

INFORME FINAL

ESTUDIANTE. JUAN CARLOS OLARTE

CODIGO: 1093787379

LIC. EDUCACIÓN BÁSICA CON ENFASIS EN EDUCACIÓN FÍSICA
RECREACIÓN Y DEPORTES.

UNIVERSIDAD DE PAMPLONA

2020



SC-CER96940

Contenido

Presentación	1
Justificación	2
Objetivos	3
Objetivo general	3
Objetivos específicos	3
CAPITULO I. COMPONENTE CONCEPTUAL	4
1.1 Identificación	4
1.2 Reseña histórica	5
1.3 Filosofía institucional.....	6
1.4 PEI.....	6
1.4.1 Objetivos del PEI	8
1.5 Criterios de evaluación y promoción.	10
1.5.1 Criterios generales.....	10
1.5.2 Criterios de evaluación.	10
1.5.3 Criterios de promoción.	11
1.6 Construcción del sistema institucional de evaluación de los estudiantes	11
1.7 Modelo pedagógico.....	11
1.8 Símbolos de la institución	12



1.9 Misión	15
1.10 Visión	15
1.11 Perfil del estudiante.....	16
1.12 Perfil institucional.....	17
1.12 Proyectos pedagógicos transversales	17
1.13 Componente administrativo.....	18
1.13.1 Organigrama	18
1.13.2 Gobierno escolar	19
1.13.3 Manual de convivencia.....	20
1.13.4 Calendario escolar/ cronograma.....	23
1.13.5 Planta física.....	23
1.13.6 Recursos y equipamientos	24
1.13.7 Campos deportivos.....	24
1.14 Componente pedagógico	26
1.14.1 Plan de asignatura y sus dimensiones.....	26
CAPITULO II PROPUESTA PEDAGOGICA	29
2.1 Título	29
2.2 Introducción.....	29
2.3 Planteamiento del problema	30
2.4 Formulación del problema.....	31



2.5 Justificación.....	32
2.5 Objetivos	34
2.5.1 Objetivos generales.	34
2.5.2 Objetivos específicos.....	34
2.6 Marco teórico.....	34
2.6.1 Educación física	34
2.6.2 Tipos de educación física	41
2.6.3 El pulso. Generalidades. Recomendaciones.	42
2.6.4 Clases de entrenamiento	44
2.6.5 Resistencia. Definición y tipos.	52
2.6.6. Flexibilidad. Definición, propósitos y tipos.	53
2.6.7 Capacidad aeróbica, propósitos y efectos.....	54
2.6.8. Potencia anaeróbica. Propósitos y efectos.	56
2.6.9. Valencias físicas. Velocidad.	57
2.6.10. Fuerza muscular.	57
2.6.11 Resistencia.	59
2.6.12 Evolución de la educación física.	60
2.6.13 Orientaciones de la educación física	73
JUEGO	78
Motricidad	137



CAPITULO 3	142
INFORMES DE LOS PROCESOS CURRICULARES.....	142
Planeador 1.....	142
INSTITUCION EDUCATIVA	143
Planeador 2.....	145
INSTITUCION EDUCATIVA	145
Planeador 3.....	149
INSTITUCION EDUCATIVA	150
PLANEADOR 4.....	153
INSTITUCION EDUCATIVA	153
PLANEADOR 5.....	156
INSTITUCION EDUCATIVA	156
PLANEADOR 6.....	159
INSTITUCION EDUCATIVA	159
Planeador 7.....	162
INSTITUCION EDUCATIVA	162
Planeador 8.....	165
INSTITUCION EDUCATIVA	165
Planeador 9.....	168
INSTITUCION EDUCATIVA	168



INSTITUCION EDUCATIVA	171
Planeador 11	174
INSTITUCION EDUCATIVA	174
Planeador 12.....	177
INSTITUCION EDUCATIVA	177
GRADO 4°	179
Planeador 1	180
INSTITUCION EDUCATIVA	180
Planeador 2.....	183
INSTITUCION EDUCATIVA	183
Planeador 3.....	186
INSTITUCION EDUCATIVA	186
INSTITUCION EDUCATIVA	189
Planeador 5.....	192
INSTITUCION EDUCATIVA	192
Planeador 6.....	195
INSTITUCION EDUCATIVA	195
Planeador 7.....	198
INSTITUCION EDUCATIVA	198
Planeador 8.....	201



INSTITUCION EDUCATIVA	201
Planeador 9.....	204
INSTITUCION EDUCATIVA	204
Planeador 10.....	207
INSTITUCION EDUCATIVA	207
Planeador 11	210
INSTITUCION EDUCATIVA	210
Planeador 12.....	213
INSTITUCION EDUCATIVA	213
MATERIAL PEDAGOGICO. (cartilla)	219
CAPITULO 4	223
<i>ACTIVIDADES EXTRACURRICULARES</i>	223
CAPITULO 5	225
Formatos De Evaluación.....	225
Conclusiones	231
Recomendaciones	233
Bibliografía	234



Lista de figuras

Figura 1. ESCUDO	12
Figura 2. BANDERA	13
Figura 3. ESCUDO DE SAN JOSE DE CÚCUTA	13
Figura 4. BANDERA DE SAN JOSE DE CÚCUTA	13
Figura 5. ESCUDO DE NORTE DE SANTANDER	14
Figura 6. BANDERA DE NORTE DE SANTANDER	14
Figura 7. ESCUDO DE COLOMBIA	15
Figura 8. BANDERA DE COLOMBIA	15
Figura 9. ORGANIGRAMA INTEGRADO JUAN ATALAYA	18
Figura 10. CRONOGRAMA ESCOLAR	23
Figura 11. PLANTA FISICA	23
Figura 12. SALA DE INFORMATICA	24
Figura 13. AULAS DE CLASE	24
Figura 14. CANCHA DE FUTSALA	Figura 15. COLISEO SEDE
PRINCIPAL	25
Figura 16. COLISEO SEDE CÚCUTA 75	Error! Bookmark not defined.
Figura 17. PLAN DE AREA SEXTO	26
Figura 18. PLAN DE AREA SEPTIMO	26
Figura 19. PLAN DE AREA OCTAVO	27
Figura 20. PLAN DE AREA NOVENO	27
Figura 21. PLAN DE AREA DECIMO	28
Figura 22. PLAN DE AREA UNDECIMO	28

Presentación

Este proyecto tiene como finalidad demostrar la importancia y lo primordial que es el juego dentro del proceso del desarrollo motriz, como estrategia metodológica para lograr el desarrollo de las habilidades motrices básicas en los educandos del colegio integrado Juan Atalaya sede Gabriel García Márquez. Los juegos conllevan un papel muy importante en la vida del individuo, por ende, razón, es fundamental que desde la etapa infantil se deben observar y estudiar poniendo en práctica actividades en el cual involucren todos los movimientos de su cuerpo, cabe resaltar que el niño tiene por naturaleza movimientos voluntarios por sí solos, que con el tiempo va desarrollando toda clase de habilidad.

Justificación

Se realiza esta investigación con el fin de fortalecer las habilidades motrices básicas por medio del juego pedagógico en los niños y niñas del colegio integrado Juan Atalaya sede Gabriel García Márquez. Ya que se evidencia en el curso una inferioridad de destreza motriz, por lo tanto, es importante realizar los juegos, didácticos en donde pueden captar toda la atención y el interés. Ya que a través de ella se pueden desarrollar las habilidades motoras del educando.

Esta investigación puede servir como herramienta para futuros docentes en el campo de la educación física, para llevar a cabo el mejoramiento de ciertas habilidades de forma positiva en donde el proceso parece ser conveniente y pueda intervenir en este curso ya que los niños y niñas se encuentran en un momento fundamental.

Objetivos

Objetivo general

Proponer las habilidades motrices básicas en los niños y niñas del colegio integrado Juan Atalaya sede Gabriel García Márquez por medio del juego.

Objetivos específicos

Fortalecer los diferentes juegos para el mejoramiento de las habilidades motrices

Implementar métodos y estrategias pedagógicas que faciliten el desarrollo de ciertas habilidades

Diseñar herramientas pedagógicas para contribuir al educando el desarrollo de sus habilidades motoras y a su vez su formación integral.

CAPITULO I. COMPONENTE CONCEPTUAL

1.1 Identificación

La institución Educativa Integrado Juan Atalaya. En cumplimiento de los artículos 26, 27, 67, 68, 69, y 79 de la Constitución Política de Colombia y en concordancia con el decreto 1860 del 3 de agosto de 1.994, la Ley General de Educación —115 de 1994—, el Código de la Infancia y la Adolescencia —ley 1098 de noviembre 8 de 2006—,

La ley 1620 de 2013 y su decreto reglamentario 1965 de septiembre 11 de 2013 se adopta el presente manual de cooperación entre padres, estudiantes y docentes, tendiente a hacer efectiva la prestación del servicio público y a cumplir su función social. Se establecen aquí las obligaciones y los derechos para cada una de las partes que intervienen en la formación de los estudiantes de la institución educativa Integrado Juan Atalaya,

De manera que sólo mediante el compromiso y la convivencia de la voluntad de cada uno de los intervinientes pueda lograrse el objetivo común consistente en la formación integral de los jóvenes La institución educativa Integrado Juan Atalaya, según decreto N° 00796 de fusión de octubre 30 de 2.002, con sus respectivas modificaciones, actualmente está formada por las sedes: principal en horarios mañana y tarde, Sede Concejo de Cúcuta, sede de básica primaria Antonio María Claret , Sede de básica primaria Cúcuta 75, Sede de básica primaria Gabriel García Márquez para las cuales rige el presente manual de convivencia.

RESEÑA HISTORICA. La institución educativa Integrado Juan Atalaya se encuentra ubicada en la zona noroccidental de la ciudad de Cúcuta perteneciente a la comuna N° 7. Fue

creada mediante ordenanza N° 7 de noviembre 17 de 1975. Inicia labores el 1 de febrero de 1976 con 140 estudiantes en la capilla del barrio Comuneros. En el año de 1979, se traslada al barrio Claret, con el nombre de COLEGIO DEPARTAMENTAL INTEGRADO JUAN ATALAYA, en la calle 6N # 26-118 del barrio Tucunaré donde funciona actualmente su sede principal. En el año de 1.980, proclama la primera promoción de bachilleres Coldijistas.

En las sedes Cúcuta 75, Antonio María Claret Gabriel, Gabriel García Márquez y Concejo de Cúcuta, se prestan los servicios educativos en los niveles de preescolar y básica primaria y en la sede principal y Concejo de Cúcuta se prestan los servicios de educación básica secundaria y media académica y técnica, bajo la nueva denominación Institución Educativa Integrado Juan Atalaya “En Colija, todos sumamos para la Excelencia”

1.2 Reseña histórica

La institución educativa Integrado Juan Atalaya se encuentra ubicada en la zona noroccidental de la ciudad de Cúcuta perteneciente a la comuna N° 7. Fue creada mediante ordenanza N° 7 de noviembre 17 de 1975. Inicia labores el 1 de febrero de 1976 con 140 estudiantes en la capilla del barrio Comuneros. En el año de 1979, se traslada al barrio Claret, con el nombre de Colegio Departamental Integrado Juan Atalaya, en la calle 6N # 26-118 del barrio Tucunaré donde funciona actualmente su sede principal. En el año de 1.980, proclama la primera promoción de bachilleres Coldijistas. En las sedes Cúcuta 75, Antonio María Claret Gabriel, Gabriel García Márquez y Concejo de Cúcuta.

se prestan los servicios educativos en los niveles de preescolar y básica primaria y en la sede principal y Concejo de Cúcuta se prestan los servicios de educación básica secundaria y media académica y técnica, bajo la nueva denominación Institución Educativa Integrado Juan Atalaya “

1.3 Filosofía institucional

La Institución educativa Integrado Juan Atalaya, con base en una comunicación oportuna, clara y precisa, en las relaciones entre diferentes estamentos de la institución y los fundamentos filosóficos de la Ley general de educación (Ley 115 de 1.994) y demás reglamentación emanada del Ministerio de Educación Nacional, opta por una filosofía humanista, pendiente de promover un desarrollo armónico e integral de sus educandos.

El estudiante, amante de la vida y la libertad, se forma en el respeto a la cultura nacional dentro del marco de la tolerancia para consolidar el espíritu de superación personal y social, con un alto nivel de solidaridad y compañerismo, valores sustento de la democracia. La institución promueve el crecimiento individual, familiar y comunitario en función de una sociedad justa y digna para todos.

1.4 PEI

El presente documento contiene la síntesis de la propuesta de reorganización de la nueva institución educativa Colegio Integrado Juan Atalaya, Municipio de San José de Cúcuta, Norte de



Santander, que ofrece educación básica primaria y secundaria, media académica y técnica en cinco sedes en horarios mañana y tarde a la comunidad educativa de la ciudadela de Juan Atalaya.

La fusión de la nueva institución educativa la integran: sede 1. Colegio Integrado Juan Atalaya, sede central con básica secundaria, media académica y técnica en los horarios mañana y tarde, sede 2. Básica primaria Cúcuta 75 con horarios mañana y tarde. Sede 3. Básica primaria Antonio María Claret, con horarios mañana y tarde sede 4.

Concejo de Cúcuta, básica primaria horario tarde, secundaria y media académica horario mañana, Sede 5. Básica primaria Gabriel García Márquez, horario mañana. a creación de la nueva institución educativa está contemplada en el Decreto de fusión No. 00796 de octubre 30 del año 2002, emanado de la Gobernación del Departamento Norte de Santander.

El proyecto Educativo Institucional de la comunidad educativa Colegio Integrado Juan Atalaya se constituye en la carta de navegación y el ideario en cuyos espacios se formarán individuos íntegros en el ser, saber y hacer para su propia realización personal, de su familia y su entorno regional, departamental, nacional e internacional. Por tales razones los objetivos están orientados a:

- Desarrollar eficaz y sistemáticamente las políticas educativas nacionales tendientes al fomento de la cultura, formación integral, crecimiento científico, crecimiento humano, en actitudes hacia el rescate de los valores y la ecología; mediante la transformación positiva de las relaciones entre sus integrantes.

El estudiante del Colegio Integrado Juan Atalaya al iniciar en su proceso educativo y al terminar su actividad académica estará en capacidad de:

- Interactuar con todos sus semejantes reconociendo las diferencias individuales en política, religión y cultura.
- Reconocerse a sí mismo como autor de su propio destino.
- Resolver o al menos plantear alternativas o en su defecto proponerse la búsqueda de alternativas de solución a los problemas que se le presenten en la familia y/o en la comunidad.
- Asequibilidad y solidaridad ante su familia y su comunidad en las diferentes situaciones que se presenten y sea requerido.
- Promotor de proyectos de crecimientos personal como comunitarios.
- Usuario actualizado de las nuevas tecnologías presentes en el mercado.
- Respetuoso en el trato con los demás.
- Liderar su comunidad en los cargos que sea solicitado.
- Comportarse como un ciudadano modelo.
- Amante del deporte y la salud mental; y el aprovechamiento del tiempo libre.
- Promotor y defensor de la democracia y de su ideario igualitario
- Competente para los estudios superiores que haya seleccionado
- Buen hijo, buen hermano, buen amigo y buen padre.

1.4.1 Objetivos del PEI

Desarrollar eficaz y sistemáticamente las políticas educativas nacionales tendientes al fomento de la cultura, formación integral, crecimiento científico, crecimiento humano en

actitudes hacia el rescate de valores y la ecología; mediante la transformación positiva de las relaciones entre sus integrantes.

Desarrollar las políticas educativas, regionales, departamentales, y nacionales.

Viabilizar las metas propuestas en todos los componentes del Proyecto Educativo Institucional.

Propiciar los espacios que favorezcan la integración de la comunidad educativa en beneficio del progreso, la democracia y la participación de todos y cada uno de sus integrantes en los diferentes proyectos generados en favor de la calidad del servicio educativo.

Propiciar espacios para la discusión y el debate de alternativas de solución a las diferentes situaciones conflictivas, teniendo en cuenta los aspectos básicos de la democracia participativa y representativa.

Promover y apoyar procesos de investigación donde el estudiante afiance los avances de ciencia y tecnología necesarios en la construcción social y cultural de la región.

Desarrollar integralmente en los estudiantes el amor, respeto por los valores, éticos y morales.

Establecer mecanismos para la evaluación de la realidad educativa de la institución a través de diagnósticos confiables que retroalimenten continuamente el proceso y la gestión planificada.

Promover el mejoramiento cualitativo y cuantitativo del estudiante en el dominio de las áreas del conocimiento mediante la capacitación y actualización permanente de los educadores del plantel.

Impulsar el gobierno escolar, como práctica de la democracia participativa.

Evaluar los nuevos recursos humanos físicos económicos, y tecnológicos de la fusión de las instituciones educativas.

Fomentar y favorecer el crecimiento humano de todo el personal.

1.5 Criterios de evaluación y promoción.

1.5.1 Criterios generales El sistema institucional de evaluación de estudiantes del Colegio Integrado Juan Atalaya está diseñado para dar cumplimiento a los propósitos definidos en el artículo 3 del decreto 1290 de 2009.

1.5.2 Criterios de evaluación. Conforme al Diccionario de las Ciencias de la Educación, se denomina “criterio de evaluación a la norma u objetivos inicialmente marcados y en función de los cuales se valora el aprovechamiento del estudiante” (Diccionario de las Ciencias de la Educación, página 337).

La nivelación de actividades de aprendizaje es permanente; estudiantes y maestros se esforzarán porque todos los alumnos se apropien de las temáticas, desarrollen las competencias y sean promovidos en el periodo de estudios.

Al término de cada periodo, las asignaturas no aprobadas podrán recuperarse mediante la presentación de la evaluación de recuperación, que versará sobre las actividades del Plan recibido. Esta recuperación de periodo se presentará en las fechas determinadas para tal fin.

1.5.3 Criterios de promoción. Promoción (del latín promotio, ascenso a un nivel de vida superior, a la cultura; conjunto de individuos que al mismo tiempo han obtenido un grado, título, empleo) es un acto eminentemente administrativo y no académico que permite determinar el paso de un estudiante de un grado a otro superior por decisión de los estamentos correspondientes y a partir de criterios existentes. Tiene un fundamento en el análisis de los resultados de las evaluaciones parciales con niveles de logro promocionales en la adquisición de conocimientos y el desarrollo de competencias, reflejo de una formación integral adecuada conforme a las propuestas del Proyecto Educativo Institucional y del Sistema Institucional de Evaluación de los Estudiantes.

1.6 Construcción del sistema institucional de evaluación de los estudiantes

La comunidad educativa participará en la construcción, revisión y ajuste anual del SISTEMA INSTITUCIONAL DE EVALUACIÓN DE LOS ESTUDIANTES, de la siguiente forma:

- Directamente los estudiantes y padres de familia, a través de la página web institucional www.colija.es.tl , en la sección Contacto / Participación, registrándose y enviando en los términos establecidos, aportes constructivos al sistema.
- Haciendo llegar sugerencias y recomendaciones al Consejo de Estudiantes, Consejo de Padres y a los Consejos académico y Directivo, a través de los representantes elegidos.

1.7 Modelo pedagógico

Revisado el PEI de la institución educativa, se encontró que no se había definido un modelo pedagógico determinado. En el archivo institucional se encontró una definición del

currículo como “Holístico y sinérgico”. Tales términos presentan características importantes del currículo, pero no precisan el modelo pedagógico que orientaría la institución.

El aspecto holístico se entiende como: “la Integración de los conceptos nucleares básicos de las áreas obligatorias y fundamentales”. Además, precisa: “Un programa curricular holístico parte de una situación polémica. (...) Esta libertad nos da derecho a proponer un orden simbólico nuevo.

Se repasaron diversos modelos pedagógicos, estableciendo aspectos tales como: Tipo de ciudadano, valores, relación pedagógica, tipo de aprendizaje, metodología - métodos, técnicas, rol del docente, y del estudiante.

Se analizaron los modelos Tradicional, Escuela Nueva, Cognoscitivo, Sociocultural y dialógico crítico.

1.8 Símbolos de la institución



Figura 1. ESCUDO

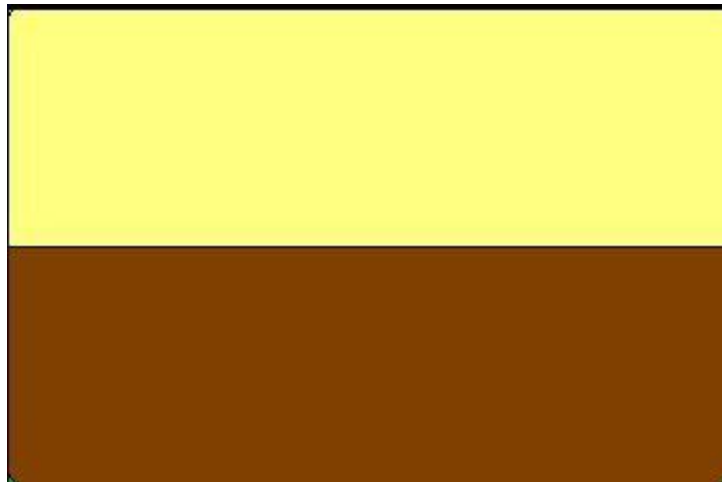


Figura 2. BANDERA



Figura 3. ESCUDO DE SAN JOSE DE CÚCUTA

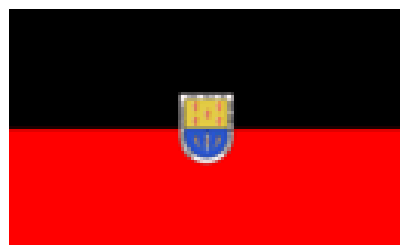


Figura 4. BANDERA DE SAN JOSE DE CÚCUTA



Figura 5. ESCUDO DE NORTE DE SANTANDER



Figura 6. BANDERA DE NORTE DE SANTANDER



Figura 7. ESCUDO DE COLOMBIA



Figura 8. BANDERA DE COLOMBIA

1.9 Misión

La institución educativa Integrado Juan atalaya forma ciudadanos y ciudadanas integrales y competentes, con principios humanos y científicos, capaces de construir su proyecto de vida y liderar el desarrollo armónico de la sociedad.

1.10 Visión

La institución educativa integrado Juan atalaya, será un centro de alta calidad, con identidad propia, líder en los procesos de formación, capaz de asimilar nuevos paradigmas y de aplicar el saber innovador; enmarcada dentro de principios democráticos de justicia, tolerancia,

solidaridad y participación; comprometida con la transformación social, económica y política; todo lo anterior, para favorecer el bien común y el mejoramiento del nivel de vida.

1.11 Perfil del estudiante

El estudiante de la Institución Educativa Integrado Juan Atalaya al iniciar su proceso educativo y al terminar su actividad académica estará en capacidad de:

Reconocerse a sí mismo como autor de su propio destino.

Resolver y plantear alternativas de solución a los problemas que se le presenten en la familia y/o en la comunidad,

Promover proyectos de crecimientos personales y comunitarios.

Aprovechar las nuevas tecnologías presentes en el mercado.

Cultivar el respeto en el trato con los demás.

Liderar su comunidad en los cargos que sea solicitado.

Comportarse como un ciudadano modelo.

Amar el deporte, la salud mental; y el aprovechamiento del tiempo libre.

Promover la democracia y su ideario igualitario

“En Colija, todos sumamos para la Excelencia”

Competente para los estudios superiores que haya seleccionado

Destacarse como buen hijo, buen hermano, buen amigo y buen padre.

Respetuoso por los derechos humanos y por la vida.

1.12 Perfil institucional

Garantizar la formación integral de sus estudiantes con la permanente articulación y actualización de su enfoque metodológico, aplicando estrategias pedagógicas eficaces.

Desarrollar las competencias del personal.

Mantener un clima institucional y ambiente de laboral agradable.

Mantener el índice de satisfacción de los estudiantes y padres de familia.

Mejorar continuamente los procesos con la implementación de acciones correctivas, preventivas y de mejora que den respuesta a las variaciones del entorno y crecimiento institucional.

1.12 Proyectos pedagógicos transversales

a) El estudio, la comprensión y la práctica de la Constitución y la instrucción cívica, de conformidad con el artículo de la Constitución Política.

b) La enseñanza de la protección del ambiente, la ecología y la preservación de los recursos naturales,

Conformidad con lo establecido en el artículo 67 de la Constitución Política;

c) Mediación escolar

1.13 Componente administrativo

1.13.1 Organigrama

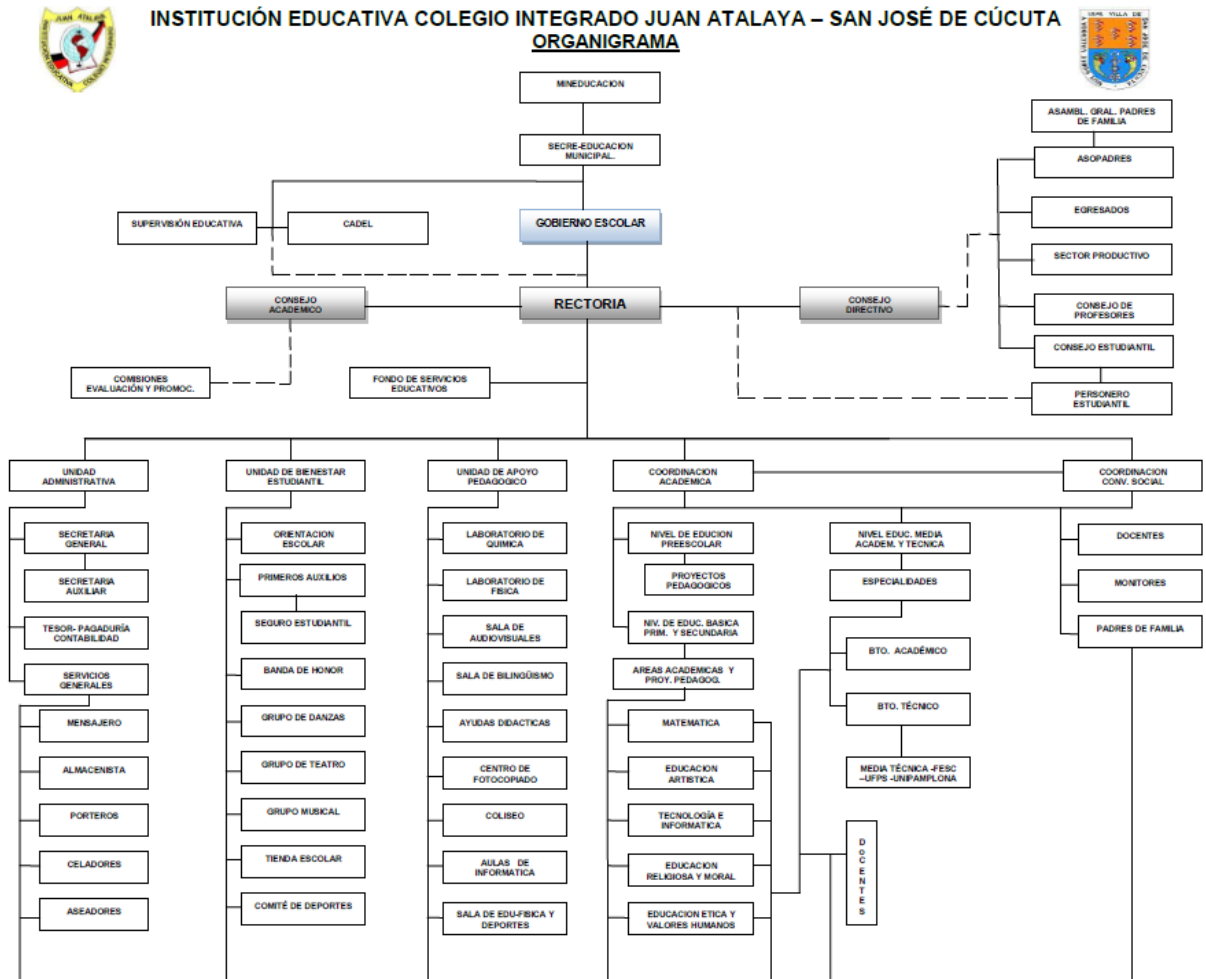


Figura 9. ORGANIGRAMA INTEGRADO JUAN ATALAYA

1.13.2 Gobierno escolar

ARTICULO 20.

ORGANOS DEL GOBIERNO ESCOLAR. El Gobierno Escolar en los establecimientos educativos estatales estará constituido por los siguientes órganos:

PARAGRAFO. En los establecimientos educativos no estatales, quien ejerza su representación legal será considerado como el Director Administrativo de la institución y tendrá autonomía respecto al Consejo Directivo, en el desempeño de sus funciones administrativas y financieras. En estos casos el Director Administrativo podrá ser una persona natural distinta del Rector.”

Consejo directivo

Esta instancia tiene la responsabilidad de velar por el adecuado cumplimiento de los objetivos de la institución educativa y por su concordancia con el Proyecto Educativo Institucional (PEI). Lo integran el rector, dos representantes de los docentes de la institución, dos representantes de los padres de familia, un representante de los estudiantes, un representante de los ex alumnos y un representante de los sectores productivos.

Consejo académico

Es el órgano que vela por el buen funcionamiento del colegio, participando en la orientación pedagógica del mismo y sugiriendo acciones innovadoras que contribuyan a mejorar la calidad educativa. El consejo académico está integrado por el rector, quien lo preside, los directivos docentes y un docente por cada área definida en el plan de estudios.

El rector

Es el representante del establecimiento ante las autoridades educativas y ejecutor de las decisiones del gobierno escolar.

Personero de los estudiantes

Según el artículo 28 del decreto 1860 de 1994, "en todos los establecimientos educativos el personero de los estudiantes será un alumno que curse el último grado que ofrezca la institución encargado de promover el ejercicio de los deberes y derechos de los estudiantes, consagrados en la Constitución Política, las leyes, los reglamentos y el Manual de convivencia."

Consejo de estudiantes

El Consejo estudiantil es concebido como el "máximo órgano colegiado que asegura y garantiza el continuo ejercicio de la participación por parte de los educandos". Está conformado por un representante de cada uno de los grados ofrecidos por la institución educativa. Un estudiante de este consejo que esté cursando el último grado, deberá representar al estudiantado en el Consejo Directivo.

1.13.3 Manual de convivencia Decálogo mínimo que deben cumplir todos los estudiantes del colegio integrado Juan Atalaya para lograr las metas de rendimiento académico, formación y comportamiento y asegurar su mejor promoción y cupo al grado siguiente.

- Llegar temprano

Tabla 1. HORARIOS DE CLASE

Niveles	Llegada comisión de Aseo	Inicio de clases	Salida de clases
<i>Primaria Hor-Mañana</i>	6:30 a.m.	6:45 a.m.	11:45 a.m.
<i>Primaria Hor-Tarde</i>	12:15 P.M.	12:30 P.M.	5:30 p.m.

Bachillerato Hor-Mañana	5:45 a.m.	6:00 a.m.	12:00 m.
Bachillerato Hor-Tarde	12:00 p.m.	12:12 p.m.	6:15 p.m.

Nota: Todos los estudiantes que no están en comisión de aseo, deben llegar 10 minutos antes del inicio de clases.

- Llegar directo al colegio (no quedarse en el camino, tiendas, coliseos, etc.)
 - Entrar directamente a los salones (no a los baños, canchas o lavamanos, coliseo, sala de profesores)

- Asistir a clases todos los días, con el uniforme correspondiente, bien presentado sin accesorios extravagantes. El docente de clase está autorizado para retener estos accesorios y orientar la situación. Si es del caso, hacer el informe a coordinación.

- Mantenerse siempre dentro de los salones, participando ordenada y activamente de las clases. Si necesita permiso debe solicitarlo al profesor de la clase y salir con carnet de permiso.

- Los celulares y demás aparatos electrónicos están prohibidos, sólo con autorización del papá o mamá pueden traer celular; en este caso debe mantenerlo en vibrador o silencio, sólo contestar casos de urgencia con autorización del docente de la clase. Están prohibidos los walkman, mp3, ipod, DVD's portátiles, gameboy, Nintendo DS y similares. Los docentes podrán retenerlos en cualquier momento porque interfieren el proceso de aprendizaje. Los elementos retenidos serán entregados por el docente a coordinación con el informe del caso. Y el coordinador los devolverá sólo al padre de familia, mediante acta y compromiso.

- Atender el segundo timbre al terminar el descanso y pasar inmediatamente a los salones en forma ordenada, teniendo cuidado con los pupitres y pertenencias personales
- Preparar de la mejor manera las actividades académicas; traer todos los útiles, cuadernos y trabajos. No hay permisos para ir a casa a traer tareas o elementos olvidados
- Mantener relaciones respetuosas y cordiales con compañeros(as) y profesores. Solucionar los problemas o diferencias con el diálogo y la conciliación, acudir al docente de la clase, al titular, al encargado de disciplina o en últimas a coordinación
- Mantenerse toda la jornada de estudio en el colegio. La evasión del colegio pone en riesgo su integridad física como persona y es sancionada con matrícula condicional o cancelación del cupo si ya tiene matrícula condicional. Para salir del colegio al igual que para las excusas, se requiere la presencia del padre de familia o acudiente; el padre de familia dispone de tres días hábiles para presentar la excusa. Al terminar la jornada dejar el salón ordenado y cerrado con candado. El profesor de la 6ª. hora de clase verificará la situación.
- La rectora, coordinadores, orientadora y docentes del colegio velarán por el cumplimiento de los deberes y derechos de todos los estudiantes y particularmente de lo resumido en este decálogo.

1.13.4 Calendario escolar/ cronograma

**INSTITUCIÓN EDUCATIVA
COLEGIO INTEGRADO JUAN ATALAYA**

CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES - AÑO 2017
Aprobado en reunión del Equipo Directivo.

