

## TABLA DE CONTENIDOS

Pág.

1.	PRESENTACIÓN	_____
2.	JUSTIFICACIÓN	_____
3.	OBJETIVOS	_____
3.1	OBJETIVO GENERAL	_____
3.2	OBJETIVOS ESPECÍFICOS	_____
4.	CAPÍTULO 1: Informe de la observación institucional y diagnostico	_____
4.1	COMPONENTE CONCEPTUAL	_____
4.2	COMPONENTE ADMINISTRATIVO	_____
4.3	COMPONENTE PEDAGÓGICO	_____
5.	CAPÍTULO 2: Propuesta pedagógica - Cronograma	_____
5.1	TITULO	_____
5.2	TABLA DE CONTENIDOS	_____
5.3	INTRODUCCIÓN	_____
5.4	JUSTIFICACIÓN	_____
5.5	OBJETIVOS	_____
5.5.1	Objetivo general	_____
5.5.2	Objetivos específicos	_____
5.6	MARCO TEORICO	_____
5.7	ANTECEDENTES	_____
5.8	MARCO CONCEPTUAL	_____
5.9	MARCO LEGAL	_____
5.10	METODOLOGÍA	_____
5.11	CONCLUSIONES	_____
5.12	RECOMENDACIONES	_____
5.13	REFERENCIAS	_____
6.	CAPÍTULO 3: Informe de los procesos curriculares	_____
6.1	DISEÑO	_____
6.2	EJECUCION	_____
6.3	CARTILLA METODOLÓGICA	_____
7.	CAPÍTULO 4: Informe de actividades intrainstitucionales	_____
8.	CAPÍTULO 5	_____

METODOLOGÍA DE ENTRENAMIENTO PARA LA MEJORA DE LA COORDINACIÓN  
SEGMENTARIA ÓCULO-MANUAL EN LOS NIÑOS DEL GRADO SEXTO DEL COLEGIO  
SAN BARTOLOMÉ DE CÚCUTA.

JESUS ADRIAN SILVA DIAZ  
CÓD. 1090517804

PROPUESTA PEDAGÓGICA DE LA PRÁCTICA INTEGRAL DOCENTE

ASESOR:  
ARLES JAVIER ORTEGA

UNIVERSIDAD DE PAMPLONA  
FACULTAD DE EDUCACIÓN  
LICENCIATURA EN EDUCACION BASICA CON ENFASIS EN EDUCACION  
FISICA RECREACION Y DEPORTES  
VILLA DEL ROSARIO, NORTE DE SANTANDER  
CUCUTA  
2020

## JUSTIFICACIÓN

Para nosotros es importante empezar con un proceso que nos brinde bases, las cuales nos impulsen a ser mejor cada día en todos los sentidos, este proceso resulta de gran importancia debido a que sería uno de los muchos pilares fundamentales que influirían de forma positiva en el proceso de formación de futuros profesionales de nuestro campo, la educación física, la recreación y el deporte donde no hay mejor forma que enriquecernos unos a otros por medio de un proceso de formación constante en el que cada semestre tenemos más bases para brindarle a la sociedad un servicio de calidad y cada culminación del proceso de formación como licenciados en educación física, recreación y deportes dejemos un granito de arena a nuestros próximos colegas para que estos den un buen uso al proceso que desarrollamos para optar por nuestro título como profesionales.

Como futuros profesionales es muy importante aprender también de la educación tradicional ya que son las bases de los nuevos conocimientos y así nosotros poder incursionar en nuevos saberes para cada día implementar nuevas estrategias de enseñanza en el ámbito educativo.

## **OBJETIVOS**

### **OBJETIVO GENERAL:**

- Desarrollar la práctica pedagógica incorporando los conocimientos previos incorporados durante el desarrollo de la carrera y el ejercicio profesional pedagógico.

### **OBJETIVOS ESPECÍFICOS**

- Asistir al docente tutor y a la institución educativa en actividades pedagógica en las que sean posibles para la adquisición de nuevos conocimientos.
- Elaborar un proyecto pedagógico basado en un diagnóstico de la realidad institucional de los estudiantes del grado 6 del colegio San Bartolomé de Cúcuta

**CAPITULO 1: INFORME DE LA OBSERVACION INSTITUCIONAL Y  
DIAGNOSTICO DE LA INSTITUCION COLEGIO SAN BARTOLOME**

<b>INSTITUCION EDUCATIVA</b>	INSTITUCION EDUCATIVA COLEGIO SAN BARTOLOME	<b>CARÁCTER</b>	OFICIAL
<b>ENTIDAD TERRITORIAL CERTIFICADA</b>	DEPARTAMENTO NORTE DE SANTANDER	<b>ÁREA</b>	URBANA
<b>DIRECCIÓN SEDE</b>	CALLE 0 NO. 4-37	<b>BARRIO</b>	COMUNEROS
<b>MUNICIPIO</b>	CÚCUTA	<b>DEPARTAMENTO</b>	NORTE DE SANTANDER
<b>CORREO ELECTRÓNICO</b>	Colsanbartolome@semcucuta.gov.co	<b>WEB SITE</b>	<a href="https://colsanbartolome.edu.co/web/">https://colsanbartolome.edu.co/web/</a>
<b>RESOLUCIÓN DE APROBACIÓN</b>	Creada mediante Acuerdo 0066 de 18 de Diciembre de 2003 Decreto de conformación No. 074 de febrero 23 del 2007 Licencia de funcionamiento Resolución N° 0002193 de 06 de septiembre de 2016	<b>DANE</b>	154001011021
<b>ÉNFASIS DEL PEI</b>		<b>MODALIDAD</b>	
<b>FECHA DE APROBACIÓN</b>		<b>FECHA DE MODIFICACIÓN</b>	
<b>SEDES</b>	SEDE CENTRAL COLEGIO SAN BARTOLOMÉ CALLE 0 N° 4 – 37. BARRIO COMUNEROS.		
	COLEGIO MUNICIPAL JESÚS OBRERO. AV. 10 N° 6 BN – 123 BARRIO CERRO NORTE.		
	ESCUELA URBANA CERRO NORTE. AV. 9ª N° 6NB -8 BARRIO CERRO NORTE.		
	ESCUELA URBANA COMUNEROS N° 33. CALLE 3ª N° 4 – 50. BARRIO COMUNEROS.		
<b>RECTORA</b>	ASTRID LEONOR ALVARES JAIMEZ	<b>TIPO DE NOMBRAMIENTO</b>	OFICIAL
<b>JORNADAS</b>	JONARNADA MAÑANA Y TARDE CALENDARIO TIPO “A”		

## **COMPONENTE CONCEPTUAL**

### **IDENTIFICACION:**

#### **RESEÑA HISTÓRICA**

En el año 2003 siendo alcalde del municipio de san José de Cúcuta el doctor Manuel Guillermo Mora Jaramillo presentó al consejo el proyecto de la creación del colegio municipal San Bartolomé que vendría a beneficiar a la población de escasos recursos de los sectores marginados, de la ciudadela Juan Atalaya, que quedaban por fuera del servicio educativo; por tal motivo el consejo municipal mediante el acuerdo N.º 0066 del 18 de diciembre del 2003, crea la institución.

Se inició la construcción de 14 aulas, 2 baterías sanitarias en diciembre de 2003 y en el 2004 se continúa la construcción del coliseo cubierto en la administración del alcalde Ramiro Suárez Corzo y se proyectó la construcción de la parte administrativa.

Las matrículas se realizaron en la biblioteca del centro tecnológico universitario del barrio comuneros el 23 de enero del 2004 y se iniciaron labores académicas el 23 de febrero en: escuela la gruta N.º 6, el colegio Fe y Alegría, colegios innovación estudiantil y colegio Juventudes unidas debido a que la planta física se encontraba en construcción.

El día 5 de mayo del 2004 se realizó el traslado a la nueva planta física y el 28 de mayo del 2004 mediante el decreto N.º 0207 se fusionan las instituciones escuela cerro norte y el colegio Jesús Obrero; durante la semana del 28 de junio al 2 de julio se desarrolló la integración de las instituciones fusionadas y se inicia la construcción del proyecto educativo institucional pei.

Seguidamente mediante decreto 074 de febrero 23 del 2.007 la escuela comuneros # 33 se convierte en la sede #4 de nuestra institución y se inicia nuevamente el ajuste del pei. en la

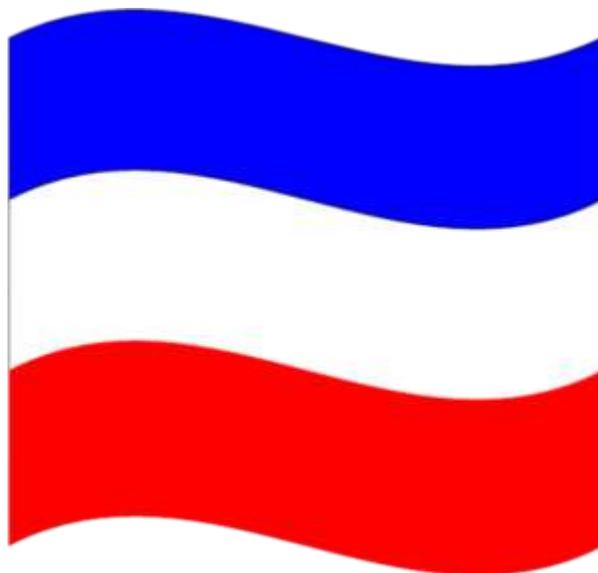
actualidad la institución educativa ha graduado 6 promociones y gracias al trabajo mancomunado docentes y directivos está en nivel alto en las pruebas saber icfes.

Así mismo (año 2011), en la sede central aún no se cuenta con el área administrativa, laboratorios y aula de sistemas; por su parte la sede cerro norte y la escuela comuneros # 33 necesitan arreglos de estructuras físicas que permitan desempeñar la labor educativa con todas las normas de seguridad físicas requeridas. Durante este año 2011 se ha venido implementando el software educativo “ciudad educativa” y se da inicio al proceso de certificación de calidad, con el fin de optimizar los procesos directivo, administrativo, y académico y comunitario que se desarrollan en la institución.

## **ESCUDO**



## **BANDERA**



## **PROYECTO EDUCATIVO INSTITUCIONAL**

El Proyecto Educativo de la Institución Educativa San Bartolomé: **“Virtud, Sabiduría y Servicio”**, quiere hacer claridad de nuestra identidad como entidad educativa laica, con principios cristianos, que insertan una realidad socio-cultural y con unas características específicas. Queremos que sea una propuesta que genere procesos de reflexión y de cambio.

Lo presentamos a la comunidad como un proyecto de desarrollo productivo, de acuerdo a los principios, fundamentos y criterios educativos y a las orientaciones de la Constitución de Colombia, la Ley General de Educación empeñada en hacer de la Institución, el centro de formación integral a fin de que el desarrollo de valores, aptitudes y conductas que nos constituyan en un serio compromiso de todos sus estamentos.

El proyecto tiene como marco de referencia el ideario Bartolino, la constitución de Colombia, la Ley General de Educación y su Decreto Reglamentario 1860, la Ley 715 y sus decretos reglamentarios, el Código del Menor, las orientaciones del Ministerio de Educación Nacional, la Alcaldía y Secretaría de Educación de San José de Cúcuta. El acompañamiento de la Universidad Francisco de Paula Santander y la Universidad de Pamplona, el apoyo de instituciones como el SENA, Centros Productivos, empresas privadas y públicas, y otros que apoyen la gestión educativa del Colegio.

En la institución educativa colegio san Bartolomé entendemos que la realidad nacional, y en especial nuestro entorno local, violento por demás, se nos impone como el contexto de los procesos educativos y que, además, a esta realidad es a la que debemos responder con las tareas educativas que emprendemos pues procesos sociales como el respeto a la vida , la generación de la equidad y la justicia en lo social, el respeto a los derechos y, en una palabra, todo aquello que constituye lo que habitualmente se conoce como lo propio de la sociedad civilizada, no es algo que se logre de una vez y para siempre y con unas cuantas acciones, sino que requiere un cambio de mentalidad, de principios y de opiniones de vida.

## **MODELO PEDAGOGICO**

El modelo pedagógico de la institución educativa Colegio San Bartolomé, será un modelo del constructivismo o perspectiva radical que conciba la enseñanza como una actividad crítica y al docente como un profesional autónomo que investiga reflexionando sobre su práctica.

La institución se basará en la organización de métodos de apoyo que permitan a los alumnos construir su propio saber, aprenderán construyendo su propia estructura cognitiva.

## **MISION**

La Institución Educativa Colegio San Bartolomé de San José de Cúcuta, de carácter oficial; brinda educación integral y de calidad a sus estudiantes a través de una orientación humanística, incluyente, académica, técnica, emprendedora, e investigativa, con vocación de servicio, liderazgo y autonomía para que promuevan la construcción de una sociedad con equidad, justicia y paz.

## **VISION**

El Colegio San Bartolomé de San José de Cúcuta, en el 2.025 será reconocido como una institución líder en la formación de jóvenes, capaces de impulsar su proyecto de vida con responsabilidad ambiental, contribuir al desarrollo económico, político, social, ético de la comunidad con equidad, justicia y consolidación de la paz.

## **FILOSOFÍA INSTITUCIONAL**

Somos una comunidad educativa fundamentada en los principios de **“VIRTUD, SABIDURÍA Y SERVICIO”** legado de nuestro Patrono **San Bartolomé**; abierta al desarrollo científico, tecnológico, empresarial y cultural con el firme propósito de incentivar el desarrollo de las capacidades y los valores individuales y colectivos de nuestra comunidad, teniendo en cuenta la diversidad y política de inclusión emanada del gobierno nacional.

La Institución ofrece un Proyecto Educativo Institucional basado en la formación de valores y partiendo de la integralidad del ser; el colegio brinda a sus estudiantes los espacios y los tiempos necesarios para la formación intelectual, física y espiritual: ser y trascender.

En la medida en que se forme un ser diligente, responsable y comprometido consigo mismo y con su entorno, lograremos que el estudiante Bartolino sea miembro activo de un capital humano

con altas competencias, portador de valores, información y creencias que le harán capaz de lograr una real transformación de la sociedad.

La Institución ofrece las condiciones contextuales que permiten al estudiante su crecimiento personal y social. Como segunda familia, se preocupa por una sólida formación ética y moral con orientación religiosa y respetando la pluralidad constitucional.

### **VALORES INSTITUCIONALES**

- Honestidad.
- Tolerancia.
- Justicia.
- Agradecimiento.
- Solidaridad.
- Prudencia.
- Amistad.
- Respeto.
- Colaboración.
- Bondad.
- Puntualidad.
- Fortaleza y perseverancia.
- Lealtad.
- Responsabilidad.

### **PERFIL DEL ESTUDIANTE**

El perfil del alumno o educando está enmarcado en la ley general de educación y la institución educativa asume como propio el desarrollo y logro del perfil señalado en los artículos 5,91 y 92 de la ley 115 de 1994 y que se define así:

- El alumno es el centro del proceso educativo y debe participar en su propia formación integral.
- Ofrecer una educación que fortalezca el pleno desarrollo de la personalidad del alumno, dar acceso a la cultura, el logro del conocimiento científico y técnico y a la formación de valores

éticos, estéticos, morales, ciudadanos y religiosos, que le faciliten la realización de una actividad útil.

- Ofrecer acciones pedagógicas que fortalezcan el desarrollo equilibrado y armónico de las habilidades del alumno, en especial las capacidades para la toma de decisiones, la adquisición, de criterios, el trabajo en equipo, la administración eficiente del tiempo, la asunción de responsabilidades, la solución de conflictos y problemas y la habilidad para la comunicación, la negociación y la participación.

El alumno entonces, debe aprender a educarse, aprender a ser, aprender a obrar y aprender a emprender. Esto exige que todo alumno, construya los conocimientos, habilidades y destrezas, los hábitos y los valores que lo capaciten para asumir la responsabilidad de desarrollarse como persona, individual, social, espiritual y ecológica; todo lo anterior, exige que el alumno llegue a dominar la capacidad de desarrollo intelectual, psicomotor, afectivo, volitivo, espiritual y de conciencia que le garanticen alcanzar los objetivos de formación integral.

Significa formarse una personalidad estructurada en procesos, saberes, competencias y valores consistentes y universalmente válidos, como la autonomía, la responsabilidad y la trascendencia para “aprender a ser”.

Ello significa, construir personalmente la capacidad, el sentido y comportamiento a partir de la escala de valores de cada persona y de actuar con los mismos, autónoma, responsable y trascendentemente.

En la construcción colectiva y participativa del proyecto educativo institucional P.E.I. se irá explicando y consolidando el perfil del alumno según el nivel y ciclo. Atendiendo el desarrollo de las competencias básicas que se deben desarrollar según sus capacidades.

- Un alumno que desarrolle la capacidad para comunicarse correctamente en lengua castellana, que comprenda textos y mensajes complejos, orales y escritos y que entienda sistemáticamente los diferentes elementos que constituyen o conforman nuestra lengua.
- Un alumno que valore y utilice la lengua castellana como medio de expresión literaria y que adquiera y estudie la creación literaria del país y del mundo.
- Un alumno que desarrolle las capacidades para el razonamiento lógico, mediante el dominio de los sistemas numéricos, geométricos, métricos, lógicos, analíticos, de conjuntos, de operaciones y relaciones, así como para su utilización en la interpretación y solución de problemas de la ciencia, de la tecnología y los de la vida cotidiana.
- Un alumno que corresponda las leyes, el planteamiento de problemas y la observación experimental relacionados con los avances del conocimiento científico de los fenómenos físicos, químicos y biológicos.
- Un alumno que desarrolle actitudes favorables hacia el conocimiento y que valoren y participe en la conservación de la naturaleza y el ambiente.
- Un alumno que desarrolle la capacidad para utilizar los conocimientos en su dimensión teórico – práctica y viceversa a favor de su utilización para la solución de problemas.
- Un alumno con iniciativa que le permita ejercitarse en los campos más avanzados de la tecnología y el entrenamiento en disciplinas procesos y técnicas variadas para que se convierta en un ciudadano socialmente útil.
- Un alumno que comprenda el desarrollo de la sociedad a través del estudio científico de la historia y de las ciencias sociales, con miras al análisis de las condiciones actuales de la realidad social.

