

UNIVERSIDAD DE EL SALVADOR
FACULTAD DE CIENCIAS Y HUMANIDADES
DEPARTAMENTO DE CIENCIAS DE LA EDUCACION



TEMA: INCIDENCIA DE UN PROGRAMA DE JUEGOS DE COORDINACION QUE BENEFICIEN EL DESARROLLO DE LA CAPACIDAD DE AGILIDAD EN LA CLASE DE EDUCACION FISICA EN NIÑOS Y NIÑAS DE PRIMER CICLO EN EL TURNO MATUTINO DEL COLEGIO BERE A DEL MUNICIPIO DE MEJICANOS DEPARTAMENTO DE SAN SALVADOR, DURANTE EL AÑO 2011.

TRABAJO DE GRADO PRESENTADO POR

JUAN PABLO RODAS AMAYA
JAIME ERNESTO JIMÉNEZ RAMOS

PARA OPTAR AL GRADO DE:
LICENCIATURA EN CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN
ESPECIALIDAD EN EDUCACIÓN FÍSICA, DEPORTE Y RECREACIÓN

DOCENTE DIRECTOR

LIC. JOSÉ WILFREDO SIBRIAN GÁLVEZ

SAN SALVADOR, 14 DE FEBRERO DE 2012, EL SALVADOR, CENTRO
AMERICA

AUTORIDADES DE LA UNIVERSIDAD DE EL SALVADOR

UNIVERSIDAD DE EL SALVADOR

FACULTAD DE CIENCIAS Y HUMANIDADES

DEPARTAMENTO DE CIENCIAS DE LA EDUCACION



RECTOR

Ing. Mario Roberto Nieto Lovo

VICE-RECTORA ACADEMICO

MsD. Ana María Glower de Alvarado

VICE-RECTOR ADMINISTRATIVO

Lic. Salvador Castillo

SECRETARIA GENERAL

Dra. Ana Leticia Zavaleta de Amaya

AUTORIDADES DE LA UNIVERSIDAD DE EL SALVADOR

UNIVERSIDAD DE EL SALVADOR

FACULTAD DE CIENCIAS Y HUMANIDADES

DEPARTAMENTO DE CIENCIAS DE LA EDUCACION



DECANO

Lic. José Raymundo Calderón Moran

VICE –DECANA

Licda. Norma Cecilia Blandón de Castro

SECRETARIO

Maestro. Alfonzo Mejía Rosales

AUTORIDADES DE LA UNIVERSIDAD DE EL SALVADOR

UNIVERSIDAD DE EL SALVADOR

FACULTAD DE CIENCIAS Y HUMANIDADES

DEPARTAMENTO DE CIENCIAS DE LA EDUCACION



JEFE DEL DEPARTAMENTO DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN

MsD. Ana Emilia del Carmen Meléndez Cisneros

COORDINADOR GENERAL DEL PROCESO DE GRADUACION

MsDH Rafael Girón Ascencio

DOCENTE DIRECTOR

Licenciado José Wilfredo Sibrián Galvez.

AGRADECIMIENTOS

Primeramente darle gracias al único capaz de hacer todas las cosas posibles nuestro señor Jesucristo, a mi familia en especial a mi hermana Claudia Jiménez por su gran apoyo en todo este tiempo de la carrera, a mi otra familia Generación Sin Límite de donde he recibido fuerzas espirituales para alcanzar el éxito en todas las esferas de mi vida.

Quiero agradecerles a todas aquellas personas que me enseñaron, los licenciados por su guía y dirección y sus correcciones en cada trabajo porque ellos han sido pieza fundamental en este logro.

Jaime Ernesto Jimenez Ramos

AGRADECIMIENTOS

Quiero agradecer primeramente a Dios porque me ha permitido obtener este logro ya que sin su ayuda no hubiera sido posible, también a mi familia por todo su apoyo ya que ellos han sido un gran apoyo para poder obtener este éxito personal.

Quiero agradecer a todos los catedráticos que me gracias a su ayuda y apoyo he conseguido este logro.

