 10 mts, marcado con un taco o cono.	<p>Visión periférica o vista al frente.</p> <p>Llevar la cabeza y tronco erguido.</p> <p>Realizar oscilaciones de brazos al frente y atrás.</p> <p>Apoyar el pie talón-punta.</p> <p>Coordinar el movimiento de brazos y piernas.</p>	<p>No llevar la vista al frente.</p> <p>No llevar la cabeza y el tronco erguido.</p> <p>No realizar oscilaciones de brazos al frente y atrás.</p> <p>No apoyar el pie talón-punta.</p> <p>No coordinar el movimiento de brazos y piernas.</p>

Tabla numero 1

TEST PARA EVALUAR LA HABILIDAD DE CORRER			
Objetivo	Indicación	Descripción	Errores técnicos
Evaluar la coordinación dinámica motora.	<p>Actividad: correr libremente hacia la señal, indicada con un cono.</p> <p>la carrera debe realizarse en línea recta hacia la señal.</p>	<p>Llevar la vista al frente, el tronco ligeramente inclinado al frente.</p> <p>Oscilar los brazos al frente y atrás.</p> <p>Llevar las rodillas al frente y atrás, el cuádriceps en posición paralela al piso.</p> <p>Apoyarse en el metatarso durante la carrera.</p> <p>Coordinar el movimiento entre brazos y piernas.</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. No llevar la vista al frente, el tronco ligeramente inclinado al frente. 2. No oscilar los brazos al frente y atrás. 3. No llevar las rodillas al frente y atrás, no permitiendo que el cuádriceps quede casi en posición paralela al piso. 4. No apoyarse en el metatarso durante la carrera. 5. Tener poca coordinación en el movimiento entre brazos y piernas.

Tabla numero 2.

TEST PARA EVALUAR LA HABILIDAD DE SALTAR			
Objetivo	Indicación	Descripción	Errores técnicos
Evaluación de la coordinación dinámica y la coordinación motriz.	Se posibilita la evaluación de la coordinación dinámica y la coordinación motriz.	<p>Realizarlo con los ojos abiertos, vista al frente.</p> <p>Realizarlo con las rodillas semi flexionadas para tomar el impulso y extenderlos al realizar el salto en el aire.</p> <p>Llegar al piso con los pies paralelos para amortiguar la caída.</p> <p>Llevar las extremidades superiores extendidas y a los lados del cuerpo.</p> <p>Durante el movimiento llevar las rodillas semi flexionadas para amortiguar la caída.</p>	<p>No llevar los ojos abiertos.</p> <p>No realizar ligera flexión de rodillas.</p> <p>No llevar los brazos al frente y arriba.</p> <p>Llegar al piso con pies juntos.</p> <p>Durante el movimiento no realizar una flexión de rodilla para amortiguara la caída.</p>

Tabla Numero 3

Para la evaluación de las habilidades y destrezas motrices de los niños y niñas se propone la siguiente escala de estimación:

ESCALA DE ESTIMACION	
Al realizar el ejercicio, comete hasta un error técnico.	Excelente
Al realizar el ejercicio, comete dos errores técnicos.	Satisfactorio
A realizar el ejercicio comete tres errores técnicos.	Regular
A realizar el ejercicio, comete cuatro errores técnicos o más.	Deficiente

Tabla Número 4

Graficas I, II, III, IV, Adaptadas por LOZANO TAMY, Jair tomadas de: BLANCO DE SUAREZ, Esperanza. Programa para el desarrollo psicomotor en los niños y niñas de la comunidad “La Medinera” En el Limoncito EN: EFDeportes.com, Revista Digital. Buenos Aires - Año 16 - N° 156 - Mayo de 2011.p;1

2.4 PLANEACION BASICA EN JUEGOS PREDEPORTIVOS Y ACTIVIDADES RECREATIVAS.

Tercera etapa: diseño de la monografía y revisión bibliográfica que estará enmarcada durante toda la ejecución del proyecto Se presentaran las actividades del plan básico durante la intervención con las respectivas fechas; estas son ejecutadas en un periodo de cuatro a seis semanas aplicadas con el grupo de escolares, y enfocadas hacia el desarrollo de las habilidades motrices básicas ,las sesiones tendrán una duración de 1 hora en la cual se enfocara en la habilidad a trabajar; el contenido de la planificación tiene: conducta de entrada, fase central y conducta de salida adaptada a la implementación de estrategias lúdico - recreativas, como el juego, circuitos de destreza y habilidad motora etc. referentes a la locomoción en niños en etapa escolar primaria.

Las actividades se realizarán a través de una modalidad mixta en la que se intercalarán técnicas recreativas aprendidas a lo largo de toda la formación en la especialización. Y de ayudas pedagógicas como el Internet, los libros y referentes con experiencia como es el caso de nuestros ponentes seminaristas A lo largo de todo el proceso de educación para la

recreación comunitaria; Retrotrayendo experiencias en comunidades, integración de padres y docentes, desarrollo motriz circuitos poli motores.

Una de las mejores maneras de aprender es jugando y descubriendo nuestro propio cuerpo y salud corporal a través de esta experiencia, la capacidad de compartir el conocimiento y las propias experiencias de aprendizaje con los demás. Si consideramos a la vivencia una buena compañera del aprendizaje, nada mejor que aprender y enseñar de un modo entretenido, disfrutando del proceso en su totalidad y promoviendo la participación activa, comprometida y emotiva de todos los participantes.

Finalmente realizar la respectiva prueba y/o post-test en busca de sacar conclusiones significativas a este proceso investigativo llevado a la practica en la especialización poder así , obtener los mejores resultados posibles y poder socializar con los compañeros y comunidad en general.

2.5 CRONOGRAMA

Coordinado por el departamento de educación física recreación y deportes de la universidad de pamplona en su especialización en educación para la recreación comunitaria cohorte 96, el director asesor de Monografía PhD Nelson Adolfo Mariño Landazábal y en cooperación de los lideres educadores de la institución educativa Alto grande sede sabaneta parte baja voluntariamente integrados al equipo se realizó un trabajo serio y fundamentado hasta desarrollar el siguiente programa:

1. cronograma de actividades
2. diagnóstico de la población
3. pre test en habilidades motrices básicas
4. recopilación de juegos
5. selección de juegos pre deportivos por parte del recreólogo en formación
6. experimentación practica con la comunidad estudiantil
7. modificación y adaptaciones
8. valoración (post test)

CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES A DESARROLLAR MENSUAL

ACTIVIDADES	ABR.	MAY.	JUN.	JUL.	AGO.	SEP.	OCT.	NOV.	DIC.
1. REVISION BIBLIOGRAFICA	X								
2. DISEÑO DE LA PROPUESTA	X								
3. UBICACION DE LA POBLACION		X							
4. TOMA Y DISTRIBUCION DE LA MUESTRA		X							
5. DISEÑO DEL CUERPO DE LA MONOGRAFIA	X								
6. APLICACION DE DIAGNOSTICO		X	X						
7. RECOLECCION DE DATOS		X	X						
8. APLICACIÓN DE TEST VALORATIVOS			X						
9. EJECUCION DE ACTIVIDADES CON EL GRUPO				X	X				
10. ANALISIS DE DATOS						X	X		
11. PRESENTACION DEL TRABAJO AL ASESOR							X		
12. ELABORACION DE OBSERVACIONES Y CORRECCIONES							X	X	
13. SOCIALIZACION									X

Tabla numero 5

2.6 MODELO DE SESION

A continuación los modelos de sesiones adaptadas a cada una de las habilidades a trabajar en la población: compuesto por nombre del juego, objetivos, materiales (si se necesitan) participantes, organización, desarrollo, reglas y variantes (si las hay).