- Un alumno que comprenda las diversas manifestaciones culturales de los pueblos a través del estudio científico del universo, la tierra, su estructura física, su división y organización política y del desarrollo económico de los países.
- Un alumno formado en y para los derechos y deberes, el conocimiento de los principios constitucionales y de las relaciones internacionales.
- Un alumno con sensibilidad estética y artística que desarrolle su creatividad y se familiarice con diferentes medios de expresión artística, que valore y respete los bienes artísticos y culturales.
- Un alumno que se exprese y comprenda la lengua extranjera.
- Un alumno que valore la salud y los hábitos relacionados con ella.
- Un alumno que se esfuerce en la búsqueda de nuevos conocimientos y utilice con sentido crítico los distintos contenidos y formas de información.
- Un alumno que utilice adecuadamente el tiempo libre y que practique y participe activamente en organizaciones juveniles, la educación física, la recreación y los deportes.

## **PERFILES**

Este estudiante aprenderá a construir a partir de los presupuestos recibidos de su entorno social y económico de donde proviene, desde las cuales empezara a vislumbrar sus reales posibilidades. El docente será el facilitador, un mediador entre el conocimiento y el estudiante, un promotor del humanismo, de la paz, de la comprensión y sobre todo ejemplo para el estudiante de manera tal que con sus actitudes haga de la docencia un continuo crecimiento comunitario, de esta manera despierte la persona que hay en cada uno de los educandos.

Los directivos docentes: serán facilitadores de los diversos mecanismos que integran el proceso de aprendizaje en el plantel, serán también, ejemplo de ecuanimidad y justicia; más que

un fiscal será un conciliador que integre intereses comunitarios, su gestión debe buscar el engrandecimiento de la institución que dirige y no el beneficio propio.

Los administrativos serán unos funcionarios eficientes con sentido amable y de servicio, sentido de pertenencia, dinámicos en la gestión entre los diversos estamentos del plantel, integrado a los procesos educativos y sobre todo participativos en las decisiones institucionales.

El acudiente será una persona solícita con la institución, gran sentido de pertenencia, colaborador estrecho con las estrategias metodológicas, crítico, constructivo, consciente de la naturaleza humana de directivos y docentes, matriculado al igual que su hijo, con la institución, seguidor minucioso del proceso educativo y de la formación integral de su hijo, consciente de su papel en la formación de su hijo, de su responsabilidad como padre.

## **CAMPOS DEPORTIVOS**

## **MATERIALES**

# COMPONENTE PEDAGOGICO

## PLAN DE ASIGNATURA Y SUS DIMENSIONES

### GRADO SEXTO

 I.E. COLEGIO SAN BARTOLOME	MALLA CURRICULAR  BARTOLINOS...CALIDAD EDUCATIVA, UNA POLITICA DE VIDA	CÓDIGO: GA-F-21
		VERSIÓN: 2.0
		FECHA: 19-01-2017
		PÁGINA: 24 de 49

ÁREA: EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES

ASIGNATURA: EDUCACIÓN FÍSICA

GRADO: SEXTO

#### ESTÁNDARES:

- ❖ Reconozco cada uno de mis cambios corporales y muestro hábitos de cuidado personal
- ❖ Adpto actitudes críticas ante las actividades y prácticas sociales del deporte, la recreación y el uso del tiempo libre
- ❖ Me identifico como un ser humano con habilidades, destrezas, actitudes, aptitudes y valores.

#### METAS DE TRASFERENCIA (SABER HACER)

Los estudiantes serán capaces de utilizar autónomamente sus aprendizajes para:

- ❖ Hacer ordenadamente sus actividades aprovechando correctamente el tiempo
- ❖ Disfrutar con las variadas actividades gimnásticas y recreativas participando con agrado y espontaneidad
- ❖ Valorar las competencias deportivas como elemento para el desarrollo personal
- ❖ Mostrar disciplina cuando se participa en actividades físicas, deportivas y recreativas.

#### METODOLOGIA:

- ❖ trabajo secuencial y progresivo, de tal manera que el trabajo no se estanque y se vean los avances significativos a nivel físico.
- ❖ Trabajo teórico-práctico de cada uno de los ejes temáticos del plan de asignatura

#### EVALUACION:

- ❖ **Evaluación diagnóstica:** que permita reconocer las fortalezas y las debilidades con que se presentan los estudiantes antes de iniciar el año escolar.
- ❖ **Evaluación continua y formativa:** Es decir el seguimiento a los aprendizajes.
- ❖ **Evaluación colectiva:** retroalimentación del trabajo físico realizado.
- ❖ **Observación** del trabajo físico y teórico realizado por cada estudiante.
- ❖ **Evaluaciones.**

 I.E. COLEGIO SAN BARTOLOME	MALLA CURRICULAR  BARTOLINOS...CALIDAD EDUCATIVA, UNA POLITICA DE VIDA	CÓDIGO: GA-F-21
		VERSIÓN: 2.0
		FECHA: 19-01-2017
		PÁGINA: 25 de 49

#### PRIMER PERIODO

ESTÁNDARES ESPECÍFICOS	D.B.A	CONOCIMIENTOS	INDICADORES DE COMPETENCIA
Es capaz de realizar juegos y actividades recreativas en el tiempo libre que propendan por el desarrollo de la creatividad y el rescate de los valores y tradiciones.  Mejora su calidad física como medio para la aplicación a las actividades y para la vida. Afianza el conocimiento de sí mismo y su relación con el medio.  Identifica los principios fisiológicos que permiten la realización de algunas acciones motrices básicas y otras más complejas	Ejecuta los diferentes gestos técnicos básicos para la práctica de algunos deportes individuales y de conjunto para alcanzar un buen desempeño físico y técnico.  Disfruta del acervo deportivo, cultural y social que convergen en la práctica de los juegos tradicionales y de la calle.  Identifica los principios fisiológicos que permiten la realización de algunas acciones motrices básicas y otras más complejas.  Crea hábitos de higiene y autocuidado personal, a nivel integral, como parámetros elementales de un estilo de vida sano.  Practica algunos deportes individuales y de conjunto para		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Usa el tiempo extraescolar en el desarrollo de actividades de aprovechamiento para un entorno más amplio y formativo.</li> <li>• Coordina los elementos básicos del movimiento y conserva el equilibrio en su ejecución</li> <li>• Participa con agrado y empeño en el desarrollo de las actividades programadas.</li> </ul>

 I.E. COLEGIO SAN BARTOLOME	<b>MALLA CURRICULAR</b>	CÓDIGO: BA-F-21
		VERSIÓN: 2.0
	BARTOLINOS...CALIDAD EDUCATIVA, UNA POLITICA DE VIDA	FECHA: 19-01-2017
		PÁGINA: 36 de 49

	alcanzar un buen desempeño físico.		
<b>SEGUNDO PERIODO</b>			
<p>Crea hábitos de higiene y auto cuidado personal, a nivel integral, como parámetros elementales de un estilo de vida sano.</p> <p>Realiza sus diferentes actividades y movimientos como medio de interacción social y para la formación de valores.</p> <p>Adquiere conocimientos y practica de las actividades deportivas como fuente de desarrollo integral.</p>	<p>Mostrar correcto desempeño en la realización y manejo de sus actividades y la relación con su entorno</p>		<ul style="list-style-type: none"> <li>Realiza las diferentes actividades aplicando las normas, reglas y fundamentos para cada caso y momento.</li> <li>Asume actitud de respeto ante las deficiencias o virtudes de sus compañeros</li> </ul>
<b>TERCER PERIODO</b>			
<b>ESTÁNDARES ESPECÍFICOS</b>	<b>D.B.A</b>	<b>CONOCIMIENTOS</b>	<b>INDICADORES DE COMPETENCIA</b>
<p>Ejecuta los diferentes gestos técnicos básicos para la práctica de algunos deportes individuales y de conjunto para alcanzar un buen desempeño.</p> <p>Identificar en las actividades deportivas las características, composición, modalidades e implementos utilizados</p>			<ul style="list-style-type: none"> <li>Valora la actitud deportiva y recreativa como elemento bases para su desarrollo personal integral.</li> <li>Asocia los diferentes movimientos con los fundamentos en la practica de las actividades</li> </ul>

 I.E. COLEGIO SAN BARTOLOME	<b>MALLA CURRICULAR</b>	CÓDIGO: GA-F-21
		VERSIÓN: 2.0
	BARTOLINOS...CALIDAD EDUCATIVA, UNA POLITICA DE VIDA	FECHA: 19-01-2017
		PÁGINA: 27 de 49

Afianza la conservación de normas de aseo, respeto, higiene, salud y cuidado ambiental			
<b>CUATRO PERIODO</b>			
<p>Disfruta del acervo deportivo, cultural y social que convergen en la práctica de los juegos tradicionales y de la calle.</p> <p>Interpreta las reglas y normas de juego para logra un sentido crítico.</p> <p>Participa en la organización y ejecución de las diferentes actividades recreo deportivas y artístico – culturales inherentes a su grado.</p>			<ul style="list-style-type: none"> <li>Reconoce el significado de sus cambios corporales y muestra hábitos de cuidado personal.</li> <li>Asume el juego con espacio para la creación y exposición de sus ideas, sentimientos, valores y realiza actividades relajantes para descansar</li> </ul>

# GRADO OCTAVO

 I.E. COLEGIO SAN BARTOLOME	<b>MALLA CURRICULAR</b>	CÓDIGO: GA-F-21
	BARTOLINOS...CALIDAD EDUCATIVA, UNA POLITICA DE VIDA	VERSIÓN: 2.0
		FECHA: 19-01-2017
		PÁGINA: 35 de 49

**ÁREA: EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES**

**ASIGNATURA: EDUCACIÓN FÍSICA**

**GRADO: OCTAVO**

**ESTÁNDARES:**

- ❖ Reconozco cada uno de mis cambios corporales y muestro hábitos de cuidado personal
- ❖ Adpto actitudes críticas ante las actividades y prácticas sociales del deporte, la recreación y el uso del tiempo libre
- ❖ Me identifico como un ser humano con habilidades, destrezas, actitudes, aptitudes y valores.

**METAS DE TRASFERENCIA (SABER HACER)**

Los estudiantes serán capaces de utilizar autónomamente sus aprendizajes para:

- ❖ Hacer ordenadamente sus actividades aprovechando correctamente el tiempo
- ❖ Disfrutar con las variadas actividades gimnásticas y recreativas participando con agrado y espontaneidad
- ❖ Valorar las competencias deportivas como elemento para el desarrollo personal
- ❖ Mostrar disciplina cuando se participa en actividades físicas, deportivas y recreativas.

**METODOLOGIA:**

- ❖ trabajo secuencial y progresivo, de tal manera que el trabajo no se estanque y se vean los avances significativos a nivel físico.
- ❖ Trabajo teórico-práctico de cada uno de los ejes temáticos del plan de asignatura

**EVALUACION:**

- ❖ **Evaluación diagnóstica:** que permita reconocer las fortalezas y las debilidades con que se presentan los estudiantes antes de iniciar el año escolar.
- ❖ **Evaluación continua y formativa:** Es decir el seguimiento a los aprendizajes.
- ❖ **Evaluación colectiva:** retroalimentación del trabajo físico realizado.
- ❖ **Observación** del trabajo físico y teórico realizado por cada estudiante.
- ❖ **Evaluaciones.**

 I.E. COLEGIO SAN BARTOLOME	<b>MALLA CURRICULAR</b>	CÓDIGO: GA-F-21
	BARTOLINOS...CALIDAD EDUCATIVA, UNA POLITICA DE VIDA	VERSIÓN: 2.0
		FECHA: 19-01-2017
		PÁGINA: 36 de 49

ESTÁNDARES ESPECÍFICOS	D.B.A	CONOCIMIENTOS	INDICADORES DE COMPETENCIA
<b>PRIMER PERIODO</b>  Utilizo el movimiento como medio para la formación de valores de carácter psíquico socio afectivo y motor.  mejoro las cualidades físicas de manera gradual y secuencial para aplicarlas a la vida, al deporte, a lo académico y a las actividades artísticas	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Obtendrá un mejor desarrollo integral mediante la utilización equilibrada del movimiento</li> </ul>	<b>UNIDAD 1.</b>  Tes de conducta de entrada.  <b>CARACTERÍSTICAS</b> Importancia Conocimiento y aplicación de las pruebas.  <b>GIMNASIA NIVEL 9</b>  <b>DESARROLLO Y FORTALECIMIENTOS DE LAS CUALIDADES FÍSICAS.</b>  Resistencia aerobia – anaerobia Fuerza Velocidad Agilidad Flexibilidad Coordinación equilibrio	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Valora el ejercicio físico como agente que contribuye al fortalecimiento de hábitos para el mejoramiento de sus funciones orgánicas y estructurales.</li> </ul>
<b>ESTÁNDARES ESPECÍFICOS</b> <b>SEGUNDO PERIODO</b>  Mejoro las habilidades y destrezas para el aprendizaje de la fundamentación técnico deportiva de las diferentes actividades propuestas.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Fortalecerá paulatinamente y gradualmente las valencias físicas para aplicarlas cotidianamente en sus actividades escolares y extraescolares.</li> </ul>	<b>UNIDAD 2.</b>  <b>TRABAJOS GIMNÁSTICOS</b>  Elementos: pelotas, aros, cintas, cuerdas, bastones. Con aparatos: Banca sueca, cajón sueco, botellón. Barra fija, manos libres.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ejecuta correctamente los ejercicios de fortalecimiento como base de sus actividades diarias de las escolares y de las deportivas.</li> </ul>

 I.E. COLEGIO SAN BARTOLOME	<b>MALLA CURRICULAR</b>	CÓDIGO: GA-F-21
	BARTOLINOS...CALIDAD EDUCATIVA, UNA POLITICA DE VIDA	VERSIÓN: 2.0
		FECHA: 19-01-2017
		PÁGINA: 37 de 49

ESTÁNDARES ESPECIFICOS	D.B.A	CONOCIMIENTOS	INDICADORES DE COMPETENCIA
<b>TERCER PERIODO</b>  Interpreto y aplico los reglamentos deportivos para lograr un sentido crítico que contribuya al mejoramiento de las relaciones interpersonales con trascendencia a la vida diaria.	<ul style="list-style-type: none"> <li>El Se le facilitara el aprendizaje de los fundamentos didácticos con el mejoramiento de sus habilidades y destrezas.</li> </ul>	<b>UNIDAD 3.</b>  FUNDAMENTACIÓN Y FORMACIÓN DEPORTIVA NIVEL 2.  <b>ATLETISMO</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Definición e importancia</li> <li>Acondicionamiento físico</li> <li>Pruebas de pista</li> <li>Desplazamientos</li> <li>Carreras de velocidad</li> <li>Relevos</li> <li>Prueba de campo</li> <li>Salto</li> <li>Coordinación en el movimiento de brazos y piernas</li> <li>Fuerza</li> </ul> <b>BALONCESTO</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Acondicionamiento físico</li> <li>Fundamentación</li> <li>Desplazamientos simples ofensivos</li> <li>Desplazamientos simples defensivos</li> <li>Conducción del balón</li> <li>Reglamentación</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Demuestra habilidades para realizar acertadamente los movimientos de fundamentación y formación deportiva.</li> </ul>

 I.E. COLEGIO SAN BARTOLOME	<b>MALLA CURRICULAR</b>	CÓDIGO: GA-F-21
	BARTOLINOS...CALIDAD EDUCATIVA, UNA POLITICA DE VIDA	VERSIÓN: 2.0
		FECHA: 19-01-2017
		PÁGINA: 38 de 49

		<ul style="list-style-type: none"> <li>Juego de campo.</li> </ul> <b>VOLEIBOL</b> Acondicionamiento físico Desplazamiento Pases Levantada Remate Bloqueo Reglamentación Juego de campo  <b>BALOMPIE</b> Acondicionamiento físico Desarrollo de valencias físicas Fundamentación Balón Técnica de toque de bala Técnica de driblen Saque de banda Fundamentación del portero.	
ESTÁNDARES ESPECIFICOS	D.B.A	CONOCIMIENTOS	INDICADORES DE COMPETENCIA
<b>CUARTO PERIODO</b>  Valoro la práctica de actividades deportivas, recreativas, artísticas y culturales como medio para la concentración de la salud, sociabilidad, nacionalidad y el valor por nuestra salud física.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Conocerá las reglas y normas deportivas correspondientes, permitiéndole el crecimiento en su comportamiento interpersonal.</li> </ul>	<b>UNIDAD 4.</b> <b>BAILES FOLCLÓRICOS</b> <b>FOLCLOR LITERARIO</b> Coplas Creencias Escritos Leyendas Gastronomía típico de cada región Cumbia El pasillo	<ul style="list-style-type: none"> <li>Valora la aplicación y el cumplimiento de las normas y reglas como un signo de respeto, de comprensión consigo y con sus compañeros.</li> </ul>

## **CAPÍTULO 2: Propuesta pedagógica**

### **TITULO**

METODOLOGÍA DE ENTRENAMIENTO PARA LA MEJORA DE LA COORDINACIÓN  
SEGMENTARIA ÓCULO-MANUAL EN LOS NIÑOS DEL GRADO SEXTO DEL COLEGIO  
SAN BARTOLOMÉ DE CÚCUTA.