Juan Pablo Rodas Amaya

INDICE

INTRODUCCION.....	I
--------------------------	----------

CAPITULO I

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1 SITUACION PROBLEMÁTICA	12
1.2 ENUNCIADO DEL PROBLEMA.....	22
1.3 JUSTIFICACION.....	22
1.4 ALCANCES Y DELIMITACIONES.....	24
1.4.1 ALCANCES.....	24
1.4.2 DELIMITACIONES.....	24
1.5 OBJETIVOS	25
1.5.1 GENERAL.....	25
1.6 SUPUESTOS DE LA INVESTIGACIÓN	26
1.6.1 GENERALES.....	26
1.6.2 ESPECIFICAS	26
1.7 INDICADORES DE TRABAJO.....	26
1.7.1 INDICADORES GENERALES.....	26

CAPITULO II

MARCO TEORICO

2.1 ANTECEDENTES DE LA INVESTIGACION	29
2.1.1 ANTECEDENTES HISTORICOS DE LA EDUCACION FISICA A NIVEL MUNDIAL.....	29
2.1.2 ANTECEDENTES HISTORICOS DE LA EDUCACION FISICA A NIVEL Y NACIONAL.....	31
2.2 FUNDAMENTOS TEORICOS	32
2.2.1. CAPACIDADES COORDINATIVAS	32
2.2.2 CAPACIDADES FISICAS BASICAS	33
2.2.3 CAPACIDADES COMPLEJAS O RESULTANTES	36
2.2.4 COORDINACION.....	37
2.2.6.1 Test para Medir la Agilidad	47
2.2.7 LA ACTIVIDAD LUDICA	50
2.2.8 TEORIA DEL MOVIMIENTO.....	59
2.3 DEFINICION DE TERMINOS BASICOS	65

CAPITULO III

METODOLOGIA DE LA INVESTIGACION

3.1. TIPO DE INVESTIGACION.....	75
3.2. POBLACION	75
3.3 MUESTRA	75
3.4. ESTADISTICA, METODOS, TECNICAS E INSTRUMENTOS DE LA INVESTIGACION.....	76

3.4.1. METODO ESTADISTICO	76
3.4.2 METODO DE INVESTIGACION	77
3.4.3.1 Test de los Tacos(Agilidad).....	77
3.4.3.2 Entrevista.....	78
3.4.4 INSTRUMENTOS.....	78
3.4.4.1 Implementos Para las Clases y prueba de los tacos.....	78
3.4.4.2 Guía de Entrevista estructurada	78
3.5. METODOLOGIA Y PROCEDIMIENTOS.....	79
3.6 PROCEDIMIENTO DEL DESARROLLO DE LA PRUEBA TEST DE LOS TACOS (AGILIDAD)	80
3.6.1 INDICACIONES GENERALES.....	80
3.6.1.1 Metodología de la Prueba de Agilidad.	80

CAPITULO IV

ANALISIS E INTERPRETACION DE RESULTADOS

4.1 CLASIFICACION Y ORGANIZACIÓN DE DATOS	82
4.2 ANALIS E INTERPRETACION DE RESULTADOS	83
4.3 RESULTADO DEL PRE-TEST DE LOS TACOS Y POST-TEST DE LOS TACOS.....	85
4.4 RESULTADOS DE LA ENTREVISTA	90
4.6 VALIDACION DE SUPUESTOS	100

CAPITULO V

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1 CONCLUSIONES	102
5.2 RECOMENDACIONES.....	103

CAPITULO VI

PROPUESTA

PROPUESTAS.....	106
BIBLIOGRAFIA	107

ANEXOS

INTRODUCCION

En el presente trabajo de investigación se presenta un programa de ejercicios de coordinación para la mejora de capacidad de agilidad de los niños y niñas del colegio Berea del municipio de Mejicanos de San Salvador.

En la primera parte planteamiento de la situación problemática acerca de la situación actual del país en el área: económica, política, educación, salud, seguridad y el deporte así también se presenta el enunciado del problema, justificación, objetivos y supuestos constituyéndose en una parte general sobre la que se asienta el resto.

En la segunda parte del presente trabajo de investigación se presenta un programa de ejercicios de coordinación para la mejora de la capacidad de agilidad, los antecedentes teóricos de la investigación y la fundamentación teórica de la investigación parte de la coordinación y pruebas para medir la agilidad y términos básicos que se utilizaron.