Al entrar, llegas a la fecha de hoy. Sólo da clic sobre el nombre del EVENTO en la fecha que quieras ver.
Inmediatamente, verás todos los detalles necesarios.

**CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES INSTITUCION EDUCATIVA:
COLEGIO INTEGRADO JUAN ATALAYA. AÑO ESCOLAR: 2019**

Hoy ← → abril 2020 Imprimir Semana Mes Agenda

lun	mar	mié	jue	vie	sáb	dom
30	31	1 abr	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19

Figura 10. CRONOGRAMA ESCOLAR

1.13.5 Planta física



Figura 11. PLANTA FISICA

1.13.6 Recursos y equipamientos



Figura 12. SALA DE INFORMATICA



Figura 13. AULAS DE CLASE

1.13.7 Campos deportivos



Figura 14. CANCHA DE FUTSALA



Figura 15. COLISEO SEDE PRINCIPAL

1.14 Componente pedagógico

1.14.1 Plan de asignatura y sus dimensiones

**INSTITUCIÓN EDUCATIVA COLEGIO INTEGRADO JUAN ATALAYA
REDISEÑO CURRICULAR BASADO EN COMPETENCIAS**

AREA: EDUCACIÓN FÍSICA GRADO: SEXTO

COMPETENCIA ABARCADORA: Desarrollar las capacidades físicas que permitan la buena fundamentación en los deportes para el desarrollo de libre personalidad y su entorno.

UNIDAD DE COMPETENCIA: Desarrollar al momento de su estructura corporal, nivel global o segmentario, habilidades y destrezas adquiridas a través de la vida.

EJE CURRICULAR: Formar ciudadanos bajo los criterios de autonomía moral e intelectual.

ELEMENTO DE COMPETENCIA	ESTANDAR	CRITERIOS DE DESEMPEÑO	CONOCIMIENTOS ESENCIALES	AMBIENTE DE APRENDIZAJE	EVIDENCIAS REQUERIDAS
Enriquecer el desarrollo integral de la persona en sus ámbitos espiritual, físico, atético, emocional y de salubridad. Favorecer el desarrollo de los procesos de socialización. Dotar al individuo de habilidades y destrezas básicas y de cualidades físicas que le permitan ser productivo en los ámbitos: artístico, deportivo y laboral, entre otros.	Poseo autonomía y responsabilidad en la práctica de juegos, ejercicios y actividades predeportivas. Lidero la organización informal de actividades lúdicas, deportivas y recreativas en mi ambiente familiar y escolar. Realizo actividades deportivas, recreativas y de la vida cotidiana que requieren de la aplicación de habilidades y destrezas motrices.	<ul style="list-style-type: none"> Reconocer y valorar el potencial biológico y psíquico para realizar tareas motrices. Mantener vigentes las habilidades motrices que permitan explorar y adaptarse al medio. Incrementar las capacidades físicas en un contexto de respeto y valoración de la vida y el cuerpo humano, cumpliendo normas de prevención de riesgos. Valorar la contribución de la práctica regular y sistemática de un programa de ejercicios sobre la salud física y mental. Reconocer las diferencias personales y el carácter único del ser humano y el respeto. Aceptar y comprender las limitaciones físicas y sensoriales en mis compañeros. Interactuar motivadamente con mis compañeros para el logro de metas colectivas. Atender consejos y críticas de los profesores y compañeros. Aplicar conceptos de seguridad personal y ambiental en la ejecución de tareas motrices. 	Conductas motrices de base. Conductas temporales - espaciales. Locomoción, manipulación y equilibrio. Fundamentos aplicados a juegos populares. Expresión rítmica con diferentes estímulos.	Explicación y demostración general teórica - práctica para la participación en grupos de trabajo, y liderazgo en las diferentes actividades, de fundamentación deportiva y recreativa. Corrección de los gestos técnicos	El estudiante a través de los conocimientos adquiridos, tomará conciencia de la importancia de la educación física, tanto personal como en su entorno, demostrando liderazgo en las diferentes actividades a realizar en su comunidad creando hábitos y valores que mejoren su calidad de vida.

Figura 16. PLAN DE AREA SEXTO

**INSTITUCIÓN EDUCATIVA COLEGIO INTEGRADO JUAN ATALAYA
REDISEÑO CURRICULAR BASADO EN COMPETENCIAS**

AREA: EDUCACIÓN FÍSICA GRADO: SÉPTIMO

COMPETENCIA ABARCADORA: Desarrollar las capacidades físicas que permitan la buena fundamentación en los deportes para el desarrollo de libre personalidad y su entorno.

UNIDAD DE COMPETENCIA: Desarrollar al momento de su estructura corporal, nivel global o segmentario, habilidades y destrezas adquiridas a través de la vida.

EJE CURRICULAR: Formar ciudadanos bajo los criterios de autonomía moral e intelectual.

ELEMENTO DE COMPETENCIA	ESTANDAR	CRITERIOS DE DESEMPEÑO	CONOCIMIENTOS ESENCIALES	AMBIENTE DE APRENDIZAJE	EVIDENCIAS REQUERIDAS
Enriquecer el desarrollo integral de la persona en sus ámbitos espiritual, físico, atético, emocional y de salubridad. Favorecer el desarrollo de los procesos de socialización. Dotar al individuo de habilidades y destrezas básicas y de cualidades físicas que le permitan ser productivo en los ámbitos: artístico, deportivo y laboral, entre otros.	Poseo autonomía y responsabilidad en la práctica de juegos, ejercicios y actividades predeportivas. Lidero la organización informal de actividades lúdicas, deportivas y recreativas en mi ambiente familiar y escolar. Realizo actividades deportivas, recreativas y de la vida cotidiana que requieren de la aplicación de habilidades y destrezas motrices.	<ul style="list-style-type: none"> Reconocer y valorar el potencial biológico y psíquico para realizar tareas motrices. Mantener vigentes las habilidades motrices que permitan explorar y adaptarse al medio. Incrementar las capacidades físicas en un contexto de respeto y valoración de la vida y el cuerpo humano, cumpliendo normas de prevención de riesgos. Valorar la contribución de la práctica regular y sistemática de un programa de ejercicios sobre la salud física y mental. Reconocer las diferencias personales y el carácter único del ser humano y el respeto. Aceptar y comprender las limitaciones físicas y sensoriales en mis compañeros. Interactuar motivadamente con mis compañeros para el logro de metas colectivas. Atender consejos y críticas de los profesores y compañeros. Aplicar conceptos de seguridad personal y ambiental en la ejecución de tareas motrices. 	Combinaciones entre diferentes expresiones motrices. Movimientos culturales determinados relacionados con el deporte y la cultura.	Explicación y demostración general teórica - práctica para la participación en grupos de trabajo, y liderazgo en las diferentes actividades, de fundamentación deportiva y recreativa. Corrección de los gestos técnicos	El estudiante a través de los conocimientos adquiridos, tomará conciencia de la importancia de la educación física, tanto personal como en su entorno, demostrando liderazgo en las diferentes actividades a realizar en su comunidad creando hábitos y valores que mejoren su calidad de vida.

Figura 17. PLAN DE AREA SEPTIMO

INSTITUCIÓN EDUCATIVA COLEGIO INTEGRADO JUAN ATALAYA
REDISEÑO CURRICULAR BASADO EN COMPETENCIAS

AREA: EDUCACIÓN FÍSICA **GRADO:** OCTAVO

COMPETENCIA ABARCADORA: Desarrollar las capacidades físicas que permitan la buena fundamentación en los deportes para el desarrollo de libre personalidad y su entorno.

UNIDAD DE COMPETENCIA: Desarrollar al momento de su estructura corporal, nivel global o segmentario, habilidades y destrezas adquiridas a través de la vida.
EJE CURRICULAR: Formar ciudadanos bajo los criterios de autonomía moral e intelectual.

ELEMENTO DE COMPETENCIA	ESTANDAR	CRITERIOS DE DESEMPEÑO	CONOCIMIENTOS ESENCIALES	AMBIENTE DE APRENDIZAJE	EVIDENCIAS REQUERIDAS
Enriquecer el desarrollo integral de la persona en sus ámbitos espiritual, físico, atlético, emocional y de salubridad. Favorecer el desarrollo de los procesos de socialización. Dotar al individuo de habilidades y destrezas básicas y de cualidades físicas que le permitan ser productivo en los ámbitos: artístico, deportivo y laboral, entre otros.	Poseo hábitos para la práctica organizada y responsable de actividades deportivas en mi tiempo libre. Lidero la organización y dirección de actividades lúdicas, deportivas y recreativas en mi ambiente familiar e interinstitucional. Ejecuto tareas motrices relacionadas con el mundo deportivo, laboral y cotidiano que requieren habilidades y destrezas complejas	<ul style="list-style-type: none"> Realizar de manera sistemática ejercicio físico para el mejoramiento de mis funciones orgánicas y corporales. Valorar la competencia deportiva como un escenario para el desarrollo personal. Reconocer las diferencias individuales y el carácter único de cada persona y me integro con facilidad a través de actividades lúdicas y/o deportivas. Mantener y respeto las normas de juego y contribuyo a la creación de nuevas normas. Participar en la creación de normas de juego y las tengo en cuenta en las actividades programadas. Asumir la victoria o la derrota del juego y valoro sus consecuencias. Utilizar los pasatiempos como un aprestamiento creativo para las actividades productivas 	Selección y aplicación de acuerdo con las posibilidades y necesidades del centro educativo y las características de los escolares. Hacia expresiones de movimientos culturalmente determinados, relacionados con el deporte y la cultura, se enfatizará en la adquisición de destrezas con técnica y estilos definidos.	Explicación y demostración general teórica – práctica para la participación en grupos de trabajo, y liderazgo en las diferentes actividades, de fundamentación deportiva y recreativa. Corrección de los gestos técnicos	El estudiante a través de los conocimientos adquiridos, tomará conciencia de la importancia de la educación física, tanto personal como en su entorno, demostrando liderazgo en las diferentes actividades a realizar en su comunidad creando hábitos y valores que mejoren su calidad de vida.

Figura 18. PLAN DE AREA OCTAVO

INSTITUCIÓN EDUCATIVA COLEGIO INTEGRADO JUAN ATALAYA
REDISEÑO CURRICULAR BASADO EN COMPETENCIAS

AREA: EDUCACIÓN FÍSICA **GRADO:** NOVENO

COMPETENCIA ABARCADORA: Desarrollar las capacidades físicas que permitan la buena fundamentación en los deportes para el desarrollo de libre personalidad y su entorno.

UNIDAD DE COMPETENCIA: Desarrollar al momento de su estructura corporal, nivel global o segmentario, habilidades y destrezas adquiridas a través de la vida.
EJE CURRICULAR: Formar ciudadanos bajo los criterios de autonomía moral e intelectual.

ELEMENTO DE COMPETENCIA	ESTANDAR	CRITERIOS DE DESEMPEÑO	CONOCIMIENTOS ESENCIALES	AMBIENTE DE APRENDIZAJE	EVIDENCIAS REQUERIDAS
Enriquecer el desarrollo integral de la persona en sus ámbitos espiritual, físico, atlético, emocional y de salubridad. Favorecer el desarrollo de los procesos de socialización. Dotar al individuo de habilidades y destrezas básicas y de cualidades físicas que le permitan ser productivo en los ámbitos: artístico, deportivo y laboral, entre otros.	Poseo hábitos para la práctica organizada y responsable de actividades deportivas en mi tiempo libre. Lidero la organización y dirección de actividades lúdicas, deportivas y recreativas en mi ambiente familiar e interinstitucional. Ejecuto tareas motrices relacionadas con el mundo deportivo, laboral y cotidiano que requieren habilidades y destrezas complejas	<ul style="list-style-type: none"> Realizar de manera sistemática ejercicio físico para el mejoramiento de mis funciones orgánicas y corporales. Valorar la competencia deportiva como un escenario para el desarrollo personal. Reconocer las diferencias individuales y el carácter único de cada persona y me integro con facilidad a través de actividades lúdicas y/o deportivas. Mantener y respeto las normas de juego y contribuyo a la creación de nuevas normas. Participar en la creación de normas de juego y las tengo en cuenta en las actividades programadas. Asumir la victoria o la derrota del juego y valoro sus consecuencias. Utilizar los pasatiempos como un aprestamiento creativo para las actividades productivas 	Selección de las categorías y aplicación según el medio seleccionado en cada situación. Realización de tareas motrices del deporte. Organizando y dirigiendo actividades lúdico deportivas.	Explicación y demostración general teórica – práctica para la participación en grupos de trabajo, y liderazgo en las diferentes actividades, de fundamentación deportiva y recreativa. Corrección de los gestos técnicos	El estudiante a través de los conocimientos adquiridos, tomará conciencia de la importancia de la educación física, tanto personal como en su entorno, demostrando liderazgo en las diferentes actividades a realizar en su comunidad creando hábitos y valores que mejoren su calidad de vida.

Figura 19. PLAN DE AREA NOVENO

INSTITUCIÓN EDUCATIVA COLEGIO INTEGRADO JUAN ATALAYA
REDISEÑO CURRICULAR BASADO EN COMPETENCIAS

AREA: EDUCACIÓN FÍSICA **GRADO:** DÉCIMO

COMPETENCIA ABARCADORA: Desarrollar las capacidades físicas que permitan la buena fundamentación en los deportes para el desarrollo de libre personalidad y su entorno.

UNIDAD DE COMPETENCIA: Desarrollar al momento de su estructura corporal, nivel global o segmentario, habilidades y destrezas adquiridas a través de la vida.

EJE CURRICULAR: Formar ciudadanos bajo los criterios de autonomía moral e intelectual.

ELEMENTO DE COMPETENCIA	ESTANDAR	CRITERIOS DE DESEMPEÑO	CONOCIMIENTOS ESENCIALES	AMBIENTE DE APRENDIZAJE	EVIDENCIAS REQUERIDAS
<p>Enriquecer el desarrollo integral de la persona en sus ámbitos espiritual, físico atlético, emocional y de salubridad.</p> <p>Favorecer el desarrollo de los procesos de socialización.</p> <p>Dotar al individuo de habilidades y destrezas básicas y de cualidades físicas que le permitan ser productivo en los ámbitos: artístico, deportivo y laboral, entre otros.</p>	<p>Poseo autonomía y responsabilidad para el diseño y aplicación de programas de ejercicios que permitan la conservación de mi salud psíquica y física</p> <p>Planifico y administro de manera concertada proyectos lúdicos, deportivos y recreativos en mi ambiente institucional y comunitario</p> <p>Domino los conceptos básicos de la organización y administración de eventos deportivos, recreativos y de acondicionamiento físico y los aplico a mi comunidad.</p>	<ul style="list-style-type: none"> Incorporar en los hábitos diarios de la práctica regular y sistemática de un programa de ejercicios para mantener mi salud física y mental. Assumir la educación física como una práctica diaria para contrarrestar la influencia nociva de la vida sedentaria y el estrés. Utilizar procedimientos técnicos confiables para controlar y evaluar los propios logros en el desarrollo de la corporalidad. Respeto y valoro las diferencias de cultura corporal en los distintos grupos étnicos y sociales. Aprecio y aplico los valores de solidaridad, cooperación, honestidad y lealtad a través de su vivencia en actividades lúdicas y/o deportivas. Utilizo las actividades deportivas como un medio eficaz para relacionarme con diferentes grupos sociales. Promuevo la creación de grupos juveniles para el uso creativo del tiempo libre, como estrategia de prevención de consumo de sustancias psicoactivas. Organizo y administro torneos en mi institución educativa y en la comunidad. Diseño un programa sistemático de ejercicios de acuerdo a mis características personales. 	<p>Afianzamiento y aplicación de las categorías en situaciones de mayor complejidad.</p> <p>Juegos derivados de los deportes, deporte modificado, situaciones reales de juego.</p>	<p>Explicación y demostración general teórica – práctica para la participación en grupos de trabajo, y liderazgo en las diferentes actividades, de fundamentación deportiva y recreativa.</p> <p>Corrección de los gestos técnicos</p>	<p>El estudiante a través de los conocimientos adquiridos, tomará conciencia de la importancia de la educación física, tanto personal como en su entorno, demostrando liderazgo en las diferentes actividades a realizar en su comunidad creando hábitos y valores que mejoren su calidad de vida.</p>

Figura 20. PLAN DE AREA DECIMO

INSTITUCIÓN EDUCATIVA COLEGIO INTEGRADO JUAN ATALAYA

REDISEÑO CURRICULAR BASADO EN COMPETENCIAS

AREA: EDUCACIÓN FÍSICA **GRADO:** UNDECIMO

COMPETENCIA ABARCADORA: Desarrollar las capacidades físicas que permitan la buena fundamentación en los deportes para el desarrollo de libre personalidad y su entorno.

UNIDAD DE COMPETENCIA: Desarrollar al momento de su estructura corporal, nivel global o segmentario, habilidades y destrezas adquiridas a través de la vida.

EJE CURRICULAR: Formar ciudadanos bajo los criterios de autonomía moral e intelectual.

ELEMENTO DE COMPETENCIA	ESTANDAR	CRITERIOS DE DESEMPEÑO	CONOCIMIENTOS ESENCIALES	AMBIENTE DE APRENDIZAJE	EVIDENCIAS REQUERIDAS
<p>- Enriquecer el desarrollo integral de la persona en sus ámbitos espiritual, físico atlético, emocional y de salubridad.</p> <p>- Favorecer el desarrollo de los procesos de socialización.</p> <p>- Dotar al individuo de habilidades y destrezas básicas y de cualidades físicas que le permitan ser productivo en los ámbitos: artístico, deportivo y laboral, entre otros.</p>	<p>Poseo autonomía y responsabilidad para el diseño y aplicación de programas de ejercicios que permitan la conservación de mi salud psíquica y física</p> <p>Planifico y administro de manera concertada proyectos lúdicos, deportivos y recreativos en mi ambiente institucional y comunitario</p> <p>Domino los conceptos básicos de la organización y administración de eventos deportivos, recreativos y de acondicionamiento físico y los aplico a mi comunidad.</p>	<ul style="list-style-type: none"> Incorporar en los hábitos diarios de la práctica regular y sistemática de un programa de ejercicios para mantener mi salud física y mental. Assumir la educación física como una práctica diaria para contrarrestar la influencia nociva de la vida sedentaria y el estrés. Utilizar procedimientos técnicos confiables para controlar y evaluar los propios logros en el desarrollo de la corporalidad. Respeto y valoro las diferencias de cultura corporal en los distintos grupos étnicos y sociales. Aprecio y aplico los valores de solidaridad, cooperación, honestidad y lealtad a través de su vivencia en actividades lúdicas y/o deportivas. Utilizo las actividades deportivas como un medio eficaz para relacionarme con diferentes grupos sociales. Promuevo la creación de grupos juveniles para el uso creativo del tiempo libre, como estrategia de prevención de consumo de sustancias psicoactivas. Organizo y administro torneos en mi institución educativa y en la comunidad. Diseño un programa sistemático de ejercicios de acuerdo a mis características personales. 	<p>Proyección y aplicación a juegos de carácter intramural.</p> <p>Proyección y aplicación en juegos extramuros.</p> <p>Aplicaciones en situaciones de la vida cotidiana.</p>	<p>Explicación y demostración general teórica – práctica para la participación en grupos de trabajo, y liderazgo en las diferentes actividades, de fundamentación deportiva y recreativa.</p> <p>Corrección de los gestos técnicos</p>	<p>El estudiante a través de los conocimientos adquiridos, tomará conciencia de la importancia de la educación física, tanto personal como en su entorno, demostrando liderazgo en las diferentes actividades a realizar en su comunidad creando hábitos y valores que mejoren su calidad de vida.</p>

Figura 21. PLAN DE AREA UNDECIMO

CAPITULO II PROPUESTA PEDAGOGICA

2.1 Titulo

El juego como método para mejorar la motricidad en educandos de básica primaria del colegio integrado Juan Atalaya, sede Gabriel García Márquez

2.2 Introducción

La educación física en su ámbito investigativo tiene como principal objetivo transformar personas en la parte de aprendizaje y enseñanza, no solo en el campo deportivos o competitivos sino también que permitan tener diferentes actitudes en el cual el educando pueda tener distintos ejercicios físicos en donde pueda contener su propio control y habilidad para llegar con finalidad una buena práctica deportiva. Según (Solás, 2006) La educación física puede contemplarse como un concepto amplio que trata de desarrollo y la formación de una dimensión básica del ser humano, el cuerpo y su motricidad. Dimensión que no se puede desligar de los otros aspectos de su desarrollo, evolución-involución.

Por lo tanto, no se debe considerar que la educación física está vinculada exclusivamente a unas edades determinadas ni tampoco a la enseñanza formal de una materia en el sistema educativo, sino que representa la acción formativa sobre unos aspectos concretos a través de la vida del individuo, es decir, constituye un elemento importante del concepto de educación física continua de la persona.

La educación física en su rama de desempeño se convierte en una formación didáctica en el cual se caracterizan por desarrollar la motricidad del educando, por esta razón nos brindan implementos necesarios en donde pueda facilitar la labor del docente en el campo

pedagógico, con el fin de garantizar una calidad de trabajo , unas de estas herramientas son los juegos y sus distintas manifestaciones en el campo de la recreación, en donde nos permite concienciar las emociones y el estado de ánimo del niño, para establecer por medio de ella un aprendizaje significativo en donde contribuya al desarrollo de las habilidades motrices básicas.

Como lo afirma, (batalla, 1994) el grado de competencia de un sujeto concreto frente a un objetivo determinado aunque el objetivo se consiga de forma poca depurada y económica .si se ha logrado el objetivo se considera que se ha logrado también la habilidad .en cambio en la destreza motriz podemos encontrar que es la capacidad del individuo de ser eficiente en una habilidad motriz determinada .la destreza puede ser adquirida por el aprendizaje o bien innata en el propio individuo.

2.3 Planteamiento del problema

según el contexto actual que se presenta en el colegio integrado Juan Atalaya sede Gabriel García Márquez , la problemática que estamos viviendo actualmente debido a la pandemia los educandos del colegio .en donde no cuentan con un docente específico de educación física y tienen escasos recursos económicos y tecnológicos ,está ubicada en una población muy vulnerable ;en el cual considero tener gran importancia usar estrategias metodológicas para mejorar e impactar positivamente, con el fin de contribuir con el desarrollo de las habilidades motrices básicas ;

(Knapp, 1981)"propone el vocablo "habilidad", a saber "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". Es importante precisar que desde estos

referentes, las Habilidades trascienden el movimiento como simple acción, ya que están dirigidas a la consecución de un objetivo, asunto que implica una dirección y orientación de las acciones motrices con un sentido y una intención determinadas, es decir, el aprendizaje de las habilidades está mediado por la interpretación de las exigencias que se presentan en la situación motriz y por la toma de decisiones implicadas en los procesos de aprendizaje.

Considerando los elementos teóricos presentados y basados fundamentalmente en los conceptos de Contreras, se puede plantear que la habilidad Motriz sugiere la adquisición de una competencia motriz que se origina en el aprendizaje, es de tendencia finalista y tiene las características de eficacia, flexibilidad y adaptabilidad, además las habilidades motrices en sí constituyen el medio por el cual los individuos desarrollan las tareas motrices

2.4 Formulación del problema

¿Cómo disminuir el desinterés, la indisciplina y la distracción en los educandos en el momento de realizar las clases de educación física del 3° del colegio integrado Juan Atalaya sede Gabriel García Márquez?

2.5 Justificación

El propósito de esta investigación con base a la didáctica, es que los educandos del colegio integrado Juan Atalaya de la sede Gabriel García Márquez tengan conocimiento sobre todo lo relacionado en la educación física. Debido a ello surge la idea de fomentar los juegos como un proceso o estrategia pedagógica para el desarrollo de las habilidades motrices básicas de los niños.

Cabe resaltar que estos juegos didácticos no solo favorecen a los estudiantes sino también para las personas en el entorno social e individual que deseen ponerla en práctica, por esa razón es muy importante y necesario contribuir cambios positivos en el ambiente estudiantil. A consecuencia de esto es inevitable que tenga un apoyo y un respaldo incondicional ya que han sido afectados en las distintas situaciones que se han presentado en los últimos tiempos.

Desde un punto de vista la educación física ayuda a la formación integral y social del ser humano. Es decir que con su práctica ayudan a impulsar los movimientos creativos e intencionales, la manifestación de la corporeidad a través de procesos afectivos y cognitivos de orden inmejorable. De otra forma, se promueve el disfrute de la movilización corporal y se desarrolla la participación en actividades caracterizadas por cometidos motrices. Del mismo modo se procura la convivencia, la amistad y el disfrute, así como el aprecio de las actividades propias de la comunidad.

La importancia en la educación física es el periodo correspondiente a la Etapa de Primaria, fundamentalmente durante los dos primeros ciclos, es el óptimo para el desarrollo de las habilidades y destrezas básicas. En este periodo caracteriza por la estabilización, fijación y refinamiento de los movimientos del niño. Durante la Etapa de Primaria resulta fundamental el Trabajo de la coordinación para una correcta evolución del resto de capacidades y habilidades motrices.

(miguel, 2009) Nos habla que la educación física es muy importante porque, el niño expresa su espontaneidad, fomenta su creatividad y sobretodo permite conocer, respetar y valorarse a sí mismo y a los demás. Por ello, es indispensable la variedad y vivencia de las diferentes actividades en el juego, lúdica, recreación y deporte para implementarlas continuamente, sea en clase o mediante proyectoslúdico-pedagógicos.

Por lo general, las instituciones educativas desconocen la importancia que la Educación Física representa para la básica primaria, porque ella, como otras disciplinas del conocimiento, a través del movimiento, contribuyen también con el proceso de formación integral del ser humano para beneficio personal, social y conservación de su propia cultura. Si la Educación Física se estructura como proceso pedagógico y permanente se pueden cimentar bases sólidas que le permitirán la integración y socialización que garanticen continuidad para el desarrollo y especialización deportiva en su vida futura.

A través de la clase de Educación Física los niños aprenden, ejecutan y crean nuevas formas de movimiento con la ayuda de diferentes formas jugadas, lúdicas, recreativas y

deportivas. En estas clases el niño puede desenvolverse, ser creativo y mostrar su espontaneidad como un ser que quiere descubrir muchas alternativas que pueden ser aplicables en un futuro en su vida social y que no lo pueden lograr fácilmente en otras asignaturas del conocimiento.

2.5 Objetivos

2.5.1 Objetivos generales. Implementar juegos como estrategia pedagógica para mejorar las habilidades motrices básicas en los educandos de básica primaria del colegio integrado Juan Atalaya sede Gabriel García Márquez.

2.5.2 Objetivos específicos Implementar juegos que fortalezcan las habilidades motrices básicas.

Realizar actividades donde el educando pueda mejorar sus falencias.

Desarrollar actividades en donde el educando pueda evaluar sus propias dificultades.

2.6 Marco teórico

2.6.1 Educación física

2.6.1.1 Historia. Educación física es una disciplina que se centra en diferentes movimientos corporales para perfeccionar, controlar y mantener la salud mental y física del ser humano.

Esta disciplina se puede ver como una actividad terapéutica, educativa, recreativa o competitiva que incentiva la convivencia, el disfrute y el compañerismo entre los participantes.

La educación física es una actividad obligatoria tanto en la primaria como en la secundaria. En muchos países, las instituciones encargadas de regular las actividades educativas promueven un contenido curricular para ser trabajado con los alumnos en el año escolar. Esta

disciplina es dirigida por un profesional instruido en un curso superior de educación física con conocimientos en ciencias biológicas, salud y el cuerpo humano.

Por ende, razón la educación física es importante tanto para los niños y las personas que deseen practicar. Cabe resaltar que va relacionado a un conjunto de actividades lúdicas que ayudan al individuo vincularse con el medio que lo rodea ayudando a conocer su entorno social. En este sentido, se incentiva la práctica de actividades como la danza, el entrenamiento funcional y el yoga, entre otras, con el fin de mejorar la expresión corporal e incentivar la participación del individuo en su comunidad.

2.6.1.1.1 Influencia griega y oriental. Se considera que la historia real de la educación física comenzó con el cambio de las metodologías utilizadas para transmitir habilidades físicas y, hasta cierto punto, las distintas intenciones del educador.

Por lo tanto, la influencia griega es fundamental para entender cómo esta disciplina ha evolucionado hoy en día.

Los antiguos griegos hacían énfasis en la anatomía, los logros físicos y las habilidades físicas; por primera vez en el mundo antiguo estos elementos se combinaron con un acercamiento científico y humanista para balancear la vida.

La primera referencia literaria a una competición atlética es preservada en *La Ilíada*, de Homero. Y la antigua tradición griega de los Juegos Olímpicos se originó a principios del siglo VIII a. C.

En cuanto al mundo oriental, también se puede observar el campo del entrenamiento físico desde la antigüedad. La tradición japonesa del ejercicio físico integrado a la vida diaria se deriva del *Bushido* (“la manera del guerrero”).

2.6.1.1.2 Historia de la educación física

La historia de la educación física y sus orígenes en muchos siglos

Transcurridos y a distintas épocas en donde el hombre practicaba la educación física de tal manera para estar preparado para la guerra. Por ende razón el hombre ha tenido que utilizar de cierta forma sus habilidades motrices; cabe resaltar que todo esto lo hacía con el fin de proveer de alimentos, defenderse de sus enemigos, dar entretenimiento con diversas habilidades gimnásticas y rendir sacrificio a sus dioses.

Según (ROBLES, 2015)La historia de la educación física como concepto se inicia a mediados de 1800, cuando países como Alemania, Suecia e Inglaterra comenzaron a incluirla como materia de sus sistemas educativos. Sin embargo, los orígenes de esta actividad se remontan a la prehistoria.

A principios del siglo XX las escuelas públicas comenzaron a desarrollar programas de entrenamiento físico y, para 1950, más de 40 institutos habían introducido clases en el campo de la educación física.

En la mayoría de los sistemas de formación, la educación física (a veces también llamada entrenamiento físico) es un curso en el que se utilizan juegos o la exploración de movimientos para la transmisión de conocimiento físico y habilidades hacia un individuo o grupo de personas.

Los profesionales de la salud cada vez le dan mayor importancia a su implementación en la sociedad, empezando en los centros escolares, ya que supone una mejora en el bienestar físico y emocional de las personas

2.6.1.2 Antecedentes de la educación física

2.6.1.2.1 Prehistoria y Antigüedad. La educación física ha existido desde las primeras etapas de la sociedad, en formas tan simples como la transmisión de habilidades básicas de supervivencia y caza.

El ser humano, al ser nómada, requería de una serie de entrenamientos para poder fortalecer sus músculos y habilidades psicomotrices. Con ello, intentaba asegurarse la captura de alguna presa para comer, la defensa ante enemigos (otras tribus o animales salvajes) o el cuidado de sus posesiones.

Más adelante las antiguas civilizaciones chinas, indias y egipcias tenían tradiciones de educación física, principalmente llevadas a cabo en competencias deportivas, tácticas militares y artes marciales.

2.6.1.2.2 Educación física moderna. Se considera que el creador de esta rama educativa tal y como se conoce hoy en día fue Friedrich Ludwig Jahn. Durante el siglo XIX, Jahn estableció en Alemania la primera escuela de gimnasia para niños.

Jahn creía que el mejor tipo de sociedad era aquel que había establecido estándares de fuerza y habilidades físicas. El primer gimnasio abierto fue inaugurado por él en Berlín, en 1811. A partir de ese momento, la Asociación de Gimnasia creció rápidamente.

Por su lado, en Inglaterra se empezaron a practicar deportes en un sistema que hacía énfasis en el desarrollo moral a través de la participación en actividades físicas.

La influencia de estos dos países fue crucial para fundamentar el deporte y el acondicionamiento físico a lo largo del mundo.

Alrededor de la misma época, pero independiente de los desarrollos de Jahn, el profesor sueco Pehr Ling comenzaba a ver los beneficios de la gimnasia. En 1813 desarrolló el Instituto

Central de Gimnasia con el gobierno de Suecia; esto favoreció considerablemente el campo del acondicionamiento físico.

Muchas otras naciones europeas siguieron este movimiento. Primero se crearon escuelas privadas de gimnasia.

A principios del siglo XX se empezaron a esparcir los deportes organizados, así que las escuelas públicas alrededor del mundo comenzaron a desarrollar un currículo de educación física.

2.6.1.2.3 Siglo XX. Durante las últimas décadas del siglo XIX y a principios del siglo XX, John Dewey y sus colegas promovieron ideas progresistas de educación. Estas ideas retaban a la educación tradicional y llevaron a reformas que incluían la introducción de la educación física.

Psicólogos educacionales, como Stanley Hall y Edward Thorndike, apoyaron la idea de Dewey de concentrarse en actividades durante el aprendizaje.

Se sugería que los juegos infantiles debían ser reconocidos como un aspecto importante para el desarrollo de los niños.

Durante todo el siglo XX hasta los años 50, hubo un crecimiento considerable en la inclusión del entrenamiento físico en las escuelas públicas.

Sociedades como la URSS incentivaron programas de educación física en un principio para mejorar los recursos militares (años 20) y posteriormente para instruir a la población dentro de la denominada “cultura física”. Esto se vio reflejado en los Juegos Olímpicos, en los cuales la Unión Soviética siempre ocupaba los primeros puestos junto a Estados Unidos.

Fue a partir de los años 50 y la década de los 60 que la educación física en un nivel primario experimentó un gran crecimiento a nivel global.

Se animaba a que todos los sistemas de educación pública adoptaran programas de educación física en sus currículos y, su implementación, se ve cada vez más necesaria debido a los altos índices de sobrepeso y obesidad en niños y jóvenes.

La educación física a mediado del tiempo fue evolucionando de tal manera que se ha tenido que ir adaptando a la evolución social, y sobre todo a la importancia de las necesidades de los jóvenes, pasando desde objetivos únicos e y necesario .con el fin de buscar el desarrollo y mejora motriz y deportiva, para tener una mejor integridad y compartir ahora con objetivos como la educación en valores y la importancia de las actitudes de los educandos.