## TABLA DE CONTENIDOS

	<b>Pág.</b>
1. INTRODUCCIÓN _____	
2. JUSTIFICACIÓN _____	
3. OBJETIVOS _____	
a. OBJETIVO GENERAL _____	
b. OBJETIVOS ESPECÍFICOS _____	
4. MARCO TEÓRICO _____	
5. ANTECEDENTES _____	
6. MARCO CONCEPTUAL _____	
7. MARCO LEGAL _____	
8. METODOLOGÍA _____	
9. CONCLUSIONES _____	
10. RECOMENDACIONES _____	
11. REFERENCIAS _____	

## INTRODUCCION

Para nosotros es importante empezar con un proceso que nos brinde bases, las cuales nos impulsen a ser mejor cada día en todos los sentidos, este proceso resulta de gran importancia debido a que sería uno de los muchos pilares fundamentales que influirían de forma positiva en el proceso de formación de futuros profesionales de nuestro campo, la educación física, la recreación y el deporte donde no hay mejor forma que enriquecernos unos a otros por medio de un proceso de formación constante en el que cada semestre tenemos más bases para brindarle a la sociedad un servicio de calidad y cada culminación del proceso de formación como licenciados en educación física, recreación y deportes dejemos un granito de arena a nuestros próximos colegas para que estos den un buen uso al proceso que desarrollamos para optar por nuestro título como profesionales.

Además de esto cabe resaltar que se considera un proceso integral, fiable en el que logramos mostrar la veracidad del proceso que desarrollamos como profesionales, mostrando pautas específicas del proceso además de pruebas como lo son formatos de evaluación, informes diagnósticos y evidencias (Imágenes) del proceso de práctica integral docente, intervención de la propuesta pedagogía, cronograma y actividades Intrainstitucionales.

El presente trabajo de investigación se enfoca en posiblemente en mejorar la coordinación segmentaria o específica sobre la variante en la coordinación óculo-manual en los adolescentes del colegio San Bartolomé del grado sexto jornada de la tarde buscando así una intervención adecuada con un plan de entrenamiento enfocado en esta problemática evidenciada en la institución educativa.

La coordinación óculo-manual es aquella en la cual se hace uso de la participación de dos elementos muy importantes los cuales son la mirada(ojos) y las manos, los cuales son muy importantes para desarrolla este tipo de coordinación, logrando así un bueno desarrollo de técnica u movilidad al realizar cualquier movimiento que involucre este tipo de coordinación. Según (AGUIRRE, 1994), a coordinación se define como: “el control nervioso de las contracciones musculares en la realización de los actos motores, también como la acción de los músculos productores de movimientos en el movimiento preciso y la velocidad adecuada”.

En el niño estos movimientos son ejecutados mediante el desarrollo de destrezas y que necesitan de un alto grado de precisión y coordinación ocular y manual. Por todo esto se hace necesario el desarrollo de estrategias que ayuden en medida de lo que es posible a mejorar la coordinación óculo-manual mediante propuestas que promuevan el desarrollo y participación con actividades con juegos óculo-manuales.

El desarrollo de alternativas que fortalezcan las acciones educativas con un objetivo axiológico como se realiza en esta investigación en la cual se trabaja un valor en específico el cual es la responsabilidad y el buscando mejorar su capacidad coordinativa mediante este valor como fundamento para realizar las actividades propuestas en el plan de entrenamiento relacionados con la coordinación específica óculo-manual, es por eso que la presente investigación desarrolla una estrategia por medio de la actividad física trabajada desde el marco de los juegos y actividades, con el fin de intervenir en el ambiente escolar, generando nuevas expectativas, trabajo en equipo, compañerismo, así mismo mejora el estado físico, ánimo, las relaciones personales, el autoestima, entre otros.

## **JUSTIFICACION**

La actividad física es importante en este ámbito y no solo para tener un buen cuerpo o estado físico, hay otros umbrales importantes los cuales trabajar, como lo son la calidad en la salud según (hellín, 2008). “las actividades físicas están orientadas bajo un propósito de mejora de la estructura corporal en sí misma llegamos al concepto de ejercicio físico”.

La coordinación óculo manual permite que los niños y niñas adquieran un mejor control y precisión en su motricidad fina que potencialice su destreza manual. Con la propuesta de entrenamiento metodológico de coordinación óculo manual en el desarrollo de destrezas, se busca ofrecer el docente un entrenamiento metodológico, para que utilice en su jornada diaria despertando el interés, la creatividad, la imaginación el trabajo grupal en los niños y niñas logrando que adquieran las destrezas motrices. Se ha elaborara este manual considerando que las actividades a realizar son acordes a su edad y el uso de los materiales son de fácil manipulación que permitirán desarrollar destrezas para el desarrollo integral de cada niño y niña.

## **OBJETIVOS**

### **OBJETIVO GENERAL:**

- Diseñar un programa metodológico de coordinación óculo manual a los estudiantes del grado 6° del colegio San Bartolomé de Cúcuta

### **OBJETIVOS ESPECÍFICOS**

- Diagnosticar por medio de test el nivel de coordinación óculo-manual en el que se encuentran los estudiantes del grado 6° del colegio San Bartolomé de Cúcuta.
- Proponer el programa de entrenamiento pedagógico óculo-manual para los estudiantes del grado 6° del colegio San Bartolomé de Cúcuta.
- Aplicar el programa de entrenamiento pedagógico óculo-manual para los estudiantes del grado 6° del colegio San Bartolomé de Cúcuta.

## **MARCO TEORICO**

### **ANTECEDENTES**

Es importante el desarrollo motor durante la infancia, porque permite a los niños un mejor avance integral, para desempeñarse mejor en las actividades diarias. Como menciona Arnold Gesell (2015). Para este autor la maduración es el mecanismo interno a través del cual se consigue progresar en las distintas áreas de la conducta, destacando como: Conducta adaptativa, conducta social, conducta motriz, conducta verbal.” Afirma que la conducta motriz tiene implicaciones neurológicas.

Para Barruezo (2002), la coordinación viso motriz ajustada, que supone la concordancia entre el ojo (verificador de la actividad) y la mano (ejecutora), de manera que cuando la actividad cerebral ha creado los mecanismos para el acto motor, sea preciso y económico. Lo que implica que la visión se libere de la mediación activa entre el cerebro y la mano y pase a ser una simple verificadora de la actividad.

Como lo menciona Fernández-Marcote (1998) “definió la coordinación viso motriz como la ejecución de movimientos ajustados por el control de la vista, y hablamos de coordinación óculo-manual como la capacidad que tiene la 13 persona para utilizar simultáneamente las manos y la vista con el fin de realizar una tarea motriz o movimiento eficaz.

Según Henri Wallon (2015. Pag 1) “La obra de este psicólogo francés aborda el estudio del niño como sistema en evolución (visión dialéctica del desarrollo psíquico). El comportamiento del niño en cada una de las edades de su desarrollo es un sistema en el que concurren todas las actividades que le son disponibles y, al mismo tiempo, esas actividades reciben su papel y significado del conjunto total de actividades. Así, la evolución del niño se realiza en varios planos

complementarios que dan lugar a un sistema en evolución, que es el objeto de la psicología evolutiva.” Este autor lo divide en 6 etapas la primera llamada impulsividad motriz: donde el niño requiere de los cuidadores para satisfacer sus necesidades fisiológicas. la segunda emocional: la madre es necesitada por él bebe por si misma con independencia de la presencia o no tensiones fisiológicas donde produce el paso de lo fisiológico a lo psicológico. el tercero sensoriomotor: adquisición de nuevas capacidades como la marcha, el lenguaje, y la función representativa. cuarto personalismo: construcción de la identidad a través de distintas estrategias 3 y 4 años actitud negativista, edad de gracia 4 años tratar de seducir y atraer la atención del adulto con el despliegue de sus mejores habilidades y 5 años identificación con los personajes preferidos por los demás o de quien se sientan celosos, quinto pensamiento categorial: comienzo de etapa escolar y aprendizaje de nuevas habilidades para actuar sobre el mundo lecto-escritura, aritmética, y la sexta y última pubertad y adolescencia: cambios físicos que comprometen el esquema y cambios psíquicos que conducen a la consolidación de la identidad y la reflexión sobre su propio lugar en el mundo.

Las actividades básicas óculo-manuales son el lanzamiento y la recepción” en los niños de estas edades se pueden evidenciar un bajo desarrollo de esta habilidad. Para justificar dicha información, a continuación, se presentan proyectos de grado a nivel internacional, nacional y local, argumentando el problema.

Una investigación a nivel internacional en la Universidad Nacional Del Centro Del Perú Huancayo se encuentra un proyecto de grado titulado “Diagnóstico sobre la coordinación óculo-manual en niños del primer grado de la I.E. "San Sebastián" la punta -Sapallanga Paucar Cachuan,Dolly Sidnay”

El presente informe de investigación surgió de la necesidad de analizar la coordinación óculo manual en los niños de seis años de edad, por lo tanto, el problema investigado fue: ¿Cuál es el diagnóstico de la coordinación óculo- manual en niños del primer grado de la I.E. "San Sebastián" La Punta - Huancayo? El objetivo logrado: Diagnosticar la coordinación óculo- manual en niños del primer grado de la I.E. "San Sebastián" La Punta - Sapallanga. La investigación es de tipo básica, arribando al nivel descriptivo. El método que acompañó desde el inicio al final del estudio fue el método científico; el método aplicado en la investigación es el método descriptivo. El diseño que guó la investigación es descriptivo simple con muestra observación con un solo grupo. La muestra fue no probabilística y estuvo constituida por 22 estudiantes de primer grado "A" de primaria. La técnica para recopilar datos fue la observación, cuyo instrumento es la ficha de observación. Para el procesamiento de datos se aplicó la estadística descriptiva, se desarrolló durante el año 2014 y 2015. Arribando a la siguiente conclusión: A consecuencia de los resultados obtenidos por la ficha de observación podemos decir que el diagnóstico de la coordinación óculo - manual en los niños del primer grado "A" de la Institución Educativa "San Sebastián" de la Punta- Sapallanga, tienen una buena coordinación óculo - manual en su mayoría de estudiantes, puesto que existe un mínimo de estudiantes conformada por cinco estudiantes del total de 22 niños que tienen dificultades en la coordinación óculo – manual.

A nivel nacional, Universidad Santo Tomas de Aquino Bogotá Facultad de Educación Programa maestría en Actividad Física para la Salud, se encuentra un proyecto titulado: “Valoración de la coordinación motriz de los niños participantes en el programa de Escuelas de Iniciación deportiva (EID) del INDERBU en la ciudad de Bucaramanga” El estudio asumió como objetivo “Analizar el nivel de coordinación motriz de los niños participantes en el programa de

Escuelas de Iniciación deportiva (EID) del INDERBU en la ciudad de Bucaramanga” (Saavedra, 2018) se aplicó una metodología con enfoque cuantitativo, diseño no experimental, transeccional descriptivo. La población estaba conformada por 940 niños inscritos en el programa de Escuelas de Iniciación Deportiva del Instituto de la Juventud, el deporte y la recreación del municipio de Bucaramanga – INDERBU. De los cuales, se seleccionó una muestra de 273 niños, conformada por 152 niños de género masculino (56%) y 121 mujeres (44%), la técnica que se utilizó para recolectar la información fueron los test antropométricos y de coordinación motriz. Los resultados obtenidos evidenciaron que los niños en formación tienen dificultades en su coordinación dinámica general y su coordinación viso-motriz, se concluyó con los datos 16 recolectados que el rendimiento motor de los participantes del programa de Escuelas de Iniciación deportiva (EID) del INDERBU en la ciudad de Bucaramanga es aceptable para la edad.

## **MARCO CONCEPTUAL**

Para el desarrollo del proyecto se abordara una variable de investigación, la cual es la coordinación óculo-manual, ya que esta permite el desarrollo de nuestra propuesta de investigación, debido a que es una problemática que ese encuentra en las instituciones educativas por falta de la docencia de educación física desde las primera etapas escolares, debido a esta debilidad en el sistema educativo se toma la iniciativa de este proyecto de entrenamiento metodológico como base para el fortalecimiento de esta problemática en las instituciones educativas.

## **COORDINACIÓN ÓCULO MANUAL.**

Es aquella acción que se realiza con la utilización de manos en coordinación con los ojos, conectados por el cerebro, se puede realizar manipulación de objetos como lanzamientos largos o cortos y recepciones de los mismos a demás desarrolla las destrezas necesarias para escribir, aplaudir, manejar materiales para realizar actividades manuales.

Según (AGUIRRE, 1994) la coordinación se define como: “el control nervioso de las contracciones musculares en la realización de los actos motores, también como la acción de los músculos productores de movimientos en el movimiento preciso y la velocidad adecuada”.

En el niño estos movimientos son ejecutados mediante el desarrollo de destrezas y que necesitan de un alto grado de precisión y coordinación ocular y manual. La coordinación óculo-manual se caracteriza por un proceso madurativo, el niño/a, utiliza todo el brazo para pintar, o realizar cualquier destreza manual, será la práctica, la estimulación y la maduración que darán paso a la independización segmentaria, necesaria para los futuros aprendizajes.

### **Fases de la coordinación óculo manual.**

#### **Detención de objetos**

Se localiza el objeto y se analiza, para poder realizar correctamente la trayectoria hacia el objeto.

#### **Trayectoria:**

Se desarrollan los programas de ejecución motriz que van a ser patrones motores que colocan la mano y dedos en la posición adecuada para coger las cosas.

- Objeto grande: menor flexión de interfalángicas y mayor dorsiflexión de la muñeca

- Objeto pequeño: mayor flexión de interfalángicas y menos dorsiflexión de muñeca

Todo lo anterior evoluciona en función de dos factores: por un lado, la maduración fisiológica del sujeto y por otro la estimulación, entrenamiento o ejercicios realizados. Por esta razón es muy importante que la docente ayude al desarrollo de esta destreza por medio de actividades creativas que impliquen atención, memoria visual, auditiva y motora; las cuales favorecerán al aprendizaje general en la coordinación óculo manual del estudiante.

Es conveniente que se afiance la coordinación óculo manual, porque de ella depende que resulte fácil o complicado el desarrollo de destreza mediante diferentes actividades realizadas por el niño.

(Jiménez, 2007) menciona que: “algunas de estas actividades son lanzar y recibir pelotas u objetos en movimiento, mediante la utilización de los miembros superiores de cuerpo”.

Actividades de coordinación óculo manual que se pueden realizar con los niños. Existen en realidad infinidad de actividades, pero entre las más empleadas están las siguientes:

- Lanzamiento y recepción de pelotas
- Giros
- Coser
- Dibujar
- Escribir
- Peinarse
- Pintar
- Punzar
- Recortar
- Moldear
- Colorear
- Laberintos
- Trozar

La coordinación óculo manual en la adquisición de la creatividad, imaginación y concentración en los niños y niñas. Mediante las actividades de coordinación óculo manual los niños y niñas afianzas los vínculos de socialización, imaginación, creatividad, su autoestima, concentración, paciencia, entre otros. Aprenden a trabajar en equipo, expresan sus gustos, son capaces de realizar movimientos con sus manos adquiriendo agilidad con las mismas.

Para Cevallos. G. 2007, adquirir dicha agilidad “necesitan entrenamiento constante y experiencia, jugar con sus posibilidades y desarrollar en él nuevas destrezas como: cortar, dibujar, colorear o cualquier actividad que requiera el uso de la coordinación óculo manual que le será muy positiva”. Las manualidades le sirven para trabajar los distintos movimientos de los dedos y de las muñecas, lo que le será muy útil en el futuro para realizar todo tipo de actividades, incluida la escritura. Por otro lado, también favorecen su sensibilidad artística. Y eso no es todo: al crear algo con sus propias manos, el pequeño se siente feliz y orgulloso de sí mismo, lo que fortalece su autoestima.

## **MARCO LEGAL**

Para la realización de la presente investigación se han tenido en cuenta diferentes soportes legales los cuales se basan en el derecho a la educación y la ley del deporte como derechos fundamentales de los seres humanos dentro de la sociedad colombiana.

Ley 115 General De Educación De 1994. Esta ley dentro de los algunos artículos menciona el derecho a la educación en Colombia y la obligación que tiene el gobierno con la sociedad y el cumplimiento de este derecho teniendo la responsabilidad de formar docentes que formen seres humanos sociales e integrales por medio de la investigación, la innovación, las estrategias

estando encargados de llevar proceso de enseñanza aprendizaje siendo evaluadores de los mismos teniendo en cuenta las necesidades e intereses de las personas.

Ley 181 Del Deporte De 1995. Siendo esta ley un soporte para la propuesta menciona la importancia del deporte en la vida de las personas convirtiéndose en una parte de la formación integral del individuo, la cual dispone de la promoción del deporte, la recreación y el aprovechamiento del tiempo libre. De esta forma se crea en el contexto educativo un espacio el cual es llamado educación física siendo integrado a la formación de los niños, niñas, jóvenes y adultos, brindando la posibilidad de promover el deporte a nivel social dándole importancia para la vida de todas las personas.

## **METODOLOGIA**

### **Tipo de investigación**

#### **Descriptiva**

Este proyecto de investigación como base de investigación el estudio de caso que según Crespo (2000) Desde hace varias décadas se viene trabajando con el método de los casos en la enseñanza de la administración y otras disciplinas, como el derecho a través de un diálogo organizado sobre una situación real, el método utiliza la experiencia para la transmisión del conocimiento una vez dicho lo anterior sostiene que la discusión del caso es una mezcla de retórica, diálogo, inducción, intuición y razonamiento: la recreación, en suma, de la metodología de la ciencia práctica.

Quintanar Duarte, (2004) se refiere a el estudio transversal es el diseño descriptivo que se utiliza con más frecuencia en investigación de mercados. El diseño transversal incluye la recolección de información de una muestra dada de elementos de población una sola vez. Y Un

caso según Coller (2000), es un objeto de estudio con unas fronteras más o menos claras que se analiza en su contexto real y que se considera relevante, bien sea para comprobar, ilustrar, o construir un conocimiento o una parte de él, o por su valor intrínseco.

### **Población**

10 estudiantes del colegio consejo de Cúcuta (sede)

### **Muestra**

Los 33 estudiantes del grado 6<sup>o</sup> compuesto por 19 estudiantes del sexo femenino y 17 estudiantes del sexo masculino entre edad de 10 a 13 años.