PLAN BASICO DE ACTIVIDADES RECREATIVAS Y JUEGO PREDEPORTIVOS

PLANEACION SEMANAL

MESES	Septiembre	Octubre				Noviembre
SEMANAS	1	2	3	4	5	6
DÍAS DE ACTIVIDAD	26-27-28	4-7	11-14	18-21	25-28	1-4-8-11
VOLUMEN	45 min	45 min	45 min	45 min	45 min	45 min
FRECUENCIA	2	2	2	2	2	4
REPETICIONES	1	1	1	1	1	1
PRUEBAS(PRE-POSTEST)	1					1
ACTIVIDADES	135´	90´	90´	90´	90´	180´
CAMINAR O ANDAR	45	45	45		45	45
CORRER	45	45		45	45	45
SALTAR	45		45	45		90
TIEMPO TOTAL SESIONES						675´

Tabla numero 6

Preparador semanal tiempo de trabajo en semanas, días de encuentro con la comunidad aplicación de pruebas de diagnóstico (pre- test y post-test) habilidades de locomoción a desarrollar caminar o andar, correr , saltar con los niños de la escuela rural alto grande sede sabaneta sección básica primaria modalidad escuela nueva.

Estructura de sesiones a trabajar basadas en juegos predeportivos y actividades recreativas contenido: nombre del juego, objetivo, materiales, participantes organización de la actividad, desarrollo del juego o fase central, reglamentación de las actividades o juegos y variantes tiempo estimado de trabajo por sesión 45 minutos.

Juegos que estimulan la habilidad de caminar (Modelo de Sesión)

Juego n°1.

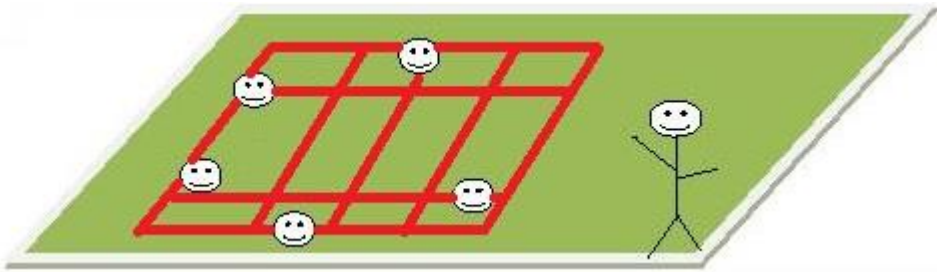
Nombre del juego: El comecocos
Objetivo: Desarrollar la habilidad motriz de caminar en línea recta en diferentes direcciones.
Materiales: <ul style="list-style-type: none">• Tiza
Participantes: 12 a 15 niños de 5 a 8 años
Organización: <ul style="list-style-type: none">• Dos grupos de dos filas.
Desarrollo del juego: Se trata de ir caminando por las líneas pintadas en el suelo (cocos) para no ser atrapados por el que se la queda (comecocos). No se podrá dar media vuelta, correr o salirse de las líneas.
Figura:  El diagrama muestra un cuadrado verde que representa un espacio de juego. Dentro del cuadrado, se han pintado líneas rojas que forman una cuadrícula de 3x3. Hay cinco comecocos (círculos blancos con una sonrisa) distribuidos en la cuadrícula: uno en el centro, uno en la intersección superior izquierda, uno en la intersección inferior izquierda, uno en la intersección inferior central y uno en la intersección inferior derecha. Fuera del cuadrado, a la derecha, hay un personaje de palo con una sonrisa que representa a un niño que va a jugar.
Reglas: <ul style="list-style-type: none">• En el caso de que dos cocos se encuentren frente a frente no podrán cruzarse y tendrán que dar media vuelta.• El niño atrapado intercambiará su rol con el comecocos.
Variante: <ul style="list-style-type: none">• Utilizar distintos tipos de desplazamientos. Introducir varios comecocos.• Reducir progresivamente los espacios o delimitar las líneas por las que se puede pasar (colores).

Tabla 7

Juegos que estimulan la habilidad de Correr (Modelo de Sesión)

Juego n°1


Nombre del juego: El semáforo en la playa
Objetivo: Correr en diferentes direcciones e identificar objetos
Materiales: <ul style="list-style-type: none">• tres cartones de colores (amarillo rojo y verde)• Un aro plástico por cada niño• silbato
Participantes: 12 a 15 niños
ORGANIZACIÓN: <ul style="list-style-type: none">• formar en círculos, dispersos y parados
Desarrollo: los niños se desplazan por todo el espacio simulando manejar sus botes y prestando mucha atención al semáforo que sostiene el profesor; cuando se enciende la luz verde, todos deben correr hacia el Mar, con luz amarilla caminan lentamente, con precaución sobre la arena o pasto con luz roja se detienen mirando al cielo.
FIGURA: 
Reglas: quien no respete los cambios de luz debe quedarse quieto hasta el próximo cambio de color.
variantes: <ul style="list-style-type: none">• A la señal del profesor los niños deben cambiar de aro• En vez de aros pueden ser pelotas o globos.

Tabla8

Juegos que estimulan la habilidad de Saltar (Modelo de Sesión)

Juego n°1

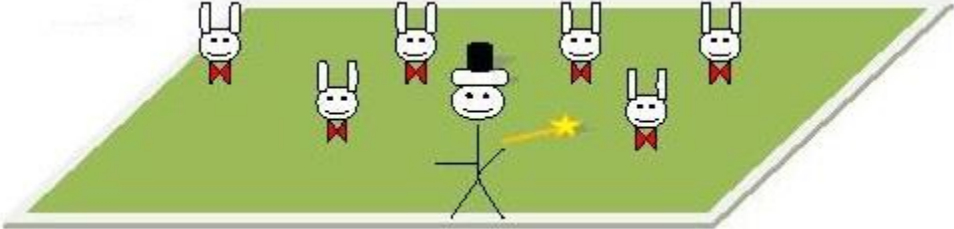
Nombre del juego: Los conejos del mago
Objetivo: Ejecutar del salta con ambos pies en diferente dirección
Materiales: <ul style="list-style-type: none">• Un bastón de cartón o cualquier otro material (que es la barita mágica).
Participantes: 12 a 15 niños de 5 a 8 años
Organización: <ul style="list-style-type: none">• Forma de ronda• Se colocan dispersos y parados
Desarrollo del juego: Los niños se distribuyen por el espacio mirando hacia el docente, qué es el mago. El docente dice: “hoy seré el mago y hare saltar a todos los conejos (niños). Como indica la barita saltaran hacia delante, hacia un lado, más alta, hacia el otro lado.
Figura: 
Reglas: <ul style="list-style-type: none">• Solamente el docente es el que puede tener la barita mágica• El que no realice los saltos como lo indica el docente realizara una penitencia.
Variante: <ul style="list-style-type: none">• Saltar en un solo pie.• Saltar con las manos en la cintura.

Tabla 9

3. RESULTADOS

3.1 APLICACIÓN DE PRUEBAS, RESULTADOS PRE TEST Y POST TEST

Información General				Pre- Test			Post-Test		
Sexo	Grado	sujeos	edad	caminar	Correr	Saltar	Caminar	Correr	Saltar
F	0	Participante numero 1	5	2	4	2	2	2	1
M	0	Participante numero 2	5	1	3	1	1	4	1
M	1	Participante numero 3	5	2	1	2	2	1	2
M	2	Participante numero 4	8	2	1	3	1	3	2
F	2	Participante numero 5	8	2	2	4	1	2	1
F	2	Participante numero 6	7	3	1	1	1	1	1
F	2	Participante numero 7	8	3	2	1	2	2	1
F	2	Participante numero 8	7	3	1	1	1	1	1
M	3	Participante numero 9	8	3	1	3	2	1	2
F	3	Participante numero 10	8	2	2	2	4	2	2
M	3	Participante numero 11	8	1	4	4	3	1	3
M	3	Participante numero 12	8	1	4	1	1	2	4

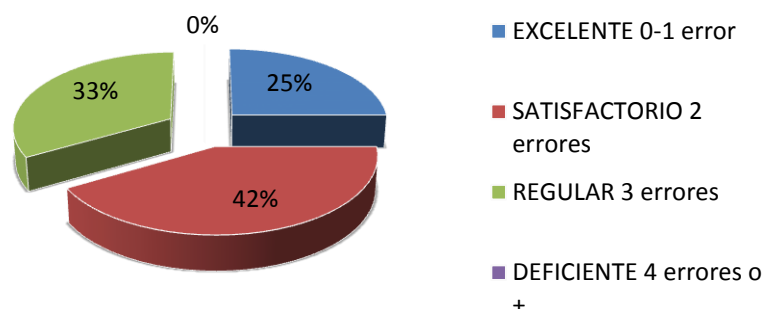
Tabla 10

Descripción

Prueba aplicada a 12 niños, 6 niños y seis niñas de entre 5 a 8 años donde se les evaluó el desempeño inicial en cuanto a cómo aplicaban las los protocolos descritos cada uno tuvo un intento de prueba antes de presentar la prueba valorativa y para que se ajustaran un poco a las instrucciones dadas por el docente, luego se efectuó la evaluación del gesto en un tiempo de dos horas aproximadamente.