Según (vidal, 2018) nos habla que Históricamente, sabemos que la Educación Física como materia de enseñanza en el sistema educativo español ha ido evolucionando acompasado con las circunstancias sociales, políticas y económicas, y no es hasta el siglo XIX cuando se le empezó a dar una cierta importancia a la educación del desarrollo físico de las personas, además de a la faceta intelectual y espiritual que, desde siempre, fue la única en considerarse.

Al igual que todos los demás ámbitos de la educación, la Educación Física ha seguido en España las líneas pedagógicas imperantes en cada momento. Podemos encontrar en sus orígenes a Francisco Amorós (1770-1848) y sus Centros de Formación del Profesorado, fundando en 1800 un Centro Gimnástico en Madrid.

Con este artículo, se pretende hacer un acercamiento a lo ocurrido en nuestro país. Así, en España, la Educación Física es obligatoria en las escuelas desde 1900. Las instituciones importantes que caben ser destacadas son: la Facultad de Medicina de Madrid, que formaba profesores; la Escuela Central de Gimnasia de Toledo, que formaba instructores militares utilizando el modelo sueco (sistema analítico); la Academia Nacional de José Antonio (formación masculina), perteneciente a las Nuevas Juventudes del Movimiento, considerado el primer centro que institucionaliza titulaciones civiles y planes de estudio;

La Escuela Nacional Ruiz de Alda (formación femenina), perteneciente a la Sección Femenina del Movimiento y de perfil muy similar a la anterior; INEF de Madrid (1976), aglutinando los dos anteriores, perteneciente a la Delegación Nacional de Educación Física y Deportes, que ofrece la titulación de Licenciado; apareciendo, a mediados de los 80, otros INEF en León, Granada, Valencia, ... Por otro lado, la formación exigida a los maestros para ejercer su profesión, en nuestro país, ha sido: en los años 80, cursos de especialización y, en los años 80-90, Maestro Especialista en diferentes universidades.

El sistema educativo actual está compuesto por las dos últimas reformas educativas: la *LOE* y la *LOMCE*, siendo el Área de Educación Física igual que cualquier otra del currículo. Además, en las Oposiciones de Educación Física para maestros y licenciados, hasta hace relativamente poco, los concursantes debían realizar una serie de pruebas físicas específicas.

2.6.2 Tipos de educación física

La educación física es un tipo de educación que se focaliza en enseñar a los educandos en cómo, cuándo y por qué es necesario realizar actividad física. Es importante combinar tantos aspectos teóricos (anatomía, periodización deportiva, etc.) con la práctica física y deportiva

Según (anonimo, 2018) La Educación Física es un eficaz instrumento de la pedagogía, por cuanto ayuda a desarrollar las cualidades básicas del hombre como unidad bio-sico-social. Contribuye al accionar educativo con sus fundamentos científicos y sus vínculos interdisciplinarios apoyándose entonces en la filosofía, la psicología, la biología, etc.

Tiene una acción determinante en la conservación y desarrollo de la salud en cuanto ayuda al ser humano a ajustar pertinentemente las reacciones y comportamientos a las condiciones del mundo exterior. Específicamente, en el adolescente, ayuda a sobrellevar las agresiones propias de la vida cotidiana y del medio y a afrontar el presente y el futuro con una actitud positiva.

Promueve y facilita a los individuos el alcanzar a comprender su propio cuerpo, sus posibilidades, a conocer y dominar un número variado de actividades corporales y deportivas, de modo que en el futuro pueda escoger las más convenientes para su desarrollo y recreación personal, mejorando a su vez su calidad de vida por medio del enriquecimiento y disfrute personal y la relación a los demás.

2.6.2.1 Áreas de la educación física.

Aptitud física:

- Capacidad aeróbica.
- Potencia anaeróbica.

- Flexibilidad

Deporte colectivo:

- Basketbol.

- Voleibol

- Futbolito

Deporte Individual:

- Atletismo

- Natación

- Gimnasia

Recreación:

- Juegos

- Expresión cultural y social

- Vida al aire libre

2.6.3 El pulso. Generalidades. Recomendaciones. Es la onda pulsátil que se produce con el choque de la sangre con el Cayado de la Aorta y que se propaga a través de las arterias.

El pulso es el elemento básico para conocer el grado de intensidad con que esta se está realizando con un esfuerzo físico. Debemos recordar que ello tiene un gran valor, tanto para controlar el grado de exigencia de los ejercicios y establecer la recuperación, como para regular la intensidad con la que deseamos ejercitarnos. Se debe tomar, antes y después de un programa de entrenamiento.

Aprender a controlar nuestras pulsaciones. Los sitios donde se puede tomar el pulso son:

· En la sien (temporal).

- En el cuello (carotídeo).
- Parte interna del brazo (humeral).
- En la muñeca (radial).
- Parte interna del pliegue del codo (cubital)
- En la ingle (femoral)
- En el dorso del pie (pedio)
- En la tetilla izquierda (apical)

2.6.3.1 Recomendaciones para tomar el pulso: Palpe la arteria con sus dedos medio y anular, No palpe con su dedo pulgar, porque el pulso de este es más perceptible y confunde el suyo.

No ejerza presión excesiva, porque no se percibe adecuadamente.

Controle el pulso en un minuto en un reloj de segundero (o por ejemplo tome las pulsaciones en 15 seg. Y luego multiplique ese valor por dos y luego de vuelta por dos.

Recomendamos el pulso radial cuando se realizan ejercicios. Manera de tomarlo:

Palpe la arteria radial, que está localizada en la muñeca, inmediatamente arriba en la base del dedo pulgar y a continuación aplique el procedimiento antes explicado.

Recomiendo también en caso que le resulte dificultoso encontrar el pulso radial, utilizar el pulso apical (en el pecho):

Coloque su dedo medio y anular sobre la tetilla izquierda y presione ligeramente

- A continuación utilice el método de conteo explicado.

Es de suma importancia controlar con cuantas pulsaciones inicia la actividad y con cuantas termina repitiendo el procedimiento luego al minuto nuevamente, llevando debida nota de esos datos. Dado que a mediano y largo plazo nos van a indicar los progresos obtenidos

puesto que con un correcto, adecuado y periódico entrenamiento tendremos una recuperación en menor tiempo y por ende los beneficios fisiológicos correspondientes.

Por supuesto que la implementación de una práctica deportiva con lleva a un cambio en el estilo de vida, en lo que respecta a tener una alimentación mejor y más adecuada, abandonar los hábitos tales como el cigarrillo y el alcohol (u otras drogas), o por lo menos tratar de disminuir su consumo en forma paulatinamente.

Una vez que logramos alcanzar un ritmo de trote sostenido de 10 a 12 minutos semana tras semana trataremos de incrementarlo de manera de poder alcanzar en 2 meses un tiempo de carrera continua de 15 a 20 min. Y así sucesivamente hasta llegar a los 30 min.

2.6.4 Clases de entrenamiento

2.6.4.1 Entrenamiento físico - deportivo. Hace algunos años, la preparación física en los gimnastas, especialmente en la gimnasia femenina, no era tan importante; sin embargo, después de muchos estudios y experiencias de países potencias en el deporte, ahora es una parte muy importante.

La preparación física es la forma básica, gracias a la cual se desarrollan las capacidades físicas y funcionales de las gimnastas. La aplicación de la técnica de los ejercicios difíciles es imposible si no tenemos gimnastas físicamente bien desarrolladas y sanas. También la capacidad de trabajo de los sistemas funcionales cardial y pulmonar son muy importantes en las etapas de ejecución de gran cantidad de combinaciones en forma completa.

Para la formación de los hábitos de movimiento, los gimnastas necesitan desarrollar las diferentes posibilidades funcionales del organismo: aumentar la fuerza de los grupos musculares correspondientes, su elasticidad, desarrollar las propiedades de coordinación, aumentar la resistencia frente a los esfuerzos dinámicos o estáticos, incrementar la capacidad de trabajo del sistema cardo-vascular, del sistema de movimiento y de otros sistemas.

Sin el desarrollo físico suficiente es imposible dominar a perfección la técnica de los ejercicios en los aparatos.

Unos ejercicios requieren fuerza, otros elasticidad, otros agilidad, y otros las tres cualidades al mismo tiempo.

La preparación física se compone de dos partes: general y específica. La preparación física general sirve de base para la preparación especial, la cual, a su vez, permite solucionar debidamente las tareas de la preparación técnica. Las diferencia entre las dos están en los objetivos y en el carácter de los medios que se aplican para lograrla.

La preparación física general, tiene como meta el desarrollo general de las cualidades físicas y funcionales de las gimnastas. Sus medios están destinados a desarrollar la fuerza, la elasticidad, la resistencia, la rapidez y la agilidad, independientemente de la técnica de los ejercicios. Esta preparación es típica en las gimnastas principiantes cuya meta inicial es desarrollo general, sin embargo todas las gimnastas deben de trabajarla.

La preparación física especial tiene como objetivo, a través de ejercicios y métodos adecuados, el preparar cualidades y condiciones para aplicar la técnica de los ejercicios gimnásticos. Estos ejercicios deben ser análogos a los elementos gimnásticos en cuanto a la estructura de los movimientos y en cuanto a la técnica de su ejecución. La

preparación física especial es un proceso permanente. Así como el aprendizaje de los nuevos ejercicios en el trabajo diario, este tipo de preparación se utiliza para el desarrollo de las cualidades en forma combinada, fuerza resistida y fuerza- velocidad.

La gimnasia se puede clasificar como un deporte de potencia o explosión y de velocidad, en donde se requiere principalmente fuerza y rapidez. La fibra rápida desempeña un papel importante para el aumento de fuerza; estos músculos desarrollan fuerza 10 veces mayor que los de contracción lenta, por lo que son apropiados para deportes de fuerza y explosión como lo es la gimnasia artística. En este deporte se requiere máximos esfuerzos durante 10 segundos o menos, y en cuanto a resistencia, el gimnasta debe resistir máximo 1 min. Y 30 seg. De ejercicio continuo (aproximadamente la duración de las rutinas en los aparatos).

2.6.4.2 Entrenamiento técnico - táctico. En la ejecución de cada ejercicio existe una tarea motriz y la forma correspondiente de su realización. En la práctica, una misma tarea motriz se puede resolver de diferentes maneras; la manera por la cual el ejercicio se ejecuta en forma más efectiva representa la técnica de este ejercicio. La técnica se debe de basar en las leyes mecánicas y físicas.

En muchos deportes, las tareas técnicas están limitadas hacia el aprendizaje de una pequeña cantidad de ejercicios que alternativamente se repiten (atletismo y la natación). En la gimnasia artística es muy diferente, existe una gran variedad de ejercicios (400-500), los cuales tienen su propia característica y estructura técnica. Por otra parte, su ejecución se encuentra bajo las leyes físicas y mecánicas y en caso contrario su realización es imposible.

Es claro, la preparación técnica en la gimnasia artística es muy importante y debe ocupar la mayor parte del tiempo dedicado para la preparación de la gimnasta. Uno de los rasgos más importantes del proceso del entrenamiento de las gimnastas es el importante trabajo sistemático orientado hacia el perfeccionamiento de la preparación técnica. Cada uno de las tareas de la preparación técnica está relacionada con la formación de los hábitos concretos de movimientos, con el aprendizaje de las acciones concretas de movimiento.

La táctica la utiliza generalmente el entrenador, pero es importante que el atleta esté preparado tácticamente. La táctica depende de la categoría de las gimnastas y del reglamento de las competencias en las que se participa. Las penalizaciones en las diversas categorías tienen su particularidad; por lo cual se debe conocer muy detalladamente el reglamento. La preparación táctica incluye aquellas formas del trabajo, gracias a las cuales la gimnasta demuestra sus rasgos positivos.

2.6.4.3 Entrenamiento psicológico. La preparación psicológica es un proceso pedagógico, cuya meta es preparar a la gimnasta en condiciones que le permitan demostrar su mejor actuación en el momento de la competencia. Esta preparación se realiza junto con la preparación física y técnica, desde el principio de la formación de la gimnasta.

La psicología deportiva, como área aplicada, trabaja de manera científica y concreta, adaptando y creando procesos de evaluación e intervención que le permitan al deportista desarrollar al máximo su potencial físico y psicológico.

El conocimiento especializado del comportamiento humano que la Psicología aporta, y la metodología específica de esta ciencia para evaluarlo, estudiarlo, comprenderlo y modificarlo, pueden ser de enorme utilidad en el ámbito del deporte de competición, como señalan, habitualmente, numerosos entrenadores y deportistas.

No en vano, el funcionamiento psicológico de los deportistas puede influir, positiva o negativamente, en su funcionamiento físico, técnico y táctico / estratégico y, por tanto, en su rendimiento deportivo. Así, la preparación psicológica debe integrarse en el conjunto de la preparación global de los deportistas, como un elemento más que tiene que interactuar, apropiadamente, con las parcelas física, técnica y táctico / estratégica.

Los entrenadores con gran experiencia siempre han expresado la gran dificultad que han tenido en su trabajo para formar una gimnasta que sea buena competidora; en esto, hay mucha razón, porque muchas gimnastas bien preparadas técnicamente fracasan en las competencias por falta de suficiente nivel psicológico.

La preparación psicológica está construida sobre el vencimiento de las dificultades en la práctica. Como las dificultades con las que se encuentran las gimnastas son permanentes, los problemas psicológicos deben resolverse a diario.

La Psicología del Entrenamiento Deportivo se centra en el entrenamiento deportivo; abarcando sus necesidades específicas, las múltiples posibilidades del conocimiento psicológico para optimizar el funcionamiento de los deportistas en este ámbito y los roles específicos del

entrenador y del psicólogo deportivo (y la interacción de ambos) en la aplicación de la Psicología en este contexto.

La preparación psicológica tiene dos formas:

- Preparación psicológica general
- Preparación psicológica especial

La preparación psicológica general trata los problemas psicológicos en el desarrollo deportivo. La práctica está construida sobre el vencimiento de dificultades con diferente carácter, como las objetivas y subjetivas.

Las condiciones con las cuales se encuentra la gimnasta en las competencias son totalmente distintas a las que tiene en sus entrenamientos diarios; por ese motivo la preparación psicológica especial tiene como meta preparar a la gimnasta de tal manera que pueda lograr una buena presentación en el período competitivo.

La preparación psicológica se desarrolla a través de las cualidades psicológicas, que son: voluntad, orientación, iniciativa y autocontrol, decisión y valor.

2.6.4.4 Entrenamiento teórico. La preparación teórica tiene como objetivo dar a conocer a los atletas los problemas que existen en los diferentes aspectos en la gimnasia, como la técnica, el reglamento, la medicina del deporte, las cargas de entrenamiento, etc. Esta preparación debe superar el nivel cultural de los atletas para que actúen en forma más activa y provechosamente en la práctica, así como en la competencia.

¿Para qué la actividad física?

Cuando realizamos ejercicio físico no sólo estamos actuando sobre nuestro cuerpo, sino que eso repercute, en el conjunto de nuestro ser, ya sea, a nivel químico, energético, emocional, intelectual, etc. Estos beneficios son actualmente reconocidos y avalados por las investigaciones realizadas por la medicina deportiva.

Que el ejercicio físico es, no ya importante, sino vital para nuestra supervivencia es evidente. Cuando una persona por algún motivo queda postrada en cama, cada vez va perdiendo más energías, entumeciéndose cada vez más, al igual que cuando pasamos mucho tiempo en la misma postura, sentados, de pie o tumbados. Incluso cuando dormimos, nuestro inconsciente nos hace cambiar de postura varias veces a lo largo de la noche. No olvidemos que estamos compuestos fundamentalmente por líquido. Al igual que si el agua de un río se para y se estanca acaba por pudrirse, los fluidos que nos componen también.

Además del ejercicio físico como tal, tenemos una gran variedad de terapias y actividades complementarias que podemos realizar sobre el cuerpo para beneficio de nuestro bienestar. La sauna, o una simple ducha nos depuran y relajan enormemente. Por otro lado, con ayuda de un profesional, disciplinas como la osteopatía, digitopuntura, reflexotereapia y todo tipo de masajes nos pueden ayudar en casos en los que nuestra salud esté desequilibrada, de una manera más saludable que ingiriendo fármacos o pasando por el quirófano, muchas veces innecesariamente.

Generalmente, durante la realización del ejercicio físico, el individuo o individuos practicantes del mismo sienten una purificación interior, lo utilizan también como descarga emocional. Se aprende a practicar deportes en equipo, compartiendo y disfrutando al aire libre.

Aunque algunas veces se sienta cansancio muscular o físico, al finalizar la realización de la actividad se siente bienestar general, alivio emocional y descargado de toda tensión o estrés.

¿A qué edad se debe comenzar la actividad física?

Desde que somos pequeños, empezamos a realizar actividades físicas. A medida que el cuerpo se va desarrollando, va incrementando la capacidad de realizar ciertas actividades. Prácticamente desde el niño más pequeño hasta el más adulto pueden realizar actividades físicas, tomando en cuenta que a medida que crecemos y nos desarrollamos nuestro organismo cambia y por ende nuestra capacidad también. Podemos para los niños relacionar la actividad física con el juego.

Los juegos infantiles de educación física, en su diferente intensidad y características especiales, constituyen eslabones que conducen al muchacho, en el camino de su formación general, hacia la práctica de los deportes (por eso se les llama "pre -deportivos"). Esta tarea ha de lograrse en progresión pura hasta el deporte. Han de conducir a la juventud por su camino, si se aplica con éxito, en condiciones de servir a la Sociedad.

Los juegos son uno de los medios empleados por la educación física que resulta imprescindible en edades hasta de catorce años y siempre buen complemento para las demás edades, incluso para los adultos, por colaborar, y hasta la edad de siete años casi suplir, a la obra de gimnasia educativa. Desenvuelven facultades y recrean el espíritu, al tiempo que proporcionan las ventajas del ejercicio físico sin el importante gasto de energías que la práctica de los deportes supone, y sin exigir tampoco la formación psicofísica obligada para aquellos.

El desarrollo motor son los cambios producidos con el tiempo en la conducta motora que reflejan la interacción del organismo humano con el medio. Éste forma parte del proceso total del desarrollo humano, que no ha acabado aún al llegar a la madurez. Y es que desde la infancia el niño va experimentando y descubriendo, progresivamente, habilidades sencillas e individuales. Con el paso de las diferentes etapas por la que atraviesa un niño, éste tiende a mecanizarlas, a combinarlas y a modificarlas hasta llegar a un punto en el que ya no deberíamos hablar de habilidades motrices básicas sino de unas habilidades deportivas.

La mayoría de las habilidades que se dan en el deporte, por no decir todas, tienen su origen y fundamento en las habilidades físicas básicas, como son: andar, correr, saltar, equilibrio, volteos, balanceos, lanzar, patear... Y por medio de los juegos es fácil asegurar la presencia en el niño de estas habilidades que ponen base a otros superiores.

2.6.5 Resistencia. Definición y tipos. Resistencia: es un componente básico para la práctica deportiva y se considera por regla general, el factor más importante en la preparación fisiológica e indispensable en cualquier deporte.

Cuando la resistencia falla como resultado de un esfuerzo muscular fuerte y sostenido, disminuye las otras cualidades que hacen posible los mejores rendimientos deportivos: fuerza, velocidad o tiempo de reacción coordinación, etc.

· Resistencia aeróbica: es la capacidad de sostener un esfuerzo cíclico, rítmico y relativamente fuerte más allá de seis minutos aproximadamente. Esta resistencia se la conoce vulgarmente con el nombre de resistencia cardiovascular, cardiorrespiratoria, orgánica o general.

· Resistencia anaeróbica: es la capacidad de sostener un esfuerzo muy fuerte durante el mayor tiempo posible en presencia de una deuda de oxígeno producida por el fuerte esfuerzo y que será pagada una vez que finalice o aminore suficientemente. Se la conoce también con el nombre de muscular, local o específica.

2.6.6. Flexibilidad. Definición, propósitos y tipos. Flexibilidad: es la capacidad del organismo para manifestar su movilidad articular y elasticidad muscular. La primera depende de elementos articulares, entendiéndose por tales; los cartílagos articulares, las cápsulas, ligamentos, meniscos y el líquido sinovial. La segunda es una propiedad del tejido por la cual los músculos pueden contraerse y alongarse recuperando luego su longitud normal.

Se divide en dos:

Ejercicios de movilidad articular.

Ejercicios de elongación muscular.

2.6.6.1 Ejercicio de movilidad articular: Consiste en la realización de varias repeticiones (insistencias) de cada uno de los movimientos articulares, procurando alcanzar la máxima amplitud en cada una de las repeticiones. Esto, se puede realizar en pareja o individual.

Recomendaciones:

Se deben realizar los ejercicios de movilidad articular antes de las actividades de tipo aeróbico o anaeróbico.

· Los 14 ejercicios se deben realizar con calma, contando con cada una de las repeticiones hechas.

· **2.6.6.2 Ejercicios de elongación muscular:** Consiste en la realización de diferentes movimientos articulares, alcanzando la máxima amplitud en cada uno de ellos. Generalmente se realiza una sola repetición muy lentamente, manteniéndose por algunos segundos la posición de máxima amplitud. A esto, se le llama también, estiramiento muscular, pues se estiran algunos músculos que intervienen en los movimientos articulares realizados. Este estiramiento provoca cierta cantidad de dolor en el o los músculos que intervienen. Pueden ser realizados en forma individual o en pareja.

Recomendaciones:

Se deben realizar antes de cualquier ejercicio o actividad, aeróbica o anaeróbica.

Se deben realizar lentamente cada ejercicio hasta al máximo y sientas dolor, entonces, se cuenta del 1 al 30 y cuando se finalice se pasa al otro ejercicio.

Se debe respirar lenta y profundamente.

No se deben realizar repeticiones, sólo una vez cada ejercicio.

2.6.7 Capacidad aeróbica, propósitos y efectos. Se caracterizan por:

Carrera a ritmo variado.

Trote continuo y uniforme.

Carreras a intervalos de 400 metros.

Carrera a ritmo variado: esto quiere decir, trotar durante un tiempo, luego caminar, luego volver a trotar, caminar y así sucesivamente hasta completar el tiempo determinado.

Trote continuo y uniforme: se trata de trotar sin detenerse y manteniendo la misma velocidad durante un tiempo que irá aumentando progresivamente: se empieza con 10 minutos y el trote final deberá ser de 12 minutos.

Para evitar la fatiga debes mantener tu frecuencia cardíaca al 70% del máximo (es decir entre 150 a 170 pulsaciones por minuto aproximadamente), para ello debes detenerse cada 3 minutos y tomarse el pulso. Si se está por encima de 170 p.p.m, debes disminuir un poco la velocidad, si se está por debajo de 150 p.p.m se debe aumentar.

Carreras a intervalo: estas, consisten en realizar alguna actividad física previa (ejercicios de flexibilidad), de manera que el pulso (frecuencia cardiaca) alcance un valor aproximado 120 p.p.m, luego debes correr una distancia de 400mts a media velocidad y al finalizar se toma el pulso inmediatamente, el cual deberá estar entre 150 y 170 p.p.m. Luego se descansa entre 1 a 3 minutos, esperando que el pulso regrese nuevamente a 120 p.p.m; en ese momento, se debe realizar una nueva carrera de 400mts, descansar y así sucesivamente hasta completar el número de carreras previstas.

Al inicio del lapso se debe realizar 3 carreras de 400mts, las cuales se incrementarán progresivamente hasta llegar a 4 carreras de 400mts, pero para esto, se necesita un desplazamiento a media velocidad, pues de lo contrario se deberá trotar antes de finalizar debido a la fatiga que puede causar.

2.6.8. Potencia anaeróbica. Propósitos y efectos. Se dividen en:

Carreras de intervalos de 60mts.

Circuitos a tiempo fijo.

Circuito a repeticiones fijas.

Carreras de intervalos a 60 mts: consiste en realizar alguna actividad física previa (ejercicios de flexibilidad y carreras a ritmo variado), de manera que el pulso alcance un valor aproximado de 120 p.p.m, luego se procede a correr 60mts a MAXIMA VELOCIDAD y cuando se finalice se tomará inmediatamente el pulso, el cual deberá ser superior a 120 p.p.m. Se debe descansar entre 2 y 3 minutos y realizar una carrera de 60mts, descansar y así sucesivamente hasta completar el número de carreras previstas.

Circuito a tiempo fijo

Consisten 6 estaciones o ejercicios diferentes para brazos, piernas, abdomen y espalda, realizados en forma simultánea. Cada ejercicio se llama Estación. Se deben realizar la mayor cantidad de posibles repeticiones en 10 segundos de trabajo, luego cambiar a la próxima estación y descansar 10 segundos. Se pueden dar 1,2 y hasta 3 vueltas a un circuito, con un descanso de 1 a 2 minutos entre cada una.

Circuito de repeticiones fijas

Es igual al circuito de tiempo fijo, la única diferencia sería que al finalizar cada estación se descansa de 5 a 10 segundos. Se debe realizar una tabla con cada uno de los ejercicios realizados a lo largo de las semanas de entrenamiento.

2.6.9. Valencias físicas. Velocidad. La velocidad es la posibilidad de perfeccionamiento, es la mayor capacidad de desplazamiento que se tiene en una unidad de tiempo.

Tipos de velocidad:

- De arranque.
- De traslación.
- De detención.

La velocidad se modifica de acuerdo al grado de fatiga, varia cuando se trata de las posibilidades que puede tomar él estímulo.

Velocidad de reacción simple: es la respuesta a un estímulo preestablecido.

Velocidad de reacción compleja: es la respuesta instantánea a algo inesperado, no previsto.

Entrenamiento de la velocidad:

El método de entrenamiento por repeticiones es la vía de mejoramiento de la velocidad, por medio de ejercitaciones generales y específicas.

Los trabajos deben adaptarse a la edad:

Niños: mediante juegos recibirán estímulos para mejorar el movimiento de carrera y desplazamiento.

Pubertad: incremento de la fuerza y velocidad rápida a través de manchas y juegos con o sin elementos.

2.6.10. Fuerza muscular.

¿Cómo mejorar la fuerza muscular?

La fuerza muscular es necesaria para realizar actividades de la vida diaria con las menores molestias y riesgo de lesiones. La edad, sobre todo a partir de la 2ª mitad de nuestra vida, y la falta de ejercicio físico también actúan de forma conjunta para reducir la fuerza y masa muscular. Incluso aquellos individuos más fuertes, de forma lenta e imperceptible pueden llegar a encontrarse demasiado débiles para realizar las tareas más rutinarias en las últimas décadas de su vida. El esfuerzo por desarrollar y mantener la fuerza muscular en el presente, se verá recompensado al asegurar la posibilidad de vivir de forma independiente y normal en el futuro. El entrenamiento de la fuerza aumenta además:

La densidad mineral ósea, la masa magra, la fuerza de los tejidos conectivos.

Aunque el aumento en la capacidad aeróbica ya lleva consigo un cierto incremento en la fuerza, este es pequeño, sobre todo en la parte superior del cuerpo. Por ello es necesario realizar actividades que desarrollen esta capacidad de forma específica al menos 3 veces por semana. Por lo general, para aumentar la masa muscular es preciso realizar actividades contra resistencia o levantar pesos. Para trabajar los principales grupos musculares (piernas, brazos, abdomen, parte superior del cuerpo) es conveniente elegir ejercicios diferentes.

¿Cómo trabajar y desarrollar la fuerza muscular?

2.6.11 Resistencia. Los músculos deben trabajar contra una resistencia superior a la que se enfrentan en sus actividades diarias. Pueden ser pesos libres más o menos pesados, máquinas u otros aparatos para trabajar grupos musculares específicos. También se puede mejorar la fuerza mediante ejercicios que utilicen el propio peso corporal y la acción de la gravedad: abdominales, fondos, dominadas, elevaciones de piernas.

Repeticiones La acción debe repetirse el número suficiente de veces para producir fatiga muscular.

Intensidad. Una intensidad próxima a la máxima es la que desarrolla la fuerza con mayor rapidez. Se puede modificar la intensidad variando el peso, el número de repeticiones, y/o el tiempo de descanso entre las series. La fuerza se desarrolla aumentando el peso, y la resistencia con el número de repeticiones. Se debe procurar evitar realizar un exceso de trabajo para prevenir el dolor muscular o la lesión.

En su último posicionamiento sobre la cantidad y calidad de ejercicio recomendada para adultos sanos, el American College of Sports Medicine recomienda:

1. Un circuito que incluya 8-10 ejercicios de los principales grupos musculares
2. Aunque una serie de cada ejercicio puede ser suficiente, llegar hasta 2 ó 3 de forma progresiva, si el tiempo lo permite proporcionará mayores beneficios.
3. Realice de 8 a 12 repeticiones (10-15 en mayores de 50-60 años) de cada uno de estos ejercicios hasta el punto de fatiga.
4. Realice los ejercicios de fuerza de 2 a 3 días por semana.
5. Utilice la técnica adecuada para cada uno de ellos.
6. Realice los ejercicios utilizando el arco articular completo para cada grupo muscular.

7. Los movimientos deben ser suaves, a velocidad de moderada a lenta, y manteniendo el control tanto al levantar como al bajar el peso.

8. Mantenga una respiración normal durante cada repetición.

9. Procure coincidir con un compañero en las sesiones de trabajo para animarse y ayudarse.

La educación y La actividad física, debe ser tomada como una práctica fundamental en el cual debe regular y sistematizar en la vida de todas las personas, cabe resaltar que no importa la edad, sexo, el ámbito social u ocupación. Con el fin de buscar un beneficio para la salud orgánica, emocional y psíquica de las personas, ya que ofrece implementos de gran importancia que le permiten al individuo afrontar la vida con una aptitud diferente, con mejor salud, fortaleciendo las habilidades motrices.

la responsabilidad y el desempeño de las normas; esto conlleva a permitir que las personas como entes individuales tengan la fuerza y energía fundamentales para cumplir con su deber en el grupo general al que pertenecen para llevar a cabo un impacto positivo para el mejoramiento de las habilidades motrices de las personas.

2.6.12 Evolución de la educación física. La educación física a través de las diferentes épocas de la historia, ha tenido una función e importante para la vida de las personas. Esto llevo a cabo una evolución de una tarea docente más que debe entenderse como un proceso previsto. Cabe resaltar que hay que poner en práctica unos criterios establecidos para lograr un proceso como metas, principios y objetivos de la educación física. Según (quintero, 2012) Habla sobre las evoluciones que ha tenido la educación física.

2.6.12.1 Actividades físicas en los pueblos *primitivos* .Los estudios antropológicos y arqueológicos nos muestran que la “actividad física” ha formado y forma parte de la vida de todos los pueblos y culturas. La civilización humana tiene sus orígenes inmediatos en la aparición del homo sapiens y tuvo en el homo movens y el homo hábilis sus más inmediatos predecesores.

Todos los más prestigiosos científicos y estudiosos de los albores de la humanidad coinciden en que la supervivencia biológica de la especie humana no sólo fue consecuencia de una buena condición física, fuerza, velocidad, resistencia... sino también del dominio y perfección de sus capacidades locomotoras y manipuladoras, habilidades y destrezas, que le permitieron adaptarse y comenzar a dominar un entorno que presentábase bastante hostil.

Con la aparición sobre la faz de la tierra del homo sapiens-sapiens con características claramente diferenciadas, con relación a sus antecesores filogenéticos, sobre todo respecto a la capacidad de crear valores y normas, de concebir técnicas, de fabricar instrumentos, de organizar la vida social, de dominar la agricultura y el pastoreo, de inventar un lenguaje, etc., es decir, de generar “cultura”, aparece también la necesidad de hacerla extensible a los miembros de la sociedad y de transmitir todos aquellos logros considerados más significativos a las futuras generaciones: “socialización”.

Es en este concepto enculturizante donde aparecen los primeros indicios de una primitiva “cultura corporal y de las actividades físicas” manifestada principalmente, en forma de

“habilidades y destrezas técnicas”, “danzas” y “juegos” y también la necesidad de transmitirlos y perpetuarlos: “educación”.

2.6.12.2 Actividades físicas en Grecia y Roma.

Los griegos alcanzaron el cenit de la civilización en aspectos tales como la política, el arte, la arquitectura, la literatura, la filosofía y también en la gimnástica.

Según Barrow & Brown, cualquier referencia a la civilización griega debe de tener en cuenta dos hechos. Primero que los pueblos griegos no constituían una nación única e independiente con un fuerte sentido nacionalista sino que estaba constituida por un grupo de “polis” o ciudades estado, entre las que destacaban por encima del resto las de Atenas y Esparta, con pautas y maneras de vivir bastante diferentes. Segundo que la sociedad griega era una población estratificada en la que sólo una minoría poseía el rango de ciudadano, el resto eran campesinos, extranjeros y esclavos.

En Esparta los ciudadanos eran educados para la defensa del estado lo que exigía una exaltación de la fuerza y de la robustez física para poder asegurar y garantizar de esta manera sus objetivos. Como consecuencia de ello la educación espartana sobrevaloró la importancia de la gimnástica, aunque fuera con fines manifiestamente militares.

En Atenas, el hombre no era entendido únicamente como simple defensor de posibles agresiones de pueblos enemigos sino que, en sus ideales, se contemplaban y valoraban dimensiones personales de índole espiritual, filosófica, musical y artística que configuraban como nos dice Floc’hmoan los ejes formativos del ciudadano ateniense. La gimnástica, al

margen de connotaciones de tipo militar, contemplaba también propósitos y finalidades de tipo médico e higiénico.