En la tercera parte se encuentra toda la metodología utilizada, población, la muestra, el método estadístico, así como las técnicas utilizadas y una serie de instrumentos, que nos sirvieron para desarrollar la investigación.

La cuarta parte analiza pormenorizadamente los resultados, la parte de la estadística, y la interpretación, así como también esta detallada la entrevista a un especialista en el área de la coordinación y la agilidad.

La quinta parte están detalladas las conclusiones que saco el grupo, así como también las recomendaciones.

La tesis finaliza con una propuesta del grupo en su último capítulo, con sus respectivos anexos.

CAPITULO I

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1 SITUACION PROBLEMÁTICA

Economía

La economía salvadoreña aún no da señales de mejoría, y el serio problema de inseguridad que vive el país se ha convertido en una pesada ancla que no ha permitido que la recuperación despegue, según evaluó la Fundación Salvadoreña para el Desarrollo Económico y Social (FUSADES). La entidad, considerada el principal tanque de pensamiento privado en el país, presentará este día su informe de coyuntura económica correspondiente al cuarto trimestre de 2009. En el informe abundan los indicadores negativos: El Salvador cumplió en diciembre 17 meses en recesión económica, se han perdido unos 30,000 puestos de trabajo en el sector privado formal, las remesas cayeron un 8.5% durante el año pasado y las exportaciones se redujeron un 16.5%, con respecto a 2008. Pero todos estos números rojos, remanentes aún de la crisis económica que se agravó el año pasado, serán difíciles de superar, aseguró FUSADES, debido a la criminalidad, la inseguridad jurídica y la incertidumbre política que vive el país, todos factores que minan el clima de inversión. “La recuperación económica es aún incierta... este es un momento crítico que requiere de políticas de seguridad y económicas claras, creíbles y efectivas”, dijo Rafael Pleitez, analista de FUSADES.

Salud De acuerdo con datos estadísticos de la Organización Panamericana de la Salud¹, en 1998 la población de El Salvador fue estimada en 6,031,326 habitantes, con una densidad de 291 habitantes por km², con una proporción de 49% hombres y 51% mujeres, y distribuida el 51,8% en el área urbana y 42,2% en el área rural. La

¹ OPS/OMS. Situación de salud en El Salvador. Indicadores básicos y seleccionados 1998. Folleto impreso, 1999.

proyección de la población de El Salvador, según la Dirección General de Estadística y Censos (1996) es de 6.8 millones de habitantes para el 2005 y 7.9 millones para el año 2015.

El país reporta una elevada tasa de crecimiento anual de la población de 2,0%, con una población predominante joven: 36,2% menor de 15 años. La población en extrema pobreza se ha calculado en 23,4%, cuyos ingresos no alcanzan para financiar la canasta básica.

La tasa de mortalidad infantil es elevada en El Salvador: alrededor de 35 por 1,000 nacidos vivos en el año 1998. Esta tasa es mayor que la tasa de 13,9 por 1,000 nacidos vivos en Costa Rica en 1991. La tasa de mortalidad infantil es un indicador importante para ponderar la eficiencia de los servicios de salud del país, pues refleja la influencia de factores ambientales, económicos y educacionales que afectan la salud.

En El Salvador prevalecen las enfermedades transmisibles: dengue, paludismo, cólera, enfermedad de Chagas, diarreas, parasitismo intestinal, tuberculosis, enfermedades de transmisión sexual (ETS), infecciones respiratorias agudas (IRA), Síndrome de Inmunodeficiencia Adquirida (SIDA) y enfermedades prevenibles por vacunación. En las últimas décadas, sin embargo, ha venido aumentando la frecuencia de enfermedades de tipo crónico o degenerativas (cáncer del estómago, de mama, cérvico-uterino, próstata, y enfermedades cardiovasculares, hipertensión, daño renal, diabetes); así como la violencia familiar y comunitaria y problemas de nutrición asociados a la pobreza.

Esta situación del país demanda programas efectivos y sostenidos de prevención y control de las enfermedades infecciosas y, a la vez, programas preventivos y educacionales de las enfermedades crónicas. Es evidente la necesidad de promover la investigación en salud para innovar o incorporar avances tecnológicos que aseguren el impacto de las acciones de prevención, control y rehabilitación de la enfermedad.