A continuación ejecución de pre test:

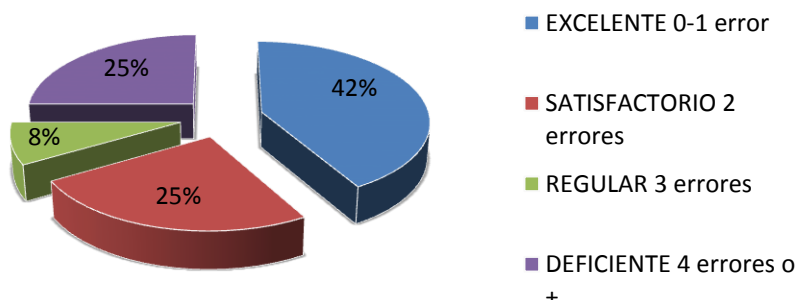
PRE-TEST HABILIDAD CAMINAR



Cuadro 1

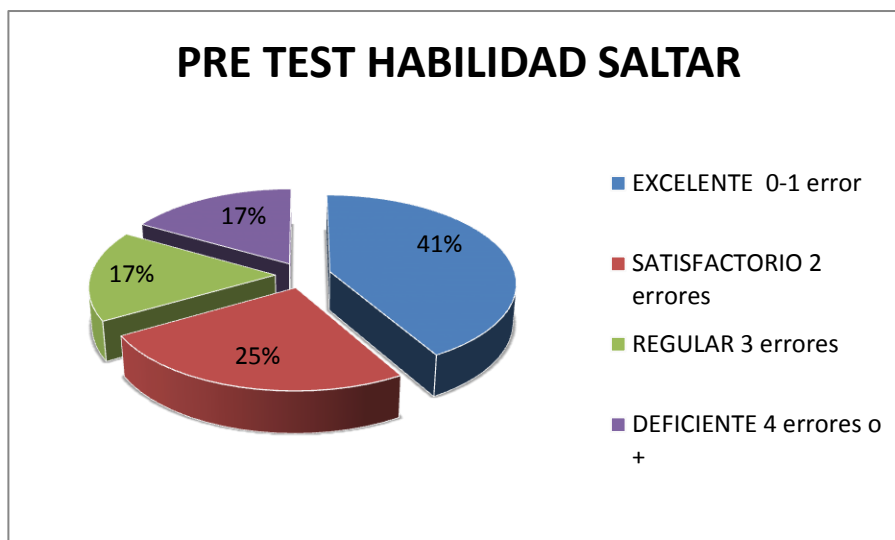
La prueba pre test basada en la habilidad de caminar aplicada, a los 12 escolares 6 niños y 6 niñas; en la cual, tuvieron dos intentos uno de prueba y otro evaluativo donde: 3 participantes tuvieron una ejecución excelente de un error equivalente al 25 % representado en 3 niños, 5 participantes tuvieron una ejecución satisfactoria de 2 errores equivalente al 42 % representado en (3 niñas, 2 niños), 4 participantes tuvieron una ejecución regular 3 errores equivalente al 33% representados en (3 niñas, 1 niño), no hubo ejecuciones deficientes.

PRE TEST HABILIDAD CORRER



Cuadro 2

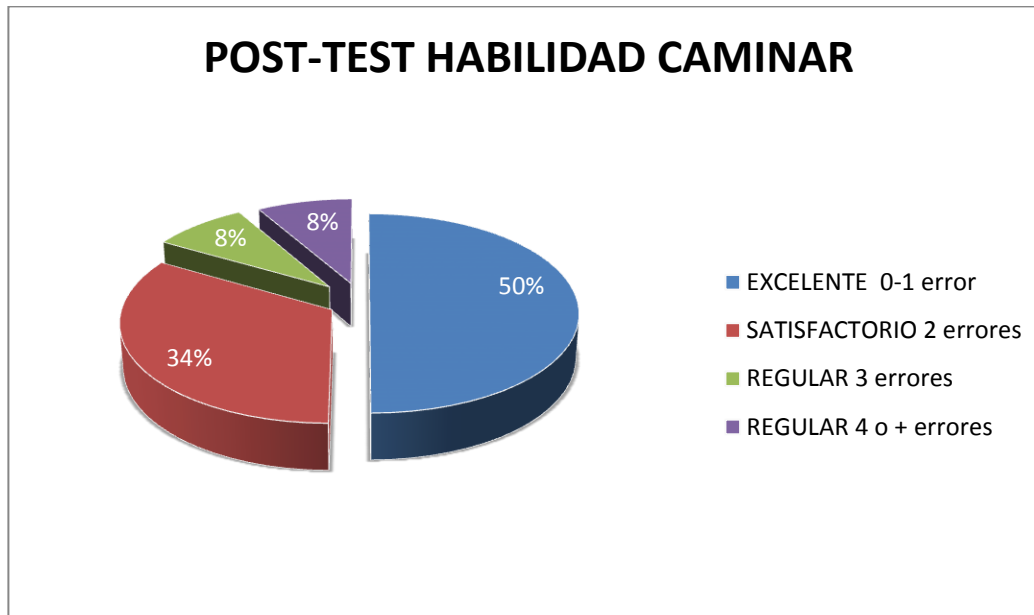
La prueba pre test basada en la habilidad de correr aplicada, a los 12 escolares 6 niños y 6 niñas; en la cual, tuvieron dos intentos uno de prueba y otro evaluativo donde: 5 participantes tuvieron una ejecución excelente de un error equivalente al 42 % representado en (3 niños,2 niñas), 3 participantes tuvieron una ejecución regular de 2 errores equivalente al 25 % representado en (3niñas), 1 participante tuvo una ejecución deficiente 3 errores equivalente al 8% representado en (1 niño), 3 participantes tuvieron una ejecución deficiente de 4 errores o más equivalente al 25% representado en (2niños ,1 niñas).



Cuadro 3

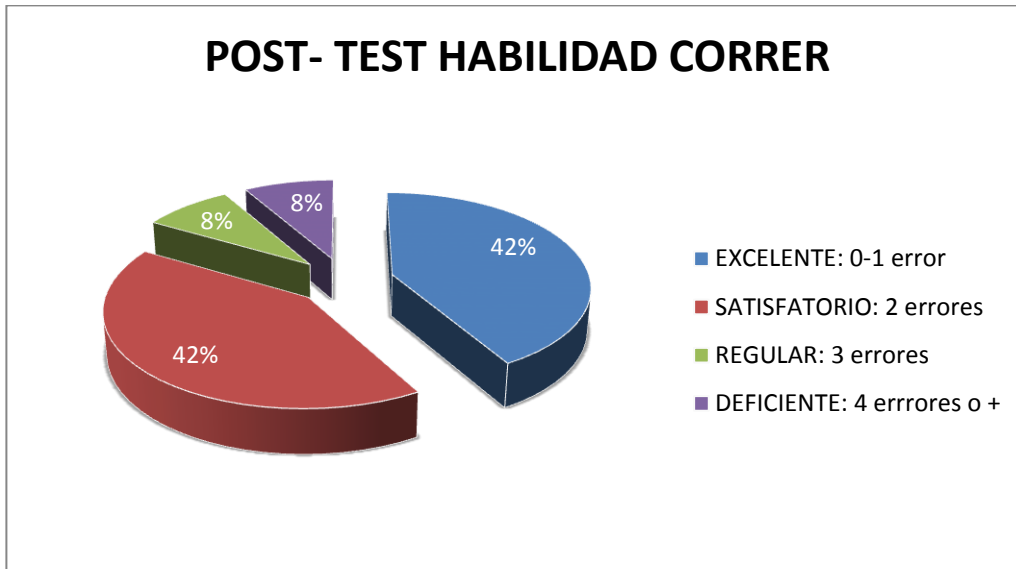
La prueba pre test basada en la habilidad de correr aplicada, a los 12 escolares 6 niños y 6 niñas; en la cual, tuvieron dos intentos uno de prueba y otro evaluativo donde: 5 participantes tuvieron una ejecución excelente de un error equivalente al 42 % representado en (2 niños,3 niñas), 2 participantes tuvieron una ejecución regular de 2 errores equivalente al 17 % representado en (2niños), 2 participantes tuvieron una ejecución deficiente 3 errores equivalente al 17% representado en (2 niños), 2 participantes tuvieron una ejecución deficiente de 4 errores o más equivalente al 17% representado en (1 niño ,1 niña).