Cabe destacar que es en la cultura griega donde aparecieron los “juegos atléticos”, grandes manifestaciones gimnásticas periódicas en honor a los dioses y que se realizaban en épocas de paz o de tregua a lo largo y ancho de la geografía helénica: Olimpo, Delfos, Corinto, Nemea, Rhodas, Atenas.

Dichos juegos incluían un variado programa de ejercicios físicos como el pentatlón, competición de cinco pruebas diferentes, la carrera, el salto con mancuernas, los lanzamientos de disco y jabalina y la lucha. También se realizaban otros tipos de actividades físicas y corporales, consideradas de rango inferior por ser propios de metecos y campesinos como la danza, los bailes y juegos con esferas “esferística”, entre otros.

La herencia cultural que Roma recibe directamente de la Grecia conquistada, sobre todo a partir del siglo II a. de J.C., se manifiesta también en el ámbito de la gimnástica y de los juegos atléticos. Aunque a tenor de lo que recogen una gran mayoría de historiadores, entre los que destaca en este aspecto la obra del historiador alemán L. Friedlander, los romanos introducen ciertas características y matices diferenciales secularizando los juegos y dotando a los ejercicios físicos de un sentido mucho más lúdico. El componente médico e higiénico da paso a la diversión, el pasatiempo y el espectáculo.

El estadio es substituido por el anfiteatro, el circo y el hipódromo. Se consolidan actividades a gusto de los romanos como son la carrera de cuadrigas, los juegos de pelota, “pila”,

y en especial las luchas de gladiadores que bajo la preparación del “lanista” toman personificaciones de lo más extravagante como el “hoplomachus”, el “bestiarius”, el “secutor” y el “retiarius”. La famosa expresión latina, “pan y circo”, define toda una filosofía que no enaltece, precisamente, ninguno de los valores atribuibles a la educación.

2.6.12.3 La Edad Media y el Renacimiento Paralelamente a la expansión del Imperio Romano aparece el cristianismo, doctrina de base teocéntrica y en donde la austeridad, el sacrificio, la caridad, la entrega a los demás y la fe eran sus más sólidos pilares para lograr la salvación del alma y la vida eterna.

Esta nueva doctrina extendida inicialmente por el propio Jesús y sus discípulos tuvo su continuidad inmediata en los primeros padres de la Iglesia y, más adelante, en las diferentes órdenes religiosas y mendicantes como los benedictinos, los jesuitas, los escolapios, los lasalianos, etc., que a lo largo de la historia han ido surgiendo.

El cristianismo, por propia definición, vive de espaldas al cuerpo y a cualquier manifestación de éste, incluyendo la educación corporal y física. Esta doctrina se interesa, casi exclusivamente, por aquellos aspectos más intrínsecamente espirituales que residen en la humanidad y en el hombre.

El largo período que comprende la Edad Media se caracteriza, al menos en sus inicios, por una fuerte reclusión interior y un gran ascetismo y recogimiento cultural ante los pueblos extranjeros y bárbaros procedentes de más allá de los “límites” del Imperio Romano de Occidente.

Durante esta época la formación corporal y física queda reducida, casi exclusivamente, a la formación del caballero, a determinados torneos y justas y a una cierta formación militar en el

arte de la guerra y el combate que, junto a los amurallamientos de los burgos y ciudades, eran garantía de defensa para los poderosos de la época: papas, clérigos, reyes, condes, señores feudales y de sus siervos y villanos.

Es interesante resaltar la importancia que tenía la posesión de una excelente condición física para los miembros activos de las órdenes militares que contribuían, además del mantenimiento del estatus del poder espiritual de la Iglesia y el papado, a la protección de los cristianos de oriente y a la idea de recuperar para la cristiandad los Santos Lugares conquistados por turcos y musulmanes.

En la actualidad debe destacarse que los nuevos avances científicos y técnicos, sobre todo en el campo de la biología y fisiología humana, junto a las ya mencionadas aportaciones del filantropismo, el naturalismo y la psicología evolutiva, han contribuido a un importante cambio de rumbo con relación a esta actitud de olvido de la Educación Física por parte de la Iglesia. @

Hoy en día el cristianismo es bastante más permeable a los cambios socioculturales y científicos que otras religiones. En zonas de implantación de la religión musulmana impiden, caso de los más acérrimos fundamentalistas islámicos, abiertamente y a veces bajo amenazas, la Educación Física y la práctica deportiva a sus seguidores y en especial a niñas y mujeres.

2.6.12.4 Del renacimiento gimnástico a la aparición de la gimnasia educativa. El surgimiento de un movimiento nuevo, a caballo de los siglos XIV y XV, como consecuencia de unas nuevas condiciones de vida propiciadas por cierta estabilidad y seguridad en las ciudades, la mejora de las comunicaciones y el comercio, nuevos instrumentos como el astrolabio y el sextante que colaboraron en el desarrollo de la técnica naval, la invención de la imprenta que permitió la rápida difusión y popularización cultural.

El contacto con otras culturas y gentes, etc. facilitaron y propiciaron un despertar en todos los campos de la actividad humana.

Este nuevo conjunto de inquietudes permite reencontrar la antigüedad clásica y por tanto redescubrir la “Gimnástica”. Los humanistas, entre los que destaca J. Mercurial, emplearon desde el principio el término gimnástica en el mismo sentido utilizado por los griegos, el de arte de la gimnasia, entendido como el conjunto de ejercicios corporales que tenían como finalidad primera el mantener la salud y el preservar el estado físico.

En torno a los años 1750 y 1775, según nos relata el profesor Erwin Mehl, tuvieron lugar dos acontecimientos de vital importancia para el progreso y popularización de los ejercicios corporales. Se trata, en primer lugar, del renacimiento de la gimnástica en la ciudad, en el ámbito rural y en el aristocrático nunca llegaron a extinguirse, y después de la aparición de la concepción educativa de la gimnástica gracias a las nuevas ideas promulgadas por los “filantrópicos”.

Como se sabe los filantrópicos representaban un movimiento pedagógico que apareció durante el siglo XVIII que recogían las ideas de la ilustración y defendían el carácter universal de la naturaleza humana y, por tanto, el derecho de una educación para todos.

Esta idea de “igualdad” propició el hecho de que la educación y también la gimnástica dejaran de ser privilegio de determinadas clases sociales para tomar un talante popular, práctico y utilitario. El máximo representante de esta corriente es el pedagogo alemán J.B. Basedow (1723-1790) que creó en Desau un “taller de filantropía” y en donde el ejercicio corporal y la higiene tenían gran importancia en los procesos educativos.

Hay que recordar, cómo no, la gran influencia que en este período ejercieron pensadores como J. Locke, J. J. Rousseau (1712-1778)... pedagogos como J. A. Comenius, J. H. Pestalozzi, J. F. Herbart, .. que con sus ideas sobre el hombre y la naturaleza tuvieron una influencia capital en la renovación pedagógica y en la contemplación de la gimnástica como parte fundamental del niño.

2.6.12.5 El periodo de escuelas gimnásticas A partir del siglo XIX y junto a la ya anteriormente existente, concepción de la gimnástica médica e higiénica y a las recientes tendencias pedagógicas de la ilustración que nos conducen a la gimnástica educativa aparecen nuevas aportaciones. Los intentos de estructurar, sistematizar y dotar de método a la gimnástica configuran el período conocido como el de las escuelas gimnásticas que se desarrollaron principalmente, durante todo el siglo diecinueve.

Estas escuelas, al margen de identificarse con sus creadores, se ubican geográficamente en zonas muy concretas, sobresaliendo, en este sentido, la escuela alemana, la escuela sueca y la escuela francesa. Junto a ellas es imprescindible, si se quiere tener una visión de conjunto, contemplar además el modelo o movimiento deportivo inglés.

2.6.12.6 La escuela alemana. En Centroeuropa aparece la figura de Guts Muths (1759-1839), el patriarca de la gimnástica alemana, el cual concibe los ejercicios gimnásticos y las actividades físicas en un sentido muy amplio. Todos los ejercicios son intrínsecamente útiles y educativos.

La división que hace de su sistema contempla tres grupos de ejercicios:

- 1) ejercicios gimnásticos verdaderos.
- 2) trabajos manuales y
- 3) juegos colectivos para la juventud.

Los “verdaderos” ejercicios abarcan entre otros a los militares, la danza, el baño, la natación, responder ante los peligros, ejercicios de fonaciones y ejercicios sensoriales.

Partiendo del sentido originario de Guts Muths, el también alemán Friederich Ludwig Jahn (1778-1852) defiende un modelo diferente, concibiendo ejercicios mucho más arriesgados y mucho más complejos y difíciles e incluyendo aparatos, es el “turkunst”, que más tarde se transformaría en la gimnástica artística o deportiva actual.

2.6.12.7 La escuela sueca Nachtegal (1777-1847) lleva, en 1798, a Dinamarca la gimnástica de Guts Muths y es P.E. Ling (1776-1839) quien propone una línea distinta de las anteriores introduciéndola en Suecia, es la “gimnástica sueca”, cuyo objetivo gira en torno a la formación corporal y la postura, excluyendo casi totalmente los ejercicios de “performance”.

El método de P.E. Ling es, principalmente, analítico dentro de la totalidad, contempla ejercicios variados ejecutados desde posiciones diferentes: de pie, sentado, tendido prono, tendido supino... Utiliza cuerdas, barras de suspensiones, escaleras de balanceos... todo ello con el objetivo de hacer al joven más resistente a la fatiga y de modelar el cuerpo.

Se educa, también, la precisión por medio de saltos, volteretas y movimientos de agilidad y hay preocupación por la postura correcta y la corrección a través de los ejercicios.

Posteriormente su hijo, Halmar Ling (1820-1886), elabora lo que se puede llamar el primer esquema de una lección de gimnástica en forma de “tabla gimnástica”.

2.6.12.8 La escuela francesa Entre la escuela alemana y la escuela sueca cabe reseñar la gran importancia que tuvo dentro del ámbito de la gimnástica la escuela francesa cuyo pionero fue el coronel, de origen valenciano. F^{co} Amorós y Ondeano (Marqués de Sotelo) (1770-1848). Éste, a partir de las ideas de Guts Muths (1759-1839) y la adopción modificada de la gimnástica de aparatos de Jahn (1744-1811), crea y dirige en París el “gimnasio normal militar” (1818).

Su método dominará el panorama de la gimnástica militar francesa durante más de medio siglo.

La escuela francesa llega a su máxima expresión educativa a principios del siglo XX (1906) cuando el Teniente de Navío, Hébert (1875-1956) crea el "método natural", verdadero retorno a las actividades básicas del hombre primitivo involucrado profundamente en la naturaleza. Este carácter antropológico, por un lado, y de globalidad por otro, entroncó completamente con las nuevas corrientes psicopedagógicas de la escuela nueva.

El "Bureau International des Écoles Nouvelles" (B.I.E.N.), fundado en Ginebra por A. Ferrière, incluye el método natural en uno de los 30 puntos, que en 1921 se aprobaron en Calais, como proclamatorios de la Escuela Nueva. El otro punto que hace referencia a la actividad física, dentro del contexto de dicha escuela nueva, son las actividades en la naturaleza.

2.6.12.9 El modelo deportivo inglés. El modelo anglosajón promueve y propugna actividades físicas basadas en el juego, el atletismo y los deportes. Es un movimiento de línea distinta y que aparece en Inglaterra por medio del clérigo Thomas Arnold (1795-1842), el cual propone una serie de actividades que, teniendo como base los juegos populares y determinadas actividades atléticas, permitan a las asociaciones y clubes medirse y competir para imponer su supremacía.

Esto le lleva a elaborar y a establecer un conjunto de normas generales para aquellos juegos populares, caso del Rugby, y así poder jugar y determinar objetivamente un ganador en las contiendas. Esta reglamentación universal que permite la competición es la que mantiene a las diversas estructuras federativas tanto nacionales como internacionales y hace posible

competiciones de ámbito mundial, como los juegos olímpicos modernos o los campeonatos del mundo.

Esta filosofía posibilita, además, cierta comunión de gentes y equipos deportivos por encima de regímenes políticos, órbitas culturales, lenguas y religiones.

2.6.12.10 Naturaleza y significado actual Hoy en día, cuando los profesores y maestros hablan de “Educación Física” lo suelen hacer para referirse al proceso y resultado de una acción educativa formal y sistemática en donde la gimnástica deporte, el juego, la danza... son inicialmente medios y posibilidades que, culturalmente, se nos ofrece para conseguir los objetivos pedagógicos escogidos.

En etapas y ciclos educativos posteriores, y una vez conseguidas las finalidades básicas, esta concepción puede ampliarse en el sentido de que los elementos culturales utilizados como medios pueden convertirse, a su vez, en objetivos.

Pedagógicamente hablando, tan correcto y lícito sería utilizar un deporte para educar determinadas estructuras del movimiento humano como plantearse el que nuestros alumnos aprendan su técnica específica para poder practicarlo correctamente.

Podemos afirmar que, en la actualidad, la Educación Física, en cuanto a educación de proceso, entronca de pleno en las tendencias actuales de la nueva pedagogía que pretende formar alumnos que puedan adaptarse a un futuro excesivamente cambiante y hartamente incierto. El aprender a aprender o el aprender a ser priman por encima del aprender por aprender.

Los contenidos educativos de los que emanarán las actividades físicas y ejercicios espirituales a trabajar deben, forzosamente, inspirarse en una inevitable posición ecléctica estructurada sobre la base de:

A) La gimnástica, con todas sus connotaciones anteriormente expuestas: higiénica, corporal, orgánica, artística, natural, expresiva... A la que hay que añadir nuevas posibilidades como la rítmica de J. Dalcroze y la danza natural de I. Duncan así como todas las nuevas modas provenientes de otras órbitas como son las gimnásticas dulces, las gimnásticas orientales, el gimjazz, las gimnásticas alternativas, etc.

B) El juego como componente lúdico-popular y el deporte como componente agonístico-competitivo. Tanto el juego como el deporte tiene un alto componente motivacional por lo que es de fácil implantación por parte del maestro o profesor de Educación Física. El primero porque favorece la participación del alumno y el segundo porque facilita la performance y el rendimiento.

Todos ellos valores dominantes, por suerte o por desventura, en la sociedad actual.

C) Por último, es necesario destacar una tercera fuente hasta ahora no contemplada, nos referimos a todo un conjunto de nuevas actividades como el surf, el parapente, el mountainbike, etc. que, paulatinamente, van entrando en el ámbito de la Educación Física y que se van incorporando, eso sí, con cierta precaución y de forma moderada a la escuela.

Estos deportes, de origen “auténticamente americano”, incorporan el riesgo y la aventura como elemento esencial. Queremos diferenciar este tipo de actividades del originario modelo

deportivo de T. Arnold. Deportes como el baloncesto y el béisbol, aunque aparecen, se desarrollan y alcanzan su plenitud en Norteamérica, son productos que responden a la filosofía y concepción anglosajona al igual que lo son el balonmano o el fútbol o poner dos ejemplos que tienen un origen europeo.

De todas maneras, dentro de la enseñanza secundaria el profesor de Educación Física deberá realizar un esfuerzo para poder escoger y temporalizar las actividades de tal manera que, al margen de su implantación cultural, se adapten a las posibilidades motrices e intelectuales de los alumnos a la vez que respondan también, en la medida de lo posible, a sus necesidades e intereses personales.

2.6.13 Orientaciones de la educación física

La educación física como toda rama de la educación, tiene como estructuras la finalidad de orientar muchos enfoques en el cual se ha basado de tiempo atrás. Por ende razón entendemos los distintos áreas donde la educación física es de gran importancia; como lo afirma (RIBERA, 2003)

Si en un principio la Orientación se considera y consideraba como un elemento indispensable para los viajes o desplazamientos más o menos largos, posteriormente (hasta no hace muchos años) ya ha pasado a considerarse como elemento necesario para determinado tipo de actividades de ocio. Además de un sistema de entrenamiento de adaptación al medio llevado a cabo fundamentalmente por militares, se ha pasado a considerar como un deporte reglado y

reglamentado en el que ya existe una organización bastante profesionalizada (Federaciones, Agrupaciones de clubes, asociaciones, ..)

Es aquí donde tiene cabida la Orientación en las clases de Educación Física. De las tres vertientes anteriormente mencionadas (sistema tradicional de desplazamiento, entrenamientos militares, deporte reglado y reglamentado), además de la puramente dirigida al ocio (senderismo, excursionismo,...), los profesores deben saber extraer de cada una de ellas aquellos valores educativos que se puedan transmitir a los alumnos.

La Orientación en el área de la Educación Física debemos plantearla como una actividad que al finalizar permitirá a los alumnos desenvolverse con mayor autonomía en el medio natural; que la descubrirán como un método de desarrollo de la condición física mucho más entretenido y divertido que otros que ya conocían; que les servirá para ampliar sus conocimientos en determinados temas (mapas, geografía, brújulas,...):

Que les permitirá ampliar el abanico de actividades que tenían para ocupar su tiempo de ocio (mayores posibilidades en el senderismo, excursionismo, acampadas, excursiones en bicicleta,...) y, por último les permitirá conocer en mayor o menor profundidad un deporte que era desconocido para la mayoría y poder participar en sus competiciones. Además de todo esto, en el apartado de Justificación Teórica veremos cuál es el verdadero significado que hace de la Orientación una actividad verdaderamente interesante dentro del currículum de la Educación Física

Pero no hay que caer en el error de enfocar únicamente esta actividad como un deporte reglado y reglamentado, cuya única finalidad sea alcanzar un nivel que nos permita conocer todos los elementos técnicos y la simbología y nomenclatura utilizada en la competición para poder participar en las carreras y así conseguir más adeptos a este todavía novedoso deporte.

ASPECTO POSITIVO QUE PRESENTA LA ORIENTACIÓN

Es una actividad que permite un enfoque REAL y PRÁCTICO de las actividades en el medio natural.

A través de la Orientación ofrecemos a los alumnos una herramienta que les va a seguir siendo útil más allá de las sesiones de Educación Física. Supone una oferta REAL al tiempo de ocio. Permite practicarla siempre que se quiera: en la ciudad, en el campo, en las salidas habituales de ocio :cuando se va de excursión, cuando se hace senderismo, cuando se va de acampada, cuando se va en bicicleta, cuando se hace turismo, ... apetece encontrar otros itinerarios más bonitos, más emocionantes, ... o simplemente diferentes a los habituales. Es, además, una actividad FÁCIL de realizar y económicamente ASEQUIBLE.

Es una actividad desconocida para la mayoría de nuestros alumnos y muy motivante.

La Orientación supone una práctica DESCONOCIDA para la gran mayoría de los alumnos. Pero además, es una actividad que se presta a un enfoque lúdico en la línea de aprender jugando y probando, provocando mayor grado de DIVERSIÓN y, por lo tanto, mayor MOTIVACIÓN.

Los valores educativos que la Orientación desarrolla.

Cuando nos encontramos ante la disyuntiva de escoger determinado tipo de tareas para nuestras programaciones, no vale solamente que éstas sean atractivas, motivantes, divertidas, ... para los alumnos; además, o aparte, de estas características, deben cumplir con otro requisito que va por delante del anterior: ¿qué valores educativos proporcionamos o pretendemos que adquieran nuestros alumnos con estas o aquellas tareas?.

Como carácter general conseguimos, igual que con otras actividades, la aproximación de los alumnos al medio natural, que lo conozcan, que aprendan a desenvolverse en el, que lo respeten, ... pero podemos añadir más:

Es una actividad facilitadora de la integración (grupos heterogéneos y mixtos)

Facilita y exige en un primer momento el trabajo en grupo. Requiere la participación de todo el grupo. Si trabajamos en grupo (tríos, parejas,...) se hace necesaria la colaboración, el intercambio de opiniones, la confrontación de las mismas,... No tiene por qué haber diferencias entre sexos ni tampoco en cuanto al nivel de Condición Física. Todos pueden tener éxito.

Es una actividad en la que adquiere vital importancia la capacidad de toma de decisiones. Además de comprobar casi al instante si estas decisiones han sido o no acertadas.

Continuamente se sitúa a los alumnos ante tareas en las que deben tomar decisiones. Si las tareas se realizan en el patio, la trascendencia de las mismas será menor, pero a medida que el espacio donde se desarrolle la tarea aumente tanto en tamaño como en dificultad o conocimiento por parte de los alumnos, estas decisiones adquieren una dimensión más importante. Aquí aparece claramente la cooperación con los miembros del grupo de trabajo, las discusiones ante decisiones opuestas,

Es una actividad que incide de forma muy directa en el desarrollo de las aptitudes cognitivas, sociales y afectivas además de las motrices y psicomotrices.

Es una actividad en la que el trabajo interdisciplinar es abundante e interesante, al tiempo que es fácil de llevarlo a cabo.

La Orientación es uno de los contenidos del área de Educación Física en los que mejor se puede llevar a cabo un trabajo interdisciplinar. La Orientación tiene una relación más o menos directa con las Matemáticas (ángulos, grados, escalas, pendientes,...), con el Dibujo (representación gráfica, diseño de materiales, interpretación de dibujos -mapas-,...), con las Ciencias Naturales (curvas de nivel, relieves, vegetación, orografía,...), con la Historia (sistemas de navegación, cartografía, ...), con la Geografía (Norte magnético, norte geográfico, meridianos, paralelos, cartografía, ...). ... En definitiva, esta interdisciplinariedad puede ser tan amplia como la imaginación y el interés de los profesores implicados lo deseen.

OTROS ASPECTOS POSITIVOS

Es una actividad en la que no tiene por qué haber un objetivo claramente competitivo.

No tienen porqué existir determinantes volitivos (valor, coraje,...)

No es necesario ningún aprendizaje o condicionante físico previo que facilite más la comprensión o la ejecución (no hay transferencia de otras actividades).

Es una actividad que se presta a un enfoque lúdico en la línea de aprender jugando y probando, provocando mayor grado de diversión y, por tanto mayor motivación.

Es una actividad que presenta una oferta real a los tiempos de ocio.

Es una actividad fácil de realizar y económicamente asequible (tanto a nivel personal como de Centro).

En definitiva, vemos también como el aspecto físico (condición física, sexo, ...) deja de ser determinante.

Cualquiera, sea cuales sean sus condiciones y características, puede tener éxito.

La orientación es muy importante porque por lo general: les encanta a los niños.

Es un contenido que eleva la percepción espacial, la toma de decisiones, el conocimiento de un lenguaje simbólico, la implicación cognitiva... a otro nivel, La orientación deportiva tiene múltiples beneficios a nivel educativo y por tanto digna de ser utilizada en las clases de educación física. Por ende razón es considerado a nivel físico porque ayuda es un medio ideal para desarrollar y trabajar la resistencia. La velocidad, con los continuos cambios de velocidad que se generan.

JUEGO

HISTORIA

El juego es una concentración el cual está presente en los todos los seres humanos, los etólogos lo reconocen como un comportamiento seguro ya que no hay humanidad donde no encontremos el juego. Antes de que los niños comiencen a andar tienden a buscar algo que les hace sentirse bien consigo mismos, El juego es muy importante para que los niño puedan desarrollar sus habilidades motrices básicas, por ende razón los niños a través del tiempo van adquiriendo conocimientos y un aprendizaje en el cual lo conllevan a una maduración. Según (HERNANDO, 2018)

Los hombres del paleolítico crean mediante el juego unas manifestaciones o expresiones a cerca de la cultura que cada vez van siendo más complejas como la moral, la enseñanza o el derecho, así consiguen convertir el juego en una característica importante no solo por el beneficio que aporta a los seres humanos, también por los cambios que va generando en la sociedad de manera inconsciente transformándose así en una vertiente muy importante porque ayuda en el desarrollo psíquico y físico. El juego está muy vinculado a lo mágico y divino, ya que las manifestaciones sobre el juego durante el paleolítico integraban algún ritual religioso. Los juegos simples y sin necesidad de un material para su desarrollo van dejando lugar a juegos de mayor complejidad y estructuración como pueden ser el juego con pelota, sin reglas aun fijadas. Aproximadamente 4.000 años a.C.

Surgen los primeros juegos que se llevan a cabo mediante la estrategia, es decir, con la inteligencia, las habilidades o la La Razón Histórica, la planificación que posee el jugador para intentar ganar, estos pueden ser los juegos de tablero o la jabalina que mezclaba entrenamiento, deporte y trabajo. Todo esto aparece aproximadamente 4.000 años a.C. Hacia el 3.000 a.C. en Egipto los niños tenían juguetes como pelotas de arcilla o papiro que estaban llenas de bolitas que las hacían sonar, animales pequeños hechos en arcilla o juguetes de madera.

Las niñas por otro lado cantaban canciones de corro o jugaban al tiovivo o la estrella, este consiste en que dos jóvenes se apoyan sobre los talones y giran alrededor de otras compañeras que las sujetan por las muñecas. En la India aproximadamente 2.000 años a.C. surgen nuevos

juegos de canicas que con el paso del tiempo complementarían otro tipo de juegos que han llegado hasta nuestros días.

Los mayas y aztecas 2000 años a.C jugaban a juegos de pelota incluyendo ya reglas y diferentes terrenos según el juego que se llevara a cabo. Este juego fue una actividad sociocultural donde participaban niños, hombres y mujeres, pues para ellos este era parte del desarrollo de la fuerza física. El campo más antiguo del Juego de Pelota Maya, que se ha descubierto, fue construido en el año 1400 a.C. Con estos antecedentes tenemos que destacar el juego en las grandes culturas como los son Grecia y Roma. En Grecia el juego ayudaba en el desarrollo físico, pues para los griegos era de vital importancia para lograr una educación completa.

Como el juego sigue unas normas que han de seguirse para llevar a cabo este también contribuía a la educación moral del ciudadano, a desarrollar su espíritu creador y fomentar el cooperativo. Para los griegos el juego estaba ligado al culto de los Dioses,

Los cuales inspiraban las competiciones un ejemplo son los Juegos Olímpicos que se celebraban cada cuatro años y era la celebración religiosa más importante. En Roma el juego tenía el papel de liberar las mentes, se convertía en una recompensa obtenida tras el cansancio que se podía generar durante el trabajo. Para los romanos los juegos estaban presentes en su vida cotidiana, el ámbito religioso y político también envolvía la vida lúdica.

La actividad política se lleva al circo, teatro, anfiteatro etc. Platón y Aristóteles incitaban a los padres para que aportaran a sus hijos juguetes que les ayudaran en su desarrollo y en la

formación de sus mentes para el futuro. Aristóteles se ocupó de los problemas educativos y menciona en su obra ideas que remiten a la conducta de juego en los niños, por ejemplo “

Hasta la edad de cinco años, tiempo en que todavía no es bueno orientarlos al estudio, ni a trabajos coactivos, a fin de que estos no impidan el crecimiento, se les debe, no obstante permitir movimientos para evitar la inactividad corporal; y este ejercicio puede obtenerse por varios sistemas, especialmente por el juego”. Luis Vives (siglo XVI) “Todo cuanto hemos entendido, reflexionado y comparado está dispuesto para servir a la razón” habla de la importancia que tiene el juego dentro de la educación y propuso sustitos al juego para cuando un niño no tenga ganas de jugar.

Algunos de estos eran chistes, acertijos, historias o fábulas. En el siglo XVII surge el pensamiento pedagógico moderno donde el juego es el elemento educativo que facilita el aprendizaje ya que es un instrumento pedagógico impuesto con fuerza entre los pensadores de esa época, buscan un sistema educativo útil y agradable La visión del juego durante el siglo XVIII es la de instrumento pedagógico para los pensadores de la época,

Rousseau desde su obra El Emilio fue un gran ejemplo, desde ahí plantea como debe ser la educación, de manera que obtenga lo bueno de la sociedad sin que esta la corrompa.

(Rousseau, 2000:10) entiende la educación como un efecto de la relación que se conforma entre el niño y su naturaleza, el niño y los hombres, el niño y las cosas.

Ya en el siglo XIX aparecen las primeras teorías sobre el juego, surgen las principales escuelas pedagógicas y gran variedad de juguetes. Es un intento de renovación educativa más

especialmente desde el ámbito privado, se puede hablar de tres corrientes: • Corriente de carácter laico-burgués, • Corriente de carácter confesional, • Corriente de carácter obrero,

Durante muchos siglos hemos vivido con el modelo de escuela tradicional en la que el juego no tenía relevancia en las aulas y donde los profesores tenían el papel de transmitir de una manera activa la información y el niño meramente era un receptor pasivo que debía guardar silencio. Frente a este modelo tradicional nació la Escuela Nueva cuyos ideólogos fueron Rousseau, Pestalozzi, y Fröebel entre otros. La escuela nueva es un movimiento educativo surgido a finales del siglo XIX que centra el interés en el niño y en el desarrollo de sus capacidades, la educación debía ser un proceso activo que le permitiera al niño explorar y experimentar hasta lograr los objetivos marcados.

En la escuela se prepara al niño para su vida en la sociedad, y el niño como sujeto activo de la enseñanza aprende haciendo a través de nuevas técnicas como el juego. 3. Escuela nueva y juego. .

El término de escuela nueva se refiere a un conjunto de principios que están basados en las necesidades de la infancia. Surge a finales del siglo XIX y se consolida en el siglo XX como alternativa a la enseñanza tradicional. La escuela prepara al niño para que viva en sociedad y un lugar donde se “Aprende haciendo, construyendo y reflexionando” buscando una escuela situada en la vida, es decir, que se fije en los intereses que tienen los alumnos, que sean activos y revalorizándose el papel de los maestros.

La propuesta metodológica llevada a cabo por Dewey consta de cinco fases: 1. Considerar alguna experiencia que sea real en el niño. 2. Identificar algún problema dentro de esa experiencia. 3. Buscar datos y soluciones viables. 4. Formular hipótesis de solución. 5. Comprobar la hipótesis por medio de la acción.

Según los principios Manjonianos el juego es una de las necesidades principales del niño que pertenece a su naturaleza activa, por lo tanto se debe enseñar jugando ya que así el niño tendrá una mejor comprensión y retendrá mejor la materia.

El entorno de la escuela tiene que ser amplio, alegre y sano, con un campo para juegos y labores donde el niño pueda jugar tranquilamente sin que nadie le moleste. Los principios fundamentales de esta escuela son: • Respeto a la naturalidad, la movilidad y el juego del niño • Respeto a la alegría, inocencia y risa.

• Respeto a la enseñanza en el campo y al aire libre • Valoración de los lugares que son alegres y soleados Andrés Manjón dio mucha importancia a los educadores que tenían que formar a los niños de sus escuelas del Ave María, ya que además de enseñar en educación religiosa cristiana tenían que enseñar a través de los juegos, dar una educación artística y musical y prestar atención a la educación sensorial. 4.

Pedagogos del juego. Rousseau fue el precursor de este nuevo modelo de escuela que partía del respeto. Consideraba que era necesario desde los primeros años de vida dar importancia a la educación. En su obra “Emilio” explica que la libertad es el primero de los derechos

naturales del hombre y no está a favor de la enseñanza tradicional por su severidad, y el uso del castigo porque anula la personalidad del niño.

Pestalozzi se basa en los principios de Rousseau llevándolos a la práctica, en su obra Leonardo y Gertrudis, un libro para el pueblo (1781) se deja ver como dentro de una sociedad influyen en la educación agentes como la familia, la religión, la ley, la escuela. Resalta el papel que tienen las familias dentro de la educación y destacó la importancia de la educación en el desarrollo del niño, de la misma forma hablo de lo importante que es qué familia y escuela se coordinen.

Su modelo se basa en asimilar conceptos de manera progresiva, de lo simple a lo complejo. Fröebel es considerado como precursor de la educación preescolar y comprende el uso del juego para desarrollar una educación integral, los juegos espontáneos favorecen la personalidad del niño, es un instrumento básico en la educación y recomienda jugar de dos a tres horas diarias.

Pone en práctica modelos pedagógicos que recogen la idea de Rousseau de que el niño es bueno por naturaleza y la fundamentación práctica de Pestalozzi. Formulo nuevos métodos y materiales, creo el Kindergarten (jardín de infancia) y los bloques de construcción. Los dones de Fröebel son una secuencia que va progresivamente de la idea concreta de formas sólidas a la idea abstracta de patrones espaciales, este autor divide el juego de los Dones o regalos en tres categorías:

- a) Formas de vida (relacionados con otros objetos del entorno de los niños)
- b) Formas de conocimiento (ciencia y matemáticas)

c) Formas de belleza (patrones abstractos y diseños) Así desarrolló los seis primeros dones donde se presentan objetos solidos con diferentes formas geométricas y mayor complejidad a medida que se va avanzando, los dones son los siguientes:

- Una pelota de tela con seis pelotas pequeñas, con los dolores del arco iris, y un soporte para hacerlas oscilar.

- Una esfera, un cubo y un cilindro de madera, con igual superficie en la base. Su finalidad es que como todas las figuras tienen la misma forma, textura y peso, el niño empezará a diferenciarlas por la única cualidad que las distingue: el color. Se puede enseñar todos los movimientos que tiene una bola como reposo, botar, rodar etc.
- Un cubo desarmable en ocho cubos más pequeños.

Su finalidad es diferenciar formas geométricas y ordenarlas, ayudan a introducir conceptos de posición (encima, debajo, delante etc.)

- Un cubo desarmable en ocho paralelepípedos. Su finalidad se razona conceptos como orden, diferencias, sumas, restas, fracciones o incluso vocabulario.

- Un cubo desarmable en veintisiete cubitos. La finalidad es seguir con el concepto de fracciones, escala y la proporcionalidad, además de nuevos conceptos como el área o el volumen.

- Un cubo desarmable en veintisiete paralelepípedos pequeños. Su finalidad es adquirir conceptos como triángulo, primas triangular, ángulo etc, se pueden además ver potencias o el teorema de Pitágoras.

Critica los sistemas escolares que separan los conocimientos por temas o materias porque no deja que el niño vea que todo está relacionado, el niño dispone de la capacidad de aprender y la pedagogía debe despertar su interés, respetando a su vez los tiempos del niño 5.