Política

Hace quince años los neoliberales arribaron al gobierno emborrachados de entusiasmo y optimismo, al punto de proponerse, en el campo social, iniciar “un proceso sostenido para la erradicación de la extrema pobreza”, que en aquel momento afectaba a “más de un tercio de las familias salvadoreñas”, y hace diez años, incluso se propusieron atacar “las causas de la pobreza desde sus raíces, construir “El Salvador de las oportunidades”, “transformar el próximo período de Gobierno (1994-1999) en el período de la educación, la salud, la protección de la familia y el medio ambiente” y “erradicar el analfabetismo para el año 2000”.

En el período de gobierno (1999-2004), ARENA y la derecha cuyos intereses representaba se propusieron darle prioridad al destino de los recursos estatales para atender las necesidades sociales y micro en general; es decir, se comprometió a pasar de la aparente estabilidad macro económica y social lograda en diez años anteriores, a dedicar los recursos a resolver problemas sociales.

La demagogia neoliberal de aquellos dos momentos pudo arrojarse, primero, con la ventaja de tener el control del Estado obtenido con amplio respaldo electoral y el avance del neoliberalismo en el mundo, combinado con la debacle del socialismo de Estado en Europa y el golpe que ello produjo en el pensamiento político e ideológico de la izquierda, y segundo, que en nuestro país se encontraba absorbido por la negociación política de la finalización de la guerra y luego el cumplimiento de los acuerdos de paz.

Ahora la demagogia y el populismo de la derecha neoliberal están a la vista como consecuencia lógica del fracaso del neoliberalismo en el mundo. La realidad de nuestro país se ha encargado de ponerlas en relieve, con la dimensión que corresponde, aun cuando ya entonces era claro que el alcance de las políticas sociales a las que se comprometieron los neoliberales eran de carácter “compensatorias”, encargadas al “rebalse de migajas” que supuestamente produciría el crecimiento sostenido de la economía para compensar los “costos sociales” que necesariamente tenían que cargar los

más pobres a causa de los programas de estabilidad y ajuste a que fue sometida la economía y por supuesto la población pobre.

Seguridad

La inseguridad ciudadana en El Salvador es un gran desafío al desarrollo humano, , pero este reto tiene solución. la mano dura y la mano blanda han fracasado y deben evolucionar hacia una estrategia inteligente de seguridad ciudadana para el desarrollo humano entre gobierno y gobierno.

No es necesario agregar explicaciones, ya que los hechos hablan por su propia cuenta: la inseguridad es actualmente el principal freno del desarrollo en nuestro país. En su exposición en la Conferencia de las Américas, el Presidente de la República acaba de reconocerlo explícitamente. Desde luego, el crimen y la inseguridad ciudadana, que campean de manera progresiva en el ambiente, están en la primera línea de la preocupación y de la angustia de la población, en todos sus niveles; pero, a fin de enfocar la problemática en sus dimensiones e implicaciones reales, hay que extender el concepto a lo que verdaderamente abarca en la realidad de la vida cotidiana, que es donde se escenifican los dramas políticos, económicos y sociales Hay inseguridad ciudadana por la violencia, por la delincuencia, por el cúmulo de conductas delictivas y antisociales que nos azotan; pero también hay inseguridad política e inseguridad jurídica, que van erosionando, de una manera más silenciosa, pero no menos dañina, las posibilidades de crecer, de progresar y de darnos la capacidad competitiva para funcionar en este mundo global interactivo en todos los órdenes, incluyendo desde luego el comercial.

Educación

La experiencia acumulada por la región en los últimos decenios, así como la frustración creciente ante la crisis educativa y la lentitud de los procesos de reforma,

estágeneralizando la convicción de que el modelo tradicional de gestión educativa es mas parte del problema que instrumento de la solución del mismo.

Hasta la fecha, la mayor parte de la gestión ha estado en manos del Estado, quien la ha ejercido en forma predominante centralista, burocrática y politizada. En el modelo dominante, los Ministerios de Educación deciden la construcción e insumos de las escuelas, así como la contratación y la política de personal, la dotación de libros, los planes académicos, las evaluaciones y un sinfín de aspectos sustantivos y administrativos. Las personas que administran localmente las escuelas y, en particular los padres de familia, rara vez son tomados en cuenta.