### **Criterios de inclusión**

- Que sea estudiante del colegio san Bartolomé de Cúcuta e integrante del grado 6<sup>o</sup>
- Que ningún tipo de anomalía o condición física, psicológica, moral o social le impida ser partícipe del proceso de intervención.
- Que desee ser partícipe de los procesos diagnósticos, de intervención e investigación.
- Que llegue con la mejor disposición para el proceso y cumplir con el proceso a cabalidad.

### **Criterios de exclusión**

- Que no sea estudiante del colegio san Bartolomé de Cúcuta e integrante del grado 6<sup>o</sup>
- Que algún tipo de anomalía o condición física, psicológica, moral o social le impida ser partícipe del proceso de intervención.
- Que no desee ser partícipe de los procesos diagnósticos, de intervención e investigación.

## INSTRUMENTOS

Se realizará un test de coordinación óculo manual para identificar el nivel de coordinación en el que se encuentran los estudiantes, una vez conocido los resultados del test, se pondrá en ejecución el plan de entrenamiento metodológico que nos brindará un apoyo completo al momento de la ejecución por parte de los estudiantes con el fin de mejorar la coordinación visomotriz de los estudiantes del grado sexto del colegio san Bartolomé jornada de la tarde.

El test lo que vamos a utilizar será el Test Purdue pegboard. El propósito de este test es medir la destreza de dedos y manos unimanual y bimanual. Purdue Pegboard se desarrolló en la década de 1940 como una prueba de destreza manipulativa para el uso. En selección de personal (Tiffin, 1968; Tiffin y Asher, 1948).

La prueba de Purdue Pegboard es una prueba consistente y estandarizada:



Imagen 1 test de Purdue Pegboard

La escala de valoración que utilizamos desde terapia ocupacional para determinar si la destreza manipulativa se encuentra alterada, es el Test Purdue Pegboard.

Diseñada en 1948 por Joseph Tiffin (psicólogo industrial) con el objetivo de evaluar la velocidad, la destreza manual fina y la coordinación mano-ojo. En un principio se utilizaba para evaluar la habilidad dactilar y precisión manual en la selección de personal que tenía que llevar a cabo trabajos que requerían destreza fina y coordinación para la manipulación de piezas pequeñas.

#### Descripción del material

- Tablero de madera con dos columnas, con 25 agujeros en cada una de ellas y un determinado número de clavijas, arandelas y tubos dispuestos en 4 cavidades en la parte superior del tablero. En las cavidades de los extremos se colocan las clavijas, en las cavidades del centro se colocan las arandelas en el lado correspondiente a la mano no dominante y los tubitos en la cavidad correspondiente a la mano dominante.
- Cronómetro

#### **Aplicación del Test**

El test consta de 4 partes diferentes:

##### **1ª PARTE**

Insertar tantas clavijas como se pueda con la mano dominante, en un tiempo límite de 30 segundos. Se le explica que tiene que ir lo más rápido que pueda, que le vamos a cronometrar y que si le cae alguna pieza que no pierda tiempo buscándola, que coja otra.

##### **2ª PARTE**

Insertar tantas clavijas como se pueda con la mano no dominante, en un tiempo límite de 30 segundos. Se le recuerda que tiene que ir lo más rápido que pueda, que le vamos a cronometrar y que, si le cae alguna pieza que no pierda tiempo buscándola, que coja otra.

##### **3ª PARTE**

Insertar tantas clavijas como se pueda con ambas manos a la vez, en un tiempo límite de 30 segundos. Se le comenta que tiene que ir lo más rápido que pueda, que le vamos a cronometrar y que, si le cae alguna pieza que no pierda tiempo buscándola, que coja otra.

Aquí se valora la coordinación bimanual.

#### **4ª PARTE**

Esta parte consiste en una tarea de ensamblaje, donde tiene que realizar una secuencia coordinada consistente en insertar una clavija, una arandela, un tubo y una arandela, alternando el uso de las dos manos y empezando con la mano dominante. Para esta parte se dispone de 60 segundos.

En esta última parte de la prueba, se valora la coordinación bimanual alternante, por lo que se le explicará que mientras una mano esta insertando una pieza, la otra esta cogiendo la siguiente pieza a insertar.

- Dice el protocolo que la persona dispondrá de un pequeño periodo de tiempo para practicar y familiarizarse con las piezas.
- Resultados
- Para las dos primeras partes de la prueba, la puntuación viene dada por el número de clavijas insertadas en el tiempo límite.
- En la parte que valora la coordinación bimanual, se cuentan el número total de parejas.
- En la parte que valora la coordinación bimanual alternante, se cuentan tanto los ensamblajes completos como las piezas sueltas, aunque no se haya completado un nuevo ensamblaje. Aquí multiplicaremos el número de ensamblajes completos por 4 (que son las piezas de las que consta cada ensamblaje) y le sumaremos las piezas sueltas.
- Las puntuaciones en el Purdue Pegboard, reflejan la capacidad para producir un manejo manipulativo rápido y controlado con los dedos.

- Es una prueba sensible a la lentitud psicomotora.



Imagen 2 realización del test de Purdue Pegboard

El entrenamiento pedagógico constara de 20 actividades empleadas y adaptadas para el desarrollo de este proyecto, han sido tomadas del libro 100 ejercicios y juegos de coordinación óculo motriz.

**UNIVERSIDAD DE PAMPLONA**  
**LICENCIATURA EN EDUCACIÓN BÁSICA CON ÉNFASIS EN EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES**

**Institución:** Colegio San Bartolomé  
**Grado:** 6º  
**Habilidad:** coordinación segmentaria  
**Tema:** coordinación óculo manual  
**Duración:** 60 minutos

**Fecha:**  
**Edades:** 11-14  
**N° de participantes:** 30  
**Hora:**

**Competencia:** El estudiante identifica ejercicios de coordinación óculo manual como parte de la coordinación segmentaria.

**Logro:** El estudiante identificara ejercicios de coordinación óculo manual sobre los demás ejercicios de coordinación segmentaria

**Indicador de logro:** El estudiante comprende, realiza y propone partiendo de ejercicios de coordinación óculo manual.

**ACTIVIDAD INICIAL**

1. Saludo cordial a los estudiantes.
2. Explicación del tema coordinación óculo manual
3. Explicación de las actividades
4. calentamiento mediante juegos de persecución
5. estiramiento general enfocado en el tren superior.

**ACTIVIDAD CENTRAL**

El estudiante es ubicara en un lado de la cancha, donde golpeará una pelota de plástico grande con diferentes partes de la mano. (Puño cerrado, palma, dorso...) sin que caiga al suelo.



**ACTIVIDAD FINAL**

1. Estiramiento a nivel general iniciando descendente
2. Retroalimentación de la actividad realizada

**RECURSOS**

Pelotas de diferentes tamaños

**BIBLIOGRAFIA**

<https://www.neuquen.edu.ar/wp-content/uploads/2017/10/COORDINACION-OCULO-MOTRIZ-NXPowerLite.pdf>

**UNIVERSIDAD DE PAMPLONA**  
**LICENCIATURA EN EDUCACIÓN BÁSICA CON ÉNFASIS EN EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES**

**Institución:** Colegio San Bartolomé  
**Grado:** 6º  
**Habilidad:** coordinación segmentaria  
**Tema:** coordinación óculo manual  
**Duración:** 60 minutos

**Fecha:**  
**Edades:** 11-14  
**Nº de participantes:** 30  
**Hora:**

**Competencia:** El estudiante identifica ejercicios de coordinación óculo manual como parte de la coordinación segmentaria.

**Logro:** El estudiante identificara ejercicios de coordinación óculo manual sobre los demás ejercicios de coordinación segmentaria

**Indicador de logro:** El estudiante comprende, realiza y propone partiendo de ejercicios de coordinación óculo manual.

**ACTIVIDAD INICIAL**

1. Saludo cordial a los estudiantes.
2. Explicación del tema coordinación óculo manual
3. Explicación de las actividades
4. calentamiento mediante juegos de persecución
5. estiramiento general enfocado en el tren superior.

**ACTIVIDAD CENTRAL**

El estudiante es ubicara en un lado de la cancha, donde golpeará una pelota de plástico grande con diferentes partes de la mano. (Puño cerrado, palma, dorso...) pero ahora le damos un golpe con cada mano de forma alternativa sin que caiga al suelo.



**ACTIVIDAD FINAL**

1. Estiramiento a nivel general iniciando descendente
2. Retroalimentación de la actividad realizada

**RECURSOS**

Pelotas de diferentes tamaños

**BIBLIOGRAFIA**

<https://www.neuquen.edu.ar/wp-content/uploads/2017/10/COORDINACION-OCULO-MOTRIZ-NXPowerIte.pdf>

**UNIVERSIDAD DE PAMPLONA**  
**LICENCIATURA EN EDUCACIÓN BÁSICA CON ÉNFASIS EN EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES**

**Institución:** Colegio San Bartolomé  
**Grado:** 6º  
**Habilidad:** coordinación segmentaria  
**Tema:** coordinación óculo manual  
**Duración:** 60 minutos

**Fecha:**  
**Edades:** 11-14  
**N° de participantes:** 30  
**Hora:**

**Competencia:** El estudiante identifica ejercicios de coordinación óculo manual como parte de la coordinación segmentaria.

**Logro:** El estudiante identificara ejercicios de coordinación óculo manual sobre los demás ejercicios de coordinación segmentaria

**Indicador de logro:** El estudiante comprende, realiza y propone partiendo de ejercicios de coordinación óculo manual.

**ACTIVIDAD INICIAL**

1. Saludo cordial a los estudiantes.
2. Explicación del tema coordinación óculo manual
3. Explicación de las actividades
4. calentamiento mediante juegos de persecución
5. estiramiento general enfocado en el tren superior.

**ACTIVIDAD CENTRAL**

El estudiante es ubicada en un lado de la cancha, donde ejecutara diferentes secuencias de golpeo indicadas por el profesor ejemplo (mano-rodilla-mano-rodilla, mano-rodilla-pie-mano-rodilla-pie, etc.).



**ACTIVIDAD FINAL**

1. Estiramiento a nivel general iniciando descendente
2. Retroalimentación de la actividad realizada

**RECURSOS**

Pelotas de diferentes tamaños

**BIBLIOGRAFIA**

<https://www.neuquen.edu.ar/wp-content/uploads/2017/10/COORDINACION-OCULO-MOTRIZ-NXPowerLite.pdf>

**UNIVERSIDAD DE PAMPLONA**  
**LICENCIATURA EN EDUCACIÓN BÁSICA CON ÉNFASIS EN EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES**

**Institución:** Colegio San Bartolomé  
**Grado:** 6º  
**Habilidad:** coordinación segmentaria  
**Tema:** coordinación óculo manual  
**Duración:** 60 minutos

**Fecha:**  
**Edades:** 11-14  
**N° de participantes:** 30  
**Hora:**

**Competencia:** El estudiante identifica ejercicios de coordinación óculo manual como parte de la coordinación segmentaria.

**Logro:** El estudiante identificara ejercicios de coordinación óculo manual sobre los demás ejercicios de coordinación segmentaria

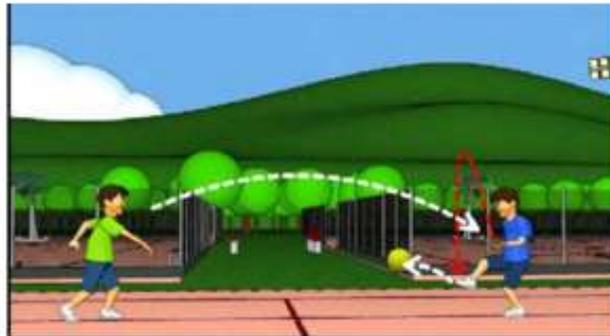
+ **Indicador de logro:** El estudiante comprende, realiza y propone partiendo de ejercicios de coordinación óculo manual.

**ACTIVIDAD INICIAL**

1. Saludo cordial a los estudiantes.
2. Explicación del tema coordinación óculo manual
3. Explicación de las actividades
4. calentamiento mediante juegos de persecución
5. estiramiento general enfocado en el tren superior.

**ACTIVIDAD CENTRAL**

El estudiante es ubicada en un lado de la cancha junto a un compañero, el primero lanza la pelota a su compañero, este la golpea con la mano hacia arriba para "colocársela" y volver a golpear con el pie antes de que caiga al suelo.



**ACTIVIDAD FINAL**

1. Estiramiento a nivel general iniciando descendente
2. Retroalimentación de la actividad realizada

**RECURSOS**

Pelotas de diferentes tamaños

**BIBLIOGRAFIA**

<https://www.neuquen.edu.ar/wp-content/uploads/2017/10/COORDINACION-OCULO-MOTRIZ-NXPowerLite.pdf>

**UNIVERSIDAD DE PAMPLONA**  
**LICENCIATURA EN EDUCACIÓN BÁSICA CON ÉNFASIS EN EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES**

**Institución:** Colegio San Bartolomé  
**Grado:** 6º  
**Habilidad:** coordinación segmentaria  
**Tema:** coordinación óculo manual  
**Duración:** 60 minutos

**Fecha:**  
**Edades:** 11-14  
**N° de participantes:** 30  
**Hora:**

**Competencia:** El estudiante identifica ejercicios de coordinación óculo manual como parte de la coordinación segmentaria.

**Logro:** El estudiante identificará ejercicios de coordinación óculo manual sobre los demás ejercicios de coordinación segmentaria

**Indicador de logro:** El estudiante comprende, realiza y propone partiendo de ejercicios de coordinación óculo manual.

**ACTIVIDAD INICIAL**

1. Saludo cordial a los estudiantes.
2. Explicación del tema coordinación óculo manual
3. Explicación de las actividades
4. calentamiento mediante juegos de persecución
5. estiramiento general enfocado en el tren superior.

**ACTIVIDAD CENTRAL**

El estudiante es ubicada en un lado de la cancha, con una pelota de tenis, y situados con las piernas abiertas, hacer rodar la pelota entre nuestras piernas en cualquier dirección que se nos ocurra.



**ACTIVIDAD FINAL**

1. Estiramiento a nivel general iniciando descendente
2. Retroalimentación de la actividad realizada

**RECURSOS**

Pelotas de tenis

**BIBLIOGRAFIA**

<https://www.neuquen.edu.ar/wp-content/uploads/2017/10/COORDINACION-OCULO-MOTRIZ-NXPowerLite.pdf>

**UNIVERSIDAD DE PAMPLONA**  
**LICENCIATURA EN EDUCACIÓN BÁSICA CON ÉNFASIS EN EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES**

**Institución:** Colegio San Bartolomé  
**Grado:** 6º  
**Habilidad:** coordinación segmentaria  
**Tema:** coordinación óculo manual  
**Duración:** 60 minutos

**Fecha:**  
**Edades:** 11-14  
**N° de participantes:** 30  
**Hora:**

**Competencia:** El estudiante identifica ejercicios de coordinación óculo manual como parte de la coordinación segmentaria.

**Logro:** El estudiante identificara ejercicios de coordinación óculo manual sobre los demás ejercicios de coordinación segmentaria

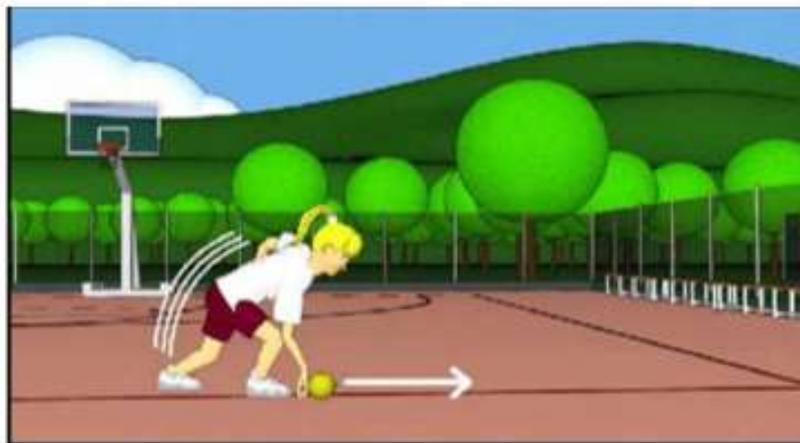
+ **Indicador de logro:** El estudiante comprende, realiza y propone partiendo de ejercicios de coordinación óculo manual.

**ACTIVIDAD INICIAL**

1. Saludo cordial a los estudiantes.
2. Explicación del tema coordinación óculo manual
3. Explicación de las actividades
4. calentamiento mediante juegos de persecución
5. estiramiento general enfocado en el tren superior.

**ACTIVIDAD CENTRAL**

El estudiante es ubicada en un lado de la cancha, con una pelota de tenis, hacerla rodar por el suelo conduciéndola de diferentes maneras (con una mano, un golpe con una mano, con la mano cerrada, etc...).



**ACTIVIDAD FINAL**

1. Estiramiento a nivel general iniciando descendente
2. Retroalimentación de la actividad realizada

**RECURSOS**

Pelotas de tenis

**BIBLIOGRAFIA**

<https://www.neuquen.edu.ar/wp-content/uploads/2017/10/COORDINACION-OCULO-MOTRIZ-NXPowerLite.pdf>

**UNIVERSIDAD DE PAMPLONA**  
**LICENCIATURA EN EDUCACIÓN BÁSICA CON ÉNFASIS EN EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES**

**Institución:** Colegio San Bartolomé  
**Grado:** 6º  
**Habilidad:** coordinación segmentaria  
**Tema:** coordinación óculo manual  
**Duración:** 60 minutos

**Fecha:**  
**Edades:** 11-14  
**N° de participantes:** 30  
**Hora:**

**Competencia:** El estudiante identifica ejercicios de coordinación óculo manual como parte de la coordinación segmentaria.