Teorías sobre el juego y el aprendizaje infantil. Diferentes autores han trabajado sobre el tema. Parta Dewey, con la premisa de aprender a través de la experiencia, este autor sustituyo por la observación la evaluación sobre el aprendizaje y elimino los exámenes.

Su concepción teórica se fundamenta en que el niño, con la característica de permeabilidad aprenda a través de las experiencias, por esta razón los profesores tienen que fomentar el hacer preguntas y la exploración. Según Dewey, el juego es una actividad inconsciente que ayuda a un individuo a desarrollarse tanto mental como socialmente. Debe ser independiente del trabajo ya que el juego ayuda al niño a crecer en un mundo de trabajo.

Este autor expone la idea de que el profesor es responsable de conectar la teoría con la práctica. Montessori, autor de “La casita di Bambini”, desarrolló una metodología que atiende a la organización del espacio, el ambiente y el material. Los profesores son los encargados de potenciar el conocimiento del niño basándose en la metodología, es decir, organizando el ambiente y las actividades, potenciando la autonomía intelectual, proporcionando material para el autoaprendizaje y autoevaluación del niño.

El juego Montessori es sensorial, utilizando un enfoque práctico para el uso de herramientas cotidianas como mesas de arena. El niño establece su propio ritmo, y el profesor colabora para ayudarlo a aprender el juego. Mientras, para Declory “jugar” es un centro de interés en sí mismo, impulsa la actividad, mantiene la atención, favorece la observación y desarrolla aptitudes como la iniciativa o la libertad entre otras.

Esto es algo atractivo para el niño porque parte de sus necesidades e inquietudes haciendo girar alrededor suyo todas las actividades. Freinet señala que la educación debe centrarse en una sus sesiones de clase parten de la búsqueda práctica de la educación popular, donde el trabajo constituye un motor para el desarrollo, este trabajo abarca gran variedad de técnicas como introducir una imprenta en la escuela que llevan a desarrollar diferentes juegos y trabajos a lo hora de aprender, por ejemplo “escribir una revista o periódico”, están jugando pero a su vez están trabajando otros aspectos como el lenguaje, la escritura, la cooperación etc.

Los profesores son los encargados de organizar el trabajo que se va a lleva a cabo en el aula, así los niños pueden trabajar a nivel individual y grupal respetando los ritmos de aprendizaje propios y dando importancia al aprendizaje significativo.

Jugar estaba asociado al entretenimiento y la diversión, desde la perspectiva educativa esto dio un giro con la llegada de la Escuela Nueva donde el juego tenía mucha importancia como método de enseñanza. Los educadores intuían que los juegos tenían un alto potencial educativo. Los valores de los que dispone el juego no solo están en su capacidad para motivar al alumno sino que a través de ellos se puede aprender, desarrollar habilidades y destrezas y por lo tanto ya no cabe discutir que se puede aprender jugando.

El juego ha sido de gran importancia a lo largo de la historia son numerosas las teorías y escuelas en donde el juego ha tenido un papel muy ideal en el aprendizaje. Desde la antigüedad hasta la actualidad el juego ha tenido un impacto positivo a los educandos en donde los ayuda a confortar, le gusta y le entretiene; características que lo hacen atractivo. Por ende razón los

educando produce una satisfacción en el cual les ayuda a comprender y adquirir conocimientos por medio de la práctica para sí poder desarrollar las habilidades motrices

TIPOS DE JUEGOS

JUEGOS TRADICIONALES

Los juegos tradicionales son aquellos juegos típicos de una región o país, en el cual se pueden practicar de tal manera que no haya ayuda o intervención de juguetes, por lo tanto solo es necesario el empleo de su propio cuerpo o de recursos que se pueden obtener fácilmente de la naturaleza como (piedras, ramas, tierra, flores, etc.), u objetos domésticos como botones, hilos, cuerdas, tablas, entre otras. Esto ayuda para que los niños puedan desarrollar las habilidades motrices básicas y por lo tanto lo conllevan a ser más ágiles, atentos y sobre todo ser creativos. Según (CROZZOLI, 2017)

Los juegos tradicionales y su impronta socio-cultural Para definir el juego tradicional recurrimos a Cervantes Trigueros (1998: 115), que propone: “Los juegos tradicionales dentro de una sociedad cumplen una función de enculturación, conservan y transmiten los valores profundos de la cultura popular, proporcionan una actividad motriz acorde con las características de sus practicantes, propician y facilitan las relaciones sociales entre los miembros de una misma generación y entre los de diferentes generaciones, y ayudan a conservar tradiciones de transmisión oral y el patrimonio lúdico; por todo ello consideramos que tienen un gran valor en sí mismos, existiendo la necesidad de fomentar, promocionar y consolidar estas actividades propias que conforman nuestro acervo cultural, atendiendo a su pasado, presente y futuro.”

Además, podríamos agregar que estos juegos se originan también en las culturas indígenas, gauchescas y los que no son propios del país, pero los hemos adoptado como nuestros luego de las diferentes corrientes inmigratorias. De cualquiera de estos orígenes, los juegos tradicionales tienen en común el ser transmitidos de generación en generación, de manera oral, de padres a hijos, de abuelos a nietos, y que van formando parte de nuestra cultura y tradiciones. Lavega Burgués (2011:3)

los denomina “patrimonio cultural mundial”, y enfatiza la idea a través de esta descripción: “el juego tradicional lejos de ser una 7 manifestación biológica, corresponde a un grupo de prácticas de naturaleza social, ya que responde a la convención o acuerdo que establecen sus protagonistas al pactar las reglas o condiciones en las que van a participar”. Se trata de un contrato social, una auténtica escuela de socialización (Etxebeste, 2000; Lavega, 2007), donde el practicante se familiariza con los códigos, usos y maneras de actuar en sociedad”.

El juego tradicional se comporta como una sociedad en miniatura (Parlebas, 2001); entrar en juego es entrar en sociedad (Parlebas, 2005), reconociendo que la motricidad que se desencadena en cada juego es una etnomotricidad, ya que las formas y los contenidos de las acciones motrices que se protagonizan están íntimamente relacionados con las características de la cultura que las acoge”. Tomando la idea de Sarlé (2014:15),

Los juegos tradicionales poseen reglas de fácil comprensión, memorización y respeto. Ella sostiene que las reglas tienen matices diferentes según el lugar donde se juegue y presentan modificaciones que no afectan el sentido del juego, pueden ser puestos en práctica en cualquier momento y lugar y no demandan elementos especiales ni costosos. Tomamos, de la misma

autora, una posible clasificación de los juegos tradicionales, lo que no es definitorio pero si útil a los fines de agruparlos y poder así organizarlos con una idea más clara en el momento de llegar a utilizarlos o simplemente reconocerlos:

- Juegos tradicionales a partir de canciones, rondas y juegos con rimas (aserrín-aserrán, puente de Avignon, veo- veo, brujita de 7 colores, teléfono descompuesto). - Juegos tradicionales a partir de diagramas (ta-te-ti, rayuela). - Juegos tradicionales sin objetos ni rimas (escondidas, manchas, gallito ciego). - Juegos tradicionales con objetos (bolitas, taba, sapo, saltar la soga, elástico, anillito).

- Objetos que son juegos (balero, trompo, yo- yo, barrilete). 8 “Los juegos tradicionales son aquellos que perpetúan la cultura infantil y aseguran así el juego entre los niños. Una de las características peculiares de estos juegos, entre otras, es la permanencia y conservación a través del tiempo, a pesar de la influencia de la televisión, de las nuevas tecnologías, la multimedia, etc.” (Öfele, 2004: 1).

A partir de estas definiciones y clasificación de los juegos tradicionales, y reconociendo un importante valor cultural, patrimonial, educativo y motriz, como docentes de Educación Física tendríamos que velar por seguir transmitiendo estos juegos para que no desaparezcan. Los juegos tradicionales y la Educación Física

Los juegos tradicionales son nombrados en los Núcleos de Aprendizajes Prioritarios. Nivel inicial (NAP 2004:19), “La participación en juegos grupales y colectivos: tradicionales, con reglas preestablecidas, cooperativos, etc.”, además, en el Diseño Curricular de Educación Inicial de la Provincia de Córdoba (2011- 2015: 104) aparecen en los contenidos y aprendizajes para las salas de 4 y 5 años como “participación activa en juegos grupales de organización simple tradicionales o contruidos por el grupo”.

En la Ley Nacional de Educación para la Educación Inicial (2006: 4) propone en uno de sus objetivos, “Promover el juego como contenido de alto valor cultural para el desarrollo cognitivo, afectivo, ético, estético, motor y social” (Ley 26.206 Artículo 20d) y tal como observamos, no aparece nombrado el juego tradicional como tal, sin embargo sostenemos que está incluido en ese objetivo ya que éstos transmiten valores profundos de la cultura popular.

Como podemos apreciar los distintos lineamientos proponen al juego tradicional de una manera superficial, que quizás sin una mirada atenta éste pasa desapercibido, por lo que es importante hacer foco en ellos, lo que posibilita iniciar a los niños en la exploración y paulatina apropiación de formas de expresión cultural, enriqueciendo de ese modo la experiencia y personal y social. Además vale la pena remarcar que la incorporación del juego tradicional en la educación inicial ofrece un abanico extraordinario de posibilidades para poner en valor la motricidad en relación a rasgos distintivos de la cultura.

Al observar a los niños de hoy nos damos cuenta, que tanto el aumento de las horas-pantalla que pasa al día el niño, el poco tiempo lúdico compartido con sus padres y/o abuelos y la adopción de culturas extranjeras gracias a la globalización, este tipo de juegos tienden al olvido.

De allí la importancia de la escuela como agente necesario para la transmisión de este tipo de juegos, en especial la labor del docente de Educación Física ya que posee las herramientas necesarias para llevar a cabo esta importante tarea. Reforzando la idea anterior, Sarlé (2014:11) afirma, “recuperar este tipo de juegos, enseñárselos a los niños y jugar con ellos es un modo de participar “activamente” de la cultura”. Öfele (1999) lo explica de esta manera:

“Las posibilidades que brindan los juegos tradicionales son múltiples. En primer lugar el juego por el juego mismo, que, en la medida que le demos mayor cabida dentro del ámbito educativo institucional, ya estaremos incluyendo un aspecto importante para la educación y desarrollo de los niños. En el orden práctico, por otro lado, muchos de estos juegos son cortos en su duración –si bien son repetitivos, en cuanto que cuando termina una vuelta o ronda se vuelve a comenzar inmediatamente-, y no requieren de mucho material, por lo que se pueden incluir con facilidad en las escuelas, sin exigencia de grandes recursos ni horarios especiales”.

Con estas características nombradas, observamos que es un tipo de juego posible de ser incluido en el nivel inicial. 10 Esta misma autora continúa explicando... “pero ¿cuál es el interés o la importancia que estos juegos puedan tener en el ámbito pedagógico? Son diferentes las razones por las cuales vale la pena mantener vivos estos juegos.

A través de los mismos podemos transmitir a los niños características, valores, formas de vida, tradiciones de diferentes zonas, si, acompañando los juegos contamos otros aspectos de los mismos, como por ejemplo qué juego se jugaba en determinada región y de qué manera. Podemos estudiar y mostrar las diferentes variantes que tiene un mismo juego según la cultura y la región en la que se juega” (Öfele, 1999). No solamente se remarca la importancia de la transmisión de lo propio, sino también el

Conocimiento de otras culturas y los orígenes de juegos que no son propios pero si adoptados. Creemos que la Educación Física ofrece oportunidades para que cada niño pueda vivenciar los juegos tradicionales, apropiarlos, modificarlos, transmitirlos y generar lazos afectivos que los conecten a su propia historia y con su presente. Se pudo contextualizar que en el

juego es un proceso metodológico en donde los niños en ponerlo en práctica se relaciona en un ámbito social y psicosocial en el cual lo conllevan a un desarrollo de las habilidades motrices y sobre a la integración en el campo educativo.

JUEGOS INDIVIDUALES

Los juegos individuales se considera como actividades deportivas como deportes psicomotrices, ya que son en los que el individuo actúa sólo, sin que exista ningún otro participante que incida o direcciona de forma específica su comportamiento motor, por lo tanto no se produce ningún tipo de interacción o comunicación con otros participantes, aunque sí puede existir con el medio, por lo tanto, consideramos que son aquellos en los que el sujeto juega o practica el sólo.

Por ende razón los juegos individuales ayudan a los niños a comprender y entender cómo y cuándo puedan interactuar por sí mismo ya que deben practicar de manera individual ya sea en deporte u otro método de juego eso ayuda a que los niños desarrollen sus habilidades por sí mismo.

Así como lo afirma (VALENZUELA, 2016) nos habla sobre como el niño puede trabajar de forma individual Siguiendo a Parlebás (1988), se considera deporte a una situación motriz de competición institucionalizada en la que participa el individuo que desarrolla una actividad, en un determinado espacio de acción y donde puede haber o no compañeros y adversarios.

De un modo más concreto, en lo concerniente a los deportes individuales, Antón (1989) los define como aquella actividad física de carácter psicomotriz, en la que la incertidumbre en su realización sólo puede provenir del adversario directo o del medio en que se desarrolla.

Por su parte, Hernández y Rodríguez (2004) los definen como todos aquellos deportes en los que la participación es individual, sin EmásF, Revista Digital de Educación Física. Año 7, Num. 42 (septiembre-octubre de 2016) <http://emasf.webcindario.com> 40 presencia de compañeros ni adversarios que puedan perjudicar la ejecución del gesto distinguiendo, según las características de medio, los de medio fijo como salto de altura y los de medio fluctuante como el windsurf. De un modo más reciente, Ruiz (2012) indica que los deportes individuales son aquellos en los que el participante se encuentra solo en el espacio y afronta una situación motriz, superándose a sí mismo, a una marca, a una distancia o una puntuación.

Se observa pues, cierta controversia en cuanto a la posibilidad de consideración de adversarios que coinciden en el tiempo o no dentro de los deportes individuales. A tal respecto, los autores del presente trabajo señalan que se debe distinguir dentro del modo de oposición frente a adversarios aquellos con oposición directa, sea en espacio dividido como el tenis o en espacio compartido como el judo, con aquellos en los que la oposición se realiza mediante la comparación entre marcas (tiempos, distancias o ejecuciones, por ejemplo) como pueden ser los saltos de trampolín o las pruebas de descenso en esquí.

Disponiendo de una primera aproximación al concepto de deporte individual, el siguiente paso a abordar es analizar las características que poseen este tipo de deportes con la intención de poder aportar una clasificación que los agrupe en función de los elementos que comparten.

CARACTERÍSTICAS DE LOS DEPORTES INDIVIDUALES.

La característica más significativa de los deportes individuales consiste en que el individuo que actúa lo hace en solitario y, en consecuencia, no se produce ningún tipo de interacción o comunicación con compañeros, aunque sí puede existir con el medio (Parlebás, 1988).

Otras características que resalta Sebastiani (1999) son que el carácter competitivo de estos deportes se centra, fundamentalmente, en la superación de uno mismo.

Esta circunstancia requiere del individuo la movilización de una serie de capacidades: control mental, concentración, estabilidad emocional y aceptación de un alto grado de responsabilidad.

Valoran y ponen de manifiesto el nivel individual, facilitando de esta forma el conocimiento de uno mismo y la autovaloración personal. Exigen una gran complejidad en el funcionamiento del mecanismo de ejecución. La eficacia en su realización depende en gran medida del nivel alcanzado en dos aspectos: el dominio técnico y las cualidades físicas.

Aparecen en algunos de ellos la utilización de objetos o instrumentos de cierta complejidad. Una de las condiciones que se tienen siempre en cuenta para proceder adecuadamente en la iniciación deportiva es ver si el deporte se desarrolla en un medio estable o

por el contrario tienen lugar en un medio inestable. De tal modo que las características que presentan los deportes individuales de medio fijo son:

Una gran complejidad en el mecanismo de ejecución y una alta organización temporal, es decir, una estructura temporal muy estable y perfectamente conocida por el deportista. Escasa exigencia del mecanismo de percepción, porque la alta estabilidad del medio permite al practicante realizar la acción casi sin información exterior, pues todos los datos son conocidos de antemano y el deportista tiene decidido con anterioridad las soluciones motrices a aplicar. En la mayoría de los casos, sistemas de valoración de los resultados con un alto grado de objetividad al ser medidos con parámetros estables (tiempo, espacio o peso, por ejemplo).

Por su parte los deportes individuales de medio variable o fluctuante poseen las siguientes particularidades: Estas actividades presentan un mínimo de organización, pero en muchos casos sin perder el componente de complejidad que puede aparecer acompañado del factor riesgo y aventura. Esta baja organización está en función del alto nivel de incertidumbre creado por el medio. Se desconoce en todo momento la estructura temporal. Importancia del mecanismo de percepción y decisión en función de la inestabilidad del medio. Gran componente de motivación que radica en el grado de riesgo y aventura.

ASPECTOS TÉCNICOS DE LOS DEPORTES INDIVIDUALES.

La técnica es la fase motriz o visible de la acción de juego; es el resultado de los procesos cognitivos y nerviosos de la percepción y del pensamiento táctico, contando con las características físicas y el nivel de habilidad del ejecutor (Sampedro, 1999). Siguiendo a

Sebastiani (1999), una buena técnica facilita la realización del trabajo con un mínimo de desgaste energético, permitiendo a la vez la consecución de mejores resultados donde eficacia hace referencia a la obtención de la máxima similitud entre el proyecto y la ejecución y economía a aprovechar al máximo la energía disponible, alcanzando al máximo los resultados y gastando lo menos posible.

Las técnicas constitutivas de los distintos deportes individuales están determinadas por el espacio en el que se desarrollan, los materiales empleados y las normas reglamentarias establecidas. Las acciones resultantes son siempre consecuencia de unas exigencias física y fisiológica, ejecutadas con la mayor eficiencia biomecánica posible, dentro de los límites establecidos por el reglamento, dándose múltiples combinaciones y tipos de acciones técnicas. En los deportes individuales los aspectos técnicos están basados en: La mejora de las cualidades físicas. La adquisición de gestos técnicos (automatismos).

El estilo técnico, es decir, la adaptación de los aspectos técnicos de base a las características del sujeto. La estabilidad de la técnica frente a modificaciones internas como el cansancio o el equilibrio psicológico, o frente a modificaciones externas, como el ambiente o las características de la instalación. Cada objetivo motor puede lograrse de distinta manera, por esta razón puede no existir una sola técnica, sino que siempre hay varias y distintas posibilidades de alcanzar el mismo objetivo.

Aún cuando la técnica de los deportistas de élite sea muy parecida, se pueden constatar diferencias relacionadas con la personalidad del individuo. Las técnicas están sometidas a

un constante y continuo proceso de perfeccionamiento. 1.4. ASPECTOS TÁCTICOS DE LOS DEPORTES INDIVIDUALES. Para Sampedro (1999), la táctica es la combinación inteligente de los recursos motrices, de forma individual y colectiva, para solucionar las situaciones de juego de forma actual que surgen de la propia actividad competitiva.

Siguiendo a Sebastiani (1999), la posibilidad de victoria en la competición queda determinada por el grado de aprovechamiento de sus componentes básicos: condición física, capacidad técnica, capacidad táctica y la voluntad de lucha. La capacidad del pensamiento táctico desempeña un papel decisivo a la hora de orientarse los deportistas en situaciones complicadas de competición, al tener que lograr distintos objetivos tácticos y especialmente cuando emprenden acciones constructivas.

Es gracias al pensamiento táctico que los deportistas reproducen y evalúan exactamente la situación, captan su verdadero sentido, descubren las intenciones del contrincante, prevén el desarrollo de la acción, fijan la posición propia y deciden las pautas a seguir.

Los pensamientos tácticos se harán siempre con la pretensión de obtener un resultado exitoso, por ello se realizará un análisis previo de la situación y circunstancias en que se desarrolla la práctica; como consecuencia de dicho análisis, se elaborará un planteamiento teórico de la forma de proceder, que posteriormente será puesto en práctica. Por último, se realizará un análisis de la acción (conocimiento de resultados y conocimiento de la ejecución). Aunque los deportes individuales son prioritariamente técnicos, también tiene un componente táctico.

La táctica en este grupo de deportes consiste en la distribución racional de las fuerzas durante todo el desarrollo de la competición. En los deportes en los que haya confrontación puntual con algún adversario, estos aspectos tácticos estarán basados en las acciones para conseguir ventajas (situarse en el pelotón), o en una correcta elección de la táctica a utilizar (estrategia en la carrera, salir fuera, pasar lento, esprintar al final, etc.). En las distintas especialidades deportivas, se pueden observar tendencias distintas a la hora de utilizar la táctica, que se adaptan a las características particulares del deporte.

Los juegos y los deportes individuales son muy comparativo ya que juega un papel muy importante en el cual tienen un mismo objetivo que son las clasificaciones que se han realizado sobre los trabajos en general, por lo tanto los niños llevan a cabo este aprendizaje y así poder ponerlos en prácticas en el ámbito estudiantil .cabe resaltar que el niño es autónomo de la tomas de decisiones para llevar a cabo su trabajo individual por eso importante resaltar que no necesita de la integridad social para cumplir su finalidad ,para llevar a cabo su desarrollo motriz.

JUEGOS COOPERATIVOS

Los juegos cooperativos son propuestas en el cual buscan disminuir las concentración de agresividad en los juegos, por lo tanto va concientizando y impulsando actitudes de cooperación, sensibilización, solidaridad, y sobre todo la comunicación. Por ende razón esto favorece el encuentro con los otros y al entorno de la naturaleza.va en búsqueda de la participación de todos los niños trabajando de forma grupal y no individual, esto va

predominando a Las personas a que juegan con otros y no contra los otros; para en si llegar a un objetivo claro y conciso que es superar sus desafíos.

Como lo afirma (MOSQUERA, 2015) Los juegos cooperativos son usados como una actividad grupal sin ejercer la competencia entre los jugadores, en donde se evidencia un esfuerzo por parte de los participantes para conseguir el mismo objetivo; por lo tanto, se buscan cumplir unos propósitos para el beneficio del grupo. Estos juegos permiten promover actitudes de empatía, comunicación y solidaridad entre ellos, para generar un ambiente de calma al momento de desarrollar por grupos las actividades planteadas.

Según los autores Jesús Vicente Omeñaca y Raúl Ruiz Omeñaca, se definen los juegos cooperativos como “un planteamiento inicial basado en la estructura de meta, son actividades lúdicas cooperativas los que demandan de los jugadores una forma de actuación orientada hacia el grupo en la que cada participante colabora con los demás para la consecución de un fin común.”¹ Se dice que los juegos cooperativos son actividades en las que se promueven el trabajo en grupo orientado hacia un fin o una meta específica a cumplir en donde involucra a todos los niños y las niñas para ejercer un tipo de actividad en la que se relacionan y ejercen diálogos entre ellos para la solución de un problema.

Estos juegos buscan que se genere una participación activa de todos, sin excluir a nadie, independientemente de las características, condiciones u habilidades personales que tenga cualquier persona que desee participar en estas actividades. Para Broto (1995) el juego

cooperativo “dinamiza procesos de interacción social que resulta en una dimensión ampliada de la convivencia humana.

En un mundo globalizado, cada vez más competitivo, generador de conflictos, encontrar una perspectiva cooperativa no es una estrategia pragmática, y si un desafío permanente de prevención.”² ; ahora bien, como nos plantea Brotto los juegos cooperativos son de gran ayuda para la solución de los conflictos que se generan entre los estudiantes, permitiendo que a través del juego se genere una mejor relación social para prevenir a futuro conflictos entre ellos, generando un ambiente de ayuda y trabajo en equipo para lograr una finalidad en común.

Los juegos cooperativos presentan unas características fundamentales en donde dos autores los define desde diferentes puntos de vista: “Pallares (1978) destaca cuatro características en este tipo de juegos, los cuales son: Todos los participantes en lugar de competir aspiran a un fin común: trabajar juntos. Todo ganan si se consigue la finalidad, y todos pierden en caso contrario. Los jugadores compiten contra los elementos no humanos del juego en lugar de competir entre ellos. Los participantes combinan sus diferentes habilidades uniendo sus esfuerzos para conseguir la finalidad.

Las características que plantea Pallares buscan generar una participación comunitaria en donde no se gane o se pierda a nivel individual, si no que la responsabilidad sea grupal y no individual en donde trabajen todos para conseguir un objetivo principal por medio del trabajo en grupo, permitiendo la participación de todos sin ningún tipo de exclusión, en estas características

también se plantea la idea de que la competición no sea entre ellos sino contra los elementos u objetos que estén implementados dentro de las mismas actividades.

En los juegos cooperativos se establece una serie de características que logran establecer la diferencia entre este tipo de juego y otros. Tal como lo describen los autores Crevier y Berubè: en este tipo de juego se establece que la participación de cada jugador debe estar dirigida a la búsqueda del bienestar de los demás integrantes del grupo y no únicamente el propio como sucede en la competencia.

Por otro lado, la liberación de la agresividad física se logra en este tipo de juegos en el que se da contacto cuerpo a cuerpo, puesto que al realizar actividades de este tipo se logra que el niño o la niña libere su agresividad contra un objeto mas no contra otras personas; el hecho de jugar en diferentes roles permite que la integración de las personas del grupo sea más activa y se logre generar una rotación en el trabajo en grupos.

Así mismo la participación de acuerdo a las capacidades de cada uno, permite que el estudiante se sienta útil en el juego a partir de sus propias habilidades y destrezas, hallando el gusto y el placer que genera el juego cooperativo. Según las características que nos plantean Crévier y Berubé el juego cooperativo se desarrolla por medio de la participación de cada uno de los integrantes para lograr un beneficio grupal.

En donde a través del juego se logra liberar la agresividad, involucrando dentro de ello los diferentes roles de acuerdo a las capacidades que tenga cada persona y, claro está, buscar el

placer del juego en el niño y la niña. “En los juegos cooperativos se involucra con la libertad en los diferentes ámbitos Libre de la competición. Este ámbito es uno de los más importantes ya que es la estructura esencial para promover que los participantes del juego se libren de la necesidad de superar a los demás y crear una oportunidad para conservar interacciones positivas entre ellos. Libres para crear. En este ámbito se manejan las diferentes formas de pensamientos y al indagar diferentes formas de resolución.

Libres de exclusión. Este ámbito involucra el juego ante el rechazo, que en cuanto a ello se pueden llegar a generar ciertas emociones negativas. El juego cooperativo se involucra ante ello para fortalecer las relaciones sociales y se cree un ambiente de trabajo en grupo. La libre elección. Da la oportunidad de generar autonomía en los niños de poder seleccionar para el beneficio propio y de los demás en donde pueda tener la responsabilidad de tomar decisiones. Libre de agresión.

Cuando la actividad lúdica permite la participación de todos y se logra las metas con el aporte voluntario y no obligado de los participantes es poco probable que se presenten momentos de agresión entre ellos ya que se da la oportunidad de que se participe voluntariamente y activamente en las lúdicas. ”

Estos siete ámbitos nos dan a entender las características de cada uno, en donde son de gran importancia para la elaboración e implementación de los juegos cooperativos dando un gran aporte para las actividades propuestas a nivel grupal, promoviendo la participación de cada uno de los integrante sin tener la necesidad de sobresalir sobre los demás, de igual manera por medio

de la socialización y el aporte de diferentes puntos de vistas logren buscar la respuesta a los problemas que se le presente y puedan fortalecer lazos de trabajo en grupo. “

Los juegos cooperativos proporcionan recompensas por sí mismos. Los niños saben cómo colaborar en grupo mejor que la mayoría de los adultos que conozco. Y pienso que los juegos desarrollan la auto-estima y el sentimiento de aceptación”⁵ frente a lo dicho por el autor Terry Orlick se puede decir, que los juegos cooperativos proveen estímulos de superación en sí mismo cuando se trabaja para que todos logren un solo propósito y es el de superar los desafíos propuestos y no contra los demás.

Aparte de lo dicho anteriormente, se puede llegar a generar valores y emociones hacia los demás involucrándolos dentro de su eje emocional aceptándolos para compartir y conocerse un poco más. Terry Orlick establece que los juegos cooperativos se relacionan con la comunicación, la cohesión, la confianza, y el desarrollo de las capacidades, habilidades y destrezas para generar una interacción social en la cual los niños aprenden a compartir e interactuar con otros y a poder superarse en equipo por el bien común.

La parte cooperativa se basa en la estimulación de ciertos valores para el desarrollo personal del niño, permitiendo relacionar la parte comunicativa y el desenvolvimiento de las destrezas que posee el niño para realizar las actividades en grupo; ya que a través del trabajo en equipo los niños aprenden a preocuparse por el otro y a compartir.

Los juegos cooperativos permiten al niño y la niña desarrollar la parte comunicativa y afectiva para la relación con los demás, en donde el interés no sea individual, sino que también

se genere una preocupación por el bienestar grupal ya que cada integrante del grupo juega una parte esencial contribuyendo un aporte para el trabajo en conjunto. Este tipo de estrategia no solo permite el trabajo en grupo, el desarrollo de la comunicación y la interacción social. También se logra generar la sensibilidad de preocuparse por el estado de ánimo de la otra persona. Gracias a este tipo de afectividad que se genera en el niño hacia los demás, cambia su forma de pensamiento individual a un pensamiento grupal, en donde solamente se buscaba el beneficio propio y ahora se piensa en el bienestar de los demás.

En este tipo de juego cada integrante del grupo tiene un rol significativo para el tipo de actividad que se desarrolla, ya que una vez el niño o la niña toma la decisión de ser partícipe del juego, éste entrará a tomar parte en el triunfo o el resultado que se da al final del juego. Cada integrante del grupo tiene una destreza específica el cual puede aportar para el desarrollo del trabajo grupal

En donde se pueda generar la participación activa de todos integrantes del grupo y no se desmerite, ni se haga a nadie por el hecho de que no genere ningún tipo de aporte para el grupo, con este fin se desea que así como el triunfo es a nivel grupal la derrota sea de igual manera y no recaiga sobre unos pocos.

La participación que se desarrolla en los juegos cooperativos por parte de los niños se relaciona en gran parte con los sentimientos y las emociones, ya que con el hecho de saber que aporte contribuirá su participación en el juego, le genera un tipo satisfacción, por ende el simple hecho de que sean expulsados, eliminados o ignorados afecta gravemente sus sentimientos y sienten el rechazo. “Según Bedoya, C.A. “

Los valores más importantes que se manejan mediante este tipo de juego son: La construcción de una relación social positiva: generan comportamientos pro social basado en unas relaciones solidarias, afectivas y positivas. La empatía: capacidad para situarse en la posición de otra persona para comprender su punto de vista, sus preocupaciones, sus expectativas, sus necesidades y su realidad.

La cooperación: necesaria para resolver tareas y problemas de forma conjunta a través de unas relaciones basadas en la reciprocidad y no en el poder o en el control. La comunicación: desarrollo la capacidad para expresar deliberadamente y auténticamente estados de ánimo, percepciones, conocimientos, emociones, perspectivas. La participación: en una cultura selectiva y discriminatoria, los juegos cooperativos persiguen como valor y como destreza la participación de todos sus miembros.

El aprecio y el auto concepto positivo: desarrollo una imagen positiva de sí misma y reconocimiento, apreciando y expresando la importancia de las otras personas. La alegría: es un objetivo que no se puede soslayar en tanto que una finalidad de todo proyecto educativo en cualquier edad es el de formar personas felices. En los juegos cooperativos, al desaparecer el miedo al fracaso y al rechazo, generalmente asociado con los juegos competitivos, la finalidad última, la alegría se devela con toda nitidez.”

los juegos cooperativos es un método lúdico de aprendizaje permite el trabajo en grupo y desarrollando diferentes destrezas en donde los valores son fundamentales para el desarrollo moral y personal del niño, cabe resaltar que los juegos deben ser de manera

recreativa para que los niños lo pongan en práctica .por lo contrario el niño jugara de forma triste y sin animos por eso es importante que los juegos sean de manera libre y espontaneo para en si llevar a cabo un impacto positivo en el ámbito pedagógico .

JUEGOS HISTORICO

Los juegos históricos son propuestos en donde va a la mano con el deporte y que a pasar el tiempo hay que tenerlo en presente ya que fue muy importante porque a través de ella la educación física fue teniendo un papel de gran importancia. Por lo tanto tiene por objetivo dar cuenta del interés que la pedagogía ha desarrollado sobre el potencial educativo y deportivo.

Es decir el acercamiento es deliberado y se fundamenta desde la inherencia que posee el ser humano por el juego motriz. Según (OROZCO, 2017) Desde que el ser humano es tal, incluso antes del Homo sapiens, han existido conductas que se han desarrollado por el placer asociado. El juego tiene una existencia anterior a la cultura. Incluso los animales juegan (Huizinga, 2012).

El juego supone una actividad libre y significativa que se desliga de la vida práctica y se vincula a un sistema de reglas autónomo (Rodriguez, 2006). La forma más pura de juego reside entre los niños, pues no existe la interferencia de una racionalidad superior por atribuir un sentido de transferencia hacia la vida práctica (Huizinga, 2012).

Aunque el juego no sea un elemento exclusivo de la actividad física, este documento aborda el juego motriz, que se asocia a una tendencia inexorablemente biológica que, consecuentemente, implica un sentido adaptativo al entorno –desde la certeza de que el humano es el animal que juega por excelencia–, que no es sencillo de esclarecer fehacientemente en la actualidad desde enfoques disciplinares (Tanghe, 2016).

El juego motriz dinamiza competencias y habilidades motrices de utilidad a lo largo de la historia de la humanidad. De hecho, el genoma actual humano es producto de mutaciones genéticas en un amplio rango de generaciones de homínidos en una era de actividad física obligatoria: el paleolítico tardío.