A continuación ejecución de post-test:



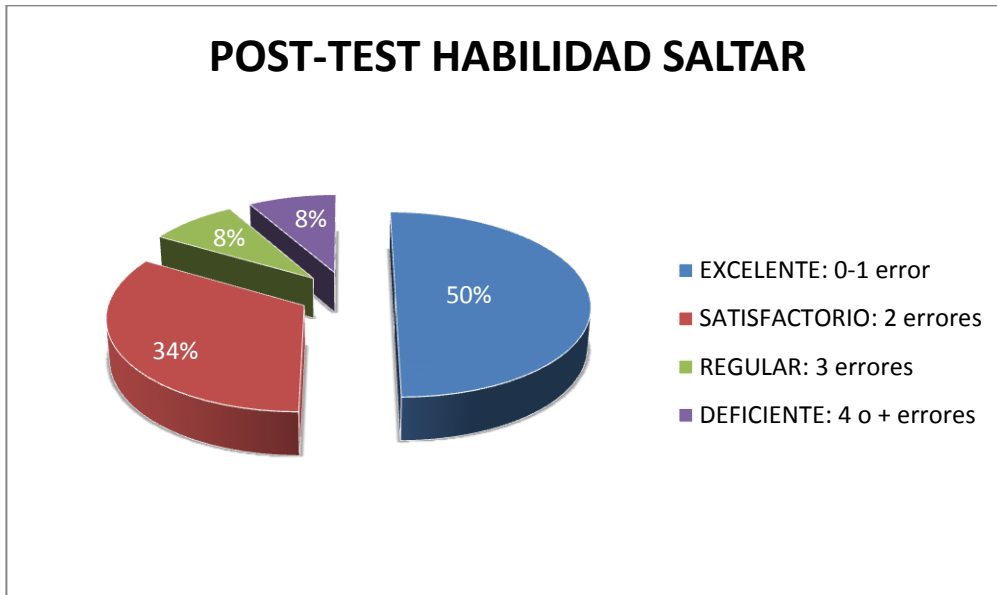
Cuadro 4

La prueba de post test realizada después de concluir el plan de actividades recreativas, estuvo basada en la habilidad de correr aplicada, a los 12 escolares 6 niños y 6 niñas; en la cual, tuvieron nuevamente dos intentos uno de prueba y otro evaluativo donde: 6 participantes tuvieron una ejecución excelente de un error equivalente al 50 % representado en (3 niños, 3 niñas), 4 participantes tuvieron una ejecución regular de 2 errores equivalente al 34 % representado en (2 niños, 2 niñas), 1 participante tuvo una ejecución regular de 3 errores equivalente al 8% representado en (1 niño), 1 participante tuvo una ejecución deficiente de 4 errores o más equivalente al 8% representado en (1 niña).



Cuadro 5

La prueba de post test realizada después de concluir el plan de actividades recreativas, estuvo basada en la habilidad de correr aplicada, a los 12 escolares 6 niños y 6 niñas; en la cual, tuvieron nuevamente dos intentos uno de prueba y otro evaluativo donde: 5 participantes tuvieron una ejecución excelente de un error equivalente al 42 % representado en (3 niños, 2 niñas), 5 participantes tuvieron una ejecución satisfactorio de 2 errores equivalente al 42 % representado en (1 niño, 4 niñas), 1 participante tuvo una ejecución regular de 3 errores equivalente al 8% representado en (1 niño), 1 participante tuvo una ejecución deficiente de 4 errores o más equivalente al 8% representado en (1 niño).



Cuadro 6

La prueba de post test realizada después de concluir el plan de actividades recreativas, estuvo basada en la habilidad de correr aplicada, a los 12 escolares 6 niños y 6 niñas; en la cual, tuvieron nuevamente dos intentos uno de prueba y otro evaluativo donde: 6 participantes tuvieron una ejecución excelente de un error equivalente al 42 % representado en (1 niño, 5 niñas), 4 participantes tuvieron una ejecución satisfactorio de 2 errores equivalente al 34 % representado en (3 niños, 1 niña), 1 participante tuvo una ejecución regular de 3 errores equivalente al 8% representado en (1 niño), 1 participante tuvo una ejecución deficiente de 4 errores o más equivalente al 8% representado en (1 niño).

4. DISCUSION

Al realizar la respectiva comparación de los momentos evaluados entre pre y post test, y después de haber ejecutado el plan básico de actividades recreativas y juegos deportivos en niños de 5 a 8 años ,de la comunidad de sabaneta parte baja, se pudo constatar que hubo una mejora porcentual en cada uno de los momentos, evidenciando mayor dominio de las habilidades motrices básicas de locomoción proyectadas dentro de los objetivos del trabajo: mayor mente en la destreza de correr y saltar que eran las que a priori representaban el mayor inconveniente al iniciar el proceso.

Se pudo cotejar en relación a estudios como: “Aproximación a los juegos integradores para el desarrollo de las Habilidades Motrices Básicas, Locomotrices (correr y saltar) para niños de 5 a 6 años, Lic. Anna Bella Pizzini Peraza. San Carlos, (Agosto 2014). Pudiéndose evidenciar que la evolución del proceso se hace más criteriosa, si se cambian valores de los protocolos de la escala de estimación, en la parte cuantitativa favoreciendo una medición más específica en cuanto al primer diagnóstico, dado que mi investigación tenía menos participantes pero debía reflejar un comportamiento más cegado.

Debo aclarar que este estudio solo medía dos habilidades correr y saltar, mientras que mi trabajo refleja la investigación para 3 destrezas (caminar, correr y saltar) habilidades básicas de locomoción.

Dentro del plano cualitativo se pudo evidenciar que el proceso de desarrollo, evolución de estas destrezas avanza positivamente más en niñas que en niños, pero en líneas generales es bueno, partir de las 15 sesiones propuestas ,pudiendo influir en un avance más significativo si se realizaran más sesiones; El avance por parte de los escolares se dio gracias a trabajar más constantemente estas actividades relacionas al comportamiento motor y a que no fueron actividades impuestas que generaran rechazo a la hora de efectuarse.

5. CONCLUSIONES

1. El trabajo constante y significativo con este tipo de población estimula el proceso de aceptación y desarrollo de cualquier temática; Mas si se permite trabajar actividades poco comunes propiciando conceptos y estructuras recreativas novedosas enfocadas no solo al desarrollo de habilidades sino también a las cualidades de la parte física y social dentro del contexto de la recreación comunitaria.
2. El plan básico de actividades recreativas y juegos predeportivos propuesto conduce hacia la transformación en cuanto al recreólogo comunitario, teniendo como base conceptual la organización y establecimiento de su estructura, fundamentado en la aplicación de la Teoría y Práctica de los Juegos, generando una cualidad integradora para asumir el proceso de desarrollo de las Habilidades Motrices Básicas, locomotrices (caminar, correr y saltar), en niños de 5 a 8 años de la Comunidad de sabaneta parte baja
3. El número de sesiones es suficiente, pero sería bueno aumentar el tiempo de trabajo para desarrollar con éxito las actividades diseñadas en el transcurso del plan recreativo con la población elegida .La perspectiva de este trabajo, es continuar con la implementación de la lúdica como herramienta didáctica que desarrolle integralmente, genere gozo y libere al individuo a cambio de controlarlo en próximas experiencias.
4. La existencia de un programa de actividad física dirigido al desarrollo psicomotor de los niños y niñas preescolares. De 5-8 años de edad. Pertenecientes a la comunidad de sabaneta parte baja desarrolla destrezas y movimientos armónicos con mayor efectividad.

Recomendaciones

1. Transferir los resultados prácticos del conjunto de actividades recreativas y juegos predeportivos propuesto, y sus posibles modificaciones, a otros contextos comunitarios.
2. Fortalecer la influencia de la propuesta en la superación continua de los elementos participantes en el proceso de investigación.