**Logro:** El estudiante identificara ejercicios de coordinación óculo manual sobre los demás ejercicios de coordinación segmentaria

**Indicador de logro:** El estudiante comprende, realiza y propone partiendo de ejercicios de coordinación óculo manual.

**ACTIVIDAD INICIAL**

1. Saludo cordial a los estudiantes.
2. Explicación del tema coordinación óculo manual
3. Explicación de las actividades
4. calentamiento mediante juegos de persecución
5. estiramiento general enfocado en el tren superior.

**ACTIVIDAD CENTRAL**

El estudiante es ubicada en un lado de la cancha, con una pelota de tenis, deberá desplazarse por el espacio de trabajo soltando y recogiendo la pelota como el docente indica. (Dejar que bote una vez, dejar que botes dos veces, etc...)



**ACTIVIDAD FINAL**

1. Estiramiento a nivel general iniciando descendente
2. Retroalimentación de la actividad realizada

**RECURSOS**

Pelotas de tenis

**BIBLIOGRAFIA**

<https://www.neuquen.edu.ar/wp-content/uploads/2017/10/COORDINACION-OCULO-MOTRIZ-NXPowerLite.pdf>

**UNIVERSIDAD DE PAMPLONA**  
**LICENCIATURA EN EDUCACIÓN BÁSICA CON ÉNFASIS EN EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES**

**Institución:** Colegio San Bartolomé  
**Grado:** 6º  
**Habilidad:** coordinación segmentaria  
**Tema:** coordinación óculo manual  
**Duración:** 60 minutos

**Fecha:**  
**Edades:** 11-14  
**N° de participantes:** 30  
**Hora:**

**Competencia:** El estudiante identifica ejercicios de coordinación óculo manual como parte de la coordinación segmentaria.

**Logro:** El estudiante identificara ejercicios de coordinación óculo manual sobre los demás ejercicios de coordinación segmentaria

**Indicador de logro:** El estudiante comprende, realiza y propone partiendo de ejercicios de coordinación óculo manual.

**ACTIVIDAD INICIAL**

1. Saludo cordial a los estudiantes.
2. Explicación del tema coordinación óculo manual
3. Explicación de las actividades
4. calentamiento mediante juegos de persecución
5. estiramiento general enfocado en el tren superior.

**ACTIVIDAD CENTRAL**

El estudiante es ubicara en un lado de la cancha, con pelotas de diferentes tamaños, deberá lanzarla fuertemente contra el suelo y atraparla antes de que suba por encima de la cabeza.



**ACTIVIDAD FINAL**

1. Estiramiento a nivel general iniciando descendente
2. Retroalimentación de la actividad realizada

**RECURSOS**

Pelotas de tenis

**BIBLIOGRAFIA**

<https://www.neuquen.edu.ar/wp-content/uploads/2017/10/COORDINACION-OCULO-MOTRIZ-NXPowerLite.pdf>

**UNIVERSIDAD DE PAMPLONA**  
**LICENCIATURA EN EDUCACIÓN BÁSICA CON ÉNFASIS EN EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES**

**Institución:** Colegio San Bartolomé  
**Grado:** 6º  
**Habilidad:** coordinación segmentaria  
**Tema:** coordinación óculo manual  
**Duración:** 60 minutos

**Fecha:**  
**Edades:** 11-14  
**N° de participantes:** 30  
**Hora:**

**Competencia:** El estudiante identifica ejercicios de coordinación óculo manual como parte de la coordinación segmentaria.

**Logro:** El estudiante identificara ejercicios de coordinación óculo manual sobre los demás ejercicios de coordinación segmentaria

⊕ **Indicador de logro:** El estudiante comprende, realiza y propone partiendo de ejercicios de coordinación óculo manual.

**ACTIVIDAD INICIAL**

1. Saludo cordial a los estudiantes.
2. Explicación del tema coordinación óculo manual
3. Explicación de las actividades
4. calentamiento mediante juegos de persecución
5. estiramiento general enfocado en el tren superior.

**ACTIVIDAD CENTRAL**

El estudiante es ubicada en un lado de la cancha, con una pelota de tenis, deberá desplazarse por el espacio de trabajo lanzando la pelota hacia arriba y recogiendo la pelota como el docente indica. (Dejar que bote una vez, dejar que botes dos veces, dejar que bote 3 veces, etc...)



**ACTIVIDAD FINAL**

1. Estiramiento a nivel general iniciando descendente
2. Retroalimentación de la actividad realizada

**RECURSOS**

Pelotas de tenis

**BIBLIOGRAFIA**

<https://www.nesquen.edu.ar/wp-content/uploads/2017/10/COORDINACION-OCULO-MOTRIZ-NXPowerLite.pdf>

**UNIVERSIDAD DE PAMPLONA**  
**LICENCIATURA EN EDUCACIÓN BÁSICA CON ÉNFASIS EN EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES**

**Institución:** Colegio San Bartolomé  
**Grado:** 6º  
**Habilidad:** coordinación segmentaria  
**Tema:** coordinación óculo manual  
**Duración:** 60 minutos

**Fecha:**  
**Edades:** 11-14  
**N° de participantes:** 30  
**Hora:**

**Competencia:** El estudiante identifica ejercicios de coordinación óculo manual como parte de la coordinación segmentaria.

**Logro:** El estudiante identificara ejercicios de coordinación óculo manual sobre los demás ejercicios de coordinación segmentaria

**Indicador de logro:** El estudiante comprende, realiza y propone partiendo de ejercicios de coordinación óculo manual.

**ACTIVIDAD INICIAL**

1. Saludo cordial a los estudiantes.
2. Explicación del tema coordinación óculo manual
3. Explicación de las actividades
4. calentamiento mediante juegos de persecución
5. estiramiento general enfocado en el tren superior.

**ACTIVIDAD CENTRAL**

El estudiante es ubicara en un lado de la cancha que cuente con una pared, con pelotas de diferentes tamaños, deberá lanzarla fuertemente contra una pared a ras de suelo y recibirla con sus manos en el rebote.



**ACTIVIDAD FINAL**

1. Estiramiento a nivel general iniciando descendente
2. Retroalimentación de la actividad realizada

**RECURSOS**

Pelotas de tenis

**BIBLIOGRAFIA**

<https://www.neuquen.edu.ar/wp-content/uploads/2017/10/COORDINACION-OCULO-MOTRIZ-NXPowerLite.pdf>

## CAPÍTULO 3: informe de los procesos curriculares

### DISEÑO

Las planeaciones de cada una de las clases durante la práctica integral docente se hicieron en base a los lineamientos del plan de área de educación física de la institución educativa colegio San Bartolomé

### EJECUCIÓN



**ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL**  
*Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!*



Universidad de Pamplona  
Facultad de Educación  
Departamento de Educación Física, Recreación y Deportes  
Extensión Villa del Rosario  
Practicante: Jesús Adrián Silva Díaz  
Colegio San Bartolomé.

LICENCIATURA EN EDUCACIÓN BÁSICA CON ÉNFASIS EN EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES PRACTICA INTEGRAL DOCENTE

Objetivo: Fortalecer la coordinación óculo manual por medio de juegos a los niños del colegio San Bartolomé de Cúcuta.

**Institución:** colegio San Bartolomé de Cúcuta.

**Grado:** 8º

**Edades:** 11-14 años

**Habilidad:** coordinación segmentaria.

**Tema:** Juegos coordinativos.

**Duración:** 1 hora.

**Fecha:**

**Competencia:** el estudiante desarrolla actividades para mejorar la coordinación.

**Logro:** el estudiante desarrollara habilidades motrices mediante la ejecución de juegos.

**Indicador de logro:** el estudiante ejecutara los juegos propuestos con toda la disponibilidad.

#### ACTIVIDAD INICIAL

1. Saludo cordial a los estudiantes.
2. Es vital tomar fotos que serán las evidencias a presentar para dar por vista la clase.

#### ACTIVIDAD CENTRAL

1. Lectura de la guía 1 coordinación segmentaria.
2. Explicación del tema principal (coordinación óculo manual)
3. Explicación de la actividad a realizar y explicación de los materiales para la siguiente clase.

Gráfica:



#### ACTIVIDAD FINAL

1. Retroalimentación de la actividad
2. Dudas o preguntas de la actividad
3. Despedida

#### Observaciones

Los padres de familia o quien esté a cargo por favor vigilar constantemente las actividades que realizan los estudiantes.



# ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL

*Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!*



Universidad de Pamplona  
Facultad de Educación  
Departamento de Educación Física, Recreación y Deportes  
Extensión Villa del Rosario  
Practicante: Jesús Adrián Silva Díaz  
Colegio San Bartolomé.

## LICENCIATURA EN EDUCACIÓN BÁSICA CON ÉNFASIS EN EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES PRACTICA INTEGRAL DOCENTE

**Objetivo:** Fortalecer la coordinación óculo manual por medio de juegos a los niños del colegio San Bartolomé de Cúcuta.

**Institución:** colegio San Bartolomé de Cúcuta. **Grado:** 8º

**Eduades:** 11-14 años

**Habilidad:** coordinación segmentaria.

**Tema:** Juegos coordinativos.

**Duración:** 1 hora.

**Fecha:**

**Competencia:** el estudiante desarrolla actividades para mejorar la coordinación.

**Logro:** el estudiante desarrollara habilidades motrices mediante la ejecución de juegos.

**Indicador de logro:** el estudiante ejecutara los juegos propuestos con toda la disponibilidad.

<u>ACTIVIDAD INICIAL</u>	
<ol style="list-style-type: none"> <li>Saludo cordial a los estudiantes.</li> <li>Es vital tomar fotos que serán las evidencias a presentar para dar por vista la clase.</li> </ol>	
<u>ACTIVIDAD CENTRAL</u>	
<ol style="list-style-type: none"> <li>Retroalimentación de la guía 1 y de la actividad 1</li> <li>Inicio de la actividad 2, se explican los pasos para desarrollar el balón metodológico y la actividad práctica.</li> <li>Explicar la actividad practica a desarrollar en casa como tarea.</li> </ol>	<b>Grafica:</b> 
<u>ACTIVIDAD FINAL</u>	
<ol style="list-style-type: none"> <li>Retroalimentación de la actividad</li> <li>Dudas o inquietudes sobre las actividades</li> <li>Despedida.</li> </ol>	
<u>Observaciones</u>	
Los padres de familia o quien esté a cargo por favor vigilar constantemente las actividades que realizan los estudiantes.	

### Planeador 2



# ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL

*Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!*



Universidad de Pamplona  
Facultad de Educación  
Departamento de Educación Física, Recreación y Deportes  
Extensión Villa del Rosario  
Practicante: Jesús Adrián Silva Díaz  
Colegio San Bartolomé.

## LICENCIATURA EN EDUCACIÓN BÁSICA CON ÉNFASIS EN EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES PRACTICA INTEGRAL DOCENTE

**Objetivo:** Fortalecer la expresión corporal por medio del baile a los niños del colegio San Bartolomé de Cúcuta.

**Institución:** colegio San Bartolomé de Cúcuta.

**Grado:** 8º

**Eduades:** 11-14 años

**Habilidad:** Expresión Corporal

**Tema:** Folklore Colombiano

**Duración:** 1 hora.

**Fecha:**

**Competencia:** el estudiante aprenderá sobre el folclor colombiano mediante actividades de investigación.

**Logro:** el estudiante desarrollara habilidades coordinativas mediante la danza.

**Indicador de logro:** el estudiante desarrollara actividades de expresión corporal y danza mediante actividades de la región andina.

<u>ACTIVIDAD INICIAL</u>	
<ol style="list-style-type: none"> <li>Saludo cordial a los estudiantes.</li> <li>Es vital tomar fotos que serán las evidencias a presentar para dar por vista la clase.</li> </ol>	
<u>ACTIVIDAD CENTRAL</u>	
<ol style="list-style-type: none"> <li>Lectura de la guía 2 regiones naturales de Colombia.</li> <li>Juego de preguntas sobre cultura general de cada región.</li> <li>Explicación de la actividad de la guía 2 regiones naturales de Colombia.</li> <li>Socialización del proyecto exploradores andinos.</li> <li>Explicación de la actividad del proyecto exploradores andinos</li> </ol>	<b>Grafica:</b> 
<u>ACTIVIDAD FINAL</u>	
<ol style="list-style-type: none"> <li>Retroalimentación de la actividad</li> <li>Dudas o inquietudes sobre las actividades</li> <li>Despedida.</li> </ol>	
<u>Observaciones</u>	
Los padres de familia o quien esté a cargo por favor vigilar constantemente las actividades que realizan los estudiantes.	



# ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL

*Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!*



Universidad de Pamplona  
Facultad de Educación  
Departamento de Educación Física, Recreación y Deportes  
Extensión Villa del Rosario  
Practicante: Jesús Adrián Silva Díaz  
Colegio San Bartolomé.

## LICENCIATURA EN EDUCACIÓN BÁSICA CON ÉNFASIS EN EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES PRACTICA INTEGRAL DOCENTE

Objetivo: Fortalecer la expresión corporal por medio del baile a los niños del colegio San Bartolomé de Cúcuta.

**Institución:** colegio San Bartolomé de Cúcuta.  
**Tema:** Folklore Colombiano

**Grado:** 8º  
**Duración:** 1 hora.

**Educativos:** 11-14 años  
**Fecha:**

**Habilidad:** Expresión

**Competencia:** el estudiante aprenderá sobre el folclor colombiano mediante actividades de investigación.  
**Logro:** el estudiante desarrollara habilidades coordinativas mediante la danza.

**Indicador de logro:** el estudiante desarrollara actividades de expresión corporal y danza mediante actividades de la región andina.

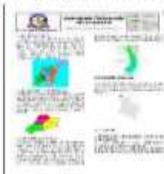
### ACTIVIDAD INICIAL

1. Saludo cordial a los estudiantes.
2. Es vital tomar fotos que serán las evidencias a presentar para dar por vista la clase.

### ACTIVIDAD CENTRAL

1. Socialización de la actividad de la guía 2 regiones naturales de Colombia.
2. Socialización de la actividad del proyecto exploradores andinos.
3. Ilustración de videos sobre las principales características de cada región.
4. Explicación sobre el segundo y tercer punto de la guía 2 regiones naturales de Colombia
5. Explicación de la actividad 2 del proyecto exploradores andinos

**Grafica:**



### ACTIVIDAD FINAL

1. Retroalimentación de la actividad
2. Dudas o inquietudes sobre las actividades
3. Despedida.

### Observaciones

Los padres de familia o quien esté a cargo por favor vigilar constantemente las actividades que realizan los estudiantes.

Planeador 4



# ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL

*Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!*



Universidad de Pamplona  
Facultad de Educación  
Departamento de Educación Física, Recreación y Deportes  
Extensión Villa del Rosario  
Practicante: Jesús Adrián Silva Díaz  
Colegio San Bartolomé.

## LICENCIATURA EN EDUCACIÓN BÁSICA CON ÉNFASIS EN EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES PRACTICA INTEGRAL DOCENTE

Objetivo: Fortalecer la expresión corporal por medio del baile a los niños del colegio San Bartolomé de Cúcuta.

**Institución:** colegio San Bartolomé de Cúcuta.  
**Tema:** juegos

**Grado:** 8º  
**Duración:** 1 hora.

**Educativos:** 11-14 años  
**Fecha:**

**Habilidad:** coordinación

**Competencia:** el estudiante desarrolla actividades para mejorar la coordinación.

**Logro:** el estudiante desarrollara habilidades motrices mediante la ejecución de juegos.

**Indicador de logro:** el estudiante ejecutara los juegos propuestos con toda la disponibilidad.

### ACTIVIDAD INICIAL

1. Saludo cordial a los estudiantes.
2. Es vital tomar fotos que serán las evidencias a presentar para dar por vista la clase.

### ACTIVIDAD CENTRAL

1. buscar un vaso y luego realizar una pelota con una hoja de cuaderno.
2. Una vez con los materiales en la mano se tomará la pelota con la mano izquierda y con la mano derecha el vaso, se lanzará la pelota y se atrapará con el vaso, se harán 25 lanzamientos con cada mano; después el niño se sentará y hará los mismos lanzamientos; ya por último, el joven pondrá el vaso en el suelo y lanzará la pelota con cualquier brazo y rápidamente agarrará el vaso y tratará de atrapar la pelota, se harán 10 lanzamientos.

**Grafica:**



### ACTIVIDAD FINAL

1. Retroalimentación de la actividad
2. Dudas o inquietudes sobre las actividades
3. Despedida.



# ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL

*Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!*



Universidad de Pamplona  
Facultad de Educación  
Departamento de Educación Física, Recreación y Deportes  
Extensión Villa del Rosario  
Practicante: Jesús Adrián Silva Díaz  
Colegio San Bartolomé.

## LICENCIATURA EN EDUCACIÓN BÁSICA CON ÉNFASIS EN EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES PRACTICA INTEGRAL DOCENTE

Objetivo: Fortalecer la expresión corporal por medio del baile a los niños del colegio San Bartolomé de Cúcuta.

**Institución:** colegio San Bartolomé de Cúcuta.  
**Tema:** juegos

**Grado:** 8º  
**Duración:** 1 hora.

**Ejedes:** 11-14 años  
**Fecha:**

**Habilidad:** coordinación

**Competencia:** el estudiante desarrolla actividades para mejorar la coordinación.  
**Logro:** el estudiante desarrollara habilidades motrices mediante la ejecución de juegos.  
**Indicador de logro:** el estudiante ejecutara los juegos propuestos con toda la disponibilidad.

### ACTIVIDAD INICIAL

1. Saludo cordial a los estudiantes.
2. Es vital tomar fotos que serán las evidencias a presentar para dar por vista la clase.

### ACTIVIDAD CENTRAL

1. Buscar dos vasos de plástico junto con una pelota de papel
2. Pondremos los dos vasos a 2 metros de distancia de la pelota y vamos a patear la pelota con la pierna menos hábil y vamos a tratar de tumbar los vasos, tienen 10 intentos con cada pierna
3. Luego agarramos la pelota y haremos series con esta, tendremos 3 oportunidades con cada pierna para hacer la mayor cantidad de series; después en una sola oportunidad haremos la mayor cantidad de series con ambas piernas.