El estilo de vida sedentario supuso la extinción de ciertas especies, mientras que el genoma de *Homo sapiens* fue sofisticándose en adaptación a un entorno de necesidad que exigía la actividad física como medio de subsistencia: la caza y la recolección. Actualmente, esto supone una sincronía paradójica, pues nuestro genoma está adaptado a la actividad física en un entorno que tiende hacia el sedentarismo –en cuanto a la supervivencia de la especie se refiere– (Booth, Chakravarthy & Spangenburg, 2002).

Históricamente, cualquier práctica corporal, de manera indiscriminada y a falta de la consolidación de disciplinas específicas, se ha asociado a los albores del deporte (Olivera, 1993). Sin embargo, precisamente, esa falta de delimitación de un objeto de estudio definido con nitidez, y las dificultades más clásicas de la historia para objetivar hechos con indicios atemporales, implica que cualquier acercamiento a los orígenes del

juego y el deporte requieran de una contextualización socio-histórico-cultural, a modo de estructuras, que arroje algo de luz a la utilidad concurrente de la actividad física en ese momento (Bourdieu, 2000). Es por ello que no debieran establecerse de modo artificial concomitancias entre las incipientes reseñas históricas sobre actividades físicas y lúdicas ancestrales

El juego motor ha estado presente en las diferentes civilizaciones, si bien, cada una, en su idiosincrasia, canalizaba sistémicamente el juego motor hacia determinadas prácticas que tenían un sentido cultural. Por su impacto e interés histórico sobre el sentido cultural que posee el deporte, destacan los Juegos Olímpicos –JJOO– de la Antigua Grecia, que poseían una vinculación muy cercana a la mitología, llegando a concebirse como un regalo de los dioses; de hecho, su abolición final romana en 393 d.C. se justifica por estar ligados a dioses paganos (Sesé, 2008).

En los JJOO de la antigüedad se competía en disciplinas como carreras, luchas, pentatlón, salto, lanzamientos, juegos de pelota y disciplinas hípcas (Rodríguez, 2008). Estas disciplinas concuerdan con un ideal olímpico que promueve el culto al desarrollo de las capacidades físicas básicas. Los vencedores recibían honor y gloria mediante el simbolismo del laurel, estatuas y versos en su honor, aunque representaban a sus polis de origen (Rodríguez, 2008; Sesé, 2008).

El juego motriz, de manera incipiente, suponía una transición inevitable entre la actividad física y el deporte orientado hacia la victoria. El siglo que se considera la cuna

del deporte moderno motivado por la casuística socioeconómica que consagró a Inglaterra como referente mundial de progreso. La consolidación de Inglaterra favoreció la expansión de los deportes que se practicaban (fútbol, críquet y rugby, como deportes de equipo fundamentalmente), frente a prácticas deportivas de países como Italia, con el Calcio –con similitudes al fútbol, pero mucho más violento– o Alemania, el Turnen –competiciones entre gimnastas– que quedaron obsoletas o restringidas a espacios marginales.

Los juegos y los deportes en su historia han sido de gran importancia para la Actualidad para poder manejarla en la parte educativa y de forma pedagógica para en si llevar un objetivo complementario para la educación física con el fin de desarrollar las habilidades motrices del niño. Cabe resaltar que tanto los juegos como los deportes son de manera equitativo para el fortalecimiento de las expresiones corporales, emocionales y mentales.

JUEGOS PRE-DEPORTIVOS

Los juegos pre-deportivos son muy indispensable ya que de ella se genera desarrollar las destrezas propias de los deportes. Cabe resaltar que los juegos van a acompañado de ciertas habilidades como lanzamientos, golpesos, recepciones, desplazamiento.

Por ende razón los niños les satisface practicar dicho acontecimiento porque es muy aconsejable para ir preparándolos a cualquier deporte como él;(Fútbol, balonmano, baloncesto, voleibol, ...) así como lo afirma (gomez, sanabria, & pinto, 2014) Basándonos en esta definición podemos afirmar que los juegos pre-deportivos se consideran como un puente o vehículo para

llegar al desarrollo óptimo de cualquier deporte, además los juegos pre deportivos hacen grandes aportes para una mejor asimilación en cuanto a reglas, fundamentos técnicos, fundamentos tácticos, habilidades motrices y capacidades condicionales propias del deporte elegido.

Diferencias entre juego, pre-deporte y deporte.

JUEGO	PRE-DEPORTE	DEPORTE
Prueba con un fin en sí misma	Prueba que prepara el conocimiento del deporte	Actividad que prepara el perfeccionamiento
Reglas flexibles y modificadas	Reglas adaptadas	Reglas estrictas, fijas e invariable
No necesita entrenamiento	La actividad en si es un entrenamiento	Necesita entrenamiento intensivo
Actividad recreativa y placentera	Actividad recreativa que requiere de un trabajo	Actividad que requiere esfuerzo y sacrificio

Funciones de los juegos pre-deportivos.

El juego pre-deportivo puede aplicarse en busca de un conocimiento global del deporte o para familiarizarse con él y también para mejorar algún aspecto técnico o táctico. En la aplicación de los juegos pre-deportivos podemos establecer una progresión considerando tres fases: 1. Predisposición deportiva (6-8 años) 2. Preparación genérica pre-deportiva (8 – 10 años) 3. Preparación específica pre-deportiva (10-12 años) Teniendo en cuenta la edad de la población a la que va dirigida la investigación, se enfatiza únicamente en la preparación específica pre-deportiva (10-12 años) en la cual se obtiene un desarrollo en:

1. Iniciaciones deportivas.
2. Familiarización con situaciones similares al deporte.

3. Adquisición de habilidades y destrezas específicas.
4. Acatamiento de algunas reglas sencillas del deporte.

Características De Los Juegos Pre-Deportivos

Permiten la evolución del contenido de aprendizaje social ya que mediante los juegos Pre deportivos se van adoptando progresivamente más reglas lo que hace que el jugador adopte nuevas destrezas, respete las normas establecidas y haga prevalecer los intereses del grupo por encima de los personales.

Clasificación De Los Juegos Pre-Deportivos

Los juegos pre -deportivos como paso previo al deporte se pueden clasificar en función del tipo de habilidades que desarrollen. García, (1987), distingue principalmente dos tipos: Juegos pre deportivos genéricos: desarrollan habilidades comunes a varios deportes. Juegos pre deportivos específicos: desarrollan alguna de las habilidades específicas de un deporte en concreto.

Pudimos observar como el juego pre-deportivo va en búsqueda del desarrollo pertinente, la utilización de una unidad didáctica para una mejor organización pedagógica y de conceptos en el cual lleva a cabo unos objetivos claros de motivación y de formación integral de los niños en el ámbito social. Cabe resaltar que no solo trabajan la parte fundamental propios del deporte si no también abarca a lo psicológico. Con el fin de fortalecer las dimensiones y los componentes de los niños. Por ende razón el deporte conlleva a la preparación tanto deportiva como educativamente y así llegar a estimular un impacto positivo en donde los niños se sientan útil para la sociedad.

Juegos Recreativos

Los juegos es una actividad recreativa en el cual una intervención de uno o más participantes es importante para formar una integridad en el ámbito social. Por tal razón el juego está establecido por unos parámetros principales que es proporcionar diversión y entretenimiento a los jugadores. Por ello los juegos son de forma afectuosa ya que lleva a cabo cumplir con un rol educativo, seguido a esto el juego va en búsqueda a dar un estímulo mental y físico, para en sí contribuir al desarrollo de las habilidades prácticas y psicológicas. Por lo general, los juegos implican un cierto grado de competencia.

En el caso de los juegos recreativos, el valor competitivo se minimiza (no resulta importante quién gana y quién pierde.

como la afirma (VÁZQUEZ, 2012) Los juegos recreativos son actividades netamente lúdicas, practicadas en tiempo libre, en espacios abiertos o cerrados, su principal objetivo es el disfrute de los que lo realizan, tiene varios beneficios como el de liberar malas energías, es anti estrés, y lo primordial promueve la integración entre los que los practican.

Mediante el juego podemos lograr:

RECREACIÓN Y DIVERSIÓN- El cual nos lleva al disfrute en el momento de realizar juegos que divierten y nos ayuda a relajar nuestro cuerpo y mente.

Liberación De Malas Energía.- Los juegos nos ayuda a relajarnos a olvidar por un momento las tenciones que tenemos en la vida diaria, por lo que las actividades recreativas nos ayudan combatir el estrés.

Relaciones Sociales.- Mediante los juegos podemos relacionarnos con personas que no conocemos, eso es una característica muy especial cuando realizamos dinámicas o juegos, nos permite interactuar con los demás.

Objetivos Físicos.- Dependiendo del tipo de juegos, estos también nos ayuda a mantener un estado de salud muy sano tanto físicamente, fisiológicamente y como mencionamos anteriormente psicológicamente, nos ayuda a mantener un buen estado físico

Habilidades Psicomotoras.- Los beneficios de los juegos especialmente en los niños es el gran beneficio en el desarrollo psicomotor que van desarrollando durante su crecimiento, sabemos que un niño aprende jugando

Finalidades Intelectuales.- Los juegos nos permiten mayor concentración, a despejar la mente, lo cual es muy saludable para una persona, especialmente para los estudiantes, su mente se relaja.

Los juegos recreativos es una actividad necesaria para los seres humanos donde la importancia es la integridad social .cabe resaltar que es una herramientas útil para adquirir y desarrollar capacidades intelectuales ,motoras o efectivas .en donde la práctica se realice de forma gustosa es decir no sentir obligación y sobre todo disponer del tiempo necesario para realizar ciertas actividades.

Evolución Del Juego

El juego es una de las concentraciones más habituales e importante en el ser humano desde su nacimiento. Por ende El niño, antes incluso de dar sus primeros pasos, tiende a buscar juegos fundamentales que le producen una sensación de bienestar interno Al ser, por tanto, el juego ha tenido cambios y evoluciones el cual el niño ha podido ir evolucionando de manera formal a través del tiempo sus habilidades motrices en donde jugar ha sido indispensable a construir un componente básico de la naturaleza humana. Como lo afirma (Zalazar, 2018)

Es claramente reconocido por diversos autores y desde diferentes líneas teóricas la importancia que el juego tiene en el desarrollo del niño. Ya sea desde el punto de vista funcional, estructural como afectivo, se impone como una actividad posibilitadora del desarrollo, tanto es así que su ausencia generalmente debe ser tomada como signo patológico. Es esperable que los niños jueguen y que a través de ese juego se haga posible la elaboración de conflictos, las compensaciones, la realización de anhelos, la ejercitación que exprese el placer por el dominio de alguna función, la socialización y el intercambio.

Veremos desde la perspectiva Piagetiana la evolución de los juegos en el niño y a la vez como dicha evolución se relaciona con los principios del desarrollo de las estructuras cognoscitivas.

Piaget clasifica y explica la evolución de los juegos partiendo del período sensorio motriz centrándose en las características estructurales de los mismos y desechando la clasificación por el contenido, la función y el origen. Partiendo de esta base elabora tres grandes categorías que le permitirán luego dar su explicación e interpretación del juego según la

estructura del pensamiento del niño. Primero brevemente veremos los tres criterios de clasificación y la evolución de los mismos para luego pasar a la explicación piagetiana del juego.

El juego de ejercicio:

Esta primera etapa se caracteriza por el hecho de prolongar la ejecución de alguna acción por el puro placer funcional. Comienza en el sub estadio II del período sensorio motriz, repite la acción por el placer del ejercicio funcional y el placer ligado al dominio (mirar por mirar, mirar al revés, manipular por manipular, algunas fonaciones).

Si bien no todas las reacciones circulares de esta etapa tienen un carácter lúdico, la mayoría de ellas se prolongan en juego cuando prevalece ese placer funcional. Hasta el sub estadio V se desarrolla el juego de ejercicio pre verbal y durante el VI estadio comienza el juego simbólico. Cabe agregar que dentro de esta clasificación de los juegos de ejercicio también encontraremos los juegos de ejercicio de pensamiento, cuya diferencia con la etapa siguiente es la de ser no simbólicos.

Esto ya se corresponde con la etapa verbal y allí se ejercita el pensamiento por placer, como en las combinaciones de palabras o en el hecho de preguntar por preguntar (los famosos porqués de los niños) que surgen de un contexto adaptativo pero que luego el niño repite por el simple placer de hacerlo.

También entran en este contexto las fabulaciones en situaciones donde combina ideas sin interés en afirmar nada y sólo porque le agrada combinar palabras, o la invención de cuentos sin principio ni fin. Lo común en estas actividades de pensamiento es que el niño no tiene para

Piaget ningún interés real por el contenido del pensamiento y cuando el interés surge estas ejercitaciones derivan hacia el juego simbólico.

La extinción de los juegos de ejercicio sucede por saturación cuando el dominio de la acción es tal que ya no se espera ninguna novedad, ningún nuevo aprendizaje. A partir de la aparición del lenguaje también va disminuyendo aunque aparece con cada aprendizaje o el ejercicio de una nueva función.

El juego de ejercicio evoluciona y como dice Piaget: “...se transforma tarde o temprano en una de tres: primero, se acompaña de imaginación representativa y deriva entonces hacia el juego simbólico; segundo, se socializa y se orienta hacia el juego de reglas; tercero, conduce a adaptaciones reales y ale así del dominio del juego para entrar en el de la inteligencia práctica o en los dominios intermediarios entre estos dos extremos.”

2) El Juego Simbólico:

El juego simbólico forma parte de una de las cinco conductas que surgen como expresión de la función semiótica o simbólica. En este contexto el juego simbólico aparece como una actividad predominantemente asimiladora y es a través del símbolo que el sujeto va a representar un objeto ausente bajo una forma de representación ficticia, donde la ligadura entre el significante y el significado estará en función de los intereses puramente subjetivos y lejos de la función convencional que ejercen los signos en el lenguaje socializado.

La función de compensación, de realización de deseos y la elaboración de conflictos del juego simbólico le sirve al sujeto para la asimilación de lo real al yo sin tener que adaptarse a las

restricciones de lo real. El mundo en el que se desenvuelve el niño es el mundo y el lenguaje de los adultos y en este sentido el juego simbólico y la creación de significantes construidos por él, lo que Piaget llama “símbolos motivados”.

Le permiten una forma de expresión acorde a sus necesidades. La imaginación simbólica aparece alrededor del segundo año de vida y tiene su apogeo entre los 2 y los 4 años, aleja al juego del simple ejercicio, aunque en el simbolismo queden subsumidos en muchas ocasiones las acciones o ejercicios del estadio precedente.

Lo que en el período sensorio motriz eran ejercicios y rituales lúdicos (La virtualización implica dentro del período sensorio motriz, que el esquema es sacado de su contexto adaptativo y es imitado y “jugado” por el niño. Por ej. Cuando ve la almohada desarrolla todos los gestos que realiza cuando va a dormir.

El juego simbólico es una actividad representativa, el niño puede modificar la realidad ante la que se enfrenta. Obligado a adaptarse al mundo de los adultos, juega para modificar la realidad y ajustarla a sus propias necesidades y sentimientos. Utiliza el juego para controlar situaciones penosas, difíciles y traumáticas que se le crean. Es importante que el juguete sea del tamaño adecuado y manipulable para que pueda dominarlo.

El juego simbólico evoluciona y se identifica en tres etapas:

- a) Juego solitario: (aparece aproximadamente a los 2 años)

Se caracteriza por la exploración y la manipulación de objetos y experimentación del espacio. Es un pequeño explorador al que le interesa buscar, encontrar, sacar, poner, lanzar y rodar objetos y que se los devuelvan, acompañar la música, imitar movimientos y gestos, etc. Aprende algunas conductas establecidas socialmente que favorecerán su autonomía. Puede lograr control esfinteriano. Juega con agua, tierra, arena que son sustitutos de sus propias heces y orina. De este modo podrán satisfacer el deseo de tocar sus propias evacuaciones. Jugando con tazas, ollas, sartenes, cubiertos, etc., podrá recibir y dar alimentos, la exploración de los alimentos son pasos para integrar las normas de su uso.

b) Juego paralelo: (alrededor de los 3 años)

Juega con compañeros pero no interactúa. Cuando habla con los demás no espera respuesta, el mismo se contesta y continúa su juego o abandona el juguete para buscar otro. Encuentra el placer en variar la actividad. Los juegos más típicos son los de familia, reflejando la vida amorosa de sus padres, juego con animales o muñecos satisfacen la comprensión de las relaciones hogareñas.

c) Juego socializado: (a los 4 años aproximadamente)

Edad más rica del juego de la fantasía, arma sus historias con personajes imaginarios al igual que las situaciones. Busca compañeros para jugar y sus amistades son más duraderas. Juega con mayor tranquilidad. Son típicos los juegos del doctor, novios, papá y mamá, satisfacen sus necesidades de tocar, ser vistos y ver. Alrededor de los 5 años se incorporan las normas que son respetadas por el grupo, aparecen los líderes. Se manifiestan los compañeros del mismo sexo y desagrada la actividad del sexo opuesto.

Entre los 4 y los 7 años los juegos simbólicos comienzan a declinar y el símbolo va perdiendo su carácter de deformación en vías de una representación imitativa de la realidad. Esto va de la mano de una mayor organización del pensamiento, la preocupación creciente por la imitación exacta de lo real en las representaciones, ya sean éstas escenificaciones o construcciones materiales de la representación (modelados, dibujos, construcciones de objetos concretos, etc.) y el comienzo del simbolismo colectivo (cuando el niño juega en una escena con diferenciación y adecuación de papeles o roles).

Es allí donde según Piaget el juego evoluciona hacia formas más adaptadas ligadas al trabajo o a la imitación.

3) El Juego Reglado:

El juego de reglas implica relaciones sociales o interindividuales, donde la regla supone una regularidad impuesta por el grupo y cuya trasgresión merece sanción. A partir de los 11 o 12 años disminuye el simbolismo de manera correlativa a una mayor adaptación social y, como mencionáramos con anterioridad, aparecen los trabajos manuales, los dibujos y las construcciones cada vez más adaptados a lo real. Es de este tipo de juego el único que para Piaget persiste en la edad adulta siendo la actividad lúdica del ser socializado. La regla además de constituir una regularidad implica una obligación, distinguiéndose dos tipos de reglas: las transmitidas que se institucionalizan y surgen del contexto social pasando de generación en generación y las reglas espontáneas que suponen convenios momentáneos.

Es interesante que este último tipo de reglas generalmente se establezca en relaciones entre pares contemporáneos y en este sentido marca un avance en la reciprocidad y en la socialización. Como señala Piaget: “En resumen, los juegos de reglas son juegos de combinaciones sensorio-motoras (carreras, lanzamiento de canicas, o bolas, etc. o intelectuales (cartas, damas, etc.) con competencia de los individuos (sin lo cual la regla sería inútil) y regulados por un código transmitido de generación en generación o por acuerdos improvisados.” Estas tres formas del juego que son de aparición sucesiva aunque funcionalmente en ocasiones haya superposiciones o inclusiones (por ej. la regla enmarcando al ejercicio).

Podemos observar que el juego es una actividad natural del niño. En donde la evolución es de gran importancia para el desarrollo del niño. Por tal razón se puede decir que es una estrategia en el cual se puede contribuir factores para el desarrollo de las habilidades motrices básicas .

EL JUEGO A NIVEL INTERNACIONAL

El juego ha generado gran impacto en la educación física ya que implica la necesidad de clasificar sus expresivos conocimientos para en si ponerlo en prácticas para llevar a cabo sus desarrollos motrices y por lo tanto conmovier la construcción social y cultural. Según (Nakayama, 2018)

El juego ha recorrido un largo camino en la EF, con diferentes interpretaciones e ideas, formas, usos y funciones que se le reconocen o se reflejan en las clases. ¿Qué es juego?

Múltiples respuestas surgen, comenzando desde los saberes y experiencias propias de cada persona. Pareciera claro y fácil definirlo.

Pero cuanto más se analiza, cuanto más se quiere precisar, más dudas, debates y cuestionamientos aparecen. Es tan amplio y complejo el mundo del juego, tan diversas las disciplinas que lo han abordado, tan variados los ámbitos en los que se produce, que muchas veces al tratar de definirlo se va escapando entre los dedos cual puñado de arena: cuanta más precisión en la definición, menos queda del juego.

Hacerlo desde características taxativas, genera el riesgo de dejar fuera mucho de ese universo lúdico. Es por ello que ante la necesidad de realizar una aproximación a una conceptualización, conviene alejarse del dogmatismo, de lo cerrado y definitivo, y abordarlo desde ideas que permitan la reflexión, el cuestionamiento y la revisión de esta producción.

La universalidad del juego expresa su presencia en todas las épocas, culturas y etapas de la vida del ser humano. Por alguna razón, el juego ha sido una constante universal que no ha desaparecido ni en tiempos de guerra, catástrofes climáticas o enfermedad. Para Parlebas (2001) esto sería una ilusión ya que los juegos “no son universales sino singulares” (p. 452) en función de la sociedad en la que emergen. Navarro Adelantado (2002) coincide expresando que esta universalidad no puede engendrar una teoría universal acerca del juego ya que como construcción cultural, depende de la particularidad de cada contexto. Para estos dos autores, el rasgo de universalidad se relativizaría según las particularidades de las culturas. Brougère (1998)

sostiene que lo que caracteriza al juego no es tanto lo que se hace sino la manera en la que se hace: el carácter lúdico.

Por ello, en su opinión tiene más importancia la interpretación que lo que se realiza, para definir una actividad como lúdica. La interpretación supone un marco cultural referencial, que en relación con el lenguaje asigna significado a las actividades consideradas lúdicas. En consecuencia, el juego es una interpretación de una determinada actividad a partir de rasgos culturales que permiten reconocerla y significarla.

Para ello se expresan algunos rasgos que permitan comprender la amplia variedad y gran complejidad con que se evidencia el juego. Navarro Adelantado (2002), en un intento de construir una teoría integradora, expresa un conjunto de afirmaciones que demuestran la generalidad y la especificidad del juego

A) Expresa humanidad (diferenciándose del juego de los animales), por lo que tiene una estrecha relación con las artes, las técnicas, los valores sociales, el pensamiento, las relaciones sociales, la comunicación.

b) Constituye una realidad compleja, ya que responde a lo que le sucede a cada persona que participa (emociones, interpretaciones, resoluciones, acuerdos, etc.) y sus posibles interacciones contextuales.

c) Es una actividad integrada a otros sistemas de la vida humana. Desde esta perspectiva, el juego se entretiene con todas las actividades del hombre en un contexto cultural, imprimiéndole una “naturaleza de tarea construida, cultural, y de práctica multifuncional” (Navarro Adelantado, 2002, p. 49).

d) Integra todos los aspectos de la persona (su historia, las emociones, la motricidad, los procesos intelectuales, las interpretaciones, las interacciones sociales, etc.). e) Es un elemento universal de la cultura, existente de manera particular en cada una de ellas.

El juego es transmisor de cultura, reflejando “el carácter, la calidad y la naturaleza simbólica de las pautas” (Navarro Adelantado, 2002, p. 50) de relación, de comportamiento adquirido, que asume también formas de subsistencia, reorganización y perfeccionamiento.

f) Acompaña al ser humano a lo largo de toda su existencia, adquiriendo formas particulares en cada etapa. Esta afirmación remite a salirse de una creencia extendida que lo reduce solo a la infancia, pudiendo comprender y visibilizar su existencia y significación en otros momentos de la vida. g) El juego y el jugar² se desarrollan en el “tiempo libre” , desde una función compensatoria de las actividades obligatorias y/o del trabajo.

En este sentido, a diferencia de Navarro Adelantado (2002), se considera que el juego es un ámbito de libertad, que supera el “tiempo liberado” (Munné, 1980) para desarrollar un “tiempo de libertad”, o mejor dicho, la libertad en el tiempo. Este rasgo, esencial en la comprensión del juego, es una de las preocupaciones de muchos/as docentes que incluyen el juego en ámbitos educativos, donde se genera la tensión entre libertad y condicionamiento. h) Es y puede ser una actividad de aprendizaje. Toda instancia de juego genera aprendizajes, procesos de desarrollo, de exploración, de reconfiguración, de perfeccionamiento, de creación.

Esta conceptualización amplia de lo que es el juego, permite salirse de encasillamientos que restringirían la comprensión del tema. A estas afirmaciones se puede agregar que el juego es un Derecho en numerosos documentos y acuerdos.

A nivel internacional, en la Declaración de los Derechos del niño (Organización de las Naciones Unidas, 1959), en su art. VII “El niño debe disfrutar plenamente de juegos y recreaciones”, y también a nivel nacional en la enunciación de leyes, como la Ley 26061 de Protección Integral de los Derechos de las Niñas, Niños y Adolescentes (2015) en su art. 20 y la Ley 26206, de Educación Nacional, en sus art. 20 y 27.

En síntesis, se parte de la idea de considerar al juego mucho más que una actividad, más bien como una manifestación compleja (Morin, 1997) que es atravesada y, al mismo tiempo, definida en sus diferentes dimensiones: individual, social; comunitaria, como acción, actividad, actitud, expresión y comunicación; transmisión, transformación y creación de cultura: una construcción que parte de las personas, pero trasciende a ellas.

Complejidad que se aleja del simplismo y del reduccionismo, acercándose al abordaje multidimensional, desde la idea de la imposibilidad de construir un conocimiento completo. El pensamiento complejo no evita el desafío, sino que invita a superarlo (Morin, 1997). ¿Por qué se aborda el juego en el campo de la EF? Es necesario reconocer que el juego es una manifestación humana que atraviesa muchas disciplinas y ciencias; en consecuencia, no es un área exclusiva de la EF, pero su abordaje posee una especificidad al considerarla una práctica corporal y un saber a

ser aprendido. A partir de una aproximación conceptual se comprende su incumbencia. La EF es una construcción cultural, que constituye un campo de saberes y de prácticas.

Para Bracht (1996) es una práctica pedagógica y social que tematiza elementos la cultura corporal o de la cultura del movimiento, en el marco de un cuerpo de conocimientos que la constituyen. Crisorio (2009) sostiene que es una práctica que puede reflexionar sobre sí misma, crear sus propios objetos de estudio, los saberes de su propio campo disciplinar, en estrecha relación con la intervención, y que aborda dos dimensiones articuladas: el cuerpo y las prácticas corporales. Asimismo, cuestiona la denominación EF por ser restrictiva, proponiendo la de Educación Corporal (2015).

Se puede concebir como un campo de saberes y prácticas, que pedagogiza y problematiza diferentes recortes de la cultura corporal y que, al mismo tiempo, se configura como un área de estudio e investigación, de producción, reconstrucción y socialización del conocimiento. En este marco de la EF, el juego se constituye en una práctica corporal extendida en diferentes ámbitos, épocas, comunidades y sujetos, que se constituye como un contenido a enseñar y aprender.

El juego en la educación física reconoce y demuestra como la estrategia pedagógica facilita el aprendizaje de conceptos básicos a nivel de la educación. Cabe resaltar que los docentes deben tener en cuenta la importancia del comportamiento del juego en donde logra fortalecer sus aprendizajes, motivando y convocando a los niños a la integración y participación,

generando bases para el pensamiento creativo, como fundamento esencial para el desarrollo integral del mismo.

El Juego A Nivel Nacional

En Colombia los juegos pretenden tener una visión más amplia del juego como elemento fundamental en el aprendizaje de niños, obteniendo beneficios, como el estímulo de la creatividad, la memoria, la sensibilidad y contribuyendo a una mejor convivencia en su entorno social. El juego es el primer acto creativo del ser humano y la conexión del niño con su realidad exterior, por medio del juego, el niño va logrando el entendimiento de la realidad, es decir, el niño crece a través del juego y se prepara para el futuro. Según (linares, 2016)

El juego como herramienta de aprendizaje en la educación infantil.

La educación viene atravesando por grandes cambios en la metodología que utilizan los docentes. Observamos como la educación ya no se basa en la concepción de la enseñanza como un método de transmisión y observación, si analizamos ahora, los docentes enfocan la educación a un nivel más participativo e investigativo, esto como método de aprendizaje.

Ahora la educación se ha visto intervenida por el tema de las actividades Lúdicas, las cuales son enfocadas para solucionar problemas de aprendizaje y contribuyen a los niños en su desarrollo psicomotriz, entre esas expresiones podemos mencionar el teatro, la música, la danza, entre otras. En este planteamiento nos referiremos al juego como una herramienta de aprendizaje, esto fundamentalmente como un proceso pedagógico. Si bien el juego cumple una función, si se

quiere, más esencial que lo educativo, relacionada con el desarrollo del ser, con su estar en este mundo, con su vida misma.

Todos los niños del mundo juegan, y esta actividad es tan preponderante en su existencia que se diría que es la razón de ser de la infancia. Efectivamente, el juego es vital; condiciona un desarrollo armonioso del cuerpo, de la inteligencia y de la afectividad. El niño que no juega es un niño enfermo, de cuerpo y de espíritu. La guerra, la miseria, al dejar al individuo entregado únicamente a la preocupación de la supervivencia, haciendo con ello difícil o incluso imposible el juego, hacen que se marchite la personalidad. (UNESCO, 1980, p. 5).

El juego constituye por lo demás una de las actividades educativas esenciales y merece entrar por derecho propio en el marco de la institución escolar, mucho más allá de los jardines de infantes o escuelas de párvulos donde con demasiada frecuencia queda confinado. En efecto, el juego ofrece al pedagogo el medio de conocer mejor al niño y de renovar los métodos pedagógicos.

Su introducción en la escuela, empero, plantea numerosos problemas, máxime cuando los estudios sobre el juego son todavía relativamente escasos y no han conducido a la elaboración de una teoría que responda a las diversas interrogantes que suscitan las actividades lúdicas. No obstante, cualquiera que sea la actitud de una sociedad frente a los juegos infantiles, éstos tienen siempre un papel esencial en la educación. Puede decirse incluso que el juego funciona como una verdadera institución educativa fuera de la escuela. Los pedagogos ansiosos

de renovación no podían permanecer indiferentes ante las considerables posibilidades ofrecidas por las actividades lúdicas, esto nos indica.

Ya en la antigüedad y durante el Renacimiento, algunos filósofos habían subrayado la importancia del juego. Sin embargo, en los países europeos en proceso de industrialización el juego fue considerado como cosa inútil y aun perjudicial, y fueron precisos los primeros trabajos de Claparede en 1916 para rehabilitar las actividades lúdicas a los ojos de los pedagogos más avanzados. En su investigación sobre las posibilidades de educación de los deficientes mentales, el doctor Ovide Decroly debía llamar la atención sobre las utilizaciones prácticas de esta verdadera herramienta pedagógica. (UNESCO, 1980, p. 5).

A partir de este planteamiento observamos la importancia del juego como una herramienta en las diferentes actividades de los niños. Por ello surge la necesidad de plantear un proyecto dirigido a los niños de primaria de edades comprendidas entre los 6 a 11 años, donde el tema de las estadísticas se pueda incorporar de una forma lúdica (juego) y con un lenguaje sencillo, en tanto que si observamos a nuestro alrededor las estadísticas siempre se han visto como un tema complejo con características poco atractivas para los estudiantes.

De ahí surge la importancia de motivarlos e incorporar la estadística al uso cotidiano de los niños esto a través del juego. 10 Se pretende llegar a esta población con actividades que conllevan al aprendizaje, pero que vayan de la mano del juego; así, este tipo de actividades serán de gran importancia si se deja al niño actuar de una forma espontánea y libre en la institución pública donde se trabajará el proyecto (Departamento Administrativo Nacional de Estadística –

DANE). Esta institución es el departamento rector de las estadísticas del país, donde dentro de su programa de cultura estadística pretende llevar información de acuerdo a los grupos de interés que manejan, por tal motivo es importante llevar esta información a los colegios, en este caso enfocado al grupo de interés de los niños de primaria.

Pero siempre se generan preguntas de cómo es la mejor manera de llegar a ellos, que clase de lenguaje utilizar, cuáles serán las actividades adecuadas para realizar. A partir de este planteamiento surge la siguiente pregunta ¿Cómo usar las herramientas lúdicas-juegos-en los procesos educativos enfocados a la enseñanza de la estadística básica en los niños de primaria desde el DANE?

}

Por tal motivo cabe señalar este planteamiento el cual pretende tener una visión más amplia del juego como elemento fundamental en el aprendizaje de niños de la educación básica primaria, obteniendo beneficios, como el estímulo de la creatividad, la memoria, la sensibilidad y contribuyendo a una mejor convivencia en su entorno social.

El juego es el primer acto creativo del ser humano y la conexión del niño con su realidad exterior, por medio del juego, el niño va logrando el entendimiento de la realidad, es decir, el niño crece a través del juego y se prepara para el futuro. A través del juego el niño expresa sus deseos, temores, fantasías y conflictos así como la percepción que tienen de sí mismo, y de otras personas en general del mundo que lo rodea. Como plantea Benítez (2009),

El juego es una actividad propia del ser humano y se presenta en todos los niños aunque su contenido varía debido a las influencias culturales que los distintos grupos sociales ejercen. Debido a que el juego ha demostrado ser una valiosa experiencia de aprendizaje, en la actualidad se ha superado en gran medida la tendencia a considerar el juego como una inofensiva “pérdida de tiempo”, propia de la infancia.

Pero no es así, el juego es de gran importancia para el sano desarrollo de la personalidad infantil. El juego es reconocido alrededor del mundo como una actividad de regocijo, de alegría, sin tener en cuenta la raza, ni credos, ni estrato social, donde el niño de una forma lúdica expresa sus habilidades, sus sentimientos y su carácter.

Es importante la relación entre el juego y el aprendizaje porque hace más amenas esas clases que son poco atractivas para los niños. La diversión en clases debería ser un propósito por parte del docente, donde el niño a partir del juego aprenda a construir y asociar sus temas educativos.