REFERENCIAS

1. BLANCO DE SUAREZ, Esperanza. Programa para el desarrollo psicomotor en los niños y niñas de la comunidad “La Medinera” En el Limoncito EN: EFDeportes.com, Revista Digital. Buenos Aires - Año 16 - N° 156 - Mayo de 2011.p;1
2. Brower. G., y Hilgard E. (2011) Capitulo 4 "El conocimiento contiguo de Guttrhie". Teorías del Aprendizaje. México: Trillas
3. Gavidia Alirio (2005) Diagnóstico sobre el desarrollo de las Habilidades Motrices Básicas en niños de 5-7 años.
4. Howard Gardner (Scranton, Estados Unidos, 11 de julio 1943) psicólogo, investigador y profesor de la Universidad de Harvard, investigador en el análisis de las capacidades cognitivas y formulado la teoría de las inteligencias múltiples.
5. Jiménez, B. (2002) Lúdica y recreación. Colombia: Magisterio.
6. MARIÑO L., Nelson. Trabajo de grado. En: SEMINARIO TRABAJO DE GRADO. (1a:2016: Pamplona). Memorias del Seminario Modulo trabajo de grado especialización para la recreación comunitaria. , p. 3.
7. Malangón Gómez, V. (2006). Las Prácticas Recreativas En Contextos Rurales.
8. Murcia, J. A. M., & García, P. L. R. (1996). El aprendizaje por el juego motriz en la etapa Infantil. *Murcia, JAM y García, PLR, Aprendizaje deportivo*, 70-103.
9. PG Madrona, ORC Jordán, IG Barreto - Revista iberoamericana de educación, 2008 Habilidades motrices en la infancia y su desarrollo desde una educación física animada.
10. Prado, J. (2007) Actividades didácticas al aire libre para el fortalecimiento del desarrollo motor en el nivel preescolar.
11. Revista iberoamericana de educación. n. ° 47 (2008), pp. 71-96
12. PG Madrona, ORC Jordán, IG Barreto - Revista iberoamericana de educación, 2008
13. EL JUEGO COMO VEHICULO PARA LA ADQUISICIÓN DE LOS APRENDIZAJES.<http://rodin.uca.es:8081/xmlui/bitstream/handle/10498/7747/31481115.pdfsequence=1>Blandez (2000) Guitar (1996), Carbonell et.al.(1996), Medina, cit. Por Gutiérrez et. Al (1997).Pág. 97 y 98

BIBLIOGRAFIA

1. http://www.cali.gov.co/publicaciones/la_zona_rural_promueve_deporte_recreacin_y_formacin_deportiva_y_saludable_pub

Gustavo Sánchez Fecha de publicación: 13/11/2012

2. Tesis en opción del grado académico de master en Actividad Física en la Comunidad. Autor: Lic. Cruz Miguel Marcano Fuenmayor. Anzoátegui 2014 Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte "Manuel Fajardo" Facultad Anzoátegui

<http://www.monografias.com/trabajos100/actividades-fisico-recreativas-aprovechamiento-del-tiempo-libre/actividades-fisico-recreativas-aprovechamiento-del-tiempo-libre2.shtml#ixzz4E9Fztib3>

3. Recreación Física en la Comunidad Rural desde un modelo de desarrollo endógeno

<http://www.monografias.com/trabajos86/recreacion-fisica-comunidad-rural/recreacion-fisica-comunidad-rural.shtml#ixzz4E9Mw08at>

Lic. Roberto Rivero Martínez, Lic. Loyola Y. Rodríguez Fonseca

Enviado por:

Niurka Mojena, Municipio Nueva Paz, Provincia Mayabeque
2011

: <http://www.monografias.com/trabajos86/recreacion-fisica-comunidad-rural/recreacion-fisica-comunidad-rural.shtml#ixzz4E9MZHN6Y>

4. Legislación y normativa:

Anexo del Decreto 71/2008, de 27 de Junio por el cual se establece el currículum de Educación Infantil en las Islas Baleares.

Extraído el día 29 de julio de 2016 de la World Wide Web:

http://web.caib.es/Normativa/Curriculum_IB/infantil/annex_infantil.pdf

Inteligencias múltiples

Extraído el 29 de julio de 2016

http://www.psicologia-online.com/infantil/inteligencias_multiples.shtml

5. CLASIFICACIÓN DE LAS HABILIDADES MOTORAS II

Víctor Rubén Pérez •27 Febrero, 2013

6. Programación psicomotor

Blanca Ferrá Vega,Alba Mora Arias, Cata Moranta Vallcaneras,Elisa Rigo Mas Mireia Pacheco Artigues, Cristina Vico Maimó, Esther Ferrafut López

7. <http://es.slideshare.net/nilita/prueba-de-motricidad>
8. <http://es.slideshare.net/Maaacaarenaa/escala-de-evaluacin-del-desarrollo-psicomotor>
9. 1. DOCENTE. ANA MARÍA ANDRÉS IBÁÑEZ (C) DR. PEDAGOGIA Y EDUCACION FISICA. 2 “TEPSI”: TEST DEL DESARROLLO PSICOMOTOR DE 2 A 5 AÑOS (HAEUSSLER Y MARCHANT, 1984) I SUBTEST
<http://es.slideshare.net/KoyPitoo/3-test-demotricidad>
10. TEST DE EVALUACIÓN PSICOMOTORA Tomado: Test de Desarrollo Psicomotor de Litwin y Fernández Adaptado por: Humberto Castillo Q. Et all EDAD : 5 Años Asignatura: Psicomotricidad
<http://es.slideshare.net/daniel0512/test-de-evaluacin-psicomotora>
11. Concepto sobre recreación: ABC <http://www.definicionabc.com/social/recreacion.php> 2007-2016
12. Concepto sobre ocio: ... vía Definición ABC <http://www.definicionabc.com/social/ocio.php>
13. Concepto sobre Tiempo Libre: ... vía Definición ABC
<http://www.definicionabc.com/social/tiempo-libre.php>
14. Concepto sobre Atención: ... vía Definición ABC
<http://www.definicionabc.com/general/atencion.php>
15. Concepto sobre concentración: ... vía Definición ABC
<http://www.definicionabc.com/general/concentracion.php>
16. Concepto sobre planificación: ... vía Definición ABC
<http://www.definicionabc.com/general/planificacion.php>
17. <http://www.monografias.com/trabajos102/metodologia-investigacion-procedimiento/metodologia-investigacion-procedimiento.shtml>
18. CAPACIDADES MOTRICES BASICAS: Icarito, <http://www.icarito.cl/2009/12/67-8663-9-habilidades-motoras-basicas.shtml/>
19. <http://www.monografias.com/trabajos102/juegos-integradores-desarrollo-habilidades-motrices-basicas-ninos/juegos-integradores-desarrollo-habilidades-motrices-basicas-ninos.shtml#ixzz4KHqJnawW>
20. BLANCO DE SUAREZ, Esperanza. Programa para el desarrollo psicomotor en los niños y niñas de la comunidad “La Medinera” En el Limoncito
<http://www.efdeportes.com/efd156/programa-para-el-desarrollo-psicomotor.htm>
21. <http://www.efdeportes.com/efd114/la-educacion-fisica-rural.htm> revista digital · Año 12 · N° 114 | Buenos Aires, Noviembre 2007
22. <http://www.monografias.com/trabajos102/juegos-integradores-desarrollo-habilidades-motrices-basicas-ninos/juegos-integradores-desarrollo-habilidades-motrices-basicas-ninos2.shtml#ixzz4OJ1y1Iph>
23. <http://g-se.com/es/biomecanica/blog/locomocion-humana> José A. Acero Jáuregui •28 Febrero, 2013
24. Definición de actividades recreativas (<http://definicion.de/actividades-recreativas/>) PEREZ; PORTO, Julian.2015

ANEXOS

Juego n°2 (Juegos que estimulan la habilidad de Caminar)