**Grafica:**



### ACTIVIDAD FINAL

1. Retroalimentación de la actividad
2. Dudas o inquietudes sobre las actividades
3. Despedida.

### Observaciones

Los padres de familia o quien esté a cargo por favor vigilar constantemente las actividades que realizan los estudiantes.

Planeador 6



# ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL

*Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!*



Universidad de Pamplona  
Facultad de Educación  
Departamento de Educación Física, Recreación y Deportes  
Extensión Villa del Rosario  
Practicante: Jesús Adrián Silva Díaz  
Colegio San Bartolomé.

## LICENCIATURA EN EDUCACIÓN BÁSICA CON ÉNFASIS EN EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES PRACTICA INTEGRAL DOCENTE

Objetivo: Fortalecer la expresión corporal por medio del baile a los niños del colegio San Bartolomé de Cúcuta.

**Institución:** colegio San Bartolomé de Cúcuta.  
**Tema:** juegos

**Grado:** 8º  
**Duración:** 1 hora.

**Ejedes:** 11-14 años  
**Fecha:**

**Habilidad:** coordinación

**Competencia:** el estudiante desarrolla actividades para mejorar el trabajo en equipo.  
**Logro:** el estudiante desarrollara habilidades motrices mediante la ejecución de juegos cooperativos.  
**Indicador de logro:** el estudiante ejecuta los juegos propuestos con toda la disponibilidad.

### ACTIVIDAD INICIAL

1. Saludo cordial a los estudiantes.
2. Es vital tomar fotos que serán las evidencias a presentar para dar por vista la clase.

### ACTIVIDAD CENTRAL

1. Lo primero será entrar en calor, vamos a realizar 10 saltos en compañía de los padres, al finalizar los 10 saltos, respiramos, continuamos con un trote en el puesto por 10 segundos el cual será contabilizado por los padres.
2. Para realizar la segunda actividad necesitamos compañía de un integrante de nuestra familia, le vamos a pedir que nos cuente la cantidad de veces que podamos saltar con un pie, al terminar, descansamos y empezamos con el otro pie, al finalizar le ayudaremos a contar a nuestro familiar cuantas realiza con cada pie.

**Grafica:**



### ACTIVIDAD FINAL

1. Retroalimentación de la actividad
2. Dudas o inquietudes sobre las actividades
3. Despedida.

### Observaciones

Los padres de familia o quien esté a cargo por favor vigilar constantemente las actividades que realizan los estudiantes.



# ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL

*Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!*



Universidad de Pamplona  
Facultad de Educación  
Departamento de Educación Física, Recreación y Deportes  
Extensión Villa del Rosario  
Practicante: Jesús Adrián Silva Díaz  
Colegio San Bartolomé.

## LICENCIATURA EN EDUCACIÓN BÁSICA CON ÉNFASIS EN EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES PRACTICA INTEGRAL DOCENTE

Objetivo: Fortalecer la expresión corporal por medio del baile a los niños del colegio San Bartolomé de Cúcuta.

**Institución:** colegio San Bartolomé de Cúcuta.

**Grado: 8º**

**Educativos:** 11-14 años

**Habilidad:** coordinación

**Tema:** juegos

**Duración:** 1 hora.

**Fecha:**

**Competencia:** el estudiante desarrolla actividades para mejorar el trabajo en equipo.

**Logro:** el estudiante desarrollara habilidades motrices mediante la ejecución de juegos cooperativos.

**Indicador de logro:** el estudiante ejecuta los juegos propuestos con toda la disponibilidad.

### ACTIVIDAD INICIAL

1. Saludo cordial a los estudiantes.
2. Es vital tomar fotos que serán las evidencias a presentar para dar por vista la clase.

### ACTIVIDAD CENTRAL

1. Lo primero será entrar en calor, vamos a realizar 10 saltos en compañía de los padres, al finalizar los 10 saltos, respiramos, continuamos con un trote en el puesto por 10 segundos el cual será contabilizado por los padres.
2. Esta actividad es en parejas, le pedimos a un integrante de nuestra familia que nos ayude, empezamos con saltos a los lados, los cuales imitara nuestro familiar, luego saltos hacia arriba.
3. La actividad se llama el espejo, donde todo lo que haga uno, lo tendrá que hacer exactamente igual que el otro, de esta forma optimizamos nuestros reflejos y esquema corporal.

**Grafica:**



### ACTIVIDAD FINAL

1. Retroalimentación de la actividad
2. Dudas o inquietudes sobre las actividades
3. Despedida.

### Observaciones

Los padres de familia o quien esté a cargo por favor vigilar constantemente las actividades que realizan los estudiantes.

Planeador 8



# ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL

*Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!*



Universidad de Pamplona  
Facultad de Educación  
Departamento de Educación Física, Recreación y Deportes  
Extensión Villa del Rosario  
Practicante: Jesús Adrián Silva Díaz  
Colegio San Bartolomé.

## LICENCIATURA EN EDUCACIÓN BÁSICA CON ÉNFASIS EN EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES PRACTICA INTEGRAL DOCENTE

Objetivo: Fortalecer la expresión corporal por medio del baile a los niños del colegio San Bartolomé de Cúcuta.

**Institución:** colegio San Bartolomé de Cúcuta.

**Grado: 8º**

**Educativos:** 11-14 años

**Habilidad:** coordinación

**Tema:** juegos

**Duración:** 1 hora.

**Fecha:**

**Competencia:** el estudiante desarrolla actividades para mejorar el trabajo en equipo.

**Logro:** el estudiante desarrollara habilidades motrices mediante la ejecución de juegos cooperativos.

**Indicador de logro:** el estudiante ejecuta los juegos propuestos con toda la disponibilidad.

### ACTIVIDAD INICIAL

1. Saludo cordial a los estudiantes.
2. Es vital tomar fotos que serán las evidencias a presentar para dar por vista la clase.

### ACTIVIDAD CENTRAL

1. Lo primero será entrar en calor, vamos a realizar 10 saltos en compañía de los padres, al finalizar los 10 saltos, respiramos, continuamos con un trote por 10 segundos el cual será contabilizado por los padres.
2. Realizamos 5 flexiones de codo, al finalizar hacemos 10 saltos, esto lo hacemos en 3 ocasiones, al finalizar descansamos 2 minutos.
3. Le pedimos a alguna familiar que nos cuente la cantidad de abdominales que podamos realizar, al finalizar le contamos a nuestro familiar.

**Grafica:**



### ACTIVIDAD FINAL

1. Retroalimentación de la actividad
2. Dudas o inquietudes sobre las actividades
3. Despedida.

### Observaciones



**ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL**  
*Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!*



Universidad de Pamplona  
Facultad de Educación  
Departamento de Educación Física, Recreación y Deportes  
Extensión Villa del Rosario  
Practicante: Jesús Adrián Silva Díaz  
Colegio San Bartolomé.

**LICENCIATURA EN EDUCACIÓN BÁSICA CON ÉNFASIS EN EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES PRACTICA INTEGRAL DOCENTE**

**Objetivo:** Fortalecer la expresión corporal por medio del baile a los niños del colegio San Bartolomé de Cúcuta.

**Institución:** colegio San Bartolomé de Cúcuta.

**Grado: 8º**  
**Duración: 1 hora.**

**Edades: 11-14 años**  
**Fecha:**

**Habilidad:** agilidad y velocidad

**Competencia:** el estudiante desarrolla las habilidades de agilidad y velocidad con normalidad.

**Logro:** el estudiante mejora sus habilidades mediante ejercicios de agilidad y velocidad.

**Indicador de logro:** el estudiante corre siguiendo las instrucciones dadas sin problemas.

**ACTIVIDAD INICIAL**

1. Saludo cordial a los estudiantes.
2. Es vital tomar fotos que serán las evidencias a presentar para dar por vista la clase.

**ACTIVIDAD CENTRAL**

1. Iniciamos con una actividad de calentamiento, que es caminar y trote.
2. Haremos un circuito donde podamos localizar diferentes formas de desplazamiento, ya sea en línea recta o curva.
3. En la primera estación contamos con una línea de 10 m la cual no se va a pisar, simplemente se hace una carrera lateral cruzando piernas.
4. Para la segunda estación delimitamos una distancia de 10 m donde los estudiantes van a hacer una leve carrera e inmediatamente un salto, carrera, salto y así hasta cumplir el recorrido.
5. 4 sprints cortos será el ejercicio de la tercera estación, para completar la estación se deben hacer 2 Rep. en la misma oportunidad.
6. Para la cuarta estación los estudiantes correrán elevando los brazos, moviéndolos de lado a lado, esto con la función de crear un nivel de equilibrio mejor.

**Grafica:**



**ACTIVIDAD FINAL**

1. Retroalimentación de la actividad
2. Dudas o inquietudes sobre las actividades
3. Despedida.

**Observaciones**

Los padres de familia o quien esté a cargo por favor vigilar constantemente las actividades que realizan los estudiantes.

Planeador 10



**ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL**  
*Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!*



Universidad de Pamplona  
Facultad de Educación  
Departamento de Educación Física, Recreación y Deportes  
Extensión Villa del Rosario  
Practicante: Jesús Adrián Silva Díaz  
Colegio San Bartolomé.

**LICENCIATURA EN EDUCACIÓN BÁSICA CON ÉNFASIS EN EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES PRACTICA INTEGRAL DOCENTE**

**Objetivo:** Fortalecer la expresión corporal por medio del baile a los niños del colegio San Bartolomé de Cúcuta.

**Institución:** colegio San Bartolomé de Cúcuta.

**Grado: 8º**  
**Duración: 1 hora.**

**Edades: 11-14 años**  
**Fecha:**

**Habilidad:** gimnasia con bastón

**Competencia:** El estudiante conoce las condiciones de la gimnasia con bastón.

**Logro:** el estudiante muestra sus capacidades frente a las actividades propuestas para la gimnasia.

**Indicador de logro:** el estudiante ejecuta diferentes actividades propuestas para la mejora de postura corporal y tono muscular. Dadas sin problemas.

**ACTIVIDAD INICIAL**

1. Saludo cordial a los estudiantes.
2. Es vital tomar fotos que serán las evidencias a presentar para dar por vista la clase.

**ACTIVIDAD CENTRAL**

- Se realizará un circuito con 4 estaciones que nos ayudaran a adentrarnos en la gimnasia con bastón;
- Empezamos con un ejercicio básico, el bastón va tras nuca y solo giramos el tronco de lado a lado manteniendo la postura.
- Para el segundo nos acotamos en el suelo boca arriba y el bastón ira tras cada pierna para elongar de forma máxima.
- En la tercera estación estiramos los brazos y hacemos sentadillas sin dañar la posición
- En la última estación vamos a hacer sentadilla tijera y el bastón será nuestro apoyo.

**Grafica:**



**ACTIVIDAD FINAL**

1. Retroalimentación de la actividad
2. Dudas o inquietudes sobre las actividades
3. Despedida.



# ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL

*Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!*



## Planeador 11

Universidad de Pamplona  
Facultad de Educación  
Departamento de Educación Física, Recreación y Deportes  
Extensión Villa del Rosario  
Practicante: Jesús Adrián Silva Díaz  
Colegio San Bartolomé.

LICENCIATURA EN EDUCACIÓN BÁSICA CON ÉNFASIS EN EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES PRACTICA INTEGRAL DOCENTE

**Objetivo:** Identificar las experiencias por parte de los estudiantes sobre las clases del docente practicante.

**Institución:** colegio San Bartolomé de Cúcuta.

**Grado:** 8º

**Edades:** 11-14 años

**Habilidad:** Expresión

**Tema:** Retroalimentación de todo lo visto

**Duración:** 1 hora.

**Fecha:**

**Competencia:** el estudiante discutirá sobre sus experiencias mediante la socialización en la sala de clase.

**Logro:** el estudiante expresara experiencias vividas en el semestre mediante el diálogo en el aula de clase

**Indicador de logro:** el estudiante discutirá sus experiencias junto con las de sus compañeros mediante preguntas y respuestas sobre todo lo visto

### ACTIVIDAD INICIAL

1. Saludo cordial a los estudiantes.
2. Es vital tomar fotos que serán las evidencias a presentar para dar por vista la clase.

### ACTIVIDAD CENTRAL

1. Retroalimentación de la guía 1.
2. Retroalimentación de la guía 2
3. Retroalimentación del proyecto
4. Charla vocacional
5. Preguntas de los estudiantes hacia el docente practicante

Grafica:



### ACTIVIDAD FINAL

1. Despedida.

### Observaciones

Los padres de familia o quien esté a cargo por favor vigilar constantemente las actividades que realizan los estudiantes.

## Planeador 12

## PLAN DE AULA



 I.E. COLEGIO SAN BARTOLOMÉ	<b>PLAN DE AULA</b>	CÓDIGO: PGA-PS4
		VERSIÓN: 1.0
		FECHA: 24-02-2020
		PÁGINA: 10 de 12

### PLANEACION

<b>GRADO 6°</b>	<b>DOCENTE PRACTICANTE:</b> Jesús Adrián Silva Díaz	<b>TEMA:</b> OBSERVAR Y DISEÑAR LA CANCIÓN PARA REALIZAR LA COREOGRAFÍA
<b>PLANEACION</b>		
<b>FECHA</b>		
<b>D</b>	<b>M</b>	<b>A</b>
13	10	20
<b>TEMA:</b> Bailes típicos de la región caribe de Colombia <b>Actividad:</b> se realizará la oración a San Bartolomé, continuando mediante una guía se brindará la información específica de la región y junto las ayudas tecnológicas el docente responderá varios videos como ayuda metodológica para el tema.		
19	10	20
<b>TEMA:</b> Cambios del caribe colombiano <b>Actividad:</b> Se realizará la oración al patrono San Bartolomé, posteriormente los estudiantes observarán mediante videos varias cumbias colombianas y se entrara a debatir la selección de cuál de ellas se escogerá como pista para realizar la coreografía, el docente explicara su metodología.		
<b>OBSERVACIONES Y/O APORTES AL PROCESO (Solicitud Coordinación de Convivencia)</b>		

 I.E. COLEGIO SAN BARTOLOMÉ	<b>PLAN DE AULA</b>	CÓDIGO: PGA-PS4
		VERSIÓN: 1.0
		FECHA: 24-02-2020
		PÁGINA: 11 de 12

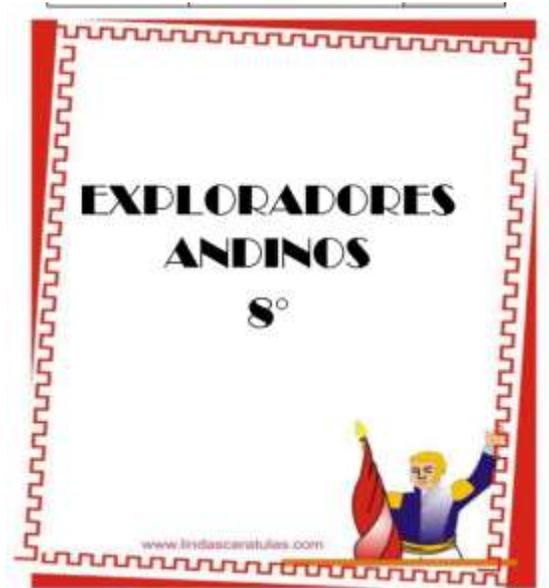
### PLANEACION

<b>GRADO 6°</b>	<b>DOCENTE PRACTICANTE:</b> Jesús Adrián Silva Díaz	<b>TEMA:</b> PRACTICAR DE LUGAR PASOS EN CUMBIAS SOBRE LA CANCIÓN
<b>PLANEACION</b>		
<b>FECHA</b>		
<b>D</b>	<b>M</b>	<b>A</b>
20	11	20
<b>TEMA:</b> Pasos cumbias colombianas <b>Actividad:</b> se realizará la oración a San Bartolomé, continuando con los pasos seleccionados se comenzara a practicar sin música o pista, una vez escogidos los pasos y practicado continuación a una coordinación con la pista seleccionada.		
02	11	20
<b>TEMA:</b> Montaje de cumbias caribeñas <b>Actividad:</b> Se realizará la oración al patrono San Bartolomé, posteriormente los estudiantes comenzaran a aprender los pasos sobre la pista, hasta realizar la coreografía completa, el docente explicara su metodología.		
<b>OBSERVACIONES Y/O APORTES AL PROCESO (Solicitud Coordinación de Convivencia)</b>		

 I.E. COLEGIO SAN BARTOLOMÉ	<b>PLAN DE AULA</b>	CÓDIGO: PGA-PS4
		VERSIÓN: 1.0
		FECHA: 24-02-2020
		PÁGINA: 12 de 12

### PLANEACION

<b>GRADO 6°</b>	<b>DOCENTE PRACTICANTE:</b> Jesús Adrián Silva Díaz	<b>TEMA:</b> PRACTICAR DE LUGAR PASOS EN CUMBIAS SOBRE LA CANCIÓN
<b>PLANEACION</b>		
<b>FECHA</b>		
<b>D</b>	<b>M</b>	<b>A</b>
02	11	20
<b>TEMA:</b> Pasos coreografía cumbias de la región caribe <b>Actividad:</b> se realizará la oración a San Bartolomé, se comenzara a practicar la coreografía completa de la cumbia hasta lograr una coordinación muy buena entre pasos y pista para así poder realizar el video clip.		
12	11	20
<b>TEMA:</b> Montaje de cumbias caribeñas <b>Actividad:</b> Se realizará la oración al patrono San Bartolomé, una vez perfeccionada la coreografía los estudiantes realizarán el video clip para ser representado ante el plantel educativo como parte de su música.		
<b>OBSERVACIONES Y/O APORTES AL PROCESO (Solicitud Coordinación de Convivencia)</b>		