Los beneficios del juego son numerosos entre los cuales se puede mencionar que éste es un canal de expresión y descarga de sentimientos, tanto positivos como negativos, ayudando al equilibrio emocional; el juego es un canal para conocer los comportamientos del niño y así poder encauzar o premiar hábitos; los niños que juegan con adultos desarrollan más su creatividad, es aquí cuando nuestro papel como padres y como docentes debe ser tan espontáneo como el juego mismo del niño, es decir que al momento de promover actividades estas fomenten el aprender con gusto,

Creando vínculos de afecto y de confianza al jugar de igual a igual, incluso permitiendo al niño dirigir la actividad. Inclusive es interesante que los mismos docentes participemos de los juegos tal y como si fuéramos los mismos niños, permitiendo que las líneas de poder que se han manejado tradicionalmente en las instituciones educativas, se rompan, esto con la intención de generar mayor confianza y estimular el mejoramiento de la comunicación no solo a nivel de estudiantes sino de todos los miembros de la institución.

Si hay mayor confianza y equilibrio en las emociones, es factible que logremos que haya mayor participación por parte de los estudiantes, mayor uso de la imaginación y de la creatividad, así aportamos a la actual sociedad cambiante en la cual los niños están perdiendo su capacidad creadora para hacerse seres dañinos para ellos mismos, su familia y su entorno.

La violencia en los colegios se ha incrementado, los niños viven bajo diferentes presiones y diferentes tipos de conflictos, jugar renace lo mejor de cada ser humano, primero como personas, luego como estudiantes, en la medida que un ser humano está sano espiritualmente es sana su vida y de ello da a los demás. De ahí la importancia de incluir el juego en las aulas educativas.

En el campo de la estadística específicamente vemos como este tema se convierte en un ladrillo, en un tema dispendioso con un lenguaje técnico y de difícil entendimiento para el estudiante, el reto poder convertir este tema en atractivo, interesante y que hagan parte de las aulas educativas, pero todo esto de la mano del juego, como es la mejor forma de entender los números, las comparaciones, los gráficos, las encuestas, entre otros. En el Departamento

Administrativo Nacional de Estadística – DANE, vemos la necesidad de integrar el tema con actividades lúdicas, que generen en los niños interés por el aprendizaje acerca del tema, pero con esto no solo podemos 13 pretender dar una cátedra formal, con una presentación y ya, si no debemos asociarlo a juegos a actividades donde le niño pueda participar activamente.

A partir de este relato es importante generar ese objetivo general que nos llevara a la meta de nuestra propuesta es decir posicionar el juego como elemento central en el desarrollo de una propuesta formativa tendiente a mejorar los procesos educativos diseñados en el Departamento Administrativo Nacional de Estadística – DANE, dirigidos a la población infantil. Pero adicional es fundamental contar con esos objetivos más definidos para un trabajo más específico en desarrollo de este proyecto como podemos plantear:

- Diagnosticar las falencias que presentan los procesos de formación que se implementan con los niños que asisten al Departamento Administrativo Nacional de Estadística (DANE).
- Determinar las potencialidades pedagógicas del juego en el diseño de propuestas formativas en la población infantil.
- Promover el juego como herramienta de aprendizaje central en la metodología de trabajos de los agentes educativos de la entidad

A partir de estos parámetros podemos observar la importancia del juego como instrumento de aprendizaje, en este caso específico, vemos como las actividades realizadas por los niños generar gran interés y contribuyen al conocimiento de un tema específico .como lo es la estadística que cada día adquiere más importancia en la cotidianidad de los niños, cabe resaltar

que a través de las actividades los niños pueden generar inquietudes, agilidad mental, y curiosidad. Para en si poder llevar a cabo un desarrollo motor.

El Juego A Nivel Departamental

El juego ha tenido un gran impacto en el norte de Santander ya que en los últimos tiempos la educación física ha causado en esta población un afianzamiento de todas las tradiciones y legados. Por lo tanto el juego se considera como una actividad inseparable al ser humano en donde se ha aprendido a relacionarse en el ámbito familiar, social, cultural, y sobre todo en la parte educativa. Por tal razón el juego ayuda a bajar la agresividad ya que es una conducta que lleva a generar daño físico o verbal a una persona, según (ACOSTA, 2015)

Acción voluntaria, realizada dentro de varios límites fijados en el tiempo y espacio, que sigue reglas libremente aceptadas, pero completamente imperiosa, provista de un fin sí misma y acompañada de un sentimiento de tensión y alegría de una conciencia de ser algo diferente de lo que se es en la vida corriente

Juegos tradicionales

Al hablar de juegos tradicionales nos referimos a aquellos juegos que, desde muchísimo tiempo atrás siguen perdurando, pasando de generación en generación, siendo transmitidos de abuelos a padres y de padres a hijos y así sucesivamente, sufriendo quizás algunos cambios, pero manteniendo su esencia. Son juegos que no están escritos en ningún libro especial ni se pueden comprar en ninguna juguetería (quizás solo algunos elementos).

Son juegos que aparecen en diferentes momentos o épocas del año, que desaparecen por un período y vuelven a surgir. Kishimoto escribe al respecto, citando a Ivic: "La modalidad denominada juego tradicional infantil, denominada así por el folklore, incorpora la mentalidad popular, expresándose sobre todo por medio de la oralidad.

Considerado parte de la cultura popular, el juego tradicional guarda la producción espiritual de un pueblo en cierto período histórico. Esa cultura no es oficial, se desarrolla especialmente de modo oral, no queda cristalizada. Está siempre en transformación, incorporando creaciones anónimas de generaciones que se van sucediendo" (Kishimoto, 1994).

Los juegos tradicionales se pueden encontrar en todas partes del mundo. Si bien habrá algunas diferencias en la forma del juego, en el diseño, en la utilización o en algún otro aspecto, la esencia del mismo permanece. Y es curioso cómo todos estos juegos se repiten en los lugares más remotos aún con la marca característica de cada lugar y cultura. Si queremos estudiar estos juegos tradicionales no deberíamos hacer una mirada muy superficial.

Los mismos son de una riqueza inimaginable cuando los estudiamos en profundidad y en su relación con la cultura de cada región, el momento en el que es jugado, las personas que lo jugaban. Estas características particulares del entorno del juego dan cuenta de una serie de aspectos histórico-socio-culturales que nos ayudan a entenderlos y a entender la propia historia y cultura de nuestros pueblos. De esto dan cuenta también los juguetes: "La historia de los juguetes es parte de la historia de la cultura del hombre" (Hernandez J. L., 2007).

Características de los juegos tradicionales

Algunas características que se repiten prácticamente en todos estos juegos son: Son jugados por los niños por el mismo placer de jugar. Son los mismos niños quienes deciden cuándo, dónde y cómo se juegan, Responden a necesidades básicas de los niños, Tienen reglas de fácil comprensión, memorización y acatamiento. Las reglas son negociables, No requieren mucho material ni costoso, Son simples de compartir, Practicables en cualquier momento y lugar. (Hernandez J. L., 2007)

Ventajas y valores educativos de los juegos tradicionales

El juego en el niño satisface las necesidades básicas de ejercicio, le permite expresar y realizar sus deseos y prepara su imaginación para el desarrollo de su actitud moral y maduración de ideas, pues es un medio para expresar y descargar sentimientos, positivos o negativos, que ayuda a su equilibrio emocional. Mediante el juego se estima el desarrollo de las potencialidades, la independencia funcional y el equilibrio emocional; por ello, el juego posee valores capaces de generar consecuencias positivas en el individuo, las cuales se pueden clasificar en:

Valor físico: Por medio del juego se descarga energía física, aumenta la flexibilidad y agilidad, como en los juegos de caza, ladrón y policía, entre otros. Se aumenta la resistencia aeróbica y anaeróbica en juegos de carreras, saltos y lanzamientos, además, fisiológicamente se desarrollan y fortalecen músculos y extremidades.

Valor social: Al ofrecer experiencias de relaciones sociales se ayuda a describir el derecho ajeno, a conducirse dentro del grupo social y aprender compañerismo, disciplina, cooperación, liderazgo y comunicación.

Valor intelectual: Permite su interpretación mediante la fantasía, creatividad e imaginación.

Valor psicológico: Cuando influye en la organización de una personalidad equilibrada, a través de la actividad del juego, el niño o la niña tiene la oportunidad de construir su propio Yo, de experimentar sin trabas sus gustos y aficiones sin la rigidez del mundo adulto.
(Sarmiento, 2008)

Se pudo observar el programa de juegos tradicionales en donde se contribuyo en la disminución de la agresividad en los estudiantes; por lo tanto el juego ha sido de gran importancia para el complemento el trabajo participativo de los estudiantes, para poder generar un impacto positivo en la modelación, el comportamiento y el desarrollo de las actividades.

Motricidad

¿Qué Es?

La motricidad es el dominio del cuerpo por parte de las personas. El ser humano no solo está en condiciones de reproducir movimientos, si no que puede expresar su intencionalidad de manera creativa Como lo afirma (Baracco, 2011) La motricidad Es algo integral ya que

intervienen todo el sistema de nuestro cuerpo .va más allá de la simple reproducción de movimientos y gestos, involucra la espontaneidad, la creatividad y la intuición, etc. Tiene que ver la con la manifestación de intencionalidades y personalidades .la motricidad nace en la corporeidad, la primera es la capacidad del ser humano de moverse en el mundo y la segunda es la forma de estar en el mundo.

Cuanto más compleja es la motricidad, más complejo es el mecanismo que la planifica, regula, elabora y ejecuta. La motricidad conduce a esquemas de acción sensoriales que a su vez son transformados en patrones de comportamiento cada vez más versátiles y disponibles. La motricidad retrata, en términos de acción, los productos y los procesos funcionales creadores de nuevas acciones sobre acciones anteriores. Por la motricidad utilizadora, exploratoria, inventiva y constructiva, el Hombre y el niño, humanizando, esto es, socializando el movimiento, adquirirán el conocimiento.” (Vítor Da Fonseca, 1989)

Con esta revisión se muestra la importancia de anexar, todos los niveles de formación, en donde los avances teóricos sobre corporeidad y motricidad, llevar acabo un objetivo principal que es lograr una educación integral. Donde se fomente el autoconocimiento, la expresión, la creatividad y la relación con otros. Por lo tanto la omisión de estos componentes contribuya a una mayor apatía de los estudiantes a la realización de actividad física regular.

Tipos de Motricidad

Motricidad Gruesa

La motricidad gruesa comprende todo lo relacionado con el desarrollo cronológico del niño/a especialmente en el crecimiento del cuerpo y de las habilidades psicomotrices respecto al juego y a las aptitudes motrices de manos, brazos, pierna y pies.” Las investigadoras concluyen que la motricidad gruesa abarca el progresivo control de nuestro cuerpo. Por ejemplo: el control de la cabeza boca abajo, el volteo, el sentarse, el gateo, el ponerse de pie, caminar, subir y bajar escaleras, saltar.

Motricidad Fina

La motricidad fina comprende las actividades del niño que requieren precisión y un elevado nivel de coordinación, y se refiere a los movimientos realizados por una o varias partes del cuerpo y son movimientos de poca amplitud pero de gran precisión .La motricidad fina parte desde su nacimiento, y a medida que va evolucionando el niño/a va obteniendo un desarrollo motor el cual parte desde su maduración y su propia experiencia. La motricidad fina juega un papel importante en el desarrollo de la inteligencia, estas habilidades van evolucionando progresivamente por medio de la experimentación y el aprendizaje sobre su entorno.

Motricidad Dinámica O Aniso métrica

Es aquella en la que la magnitud de la tensión del músculo no es igual a la longitud del mismo, variará según cual sea la tensión generada. La cual al ser generada por la tensión de la longitud del músculo varía según indique cada ejercicio.

Etapas De Motricidad

Etapas ganglionar y cerebral

La situación anatómica de esta etapa se encuentra entre la corteza y la medula espinal. Después de abandonar la corteza, la vía piramidal pasa junto a los ganglios basales situados en la sustancia blanca cerebral. Los ganglios basales se encargan de modificar, perfeccionar, aumentar la precisión y la finura de ésta orden de movimiento. Posteriormente, de los ganglios, la orden pasa al cerebelo, el cuál regula el equilibrio y el movimiento tomando como referencia la distancia, fuerza, dirección, tiempo, etc.

1.1.1.1.1 Etapa espinal

En esta etapa espinal es muy Fundamentalmente ya que se basa en la transmisión del impulso a través de la medula espinal, descendiendo hasta el segmento correspondiente del musculo o músculos a estimular, tomando la raíz nerviosa de dicho nivel como vía de continuación a la orden de movimiento previamente perfeccionada.

1.1..1.1.2 Etapa Nerviosa

En esta etapa es importante ya que lo conlleva al impulso viaja desde la salida de la raíz nerviosa de la medula espinal hasta la fibra o fibras musculares, terminando esta etapa en la unión nervio-músculo, es decir, en la placa motora.

1.1..1.1.3 Etapa Muscular

En la etapa muscular se realiza el paso del impulso nervioso al musculo. Nos vamos a encontrar con que el impulso eléctrico se transforma en una señal química, la cual provoca la contracción muscular solicitada por el córtex cerebral, produciendo un movimiento que se vale de una palanca ósea

1.1..1.1.4 Etapa Articular

En esta etapa existe movimiento articular, siendo considerado por fin como el actor motor propiamente dicho. Es un conjunto de funciones nerviosas y musculares.


CAPITULO 3
INFORMES DE LOS PROCESOS CURRICULARES

GRADO 3°

Planeador 1




INSTITUCION EDUCATIVA	colegio integrado juan atalaya sed e Gabriel García Márquez	JORNADA	Mañana
		SEMANA	1
SUPERVISOR	JHONATAN PASTO	EDADES	10 años hacia adelante
		N° PARTICIPANTES	35
DOCENTE	JUAN CARLOS OLARTE MORA		
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD	velocidad y reacción		
OBJETIVOS	Aumentar la concentración y habilidad motoras de los niños		
DESCRIPCIÓN	Se organizaran tres grupo (A, B Y C) el juego consiste en que el niño estará sentado en un aro indicando la posición de partida. Cuando el profe dé la salida los primeros de cada grupo deberán pararse y correr hasta un cono donde estará situado a unos metros de distancia. Seguidamente se devuelve y le toca la mano al compañero para indicarle la salida el equipo que logre pasar primero todos los participantes será el ganador.		
VARIANTES	ya no habrán aros si no se pondrán conos donde deberán saltar por encima de los conos		
MATERIALES	Aros ,conos		

<p>EVIDENCIAS</p>	
<p>EVALUACIÓN</p>	<p>formativa de observación directa</p>

Planeador 2

INSTITUCION EDUCATIVA	colegio integrado juan atalaya sede Gabriel García Márquez	JORNADA	Mañana
		SEMANA	2
SUPERVISOR	JHONATAN PASTO	EDADES	10 años hacia adelante
		N° PARTICIPANTES	35
DOCENTE	JUAN CARLOS OLARTE MORA		
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD	platillo en la cabeza		
OBJETIVOS	mejoramiento de la concentración		
DESCRIPCIÓN	<p>Se organizaran en 3 grupos (a, b y c) cada participante de cada grupo debe tener un platillo “o cual quier elemento que sea útil”. En el cual lo llevara en la cabeza sin dejarlo caer y cuando el profe de la salida los primeros de cada grupo deberán caminar por encima de un lazo que está situado en el suelo hasta llegar a un cono que está a unos metros de distancia, cuando lleguen deben dejar el platillo en su respectivo puesto, luego deben volver corriendo y le toca la mano al compañero para darle la salida. El primer grupo que deje todos los platillos en su lugar será el ganador.</p>		
Variantes	Ejecutará el mismo circuito pero lo realizaran en flexión de las rodillas		

materiales	Platillos ,conos
Evidencias	



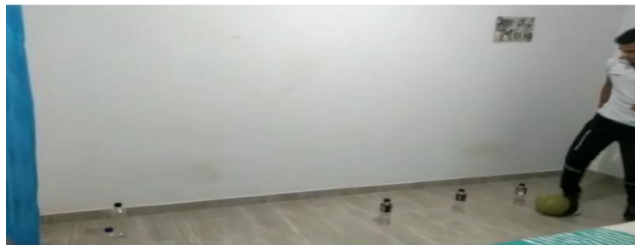
evaluación	formativa de observación directa
-------------------	----------------------------------

Planeador 3



INSTITUCION EDUCATIVA	colegio integrado juan atalaya sede Gabriel García Márquez	JORNADA	Mañana
		SEMANA	3
SUPERVISOR	JHONATAN PASTO	EDADES	10 años hacia adelante
		N° PARTICIPANTES	35
DOCENTE	JUAN CARLOS OLARTE MORA		
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD	derribar los conos		
OBJETIVOS	mejorar la coordinación del niño		
DESCRIPCIÓN	Se organizaran en 3 grupos (a, b y c) el juego consiste en donde cada participante de cada grupo llevara el balón con los pies por un circuito de zigzag .luego deberá derribar unos potes donde estarán ubicados a una cierta distancia al final del circuito. Solo tendrán una oportunidad de lanzamiento y el que tumbe más potes obtendrán un punto, luego se devuelven y sale el siguiente participante a realizar el mismo circuito. El grupo que obtenga más puntos será el ganador.		
Variantes	Que el niño ya no lleve el balón con los pies si no ahora con las manos.		
materiales	potes y balones		

Evidencias



Evaluación	formativa de observación directa
-------------------	----------------------------------

PLANEADOR 4

INSTITUCION EDUCATIVA	colegio integrado juan atalaya	JORNADA	Mañana
	sede Gabriel García Márquez	SEMANA	4
SUPERVISOR	JHONATAN PASTO	EDADES	10 años hacia adelante
		N° PARTICIPANTES	35
DOCENTE	JUAN CARLOS OLARTE MORA		
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD	juegos de salto		
OBJETIVOS	desarrollar las habilidad motoras del niño		
DESCRIPCIÓN	<p>El ejercicio se realizara de forma individual, consiste en que el niño va a ejecutar varios circuito que está señalizado con una secuencia de unos moldes de pies echa de papel que estará ubicado en el suelo .para en si realizar varios tipos de ejercicios de saltos como 1).saltos pies juntos, a pies separadas, combinados “abiertas y cerradas “, a un pie. El ejercicio se realizara tres veces por circuito.</p>		
VARIANTES	Se irán cambiando los ejercicios cuando el profesor de las indicaciones		
MATERIALES	Papel, cinta		

EVIDENCIAS





PLANEADOR 5

INSTITUCION EDUCATIVA	colegio integrado juan atalaya sede Gabriel García Márquez	JORNADA	Mañana
		SEMANA	5
SUPERVISOR	JHONATAN PASTO	EDADES	10 años hacia adelante
		N° PARTICIPANTES	35
DOCENTE	JUAN CARLOS OLARTE MORA		
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD	trote y despeje		
OBJETIVOS	mejorar la fuerza en el momento del despeje		
DESCRIPCIÓN	El ejercicio se realizara de forma individual, en donde se va a desarrollar un circuito en el cual está señalizado con un lazo de forma horizontal en el suelo. Consiste en que el niño estará ubicado detrás del lazo a una distancia moderada, en primer lugar de forma dinámica va hacer un trote en el mismo puesto y a la voz del profesor deberá saltar de forma vertical al otro lado del lazo “adelante” la idea es despejarse lo que más pueda del suelo, El ejercicio se realizara tres veces por circuito.		
variantes	Ya no lo va hacer con trote si no laterales, elevación de rodillas etc. Y realizara el mismo circuito		
materiales	Lazos		

evidencias

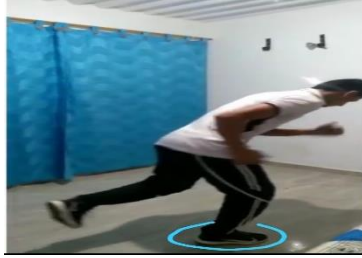


evaluación	formativa de observación directa
-------------------	----------------------------------

PLANEADOR 6

INSTITUCION EDUCATIVA	colegio integrado juan atalaya sede Gabriel García Márquez	JORNADA	Mañana
		SEMANA	6
SUPERVISOR	JHONATAN PASTO	EDADES	10 años hacia adelante
		N° PARTICIPANTES	35
DOCENTE	JUAN CARLOS OLARTE MORA		
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD	Desplace y precisión		
OBJETIVOS	Desarrollar el salto en el momento del despliegue		
DESCRIPCIÓN	Se organizaran en 1 grupo “los que puedan participar” en donde se va a ejecutar un circuito en el cual está señalizado con unos círculos de lana. Consiste en que el niño estará haciendo desplazamientos como caminata, trote, laterales etc. al sonido del silbato deberá saltar y caer con un solo pie y ser preciso en uno de los círculos ya mencionado anteriormente, el participante que quede por fuera del circulo pagara penitencia como “sentadillas, flexiones de pecho entre otras “El ejercicio se realizara tres veces por circuito.		
variantes	Ya no caerán con un solo pie en el círculo, si no con los dos.		
materiales	Lana		



evidencias



evaluación	formativa de observación directa
-------------------	----------------------------------

Planeador 7


INSTITUCION EDUCATIVA	colegio integrado juan atalaya sede Gabriel García Márquez	JORNADA	Mañana
		SEMANA	7
SUPERVISOR	JHONATAN PASTO	EDADES	10 años hacia adelante
		N° PARTICIPANTES	35
DOCENTE	JUAN CARLOS OLARTE MORA		
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD	Trasladar las pelotas		
OBJETIVOS	Mejoramiento de la estabilidad		
DESCRIPCIÓN	<p>Este ejercicio se realizara de forma individual. En donde se va a ejecutar un circuito en el cual está señalizado con un lazo de forma vertical en el suelo y a los lados “izquierda y derecha “habrá 6 pelotas de tenis. El juego consiste en que el participante deberá caminar por encima de lazo “guía”, a la medida que vaya caminado deberá agacharse y recoger una pelota y lo traslada hasta final del circuito donde encontrara una caja a cierta distancia y lanzara la pelota hasta dejarla adentro luego deberá regresar pero caminando hacia atrás sin perder la guía del lazo para en si recoger la segunda pelota y trasladarla hasta el final del circuito y así sucesivamente hará con todas pelotas .el ejercicio se realizara 3 veces.</p>		

variantes	En el momento que se agache a recoger la pelota deberá bajar con un pie y continuar con el mismo circuito
materiales	Pelotas de tenis
evaluación	<div style="display: flex; justify-content: space-around;">   </div> <p style="text-align: center;">formativa de observación directa</p>

Evidencia	
------------------	--

Planeador 8


INSTITUCION EDUCATIVA	colegio integrado juan atalaya sede Gabriel García Márquez	JORNADA	Mañana
		SEMANA	8
SUPERVISOR	JHONATAN PASTO	EDADES	10 años hacia adelante
		N° PARTICIPANTES	35
DOCENTE	JUAN CARLOS OLARTE MORA		
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD	Velocidad y aceleración		
OBJETIVOS	Desarrollar la coordinación del niño		
DESCRIPCIÓN	<p>Se organizaran en 3 grupos (a, b y c) en donde habrá un circuito de tipo escalera con unos potes acostado y a unos metros de distancia estará ubicado un cono que indicara la parte final. el juego consiste en donde cada participante de cada grupo deberá hacer 10 sentadillas antes de la partida , seguidamente al sonido del silbato podrán salir a realizar el circuito de tipo escalera pero lo harán con elevación de rodillas ,luego correrán hasta un cono que está ubicado a una cierta distancia , posteriormente se devuelven y le toca la mano al compañero para que realice la misma ejecución el primer grupo que logre pasar todos los participantes será el ganador</p>		

variantes	partida inicial realizaran saltos, y en el circuito efectuaran laterales .
materiales	Potes ,conos
Evaluación	 <p data-bbox="597 772 1057 804">formativa de observación directa</p>

Evidencia	
------------------	--

Planeador 9


INSTITUCION EDUCATIVA	colegio integrado juan atalaya sede Gabriel García Márquez	JORNADA	Mañana
		SEMANA	9
SUPERVISOR	JHONATAN PASTO	EDADES	10 años hacia adelante
		N° PARTICIPANTES	35
DOCENTE	JUAN CARLOS OLARTE MORA		
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD	Recuerda el número		
OBJETIVOS	Aumentar la memoria y la inteligencia		
DESCRIPCIÓN	<p>Este ejercicio se realizara de forma individual. Primer punto el profesor dará conocer unas instrucciones en el cual el niño deberá recordarlos. Por ejemplo; el 1 será caminar punta de pies. 2 caminar con los talones de los pies, 3 saltar con el pie derecho ,4 saltar con el pie izquierdo, 5 dar aplausos por debajo de los muslos, seguidamente ya dado a conocer las indicaciones, el profesor dirá un número ya mencionado anteriormente y el niño deberá ejecutar el ejercicio del número correspondiente. Si dice 1 caminara en punta de pies y así con los otros.</p>		

variantes	El profesor dirá los números por medio de suma y restas y el número que le dé el niño deberá realizar el ejercicio. .
materiales	Utilidad del peso corporal
evidencias	

evaluación	formativa de observación directa
-------------------	----------------------------------

Planeador 10


INSTITUCION EDUCATIVA	colegio integrado juan atalaya sede Gabriel García Márquez	JORNADA	Mañana
		SEMANA	10
SUPERVISOR	JHONATAN PASTO	EDADES	10 años hacia adelante
		N° PARTICIPANTES	35
DOCENTE	JUAN CARLOS OLARTE MORA		
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD	La cadena o el rescate		
OBJETIVOS	Relacionarse con los demás y tener una buena comunicación		
DESCRIPCIÓN	<p>Se organizaran en 1 grupo “los que puedan participar” El juego comienza con dos niños cogidos de la mano, que son los dos primeros eslabones de la cadena. Tendrán que ir tocando al resto de niños para unirlos a la cadena. Los niños intentarán huir. Si un niño es tocado deberá cogerle la mano a los que están en la cadena y así irán alargándola.</p> <p>Cuando pillan al último jugador se termina la ronda y la nueva partida comenzará con los dos primeros jugadores que fueron tocados en la primera.</p>		
variantes	En el momento de agarrarlos Todos correrán en un solo pie		

materiales	Campo abierto
evidencias	

evaluación	formativa de observación directa
-------------------	----------------------------------

Planeador 11

INSTITUCION EDUCATIVA	colegio integrado juan atalaya sede Gabriel García Márquez	JORNADA	Mañana
		SEMANA	11
SUPERVISOR	JHONATAN PASTO	EDADES	10 años hacia adelante
		N° PARTICIPANTES	35
DOCENTE	JUAN CARLOS OLARTE MORA		
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD	Carrera de tortugas		
OBJETIVOS	Desarrollar la coordinación por medio del juego		
DESCRIPCIÓN	<p>Se organizaran en 3 grupos (a, b y c) en donde Todos los participantes deben tener un almohadón o una almohada pequeña. Se ubican todos en la línea de partida, en cuatro patas, y se colocan el almohadón sobre la espalda (como si fuese el caparazón de una tortuga). Al sonido del silbato salen las primeras tortugas de cada grupo a avanzar hasta un cono que está a una cierta distancia, “si se les cae el almohadón de la espalda deben regresar al punto de partida y comenzar nuevamente”. Luego deberán devolverse corriendo y le tocara la mano al compañero para darle la salida, El grupo que logre pasar primero todos los participantes será el ganador.</p>		

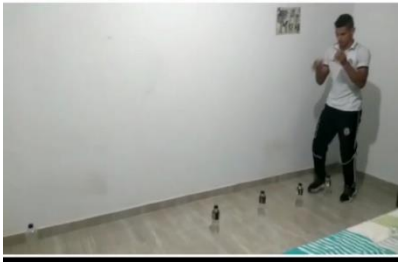
variantes	En el momento de regresar ya no va hacer corriendo si no se devuelven con el mismo circuito es decir “ en 4 patas “
materiales	almohada
Evidencia	
Evaluación	formativa de observación directa



Planeador 12

INSTITUCION EDUCATIVA	colegio integrado juan atalaya sede Gabriel García Márquez	JORNADA	Mañana
		SEMANA	12
SUPERVISOR	JHONATAN PASTO	EDADES	10 años hacia adelante
		N° PARTICIPANTES	35
DOCENTE	JUAN CARLOS OLARTE MORA		
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD	JUEGOS DE BOLOS		
OBJETIVOS	Mejorar el lanzamiento por medio del juego		
DESCRIPCIÓN	Se organizaran en 3 grupos (a, b y c) consiste en que el niño va a ejecutar un circuito que está señalado con una secuencia de conos “potes” en hilera. Al sonido del silbato los primeros participantes de cada grupo saldrán a realizar el circuito con una acción de Skipping bajo por fuera de los conos y deberá ir rebotando una pelota de tenis. luego lanzara la pelota rodando “por debajo “ para derribar todos los bolos que se pueda, que estarán ubicados a unas cierta distancia , el que logre tumbar más bolos obtendrá el punto .y el equipo que tengas más puntos después de pasar todos los participantes será el ganador ya no lanzara por debajo sino por encima		
variantes			
materiales	Potes , pelota de tenis		

Evidencia




GRADO 4°

Evaluación	formativa de observación directa
-------------------	----------------------------------

Planeador 1

INSTITUCION EDUCATIVA	colegio integrado juan atalaya sede Gabriel García Márquez	JORNADA	Mañana
		SEMANA	1
SUPERVISOR	JHONATAN PASTO	EDADES	10 años hacia adelante
		N° PARTICIPANTES	35
DOCENTE	JUAN CARLOS OLARTE MORA		
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD	velocidad y reacción		
OBJETIVOS	Aumentar la concentración y habilidad motoras de los niños		
DESCRIPCIÓN	Se organizaran tres grupo (A, B Y C) el juego consiste en que el niño estará sentado en un aro indicando la posición de partida. Cuando el profe dé la salida los primeros de cada grupo deberán pararse y correr hasta un cono donde estará situado a unos metros de distancia. Seguidamente se devuelve y le toca la mano al compañero para indicarle la salida el equipo que logre pasar primero todos los participantes será el ganador.		
VARIANTES	ya no habrán aros si no se pondrán conos donde deberán saltar por encima de los conos		
MATERIALES	Aros ,conos		

<p>EVIDENCIAS</p>	
<p>EVALUACIÓN</p>	<p>formativa de observación directa</p>



Planeador 2

INSTITUCION EDUCATIVA	colegio integrado juan atalaya sede Gabriel García Márquez	JORNADA	Mañana
		SEMANA	2
SUPERVISOR	JHONATAN PASTO	EDADES	10 años hacia adelante
		N° PARTICIPANTES	35
DOCENTE	JUAN CARLOS OLARTE MORA		
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD	platillo en la cabeza		
OBJETIVOS	mejoramiento de la concentración		
DESCRIPCIÓN	<p>Se organizaran en 3 grupos (a, b y c) cada participante de cada grupo debe tener un platillo “o cual quier elemento que sea útil”. En el cual lo llevara en la cabeza sin dejarlo caer y cuando el profe de la salida los primeros de cada grupo deberán caminar por encima de un lazo que está situado en el suelo hasta llegar a un cono que está a unos metros de distancia, cuando lleguen deben dejar el platillo en su respectivo puesto, luego deben volver corriendo y le toca la mano al compañero para darle la salida. El primer grupo que deje todos los platillos en su lugar será el ganador.</p>		
Variantes	Ejecutará el mismo circuito pero lo realizaran en flexión de las rodillas		

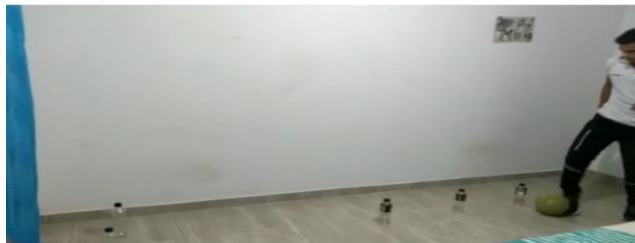
materiales	Platillos ,conos
Evidencias	

evaluación	formativa de observación directa
-------------------	----------------------------------

Planeador 3

INSTITUCION EDUCATIVA	colegio integrado juan atalaya sede Gabriel García Márquez	JORNADA	Mañana
		SEMANA	3
SUPERVISOR	JHONATAN PASTO	EDADES	10 años hacia adelante
		N° PARTICIPANTES	35
DOCENTE	JUAN CARLOS OLARTE MORA		
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD	derribar los conos		
OBJETIVOS	mejorar la coordinación del niño		
DESCRIPCIÓN	Se organizaran en 3 grupos (a, b y c) el juego consiste en donde cada participante de cada grupo llevara el balón con los pies por un circuito de zig-zag .luego deberá derribar unos potes donde estarán ubicados a una cierta distancia al final del circuito. Solo tendrán una oportunidad de lanzamiento y el que tumbe más potes obtendrán un punto, luego se devuelven y sale el siguiente participante a realizar el mismo circuito. El grupo que obtenga más puntos será el ganador.		
Variantes	Que el niño ya no lleve el balón con los pies si no ahora con las manos.		
materiales	potes y balones		

Evidencias



Evaluación	formativa de observación directa
-------------------	----------------------------------

PLANEADOR 4

INSTITUCION EDUCATIVA	colegio integrado juan atalaya	JORNADA	Mañana
	sede Gabriel García Márquez	SEMANA	4
SUPERVISOR	JHONATAN PASTO	EDADES	10 años hacia adelante
		N° PARTICIPANTES	35
DOCENTE	JUAN CARLOS OLARTE MORA		
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD	juegos de salto		
OBJETIVOS	desarrollar las habilidad motoras del niño		
DESCRIPCIÓN	<p>El ejercicio se realizara de forma individual, consiste en que el niño va a ejecutar varios circuito que está señalizado con una secuencia de unos moldes de pies echa de papel que estará ubicado en el suelo .para en si realizar varios tipos de ejercicios de saltos como 1).saltos pies juntos, a pies separadas, combinados “abiertas y cerradas “, a un pie. El ejercicio se realizara tres veces por circuito.</p>		
VARIANTES	Se irán cambiando los ejercicios cuando el profesor de las indicaciones		
MATERIALES	Papel, cinta		