Los ministerios son instituciones grandes y sobrecargadas de funciones, manejan presupuestos relativamente altos y fácilmente son la empresa con el mayor número de empleados del país. Sin embargo, no son manejados con los criterios de rendimiento ni con el personal, altamente calificado y bien remunerado, con que se administraría una corporación privada de proporciones similares.

La educación es un proceso de formación de todo ser humano; lo que contribuye a la formación integral de la persona mediante el despliegue de sus potencialidades. Para ello, el ministerio de educación a establecido la ley general de educación.

Deporte

Se entenderá como Deporte aquel que es practicado por la población, en las comunidades urbanas o rurales de todo el país, sin distinción o discriminación alguna; uniendo esfuerzos, voluntades e iniciativas para el bienestar común local.

El origen del deporte moderno en El Salvador fue de acceso exclusivo de la elite de la capital - ubicada en la región central del país - y de Santa Ana, la principal urbe del occidente cafetalero. La dominación de la zona cafetalera en el deporte se explica porque en esta área estaban el capital, las mejores vías de comunicación y cierta infraestructura que posibilitó la ejecución de esta actividad. La elite cafetalera practicó

las diferentes disciplinas deportivas que surgieron en el país junto a algunos integrantes de las principales colonias foráneas, tales como la francesa, la inglesa, la española y la estadounidense. Es de destacar que en sus inicios en el país el deporte moderno estuvo dominado por disciplinas individuales, hecho que hizo que los sectores que comenzaron a ejercitarse en ellos, consideraran su práctica como un acto social, por lo que la adecuada preparación y entrenamiento estuvieron en una gran medida ausentes.

Es con el nacimiento de los deportes colectivos - como el béisbol y el fútbol, según se verá más adelante - que los sectores trabajadores urbanos entraron a la arena deportiva. Sin embargo, lo embrionario y pobre de sus organizaciones, el exiguo apoyo de los líderes comunales tanto seculares como religiosos y la poca disponibilidad de campos adecuados para las prácticas hicieron que sus asociaciones deportivas tuvieran en general una vida efímera.

El INDES por medio del Departamento Deporte , con el propósito de impactar en la sociedad para contribuir a minimizar los hechos negativos que produce la vida cotidiana en el ámbito comunitario, procurando cambios positivos y duraderos, en el hogar y en el entorno para mejorar la vida personal, ambiental y comunitaria; promueve el reconocimiento de la práctica de deportes y actividades físicas en masa, como un derecho humano fundamental, en el contexto de la estrategia global de la Democratización del Deporte, bajo un enfoque de inclusión social y en respuesta a la Agenda Nacional.

EL INDES trabaja muy de cerca con las alcaldías municipales, gobernaciones, comunidades, cantones, colonias y otros sectores en riesgo, los cuales antes estaban deportivamente desatendidos y ha comenzado a conformar y regular los Comités Deportivos Municipales, para fortalecer los canales de comunicación y orientar los esfuerzos hacia objetivos comunes.

Recreación

Vacaciones Recreativas para prevenir violencia en municipios del Gran San Salvador San Salvador, 16 de noviembre de 2010. El Vicepresidente de la República y Ministro de Educación Ad Honoren, Salvador Sánchez Cerén, junto al Ministro de Gobernación, Humberto Centeno Najarro; Gerente General del Instituto Nacional de los Deportes (INDES), Rubén Vásquez; Presidenta del Consejo Nacional de Seguridad Pública (CNSP), Aída Luz Santos de Escobar; Alcaldesa Municipal de Apopa, Luz Estrella Rodríguez; Jefe de la Misión de la Unión Europea, Stefano Gatto y el Director Ejecutivo de la Comisión Nacional del Río Lempa (CEL) inauguraron en la Colonia Popotlán del Municipio de Apopa el Programa “Vacaciones Recreativas” que impulsa el CNSP; a través del Proyecto de Prevención Social de la Violencia con Participación Juvenil “Projóvenes II”.