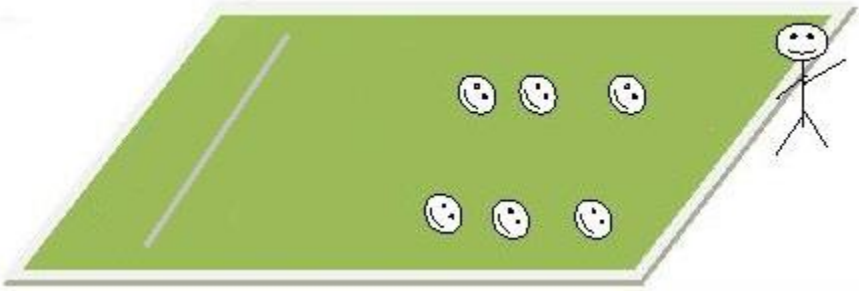
Nombre del juego: carrera del ciempiés
Objetivo: Desarrollar coordinación y sincronización
Materiales: <ul style="list-style-type: none">• Ninguno
Participantes: 12 a 15 niños de 5 a 8 años
Organización: <ul style="list-style-type: none">• Dos grupos de dos filas.
Desarrollo del juego: Se les indica que tomen a sus compañeros por los hombros, sin jalarlos por la ropa, y separen el compás de las piernas como unos 50 cm. A una señal del profesor las columnas empezarán a caminar. Ganará el equipo que llegue primero a la meta preestablecida, pero sin soltarse, sin correr y sin hacer trampa.
Figura: 
Reglas: <ul style="list-style-type: none">• Caminar con el pie todos del mismo lado• Avanzar sin flexionar las rodillas.
Variante: <ul style="list-style-type: none">• Cambiar la dirección.• Poner obstáculos en el recorrido.

Tabla 11

Juego n°3

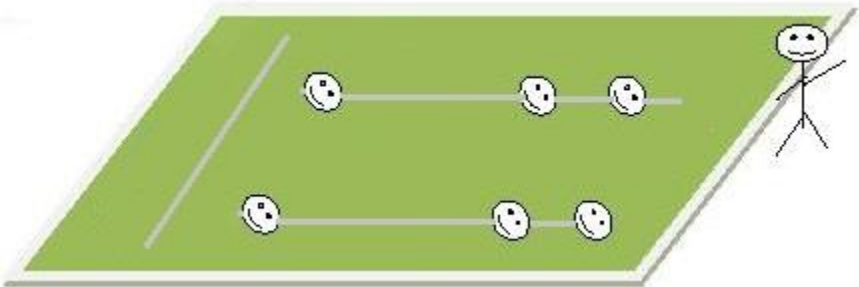
Nombre del juego: Jirafa y sapitos
Objetivo: Perfeccionar la habilidad segmento espacial en la marcha en una sola dirección.
Materiales: <ul style="list-style-type: none"> • Tiza
Participantes: 12 a 15 niños de 5 a 8 años
Organización: <ul style="list-style-type: none"> • Dos grupos de dos filas.
Desarrollo del juego: Los niños se ubican detrás de una línea trazada en el suelo, lejos de ella se marca la línea de llegada. A la señal del docente, parten caminando sobre la punta de los pies, teniendo los brazos estirados hacia arriba. Los seis primeros en alcanzar la línea de llegada ganan el juego.
Figura: 
Reglas: <ul style="list-style-type: none"> • Es necesario que los niños hagan todo el recorrido en la posición combinada • Está permitido sólo dar un salto para trasponer la línea final.
Variante: <ul style="list-style-type: none"> • En la repetición del juego, la carrera se hace con todos los niños agachados, manteniendo las rodillas flexionadas durante todo el recorrido. • Poner obstáculos en el recorrido.

Tabla 12

Juego n°4

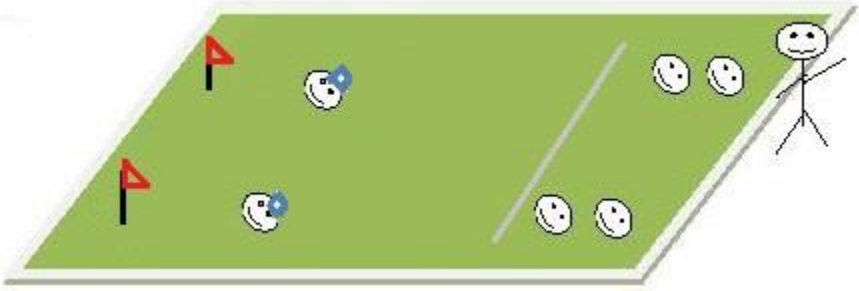
Nombre del juego: Malabaristas
Objetivo: Mejorar la capacidad de marcha a través del equilibrio en la fase de elevación.
Materiales: <ul style="list-style-type: none">• Un borrador• Libro o regla• Señal para cada grupo
Participantes: 12 a 15 niños de 5 a 8 años
Organización: <ul style="list-style-type: none">• Dos grupos de dos filas.
Desarrollo del juego: Cada jugador va hasta la señal, da una vuelta a su alrededor y vuelve a la línea de salida equilibrando siempre un borrador en la cabeza (un libro o sino una regla en la palma de la mano). Al llegar a la vuelta de la línea de salida el jugador siguiente le quita el borrador y lo coloca en su cabeza, saliendo para repetir el recorrido.
Figura: 
Reglas: <ul style="list-style-type: none">• Quien deja caer el objeto, debe detenerse y volver a colocarlo, antes de continuar con el juego.• Durante la carrera ningún jugador puede retener el borrador con las manos para que no se caiga.
Variante: <ul style="list-style-type: none">• Realizar el recorrido en un solo pie.

Tabla 13

Juego n°5

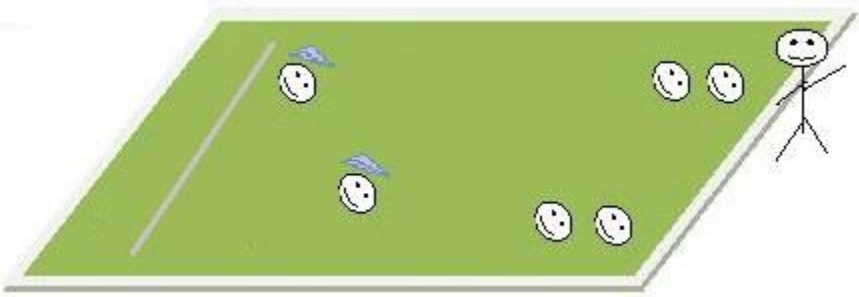
Nombre del juego: Pluma al Viento
Objetivo: trabajar la habilidad de caminar mejorando la coordinación óculo pedica
Materiales: <ul style="list-style-type: none">• 5 ó 6 plumas
Participantes: 12 a 15 niños de 5 a 8 años
Organización: <ul style="list-style-type: none">• Dos grupos de dos filas.
Desarrollo del juego: Los grupos se ubican en fila detrás de la línea de salida. El primero de cada grupo debe lograr que su pluma pase la línea de llegada. Cuando llega a la meta, la toma, corre hacia su grupo y se la da al que sigue en la fila. Gana el primer grupo que termine.
Figura:  El diagrama muestra un campo rectangular verde con una línea blanca diagonal que divide el espacio. A lo largo de la línea superior derecha hay un niño representado como un palo. En el interior del campo, hay seis plumas, cada una con un círculo blanco y un punto negro que representa un ojo. Las plumas están distribuidas en el campo, algunas más cerca de la línea de salida y otras más cerca de la línea de llegada.
Reglas: <ul style="list-style-type: none">• Solo se puede mover la pluma soplándola.• No se puede tocar con las manos la pluma.
Variante: <ul style="list-style-type: none">• Realizar el recorrido en flexión de piernas.