 I.E. COLEGIO SAN BARTOLOMÉ	<b>PLAN DE AULA</b> <small>BARTOLOMÉ, COCINA ESCUELA, UNA FERIA DE SABER</small>	CÓDIGO: PGA-F08
		VERSIÓN: 1.0
		FECHA: 24-02-2020
		PÁGINA: 12 de 12

**PLANEACION**

GRADO 8°	DOCENTE PRACTICANTE: Jesús Adrián Silva Díaz	TEMA: OBSERVAR Y DEFINIR LA CANCIÓN PARA REALIZAR LA CORIOGRAFÍA
<b>PLANEACION</b>		
FECHA		
OBSERVACIONES DEL PROCESO (Diligencia el director y/o coadyutor)		
O	M	A
13	10	20
<p><b>Tema:</b> Sábales típicos de la región andina de Colombia.</p> <p><b>Actividad:</b> se realizó la oración a San Bartolomé, continuando mediante una guía se brindará la información específica de la región y junto los apuntes tecnológicos el docente exponerá ciertos platos como ayuda metodológica para el tema.</p>		
16	11	20
<p><b>Tema:</b> Sábales andino colombiano</p> <p><b>Actividad:</b> se realizó la oración al patrono San Bartolomé, posteriormente los estudiantes observaron mediante videos ciertos sabalitos y se arribó a definir la selección de cuál de ellos se escogerá como plato para realizar la coreografía, el docente explicó su metodología.</p>		
OBSERVACIONES Y/O APORTES AL PROCESO (Diligencia Coordinación de Convivencia)		

 I.E. COLEGIO SAN BARTOLOMÉ	<b>PLAN DE AULA</b> <small>BARTOLOMÉ, COCINA ESCUELA, UNA FERIA DE SABER</small>	CÓDIGO: PGA-F08
		VERSIÓN: 1.0
		FECHA: 24-02-2020
		PÁGINA: 11 de 12

**PLANEACION**

GRADO 8°	DOCENTE PRACTICANTE: Jesús Adrián Silva Díaz	TEMA: PRACTICA DE LOS PASOS ESCOGIDOS SOBRE LA CANCIÓN
<b>PLANEACION</b>		
FECHA		
OBSERVACIONES DEL PROCESO (Diligencia el director y/o coadyutor)		
O	M	A
26	10	20
<p><b>Tema:</b> Platos típicos colombianos</p> <p><b>Actividad:</b> se realizó la oración a San Bartolomé, continuando con los pasos seleccionados se comienzan a practicar sin música ni pista, una vez escogidos los pasos y practicado comienzan a estar coordinados con la pista seleccionada.</p>		
16	11	20
<p><b>Tema:</b> Sábales del Sábales andino</p> <p><b>Actividad:</b> se realizó la oración al patrono San Bartolomé, posteriormente los estudiantes comenzaron a ejecutar los pasos sobre la pista, luego realizar la coreografía completa, el docente explicó su metodología.</p>		
OBSERVACIONES Y/O APORTES AL PROCESO (Diligencia Coordinación de Convivencia)		

 I.E. COLEGIO SAN BARTOLOMÉ	<b>PLAN DE AULA</b> <small>BARTOLOMÉ, COCINA ESCUELA, UNA FERIA DE SABER</small>	CÓDIGO: PGA-F08
		VERSIÓN: 1.0
		FECHA: 24-02-2020
		PÁGINA: 12 de 12

**PLANEACION**

GRADO 8°	DOCENTE PRACTICANTE: Jesús Adrián Silva Díaz	TEMA: PRACTICA DE LOS PASOS ESCOGIDOS SOBRE LA CANCIÓN
<b>PLANEACION</b>		
FECHA		
OBSERVACIONES DEL PROCESO (Diligencia el director y/o coadyutor)		
O	M	A
09	11	20
<p><b>Tema:</b> platos coreografía Sábales de la región andina</p> <p><b>Actividad:</b> se realizó la oración a San Bartolomé, se comenzó a practicar la coreografía completa de la canción hasta lograr una coordinación muy buena entre pasos y pista para así poder realizar el video clip.</p>		
16	11	20
<p><b>Tema:</b> Realización del video clip Sábales</p> <p><b>Actividad:</b> se realizó la oración al patrono San Bartolomé, una vez perfeccionada la coreografía los estudiantes realizaron el video clip para ser expuesto ante el plantel educativo como parte de año escolar.</p>		
OBSERVACIONES Y/O APORTES AL PROCESO (Diligencia Coordinación de Convivencia)		

**Cartilla Metodológica**

**TITULO**

**JUEGOS COORDINATIVOS**

CARTILLA PEDAGÓGICA

JUEGOS COORDINATIVOS

JESÚS ADRIÁN SILVA DÍAZ CÓD.: 1090517804

TUTOR: ARLES ORTEGA

UNIVERSIDAD PAMPLONA PROGRAMA DE MODALIDAD PRESENCIAL  
LICENCIATURA EN EDUCACIÓN BÁSICA CON ÉNFASIS EN EDUCACIÓN FÍSICA  
RECREACIÓN Y DEPORTES  
PRACTICA INTEGRAL  
EXTENSIÓN VILLA DEL ROSARIO 2020-2

# ACTIVIDADES PARA MEJORAR LA COORDINACIÓN MOTRIZ Y ÓCULO-MANUAL

## TABLA DE CONTENIDOS

CONTENIDOS	Pág.
1. INTRODUCCIÓN _____	
2. PROPÓSITO _____	
3. RAYUELA AFRICANA (MODIFICADA) _____	
4. TIRO AL BLANCO _____	
5. REBOTA Y ENCESTA LA PELOTA _____	
6. RAQUETEANDO LOS GLOBOS _____	
7. CARRERA GRUPAL CON CORDONES ATADOS _____	
8. TORRE DE TUERCAS _____	
9. EL RELOJ DE AROS _____	
10. COORDINACIÓN EN ESCALERA PLIOMÉTRICA (SKIPPING) _____	
11. BOLOS _____	
12. SECUENCIA DE HUELLAS _____	
13. EVALUACIÓN _____	
14. BIBLIOGRAFÍAS _____	

## **INTRODUCCIÓN**

La cartilla que veremos a continuación nos ilustrara una serie de actividades prácticas para el desarrollo y mejora de la coordinación motriz enfocándose en la coordinación óculo- manual, las actividades que contiene esta cartilla se podrán en implementar tanto en niños de primaria como en jóvenes de secundaria que quieran mejorar su condición física y aumentar las destrezas coordinativas.

La actividad física es importante en este ámbito y no solo para tener un buen cuerpo o estado físico, hay otros umbrales importantes los cuales trabajar, como lo son la calidad en la salud según (hellín, 2008). “las actividades físicas están orientadas bajo un propósito de mejora de la estructura corporal en sí misma llegamos al concepto de ejercicio físico”.

Según (AGUIRRE, 1994) la coordinación se define como: “el control nervioso de las contracciones musculares en la realización de los actos motores, también como la acción de los músculos productores de movimientos en el movimiento preciso y la velocidad adecuada”. Siendo así podemos definirla como la capacidad de realizar cualquier movimiento de la manera más efectiva, dentro de esta capacidad podemos encontrar habilidades como la de aprender un nuevo movimiento, de controlarlo y regularlo para así adaptarlo y transformarlo en los movimientos que ya hemos aprendido debido a las necesidades para sobrevivir, por otro lado encontramos habilidades específicas de coordinación como lo es el equilibrio, la orientación y la reacción a estímulos externos, una dicho lo anterior notamos que es de vital importancia tener una buena coordinación y saber cómo poder entrenarla cómo mejorar y adaptar nuestros movimientos.

Una característica al momento de trabajar la coordinación motriz en los niños se basa en generar autocontrol y autoconfianza que éste va adquiriendo a lo largo de su etapa de desarrollo, de esta manera por medio de los diferentes ejercicios y actividades que se aplican se puede llegar a mejorar tanto la coordinación motriz, como la atención, desarrollo físico, el control de su cuerpo y otras cualidades.

Es importante implementar el uso de juegos como método de enseñanza en el medio educativo ya que por medio de la práctica se estimulan diferentes ámbitos de aprendizaje y ayudan al desarrollo integral en todas las edades y especialmente en los años escolares, que son etapas en la que los niños y jóvenes están más propensos a adquirir nuevos conocimientos.

Es muy importante inculcar desde temprana edad a los niños la importancia de las capacidades coordinativas junto con sus maestros el estar actualizándose en nuevas tendencias de aprendizaje sobre este elemento muy importante el desarrollo del aprendizaje junto con su crecimiento, para que así los niños se puedan desempeñar y desenvolver de la mejor manera en cualquier campo deportivo o actividad lúdico, recreativa, es por ello que es muy importante que los niños y jóvenes realicen actividad física o practiquen algún deporte desde temprana edad.

## **PROPÓSITO**

Como propósito principal esta cartilla busca generar conciencia sobre la importancia de la coordinación en los niños, otro de los propósitos es dejar una serie de actividades las cuales ayuden al docente o ya sea el mismo estudiante logre realizarlas o incluso modificarlas para el desarrollo y mejora de la coordinación de niños jóvenes y adultos que tengan problemas de coordinación. Debido a la problemática anteriormente mencionado nace la necesidad de la creación de esta cartilla la cual implementa una serie de metodología y actividades junto con estrategias pedagógicas las cuales serán de gran utilidad para el desarrollo y mejoramiento de la coordinación enfocándose en la coordinación óculo manual.

En esta cartilla encontraremos una serie de actividades con las cuales se podrá desarrollar y mejorar la coordinación enfocándose en la coordinación óculo-manual, la cual va dirigida a niños y jóvenes que estén en edades escolares, también se puede implementar otro tipo de persona ya sean jóvenes o adultos que presenten dificultades al momento de realizar actividades y ejercicios las cuales involucren la coordinación permitiéndoles entrenar esta capacidad.

A partir de la necesidad sobre atender el mejoramiento de la coordinación general, en los niños y jóvenes, parte desde la importancia de estimular y desarrollar la coordinación desde temprana edad, junto con diferentes estrategias pedagógicas para un mejoramiento y fortalecimiento de su sistema locomotor, en el cual los niños adquieran un mejor conocimiento de su cuerpo junto con las partes que lo componen, para que él pueda desenvolverse en cualquier actividad física, ámbito deportivo o actividad lúdico recreativa que conlleve al movimiento de las extremidades de su cuerpo.

Esta cartilla esta principalmente dirigida a la población educativa de niños de básica primaria y básica secundaria junto a un contexto institucional, teniendo en cuenta como área de enseñanza fundamental y con conocimiento la Educación Física.

Es por ello que nos enfocamos en la coordinación motriz la cual se debe fortalecer y mejorar desde las primeras etapas de desarrollo del niño, y a su vez ir de manera progresiva desarrollando actividades con mayor dificultad al largo de su crecimiento para cuando llegue a la adultez posea una gran habilidad motrices. De esta manera el papel que debe tener un docente, es el de potenciar y ser un dinamizador del aprendizaje de esta habilidad para en un futuro lograr enfrentar los obstáculos que se les presente en su camino.

## **RAYUELA AFRICANA (MODIFICADA)**

**DURACION:** 20 a 30 minutos

**GRADO:** 6° (primaria en adelante)

**OBJETIVO:** Mejorar la coordinación y las direcciones

**JUSTIFICACIÓN:** Esta actividad sirve tanto para mejorar la coordinación motriz como las direcciones, ya que hay niños de edades tempranas que no saben diferenciar entre derecha e izquierda. Por eso es importante desarrollar y fortalecer estas habilidades de forma pedagógica por medio de juegos.

**DESCRIPCIÓN TEÓRICA:** La actividad consta de distribuir 16 aros en el suelo en el área a trabajar, en posición de 4x4, donde los participantes deberán ingresar dentro del aro saltando a pies juntos (1 niño en cada extremo como lo muestra la gráfica), llevando una secuencia de direcciones las cuales son: 2 saltos hacia adelante; 1 salto atrás; 3 saltos laterales a la izquierda y 3 saltos laterales a la derecha (repetir la secuencia hasta salir por el otro extremo). Cuando el primer niño termine la primera secuencia y dé el primer paso a la izquierda para continuar, automáticamente el niño que sigue detrás de él deberá entrar al juego y seguir con la secuencia tratando de coordinar y no interrumpir con los demás participantes.

**DESCRIPCIÓN GRÁFICA:**



**EVALUACIÓN:** Formativa

## **TIRO AL BLANCO**

**DURACIÓN:** 15 a 20 minutos

**GRADO:** 6° (primaria en adelante)

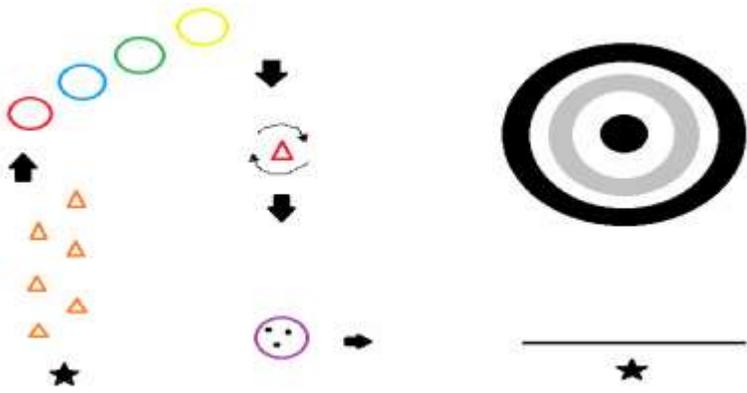
**OBJETIVO:** Desarrollar la coordinación óculo-manual

**JUSTIFICACIÓN:** Este ejercicio nos permite mejorar y fortalecer la destreza óculo-manual en los niños.

**DESCRIPCIÓN TEÓRICA:** La actividad consiste en pasar una serie de obstáculos (3) para terminar lanzando unas pelotas de tela rellenas de arena (en forma de tejo) en un tiro al blanco marcado en el suelo del área a trabajar, a una distancia de 5 a 6 metros. El primer obstáculo es un camino trazado con conos en forma de zigzag, el cual deberán pasar llevando 2 pelotas de tenis pasándoselas de una mano a la otra (por el aire). El segundo obstáculo son 4 aros ubicados en el suelo, los cuales deberán pasarlos por su cuerpo (el primero de pies a cabeza y el segundo de cabeza a pies, así con los otros 2). El tercer obstáculo es un cono al cual deberán darle 3 vueltas para así pasar a otro aro donde estarán las 3 pelotas de tela (tejos) que son los que lanzarán al tiro al blanco marcado en el suelo.

- Para lanzar las pelotas deberán hacerlo en forma de parábola. Se harán 2 grupos de igual participantes.
- Saldrán de a 1 en 1 por cada grupo.
- El primero que termine todos los obstáculos y llegue a las pelotas antes, podrá tomar 2 para lanzar.
- Ganará el grupo que más puntos logre.

**DESCRIPCIÓN GRÁFICA:**



**EVALUACIÓN:** Formativa

## **REBOTA Y ENCESTA LA PELOTA**

**DURACIÓN:** 30 a 45 minutos.

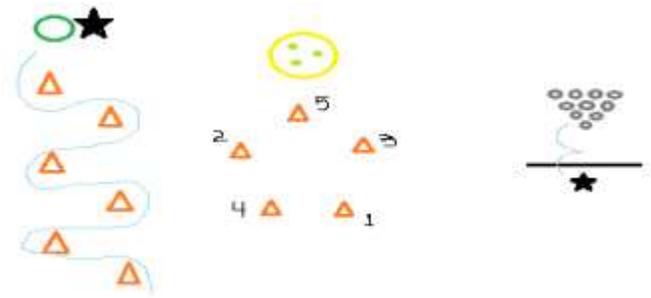
**GRADO:** 6° (primaria en adelante)

**OBJETIVO:** Fortalecer la coordinación óculo-manual.

**JUSTIFICACIÓN:** Esta actividad nos permite fortalecer y mejorar la coordinación óculo-manual y la competencia sana entre los compañeros.

**.DESCRIPCIÓN TEÓRICA:** La actividad cuenta con 3 fases en las que los participantes deberán realizar en el menor tiempo posible. Antes de iniciar con la actividad se le dirán 3 números del 1 al 5 al estudiante que vaya a realizarla. La primera fase es transportar un aro rodándolo con la palma de la mano, por unos conos en forma de zigzag (si el aro se cae deberá iniciar de nuevo), en seguida pasará a buscar 3 pelotas de tenis que estarán ubicadas dentro de un aro a un extremo de unos conos posicionados en forma de pentágono marcados con un número de 1 a 5, el participante deberá tomar las pelotas de tenis de a 1 por 1 y colocarlas encima del cono que coincidan con los números que se les dijo al principio de la prueba (de mayor a menor y sin que se caigan). Ejemplo: si al participante se le dijo los números 2, 4 y 5, deberá colocar las pelotas de tenis en los conos marcados con esos números, de a 1 por 1 (es decir, irá por la primera pelota de tenis y la colocará encima del cono marcado con el número mayor, en este caso el 5, sin que se caiga, si la pelota se cae tendrá que acomodarla, luego irá por la otra pelota y la colocará en el cono marcado con el número 4 y así con la última). Para terminar, se dirigirá al siguiente ejercicio donde habrá una pelota de pingpong, y a una distancia de 1 metro unos vasos de plástico en forma de triángulo en los que deberá tratar de encestar la pelota rebotándola antes en el suelo una vez.