EVIDENCIAS

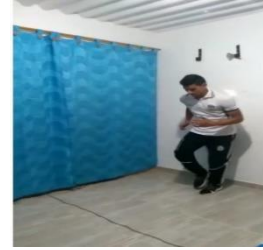




Planeador 5

INSTITUCION EDUCATIVA	colegio integrado juan atalaya sede Gabriel García Márquez	JORNADA	Mañana
		SEMANA	5
SUPERVISOR	JHONATAN PASTO	EDADES	10 años hacia adelante
		N° PARTICIPANTES	35
DOCENTE	JUAN CARLOS OLARTE MORA		
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD	trote y despeje		
OBJETIVOS	mejorar la fuerza en el momento del despeje		
DESCRIPCIÓN	El ejercicio se realizara de forma individual, en donde se va a desarrollar un circuito en el cual está señalizado con un lazo de forma horizontal en el suelo. Consiste en que el niño estará ubicado detrás del lazo a una distancia moderada, en primer lugar de forma dinámica va hacer un trote en el mismo puesto y a la voz del profesor deberá saltar de forma vertical al otro lado del lazo “adelante” la idea es despejarse lo que más pueda del suelo, El ejercicio se realizara tres veces por circuito.		
variantes	Ya no lo va hacer con trote si no laterales, elevación de rodillas etc. Y realizara el mismo circuito		
materiales	Lazos		

evidencias

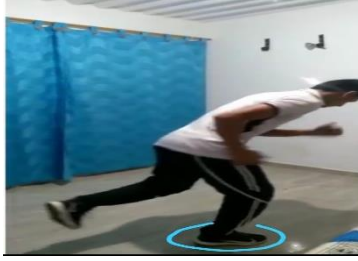


evaluación	formativa de observación directa
-------------------	----------------------------------

Planeador 6

INSTITUCION EDUCATIVA	colegio integrado juan atalaya sede Gabriel García Márquez	JORNADA	Mañana
		SEMANA	6
SUPERVISOR	JHONATAN PASTO	EDADES	10 años hacia adelante
		N° PARTICIPANTES	35
DOCENTE	JUAN CARLOS OLARTE MORA		
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD	Desplace y precisión		
OBJETIVOS	Desarrollar el salto en el momento del despliegue		
DESCRIPCIÓN	Se organizaran en 1 grupo “los que puedan participar” en donde se va a ejecutar un circuito en el cual está señalizado con unos círculos de lana. Consiste en que el niño estará haciendo desplazamientos como caminata, trote, laterales etc. al sonido del silbato deberá saltar y caer con un solo pie y ser preciso en uno de los círculos ya mencionado anteriormente, el participante que quede por fuera del circulo pagara penitencia como “sentadillas, flexiones de pecho entre otras “El ejercicio se realizara tres veces por circuito.		
variantes	Ya no caerán con un solo pie en el círculo, si no con los dos.		
materiales	Lana		



evidencias



evaluación	formativa de observación directa
-------------------	----------------------------------

Planeador 7

INSTITUCION EDUCATIVA	colegio integrado juan atalaya sede Gabriel García Márquez	JORNADA	Mañana
		SEMANA	7
SUPERVISOR	JHONATAN PASTO	EDADES	10 años hacia adelante
		N° PARTICIPANTES	35
DOCENTE	JUAN CARLOS OLARTE MORA		
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD	Trasladar las pelotas		
OBJETIVOS	Mejoramiento de la estabilidad		
DESCRIPCIÓN	<p>Este ejercicio se realizara de forma individual. En donde se va a ejecutar un circuito en el cual está señalizado con un lazo de forma vertical en el suelo y a los lados “izquierda y derecha “habrá 6 pelotas de tenis. El juego consiste en que el participante deberá caminar por encima de lazo “guía”, a la medida que vaya caminado deberá agacharse y recoger una pelota y lo traslada hasta final del circuito donde encontrara una caja a cierta distancia y lanzara la pelota hasta dejarla adentro luego deberá regresar pero caminando hacia atrás sin perder la guía del lazo para en si recoger la segunda pelota y trasladarla hasta el final del circuito y así sucesivamente hará con todas pelotas .el ejercicio se realizara 3 veces.</p>		

variantes	En el momento que se agache a recoger la pelota deberá bajar con un pie y continuar con el mismo circuito
materiales	Pelotas de tenis
evaluación	<div style="display: flex; justify-content: space-around;">   </div> <p style="text-align: center;">formativa de observación directa</p>



Planeador 8


INSTITUCION EDUCATIVA	colegio integrado juan atalaya sede Gabriel García Márquez	JORNADA	Mañana
		SEMANA	8
SUPERVISOR	JHONATAN PASTO	EDADES	10 años hacia adelante
		N° PARTICIPANTES	35
DOCENTE	JUAN CARLOS OLARTE MORA		
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD	Velocidad y aceleración		
OBJETIVOS	Desarrollar la coordinación del niño		
DESCRIPCIÓN	<p>Se organizaran en 3 grupos (a, b y c) en donde habrá un circuito de tipo escalera con unos potes acostado y a unos metros de distancia estará ubicado un cono que indicara la parte final. el juego consiste en donde cada participante de cada grupo deberá hacer 10 sentadillas antes de la partida , seguidamente al sonido del silbato podrán salir a realizar el circuito de tipo escalera pero lo harán con elevación de rodillas ,luego correrán hasta un cono que está ubicado a una cierta distancia , posteriormente se devuelven y le toca la mano al compañero para que realice la misma ejecución el primer grupo que logre pasar todos los participantes será el ganador</p>		

<p>variantes</p>	<p>partida inicial realizaran saltos, y en el circuito efectuaran laterales .</p>
<p>materiales</p>	<p>Potes ,conos</p>
<p>Evaluación</p>	<div data-bbox="706 487 1175 726" data-label="Image"> </div> <p>formativa de observación directa</p>



Planeador 9

INSTITUCION EDUCATIVA	colegio integrado juan atalaya sede Gabriel García Márquez	JORNADA	Mañana
		SEMANA	9
SUPERVISOR	JHONATAN PASTO	EDADES	10 años hacia adelante
		N° PARTICIPANTES	35
DOCENTE	JUAN CARLOS OLARTE MORA		
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD	Recuerda el número		
OBJETIVOS	Aumentar la memoria y la inteligencia		
DESCRIPCIÓN	Este ejercicio se realizara de forma individual. Primer punto el profesor dará conocer unas instrucciones en el cual el niño deberá recordarlos. Por ejemplo; el 1 será caminar punta de pies. 2 caminar con los talones de los pies, 3 saltar con el pie derecho ,4 saltar con el pie izquierdo, 5 dar aplausos por debajo de los muslos, seguidamente ya dado a conocer las indicaciones, el profesor dirá un número ya mencionado anteriormente y el niño deberá ejecutar el ejercicio del número correspondiente. Si dice 1 caminara en punta de pies y así con los otros.		

variantes	El profesor dirá los números por medio de suma y restas y el número que le dé el niño deberá realizar el ejercicio. .
materiales	Utilidad del peso corporal
evidencias	

evaluación	formativa de observación directa
-------------------	----------------------------------

Planeador 10


INSTITUCION EDUCATIVA	colegio integrado juan atalaya sede Gabriel García Márquez	JORNADA	Mañana
		SEMANA	10
SUPERVISOR	JHONATAN PASTO	EDADES	10 años hacia adelante
		N° PARTICIPANTES	35
DOCENTE	JUAN CARLOS OLARTE MORA		
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD	La cadena o el rescate		
OBJETIVOS	Relacionarse con los demás y tener una buena comunicación		
DESCRIPCIÓN	<p>Se organizaran en 1 grupo “los que puedan participar” El juego comienza con dos niños cogidos de la mano, que son los dos primeros eslabones de la cadena. Tendrán que ir tocando al resto de niños para unirlos a la cadena. Los niños intentarán huir. Si un niño es tocado deberá cogerle la mano a los que están en la cadena y así irán alargándola.</p> <p>Cuando pillan al último jugador se termina la ronda y la nueva partida comenzará con los dos primeros jugadores que fueron tocados en la primera.</p>		
variantes	En el momento de agarrarlos Todos correrán en un solo pie		

materiales	Campo abierto
evidencias	

evaluación	formativa de observación directa
-------------------	----------------------------------

Planeador 11

INSTITUCION EDUCATIVA	colegio integrado juan atalaya sede Gabriel García Márquez	JORNADA	Mañana
		SEMANA	11
SUPERVISOR	JHONATAN PASTO	EDADES	10 años hacia adelante
		N° PARTICIPANTES	35
DOCENTE	JUAN CARLOS OLARTE MORA		
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD	Carrera de tortugas		
OBJETIVOS	Desarrollar la coordinación por medio del juego		
DESCRIPCIÓN	<p>Se organizaran en 3 grupos (a, b y c) en donde Todos los participantes deben tener un almohadón o una almohada pequeña. Se ubican todos en la línea de partida, en cuatro patas, y se colocan el almohadón sobre la espalda (como si fuese el caparazón de una tortuga). Al sonido del silbato salen las primeras tortugas de cada grupo a avanzar hasta un cono que está a una cierta distancia, “si se les cae el almohadón de la espalda deben regresar al punto de partida y comenzar nuevamente”. Luego deberán devolverse corriendo y le tocara la mano al compañero para darle la salida, El grupo que logre pasar primero todos los participantes será el ganador.</p>		

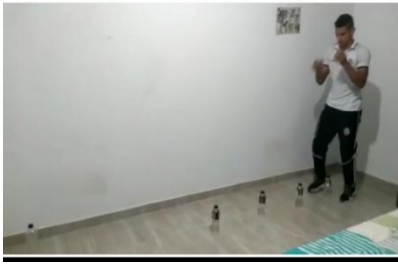
variantes	En el momento de regresar ya no va hacer corriendo si no se devuelven con el mismo circuito es decir “ en 4 patas “
materiales	almohada
Evidencia	
Evaluación	formativa de observación directa



Planeador 12

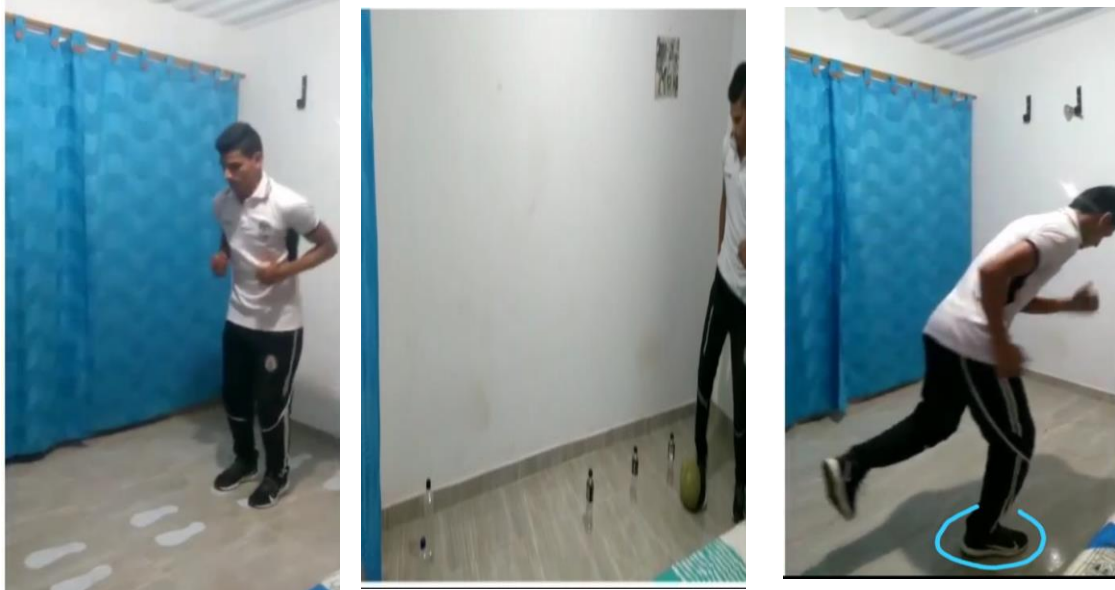
INSTITUCION EDUCATIVA	colegio integrado juan atalaya sede Gabriel García Márquez	JORNADA	Mañana
		SEMANA	12
SUPERVISOR	JHONATAN PASTO	EDADES	10 años hacia adelante
		N° PARTICIPANTES	35
DOCENTE	JUAN CARLOS OLARTE MORA		
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD	JUEGOS DE BOLOS		
OBJETIVOS	Mejorar el lanzamiento por medio del juego		
DESCRIPCIÓN	Se organizaran en 3 grupos (a, b y c) consiste en que el niño va a ejecutar un circuito que está señalado con una secuencia de conos "potes" en hilera. Al sonido del silbato los primeros participantes de cada grupo saldrán a realizar el circuito con una acción de Skipping bajo por fuera de los conos y deberá ir rebotando una pelota de tenis. luego lanzara la pelota rodando "por debajo " para derribar todos los bolos que se pueda, que estarán ubicados a unas cierta distancia , el que logre tumbar más bolos obtendrá el punto .y el equipo que tengas más puntos después de pasar todos los participantes será el ganador ya no lanzara por debajo sino por encima		
variantes			
materiales	Potes , pelota de tenis		

Evidencia



Evaluación	formativa de observación directa
-------------------	----------------------------------

EVIDENCIA



Fuente: Elaboración propia



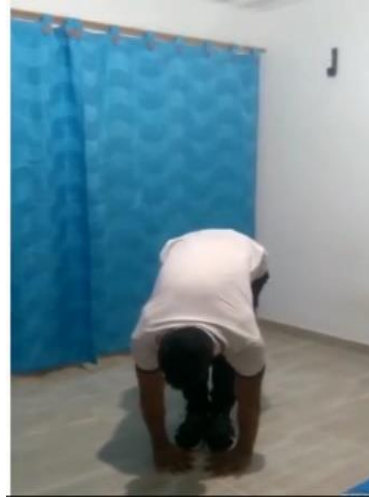
Fuente: Elaboración propia



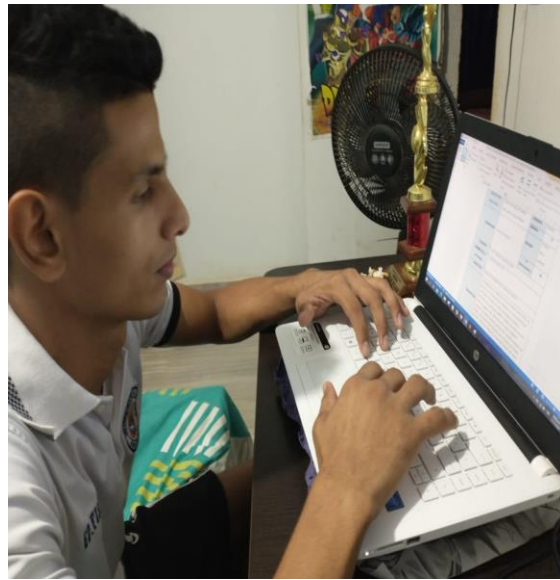
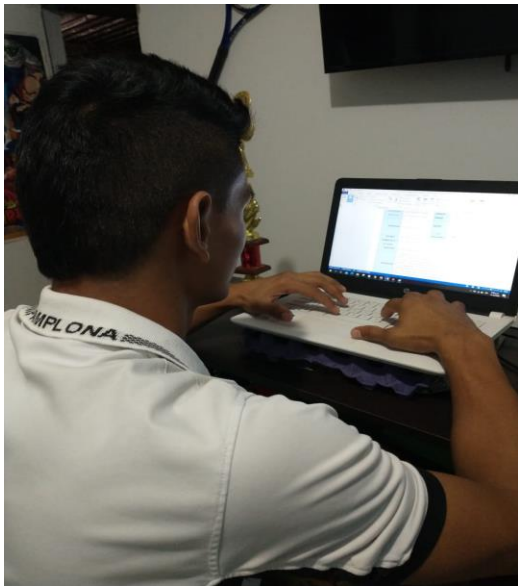
Fuente: Elaboración propia



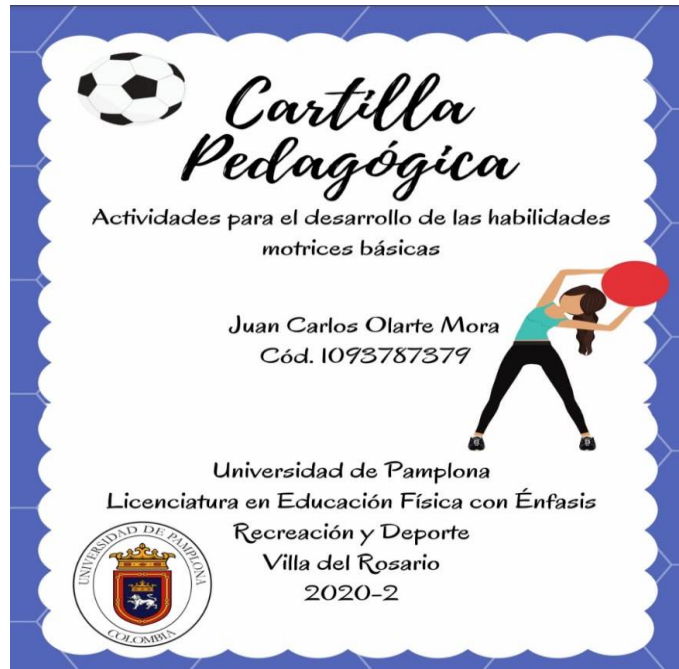
Fuente: Elaboración propia



Fuente: Elaboración propia



MATERIAL PEDAGOGICO. (cartilla)



Resumen

Las habilidades motrices básicas aparecen de forma natural según la evolución humana. Implica algunas habilidades innatas debido al desarrollo, como caminar, correr, saltar, girar, lanzar, etc. El aprendizaje de las habilidades motoras básicas es fundamental para la educación física y el desarrollo físico de niños y niñas. Estas habilidades motrices básicas, parten de la propia motricidad natural, y son la base sobre la que se producen nuevos aprendizajes motores y que sustentan el desarrollo psicomotor. Con las actividades que se plantearán a continuación se busca incluir y aplicar la habilidad motriz básica dentro de una acción motriz por medio de juegos y estrategias, clasificando las habilidades motrices según la acción que se realice.

Introducción

Dentro del recorrido de la presente cartilla pedagógica se encuentran diversas actividades o estrategias para el desarrollo de las habilidades motrices las cuales se pueden realizar en espacios abiertos.

Esta dirigida padres, docentes y estudiantes con el fin de estimular por medio del juego el desarrollo y potenciar dichas habilidades.

Por otra parte los recursos empleados para la ejecución de dichas actividades son de fácil acceso y modificables según las necesidades e intereses de cada estudiante.

Recuerda... Solo se necesita de disposición, ingenio y voluntad para realizar cualquier actividad.



Tabla de contenido

Introducción	
Resumen.....	2
Capacidades físicas.....	6
Resistencia.....	8
Velocidad.....	12
Flexibilidad.....	16
Fuerza.....	20
Coordinación.....	24
Agilidad.....	28
Conclusiones.....	32
Bibliografía.....	33
Agradecimientos.....	34



Conclusiones

Concluimos que la actividad física para el desarrollo de las habilidades motrices básicas se puede constatar que se incluyen este tipo de actividades durante nuestro diario vivir teniendo una responsabilidad a la hora de desarrollar en nuestra vida.

Es muy importante conocer todas nuestras capacidades, ya sea para desarrollar de forma adecuada o potenciar aquellas que están débiles, la idea es tener un conocimiento mínimos de nuestros procesos de evolución, y lo más importante es que a través de esto podemos tener una vida saludable, evitando cualquier tipo de enfermedad a futuro.



Bibliografía

Lucea, J. D. (1999). La enseñanza y aprendizaje de las habilidades y destrezas motrices básicas (Vol. 133). Inde.

Sánchez Bañuelos, F. (1984). Bases para una didáctica de la educación física y el deporte. Gymnos, Madrid.

Singer, R. N. (1986). El aprendizaje de las acciones motrices en el deporte.

Miranda, B. G. (1983). El desarrollo de las cualidades motrices: agilidad, equilibrio, flexibilidad y fuerza en el tercer grado de educación primaria (Doctoral dissertation, 261).

Reyes, M. L. M. (1982). El desarrollo de las cualidades motrices: agilidad, equilibrio, flexibilidad y fuerza en el quinto grado de educación primaria (Doctoral dissertation, 261).



Agradecimientos

Oscar Quintero. Coordinador de práctica integral docente Universidad de Pamplona.

Jonathan Pasto. Supervisor de práctica integral docente Universidad de Pamplona.

Al Colegio Integrado Juan Atalaya
Personal docente y administrativo del Colegio Integrado Juan Atalaya y sus diferentes sedes.

A la Universidad de Pamplona. Personal docente integrado por sus diferentes tutores supervisores de práctica integral.



CAPITULO 4

ACTIVIDADES EXTRACURRICULARES



JUGUEMOS BALONCESTO
De 8:00 A 9:00 A. M.
Con 4 vasos, 5 tiras de
papel de 5cm. de ancho
por jugador y a ganar!!!!.
Ver el video.



HAGAMOS ACTIVIDAD FISICA
EN VIVO DESDE LAS 10:A. M.
HASTA LAS 11:00 A.M.
Ver enlace de YouTube.

COLEGIO INTGRADO JUAN ATALAYA
DEPARTAMENTO DE EDUCACION FISICA

ACTIVIDAD LUDICA PARA TODA LA COMUNIDAD EDUCATIVA

Lunes 28 de septiembre



SUMANDO PARA LA EXCELENCIA
1975—2020
45 AÑOS

DE 9.00 A 10:00 A.M.
JUGUEMOS CURLING



Con un marcador o tiza,
plastilina y temperas(opcional).
Ver el video.



SEMANA DE ACTIVIDADES LUDICAS VIRTUAL

Se hizo uso de la disposición y el tiempo durante la semana de actividades lúdicas , donde los docentes del área del departamento de educación física junto con los estudiantes de los grados 3 y 4 realizaron actividades em qual levaram a cabo em lá prática lós temas dada a conhecer.



JUEGOS DE BINGOS:

En esta ocasión se realizó un juego de bingo en donde participe junto con los estudiantes del colegio, en el cual se contó con la disponibilidad del tiempo.

Conclusiones

✓ Se delinearon ejercicios para el fortalecimiento de las habilidades motrices básicas, estos
Teniendo como base la importancia del juego didáctico, que se aplicaron y se explicó por medio de la plataforma “whatsapp.

✓ Las capacidades físicas desarrolladas a través del juego nos permite observar resultados eficaces y grandes avances en la motricidad en los educandos del colegio integrado Juan Atalaya sede Gabriel García Márquez, por ende razón es necesario buscar la forma de integrar el juego en cada una de estas capacidades, con el fin de impactar un cambio positivo en el futuro de nuestra sociedad.

Recomendaciones

✓ Se sugiere al colegio integrado Juan Atalaya sede Gabriel García Márquez que prosiga con el desarrollo y fortalecimiento de las habilidades motrices básicas para tener un impacto positivo en la calidad de vida de los educandos

✓ Se sugiere al colegio integrado Juan Atalaya sede Gabriel García Márquez, que puedan usar otro manejo de plataforma “Zoom” para en sí tener más contacto con los educando.

Bibliografía

(s.f.). Obtenido de <https://glosarios.servidor-alicante.com/educacion-fisica/clasificacion-de-la-educacion-fisica>

(s.f.).

ACOSTA, A. M. (2015). *LOS JUEGOS TRADICIONALES COMO ESTRATEGIA PEDAGÓGICA PARA DISMINUIR AGRESIVIDAD EN ESTUDIANTES DE SEGUNDO GRADO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DEPARTAMENTAL-CONCENTRACIÓN URBANA*. Obtenido de archivo pdf :

<https://repositorio.uptc.edu.co/bitstream/001/1730/1/TGT-412.pdf>

anonimo. (4 de febrero de 2018). *tipos de educacion fisica* . Obtenido de

<https://nanopdf.com/download/educacion-fisica->

[2_pdf?__cf_chl_captcha_tk__=ee6c1d46c717e42dc599b3bf2aadec850d57431d-](https://nanopdf.com/download/educacion-fisica-2_pdf?__cf_chl_captcha_tk__=ee6c1d46c717e42dc599b3bf2aadec850d57431d-1603493543-0-AZuqPvWu2xaJa6b1IQ_9UshkrawxwaN7mBnwO3Z_JatOcvOn1gxwZhEbJaVGaV4ZYDubw1kKY9uSQn7wytFcFDwFydCnqZo2c1ojrWYRwt6YheUXhbS-DFaD6QNUtaQ)

[1603493543-0-](https://nanopdf.com/download/educacion-fisica-2_pdf?__cf_chl_captcha_tk__=ee6c1d46c717e42dc599b3bf2aadec850d57431d-1603493543-0-AZuqPvWu2xaJa6b1IQ_9UshkrawxwaN7mBnwO3Z_JatOcvOn1gxwZhEbJaVGaV4ZYDubw1kKY9uSQn7wytFcFDwFydCnqZo2c1ojrWYRwt6YheUXhbS-DFaD6QNUtaQ)

[AZuqPvWu2xaJa6b1IQ_9UshkrawxwaN7mBnwO3Z_JatOcvOn1gxwZhEbJaVGaV4ZY](https://nanopdf.com/download/educacion-fisica-2_pdf?__cf_chl_captcha_tk__=ee6c1d46c717e42dc599b3bf2aadec850d57431d-1603493543-0-AZuqPvWu2xaJa6b1IQ_9UshkrawxwaN7mBnwO3Z_JatOcvOn1gxwZhEbJaVGaV4ZYDubw1kKY9uSQn7wytFcFDwFydCnqZo2c1ojrWYRwt6YheUXhbS-DFaD6QNUtaQ)

[Dubw1kKY9uSQn7wytFcFDwFydCnqZo2c1ojrWYRwt6YheUXhbS-DFaD6QNUtaQ](https://nanopdf.com/download/educacion-fisica-2_pdf?__cf_chl_captcha_tk__=ee6c1d46c717e42dc599b3bf2aadec850d57431d-1603493543-0-AZuqPvWu2xaJa6b1IQ_9UshkrawxwaN7mBnwO3Z_JatOcvOn1gxwZhEbJaVGaV4ZYDubw1kKY9uSQn7wytFcFDwFydCnqZo2c1ojrWYRwt6YheUXhbS-DFaD6QNUtaQ)

Bandura, P. y. (s.f.).

Baracco, N. (2011). *MOTRICIDAD Y MOVIMIENTO*. Obtenido de

<https://sites.google.com/site/noelianona2011/motricidad-y-movimiento>

batalla. (1994). *habilidades basicas* . Obtenido de [https://www.oposinet.com/temario-educacion-](https://www.oposinet.com/temario-educacion-fisica/temario-2-educacion-fisica/tema-30-las-habilidades-bsicas-concepto-clasificacin-y-analisis-evolucion-en-el-desarrollo-motor-de-los-alumnos-y-alumnas-de-educacin-secundaria-funcioacut-2/)

[fisica/temario-2-educacion-fisica/tema-30-las-habilidades-bsicas-concepto-clasificacin-y-](https://www.oposinet.com/temario-educacion-fisica/temario-2-educacion-fisica/tema-30-las-habilidades-bsicas-concepto-clasificacin-y-analisis-evolucion-en-el-desarrollo-motor-de-los-alumnos-y-alumnas-de-educacin-secundaria-funcioacut-2/)

[analisis-evolucion-en-el-desarrollo-motor-de-los-alumnos-y-alumnas-de-educacin-](https://www.oposinet.com/temario-educacion-fisica/temario-2-educacion-fisica/tema-30-las-habilidades-bsicas-concepto-clasificacin-y-analisis-evolucion-en-el-desarrollo-motor-de-los-alumnos-y-alumnas-de-educacin-secundaria-funcioacut-2/)

[secundaria-funcioacut-2/](https://www.oposinet.com/temario-educacion-fisica/temario-2-educacion-fisica/tema-30-las-habilidades-bsicas-concepto-clasificacin-y-analisis-evolucion-en-el-desarrollo-motor-de-los-alumnos-y-alumnas-de-educacin-secundaria-funcioacut-2/)

Bucher, W. &. (1999).

Caplan, c. (1991).

CROZZOLI, L. (2017). *JUEGO TRADICIONAL* . Obtenido de

http://www.memoria.fahce.unlp.edu.ar/trab_eventos/ev.10297/ev.10297.pdf

Glosarios especializados de ciencias, artes, Tecnicas y sociedad. (s.f.). Obtenido de

<https://glosarios.servidor-alicante.com/educacion-fisica/clasificacion-de-la-educacion-fisica>

gomez, l., sanabria, j., & pinto, m. (2014). *JUEGOS PREDEPORTIVOS COMO ESTRATEGIA DIDÁCTICA PARA LA*. Obtenido de archivo pdf :

https://repository.uniminuto.edu/bitstream/handle/10656/3155/TEFIS_SanabriaPicoJohn_2014.pdf?sequence=3&isAllowed=y

HERNANDO, P. C. (2018). *HISTORIA DEL JUEGO* . Obtenido de

<file:///C:/Users/HP/Downloads/LRH%2040.2.pdf>

Knapp, B. (1981). *habilidades .pdf*. Obtenido de [habilidaes.pdf](#):

<http://docencia.udea.edu.co/edufisica/guiacurricular/Habilidades.pdf>

linares, L. Á. (mayo de 2016). *El juego como Herramienta de Aprendizaje en la Educación Infantil*. Obtenido de archivo pdf :

<https://repository.libertadores.edu.co/bitstream/handle/11371/1139/Herreraluzangela2017.pdf?sequence=2&isAllowed=y>

Luz, S. (21 de 10 de 2016). *Misión Padres*. Recuperado el 08 de 04 de 2020, de

www.salaamarilla2009.blogspot.com.ar:

<https://misionpadres.wordpress.com/2016/10/21/las-rondas-su-importancia-en-la-educacion-infantil/>

miguel, j. (marzo de 2009). *importancia de la educacion fisica* . Obtenido de

<https://www.efdeportes.com/efd130/la-importancia-de-la-educacion-fisica-en-la-escuela.htm>

MOSQUERA, J. E. (2015). *LOS JUEGOS COOPERATIVOS COMO ESTRATEGIA*

PEDAGÓGICA. Obtenido de ARCHIVO PDF :

<https://repository.unilibre.edu.co/bitstream/handle/10901/8401/PROYECTO%20JUEGO%20COOPERATIVOS.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Myers, D. (2000).

Nakayama, L. (mayo de 2018). *El juego como contenido de la educacion fisica* . Obtenido de

archivo pdf : <http://www.memoria.fahce.unlp.edu.ar/tesis/te.1627/te.1627.pdf>

OROZCO, A. M. (febrero de 2017). *De la inherencia histórica del juego motriz al potencial*

educativo. Obtenido de archivo pdf : [file:///C:/Users/HP/Downloads/Dialnet-](file:///C:/Users/HP/Downloads/Dialnet-DeLaInherenciaHistoricaDelJuegoMotrizAlPotencialEd-6489955.pdf)

[DeLaInherenciaHistoricaDelJuegoMotrizAlPotencialEd-6489955.pdf](file:///C:/Users/HP/Downloads/Dialnet-DeLaInherenciaHistoricaDelJuegoMotrizAlPotencialEd-6489955.pdf)

PIÑEIRO, IRMA IRENE LUCERO Y MARÍA SUSANA. (2006). *El juego musical de tradición*

infantil en corrientes.

quintero, l. (2012). *evolucion de la educacion fisica* . Obtenido de

<http://www.competenciamotriz.com/2012/10/evolucion-de-la-educacion-fisica.html>

RIBERA, D. (2003). *la orientacion de la educacion fisica* . Obtenido de

<http://www.educaciofisica.com/orientacion.htm>

ROBLES, F. (2015). *HISTORIA DE LA EDUCACION FISICA* . Obtenido de

<https://www.lifeder.com/historia-educacion-fisica/>

robles, f. (2015). *HISTORIA DE LA EDUCACION FISICA* . Obtenido de

<https://www.lifeder.com/historia-educacion-fisica/>

Shapiro, L. E. (2002). *La Salud Emocional De Los Niños*.

solas, j. (2006). *que es la educacion fisica* . Obtenido de

<https://www.monografias.com/docs/Que-Es-La-Educacion-Fisica-Segun-Varios-P3ZHJ44CMZ>

VALENZUELA, A. V. (2016). Obtenido de file:///C:/Users/HP/Downloads/Dialnet-

LosDeportesIndividualesSusCaracteristicasYTaxonomi-5669593.pdf

VÁZQUEZ, C. S. (2012). *PROGRAMA DE JUEGOS RECREATIVOS PARA LOS*. Obtenido de

archivo pdf: <https://dspace.ucuenca.edu.ec/bitstream/123456789/1911/1/tef124.pdf>

vidal, i. (2018). *evolucion de la educacion fisica* . Obtenido de

<http://revistaventanaabierta.es/evolucion-historica-de-la-educacion-fisica-en-espana/>

Weineck. (1988). *importancia de la educacion fisica* . Obtenido de

<https://www.efdeportes.com/efd145/habilidades-motrices-basicas-a-traves-de-juegos-atleticos.htm>

Zalazar, D. F. (julio de 2018). *Evolución del juego en el niño desde la teoría piagetiana*.

Obtenido de <https://efimullins.blogspot.com/2018/07/aportes-3-la-ed-fisica-en-el-nivel.html>