Tabla 14

Juego n°2 (Juegos que Estimulan la habilidad de Correr)

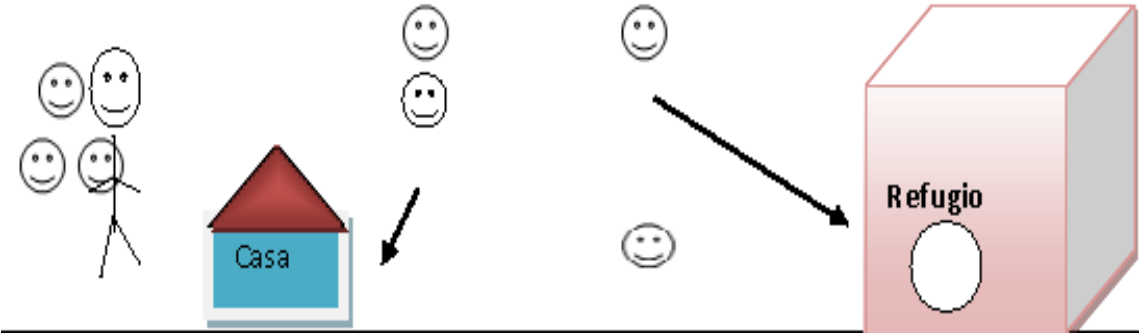
Nombre del juego: la ardilla y el cazador
Objetivo: correr de forma rápida en dirección frontal
Materiales: <ul style="list-style-type: none">• cintas pedazos de telas para colas• tizas• silbato
Participantes: 12 a 15 niños
Organización: <ul style="list-style-type: none">• formar en círculos, filas
Desarrollo: se divide el grupo en dos, unos son las ardillas, que llevan sus colas y se ubican delante de los cazadores que es la otra mitad del grupo. A un extremo del espacio se dibujan los refugios de las ardillas y al otro extremo la casa de los cazadores. A la señal del profesor salen las ardillas corriendo por el bosque tratando de llegar a sus refugios para que los cazadores no las atrapen.
Figura: 
Reglas: <ul style="list-style-type: none">• las ardillas saldrán a la señal del profesor y los cazadores a la segunda señal• Los cazadores deben respetar los refugios de las ardillas
Variantes: <ul style="list-style-type: none">• el cazador que atrapa una ardilla se convierte en ardilla• se agregan refugios intermedios

Tabla 15

Juego n°3

Nombre Del Juego: en busca del objeto perdido
Objetivo: correr de forma dinámica en diferentes direcciones esquivando obstáculos
Materiales: <ul style="list-style-type: none">• variedad de distintos objetos de distintos colores y tamaños• tizas• silbato
Participantes: 12 a 15 niños de 5 a 8 años
Organización: <ul style="list-style-type: none">• formar en ronda, dos filas de pie
Desarrollo: se divide el grupo en dos, cada grupo se ubica en su área . al otro extremo del campo están distribuidos los objetos a buscar una vez distribuidos los objetos y los grupos en sus áreas, el profesor nombra algún objeto que deban ir a buscar y lo llevan al área que corresponde a su grupo.
Figura:
Reglas: <ul style="list-style-type: none">• deben salir únicamente a la señal del profesor• Solo deben tomar el objeto pedido por el docente
Variantes: <ul style="list-style-type: none">• los objetos pueden ser nombrados por color o tamaño2. se les puede pedir a los niños que realicen tres saltos en sus áreas cuando llegue el compañero con el objeto pedido.

Tabla16

Juego n°4

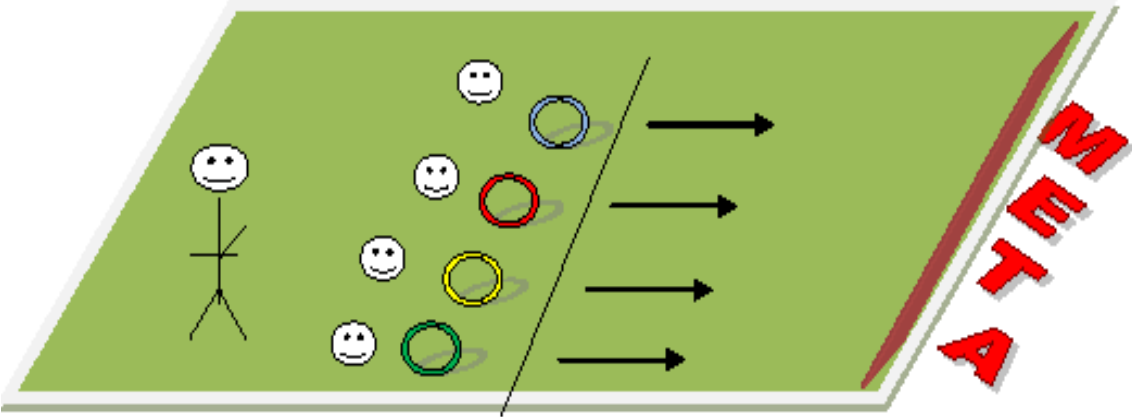
Nombre Del Juego: El autódromo loco
Objetivo: ejecutar carrera en equilibrio de la ayuda de diferentes elementos.
Materiales: <ul style="list-style-type: none">• Aros plásticos de diferentes tamaños por cada uno.• tizas• silbato
Participantes: 12 a 15 niños de 5 a 8 años
Organización: <ul style="list-style-type: none">• Formar en ronda, dos filas de pie
Desarrollo: cada niño con su aro en la mano se ubica detrás de la línea de salida, una vez ubicados y tras la señal del profesor, salen corriendo haciendo rodar sus aros, sin soltarlos ni dejarlos caer.
Figura: 
Reglas: <ul style="list-style-type: none">• Deben salir únicamente a la señal del profesor• Si se le caen los aros debe regresarse y salir de nuevo.• Cuando llega al otro extremo debe sentarse dentro del aro.
Variantes: <ul style="list-style-type: none">• colocar obstáculos en el recorrido.• Al llegar a la meta dos saltos dentro del aro.

Tabla 17

Juego n° 5

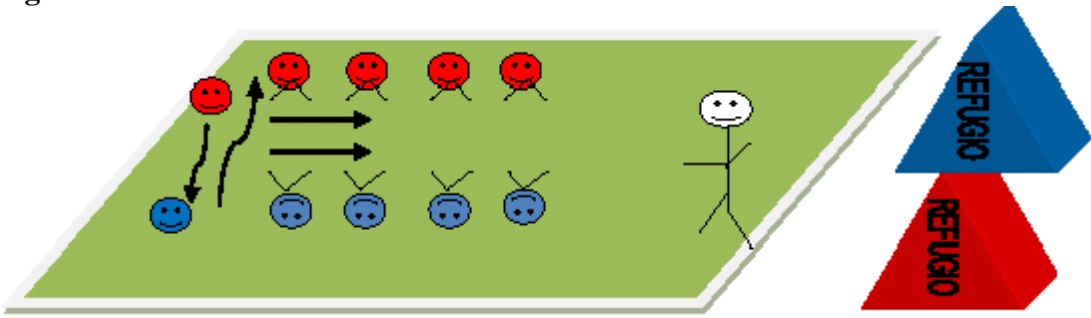
Nombre Del Juego: A La Tercera Va La Carrera
Objetivo: Realizar La Carrera De Velocidad, Optimizando Sus Reflejos
Materiales: <ul style="list-style-type: none">• Tizas De Colores Para Dibujar Las Rayas.• Silbato
Participantes: 12 A 15 Niños De 5 A 8 Años
Organización: <ul style="list-style-type: none">• Formar En Ronda,• Dos Filas De Pie Una Frente A La Otra.
Desarrollo: Se Forman Dos Equipos, El Profesor Tomara Una Niña O Niño De Cada Equipo, Ese Niño Se Deberá Ir Al Equipo Contrario Los Cuales Deberán Estar Firmes Y Con Los Brazos Extendidos Hacia El Frente , Con La Palma De La Mano Hacia Arriba. El Niño O La Niña Deben Dar Al Llegar A La Fila Del Equipo Contrario 3 Palmadas En La Mano Del Jugador Que El Desee. Al Darse La Tercera Palmada El Jugador Que La Dio Deberá Huir Hacia Su Equipo, Si El Niño Es Tocado Antes De Llegar A Donde Se Encuentra Su Grupo, Este Quedara Prisionero, Cuando Un Equipo Quede Con 3 O Menos Jugadores Este Equipo Será Declarado Vencedor.
Figura: 
Reglas: <ul style="list-style-type: none">• Es Necesario Golpear 3 Veces La Palma De La Mano Del Equipo Contrario.• El Jugador Que Es Tocado Sale Del Juego.
Variantes: <ul style="list-style-type: none">• Solo Se Dará Una Sola Palmada Y Correrá Hasta Su Equipo.• Se Establece Un Refugio Donde Debe Llegar Al Niño Que Toca La Palma Del Equipo Contrario.