**DESCRIPCIÓN GRÁFICA:**



**EVALUACIÓN:** Formativa

## **RAQUETEANDO LOS GLOBOS**

**DURACIÓN:** Indefinido

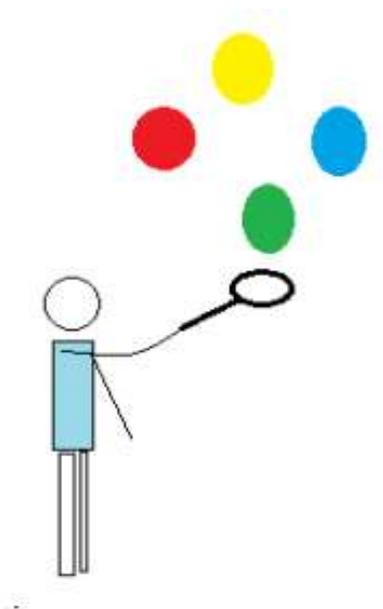
**GRADO:** 6° (primaria en adelante)

**OBJETIVO:** Mejorar la coordinación óculo-manual

**JUSTIFICACIÓN:** Esta actividad nos ayuda a mejorar la coordinación óculo-manual.

**DESCRIPCIÓN TEÓRICA:** La siguiente actividad consiste en que el niño que la vaya a realizar traté de mantener suspendidos en el aire 3 globos el mayor tiempo posible golpeándolos con una raqueta de tenis. La actividad también se puede realizar sin raqueta en el caso de que no se cuente con una, y en ese caso se golpean los globos con la palma de la mano.

**DESCRIPCIÓN GRÁFICA:**



**EVALUACIÓN:** Formativa

## CARRERA GRUPAL CON CORDONES ATADOS

**DURACIÓN:** Indefinido

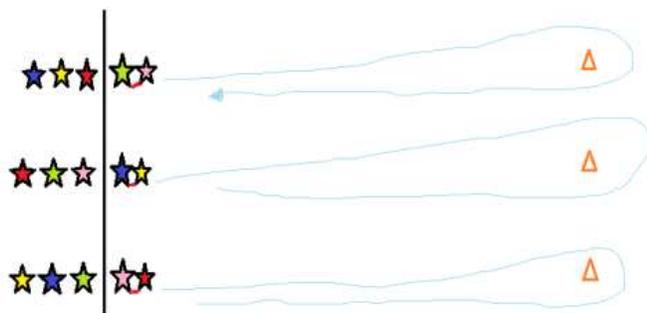
**GRADO:** 6° (primaria en adelante)

**OBJETIVO:** Mejorar la coordinación motriz

**JUSTIFICACIÓN:** Con esta actividad buscamos mejorar la coordinación motriz y fortalecer el trabajo en grupo entre los compañeros.

**DESCRIPCIÓN TEÓRICA:** Esta actividad consiste en trasladarse (corriendo o caminando) dentro de una distancia demarcada con un cono entre 7 a 10 metros (dependiendo del área en la que se vaya a trabajar) en ida y vuelta con los cordones de los zapatos atados entre los integrantes del grupo. Para iniciar la prueba se harán de 3 a 4 grupos de igual cantidad (dependiendo de la cantidad de estudiantes), saldrán los dos primeros integrantes de cada grupo con los cordones de los zapatos atados e irán hasta la distancia demarcada con un cono y volverán hasta el grupo, el siguiente integrante se añadirá a esos 2. Saldrán los 3 en ida y vuelta sobre la distancia y se añadirá el siguiente integrante y así sucesivamente hasta que todos los integrantes estén atados entre si vayan y regresen al punto de inicio.

**DESCRIPCIÓN GRÁFICA:**



**EVALUACIÓN:** Formativa

## **TORRE DE TUERCAS**

**DURACIÓN:** Indefinido

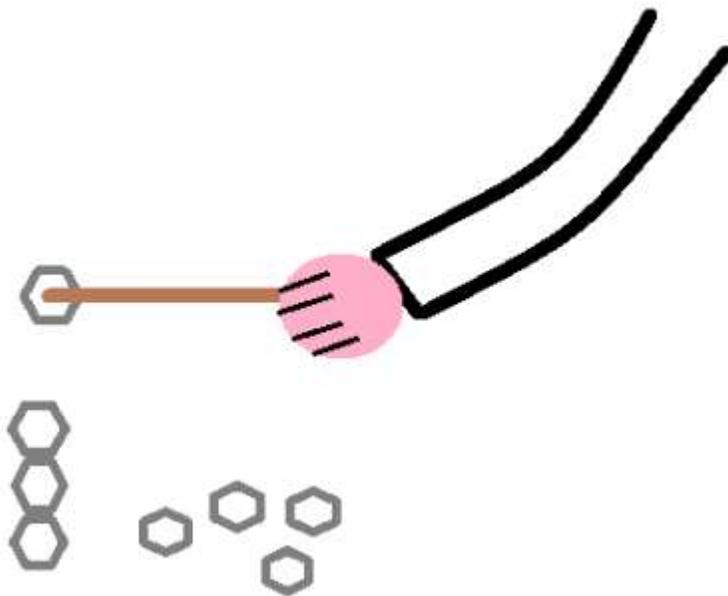
**GRADO:** 6° (primaria en adelante)

**OBJETIVO:** Desarrollar la coordinación óculo-manual.

**JUSTIFICACIÓN:** Con la siguiente actividad se busca mejorar y desarrollar la coordinación óculo-manual en los niños.

**DESCRIPCIÓN TEÓRICA:** Para dar inicio a la actividad se necesitan 10 tuercas (no importa si son de diferente tamaño), el objetivo de juego es tratar de poner una tuerca encima de la otra sin que se caigan con la ayuda de un palito de madera en el menor tiempo posible.

**DESCRIPCIÓN GRÁFICA:**



**EVALUACIÓN:** Formativa

## **EL RELOJ DE AROS**

**DURACIÓN:** 20 a 30 minutos

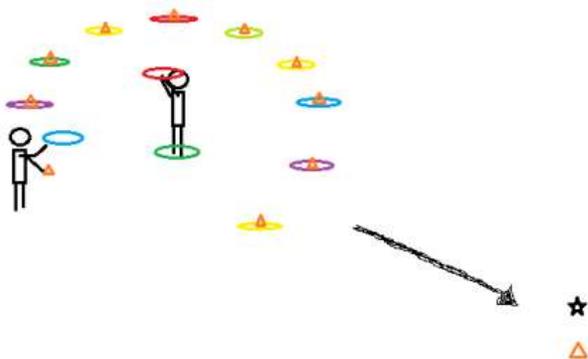
**GRADO:** 6° (primaria en adelante)

**OBJETIVO:** Fortalecer la coordinación óculo-manual

**JUSTIFICACIÓN:** La siguiente nos permite fortalecer la coordinación óculo-manual y el trabajo en equipo entre los compañeros a través de una sana competencia.

**DESCRIPCIÓN TEÓRICA:** Para iniciar la actividad se distribuirán a los participantes en parejas. Dependiendo del espacio que halla en el área a trabajar se definirá si se empiezan con solo 2 parejas o 4. El juego se realizará tipo competencia y por descalificación hasta que queden 2 parejas para decidir una pareja ganadora. Para ello un integrante de cada pareja deberá encestar en su compañero 12 aros que estarán distribuidos alrededor de él en forma de círculo (simulando un reloj) con unos conos dentro de ellos los cuales deberá ir recogiendo mientras lanza los aros y llevar todos los elementos hasta otro punto demarcado. Gana la pareja que complete la actividad primero.

**DESCRIPCIÓN GRÁFICA:**



**EVALUACIÓN:** Formativa

## COORDINACIÓN EN ESCALERA PLIOMÉTRICA (SKIPPING)

**DURACIÓN:** 20 a 30 minutos

**GRADO:** 6° (primaria en adelante)

**OBJETIVO:** Mejorar la coordinación motriz en tren inferior

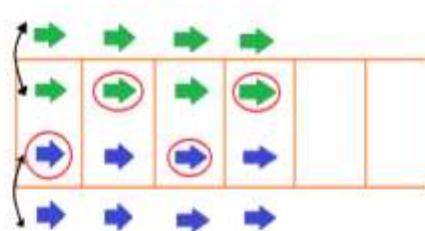
**JUSTIFICACIÓN:** Esta actividad tipo test nos ayuda a mejorar la coordinación motriz en tren inferior. Se puede denominar como un paso adelante en comparación de todos los diferentes ejercicios básicos de coordinación que se pueden hacer en una escalera pliométrica.

**DESCRIPCIÓN TEÓRICA:** Para realizar la actividad se necesitará de una escalera pliométrica en la cual los estudiantes realizarán skipping. El ejercicio se basa en hacer 6 tiempos (entrada y salida de los pies) dentro de cada cuadro de la escalera. Para ello entrará primero el pie dominante del participante (izquierdo o derecho) y lo seguirá en secuencia el otro pie (entrando y saliendo 6 veces en el cuadro, 3 veces cada pie) Ejemplo: “Pie dominante derecho”

Entra pie derecho; entra pie izq.; sale pie derecho; sale pie izq.; entra pie derecho; sale pie izq. Esta secuencia dentro de un cuadro de la escalera pliométrica, avanzar a la siguiente y realizar la secuencia, pero en este caso empezando con el pie NO dominante (izq.)

Realizar la secuencia hasta terminar la escalera pliométrica intercambiando la entrada del pie por cada cuadro.

**DESCRIPCIÓN GRÁFICA:**



**EVALUACIÓN:** Formativa

## **BOLOS**

**DURACIÓN:** 20 a 25 minutos

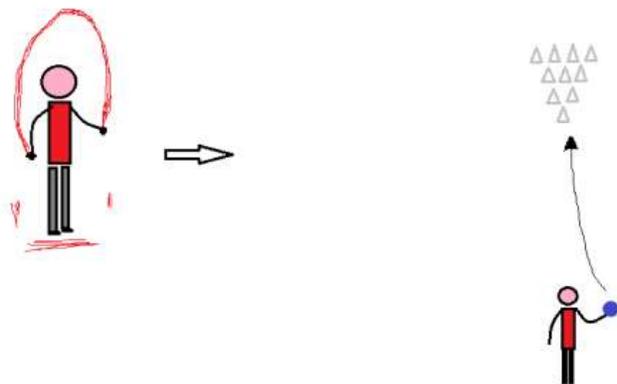
**GRADO:** 6° (primaria en adelante)

**OBJETIVO:** Fortalecer la coordinación motriz

**JUSTIFICACIÓN:** Esta actividad ayudará a mejorar la coordinación motriz, ya que es una actividad sencilla y fácil de aprender para los niños.

**DESCRIPCIÓN TEÓRICA:** La actividad consta de 2 fases en la que los niños deberán en un primer momento saltar lazo (de 15 a 20 veces) y luego tratar de tumbar unas botellas de plástico con una pelota de goma (simulando un juego de bowling). Esta actividad se puede realizar de manera individual cronometrando los tiempos de los niños para que lo hagan en el mejor tiempo posible (tumbando todas las botellas), o también se puede realizar de forma grupal, donde se hacen equipos y el que más puntos logre (botellas tumbadas) ganará.

**DESCRIPCIÓN GRÁFICA:**



**EVALUACIÓN:** Formativa

## **SECUENCIA DE HUELLAS**

**DURACIÓN:** 20 a 25 minutos

**GRADO:** 6° (primaria en adelante)

**OBJETIVO:** Mejorar la coordinación general

**JUSTIFICACIÓN:** Es una actividad sencilla en la que puedes mejorar la coordinación general en los niños y aprendan de forma pedagógica a desarrollar la lateralidad a través de una secuencia de huellas de sus manos y pies, también es de gran ayuda para fortalecer la concentración.

**DESCRIPCIÓN TEÓRICA:** La actividad consta de una secuencia de huellas de manos y pies pintadas o dibujadas ya sea en el suelo con tiza o pintura o como se observa en la imagen, sobre unas hojas, en el cual los niños deberán seguir de manera coordinada esa secuencia posicionando sus manos y pies como lo indique cada secuencia y tratar de terminar todas sin equivocarse.

**DESCRIPCIÓN GRÁFICA:**



**EVALUACIÓN:** Formativa

## EVALUACIÓN FORMATIVA

La evaluación formativa es un proceso implicado en la educación el cual consiste en examinar los procesos de aprendizaje de los alumnos, de tal manera que se pueda intervenir con una metodología utilizada en la clase para mejorar la comprensión de los temas tratados dentro del aula.

Este modelo se diferencia de los otros dos tipos de evaluación utilizados dentro del sistema educativo: la sumativa y la diagnóstica. Sin embargo, a pesar de que las tres cumplen papeles distintos, no son opuestas, sino que sus funciones se complementan para lograr evaluar de la mejor manera el proceso de enseñanza.

Las principales funciones de la evaluación formativa, por tanto, son las siguientes: orientar a los alumnos dentro del aula, regular los procesos de aprendizaje en función del feedback recibido, y motivar a los estudiantes mostrándoles todo lo que han aprendido hasta el momento.

## BIBLIOGRAFÍAS

- <https://www.youtube.com/watch?v=TUArPuZXfww>
- <https://www.efdeportes.com/edf213/los-juegos-individuales-para-el-desarrollo-psicomotriz.htm>
- <https://penitenciasyretos.blogspot.com/2018/02/juegos-y-retos-de-coordinacion-motriz.html>
- <https://saposyprincesas.elmundo.es/ocio-en-casa/juegos-para-ninos/juegos-para-ninos-motricidad/>

## CAPÍTULO 4: Informe de actividades intrainstitucionales

### Actividades Intra-institucionales

ACTIVIDAD	FECHA	Descripción	Evidencia
<b>Inducción plataforma ovy</b>	Septiembre 09 del 2020	Se realizó una reunión general de docentes la cual dirigió un ingeniero y explico los procesos en la plataforma ovys.	
<b>Izada de bandera</b>	Octubre 09 del 2020	Se realizó un aula virtual donde participaron con coplas bailes anteriormente planeados por los docentes.	
<b>Dia del niño</b>	Octubre 30 del 2020	Se realizó a los estudiantes un aula virtual de las cuales participaron activamente	

## **BIBLIOGRAFÍA**

PEI tomado de los recursos en la plataforma ovys del colegio san Bartolomé

AGUIRRE, J. y. (1994). La Educación Física en Primaria. Zaragoza: Edelvives.

Hellín (2008), citado en actividad física y salud: aclaración conceptual PhD Salvador Pérez Muños tomado de la revista digital efdeportes.

<https://www.efdeportes.com/efd193/actividad-fisica-y-salud-aclaracion-conceptual.htm>

Gesell (2015), citado en Propuesta Pedagógica para Mejorar la Coordinación Óculo-Manual por Medio de las Formas Jugadas en la Escuela De Formación De Tenis De Campo en el Nivel De Baby Tenis Del Club la Pradera de Potosí por Sergio Alexander Sánchez Ayala de la universidad libre.

<https://repository.unilibre.edu.co/bitstream/handle/10901/15802/tesis%20final%20baby%20tenis%20bola%20roja%20%20%20%20%20Enero%202019.%20%20Sergio%20Sanchez%2025%20de%20febrero.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Barruezo (2002), citado en Propuesta Pedagógica para Mejorar la Coordinación Óculo-Manual por Medio de las Formas Jugadas en la Escuela De Formación De Tenis De Campo en el Nivel De Baby Tenis Del Club la Pradera de Potosí por Sergio Alexander Sánchez Ayala de la universidad libre.

<https://repository.unilibre.edu.co/bitstream/handle/10901/15802/tesis%20final%20baby%20tenis%20bola%20roja%20%20%20%20%20Enero%202019.%20%20Sergio%20Sanchez%2025%20de%20febrero.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Fernández-Marcote (1998) citado en Propuesta Pedagógica para Mejorar la Coordinación Óculo-Manual por Medio de las Formas Jugadas en la Escuela De Formación De Tenis De Campo en el Nivel De Baby Tenis Del Club la Pradera de Potosí por Sergio Alexander Sánchez Ayala de la universidad libre.

<https://repository.unilibre.edu.co/bitstream/handle/10901/15802/tesis%20final%20baby%20tenis%20bola%20roja%20%20%20%20%20Enero%202019.%20%20Sergio%20Sanchez%2025%20de%20febrero.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Henri Wallon (2015. Pag 1) citado en Propuesta Pedagógica para Mejorar la Coordinación Óculo-Manual por Medio de las Formas Jugadas en la Escuela De Formación De Tenis De Campo en el Nivel De Baby Tenis Del Club la Pradera de Potosí por Sergio Alexander Sánchez Ayala de la universidad libre.

<https://repository.unilibre.edu.co/bitstream/handle/10901/15802/tesis%20final%20baby%20tenis%20bola%20roja%20%20%20%20%20Enero%202019.%20%20Sergio%20Sanchez%2025%20de%20febrero.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Cevallos, G. (2007). tesis sobre Elaboración de una guía dirigida a los docentes del centro infantil Amiguitos Felices. Recuperado el 25 de enero de 2013, de

<http://dspace.ups.edu.ec/bitstream/123456789/2991/1/UPS-QT01437.pdf.pdf>

José, J. (2007). Manual de psicomotricidad. Teoría, exploración, programación y práctica. España: Ediciones La Tierra hoy.

Barnes et al. (1994), Crespo (2000). Citado en el estudio de caso como metodología de investigación: teoría, mecanismos causales, validación por Enrique Yacusi de la universidad del cema.

<https://ucema.edu.ar/publicaciones/download/documentos/296.pdf>

Quintanar Duarte, E. (2004). Investigación de mercados un enfoque aplicado. México : Pearson Educación.

Coller, X. (2000). Estudio de casos. Madrid: Centro de Investigaciones Sociológicas.

Hernández Sampieri, Carlos Fernández, Pilar Baptista (Metodología de la investigación, cuarta edición, capítulo 7) (2006).

Test Purdue Pegboard, Purdue Pegboard Quick Reference Guide (Revised Edition 1999). Lafayette Instrument tomado Vithas NeuroRHB

<https://neurorhb.com/blog-dano-cerebral/valorar-la-destreza-manual-desde-la-terapia-ocupacional-test-purdue-pegboard/>

libro 100 ejercicios y juegos de coordinación óculo motriz por Alberto Bernal, Antonio Wanceulen, francisco Wanceulen de la editorial deportiva Wanceulen.