Tabla18

Juego n°2 (Juegos que Estimulan la habilidad de Saltar)

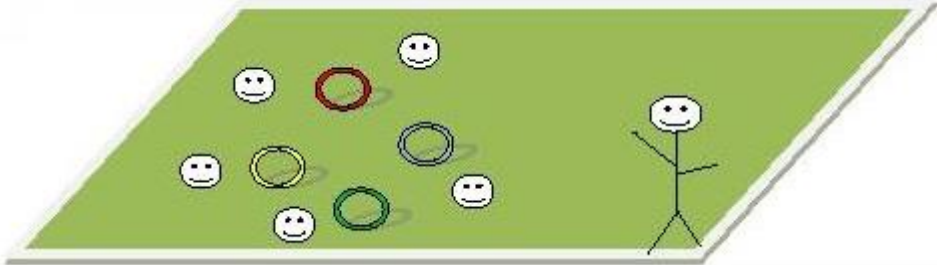
Nombre del juego: Salta, salta la rana
Objetivo: Realizar los saltos con ambos pies
Materiales: <ul style="list-style-type: none">• Aros plásticos• Tiza• Silbato
Participantes: 12 a 15 niños de 5 a 8 años
Organización: <ul style="list-style-type: none">• Forma de ronda• Se colocan dispersos y parados
Desarrollo del juego: Se colocan los aros que son los charquitos, formando un círculo, los niños se distribuyen libremente en el espacio simulando ser ranas, los niños deben saltar los charcos mientras el promotor canta “saltan, salta las ranas” cuando el promotor dice: “ranas a sus charcos”, todos los niños buscan sus aros (charcos) y se meten en ellos.
Figura: 
Reglas: <ul style="list-style-type: none">• Se debe esperar la señal de salida• No se deben pisar los charcos (aros)
Variante: <ul style="list-style-type: none">• Se puede variar el tamaño de los charcos (aros) grandes o pequeños.• Cuando entre al charco se debe sentar

Tabla19

Juego n°3

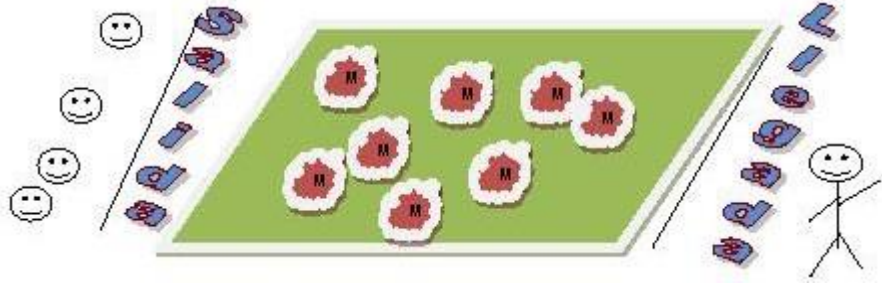
Nombre del juego: Campo minado
Objetivo: Promover la imaginación de los niños
Materiales: <ul style="list-style-type: none">• Bolsitas llenas de arena• Tiza• Silbato
Participantes: 12 a 15 niños de 5 a 8 años
Organización: <ul style="list-style-type: none">• Forma de ronda.• Formar 2 columnas y parados.
Desarrollo del juego: Las bolsitas (minas) se distribuyen por todo el espacio de juego, los niños se ubican detrás de la línea de salida, al otro lado extremo se traza una línea para la llegada. Los niños deben cruzar el campo minado saltado a la señal del docente.
Figura: 
Reglas: <ul style="list-style-type: none">• Se debe esperar la señal de salida• No se deben pisar las minas (las bolsitas de arena)
Variante: <ul style="list-style-type: none">• Se puede colocar también cajas de cartón para dar más altura al salto.• Colocar más obstáculos.• Dividir el grupo en dos para ver quienes llegan primero.

Tabla 20

Juego n°4

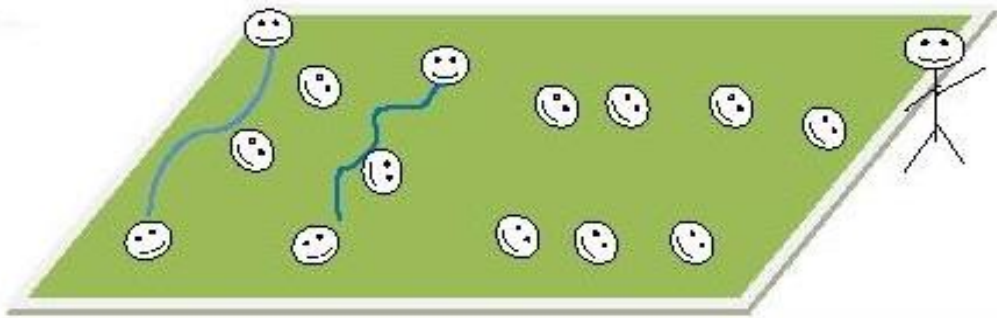
Nombre del juego: la culebrita
Objetivo: Saltar la cuerda con ambos pies.
Materiales: <ul style="list-style-type: none">• Dos cuerdas largas (o más acorde a la cantidad de niños)• Silbato
Participantes: 12 a 15 niños de 5 a 8 años
Organización: <ul style="list-style-type: none">• Formar ronda• Formar 2 parejas• El resto del grupo formar dos columnas parados.
Desarrollo del juego: Dos parejas de niños sostendrán las cuerdas y le darán vida a la culebrita. Se divide el resto del grupo que se ubican en columnas detrás de la cuerda, los niños deben saltar de uno en uno por encima de la cuerda.
Figura:  El diagrama ilustra la configuración del juego. Una cuerda azul se enrolla en forma de una culebrita sobre una alfombra verde. Hay 12 niños representados por caras con sonrisas: dos están en la parte superior de la culebrita, dos en la parte inferior, y los demás están distribuidos en las curvas. A la derecha, un niño representado por un palo de escoba sostiene la cuerda. El resto del grupo de niños se ubica en columnas detrás de la cuerda.
Reglas: <ul style="list-style-type: none">• No se deben tocar la cuerda.• Tienen que saltar uno por uno.
Variante: <ul style="list-style-type: none">• Colocar obstáculos en el recorrido.• Al llegar a la meta, realizar dos saltos dentro del aro.

Tabla 21

Juego n°5

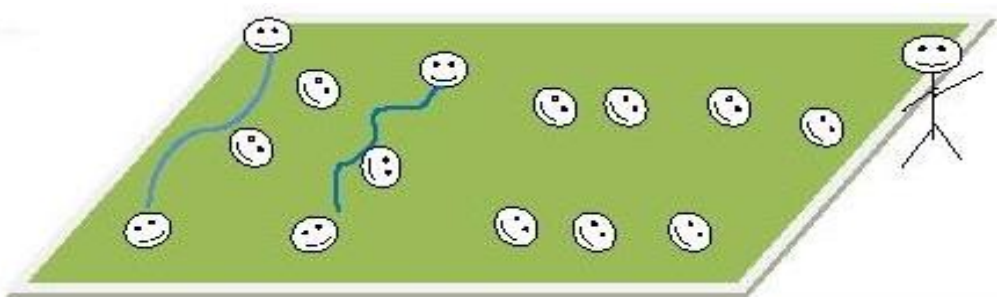
Nombre del juego: Salto y dibujo
Objetivo: Saltar en diferentes direcciones
Materiales: <ul style="list-style-type: none">• Un cartón por cada niño con figuras geométricas distintas (círculos, cuadrados y triángulos)• Silbato• 1 tiza de colores por cada niño.
Participantes: 12 a 15 niños de 5 a 8 años
Organización: <ul style="list-style-type: none">• Formar ronda• Colocarlos dispersos.
Desarrollo del juego: A la señal del docente los niños deben empezar a saltar, a la siguiente voz de mando los niños deben colocarse a un lado de la figura geométrica que el docente les indique, si el niño o la niña no encuentra la figura puede entonces dibujarla en el piso.
Figura: 
Reglas: <ul style="list-style-type: none">• Esperar la señal del promotor• Los niños deberán dibujar la forma indicada.
Variante: <ul style="list-style-type: none">• Se colocara cartones con la misma figura geométrica para que ellos dibujen las faltantes a un lado del cartón.• Todos los niños pueden dibujar diferentes figuras geométricas formando un camino, para que el promotor atravesase el campo al final del juego.

Tabla 22