El Vicepresidente de la República y Ministro de Educación Ad Honoren, Salvador Sánchez Cerén, explicó que “esperamos que las comunidades practiquen la música y la cultura, donde los jóvenes puedan caminar y jugar tranquilamente; por lo que este programa Projóvenes busca llevarles recreación y formación en valores para formar los hombres y mujeres que este país necesita”.

El Jefe de Estado, manifestó que en dicho programa se invertirán alrededor de 100 mil dólares de forma conjunta por el Gobierno Central, Unión Europea y CEL; el cual se desarrollará entre el 16 de noviembre de 2010 y el 17 de enero de 2011.

Adelantó, que “en 2011 se entregarán a los distintos centros educativos kits de recreación como pelotas de fútbol, basquetbol, instrumentos musicales, juegos y utensilios para hacer manualidades y así los alumnos practiquen el arte y la cultura y se conviertan en hombres y mujeres de bien”.

La Presidente del Consejo Nacional de Seguridad Pública, Aída Luz Santos de Escobar, dijo que el proyecto “Vacaciones Recreativas” se desarrollará en las distintas

comunidades con la ayuda de 210 voluntarios en las casas comunales, parques, canchas, centros educativos o en las mismas vías internas de las comunidades beneficiadas.

El IMDER a través de su departamento de dirección técnico metodológico y de las subunidades de recreación y deporte, garantiza el cumplimiento de los objetivos haciendo énfasis en el desempeño de este a través de sus programas deportivos y recreativos, que se ponen al servicio gratuito de la comunidad en diversas actividades que se desarrollan en los distritos de San Salvador, con el apoyo conjunto de los directores de distrito, jefes participación ciudadana, alcaldía de San Salvador y jóvenes voluntarios.

Dentro de los programas que desarrolla el IMDER tenemos:

1-Recreovías, el cual busca fomentar las prácticas recreativas en los diferentes distritos de San Salvador, así como estimular el aprovechamiento y uso adecuado de los espacios deportivos y recreativos ubicados en los barrios, colonias, comunidades, etc., para la integración social.

Proyectos:

- Clubes distritales de recreación: dirigidas por un representante de la AMSS y jóvenes facilitadores, de manera que promuevan junto a la ciudadanía actividades, lúdicas recreativas y educativas que generen impacto en la población y posibiliten la integración social.

Deporte comunitario, este programa tendrá la misión de fortalecer las escuelas municipales ya existentes en los distritos, así como crear escuelas deportivas de los deportes que se tenga más demanda en la comunidad, con esto se pretende contribuir en la educación integral de niños y jóvenes, primordialmente, fortaleciendo su proceso de socialización y aprendizaje de valores, por medio de la práctica sistemática del deporte.

Proyectos:

- Crear escuelas deportivas municipales de: Ajedrez, Atletismo, Baloncesto, Judo, Natación, karate, voleibol, aeróbicos y deportes extremos.
- Fortalecer las escuelas existentes de Fútbol.
- Juegos Deportivos Municipales.

Escuelas Municipales deportivas.

El programa deporte comunitario nace para dar respuesta a las demandas de prevención a los jóvenes que se ven afectados en su desarrollo psicosocial.

El Instituto Municipal de Deportes y Recreación se suma apoyando y creando Escuelas Municipales Deportivas en las diferentes comunidades de la capital; las cuales tienen como objetivo fomentar la práctica sistemática y organizada de actividades deportivas en los miembros de la comuna capitalina.

Educación Física

La educación física es una disciplina pedagógica que basa su intervención en el movimiento corporal, para estructurar primero y desarrollar después, de forma integral y armónica, las capacidades físicas, mentales, sociales y afectivas de la persona, con la finalidad de mejorar la calidad de la participación humana en los distintos ámbitos de la vida, como son el familiar, el social y el productivo. Actualmente pues, la educación física es una necesidad individual pero también social.

El deporte escolar se encarga de abrir oportunidades, para la práctica deportiva y la recreación, a los estudiantes de instituciones educativas públicas y privadas, desde el nivel parvulario hasta el superior, en todo el país.

El INDES cuenta con el Departamento de Deporte Escolar que trabaja, coordinadamente con el Ministerio de Educación (MINED), en la planificación, organización y desarrollo de las actividades y proyectos que conllevan una mayor participación de los estudiantes.

El deporte escolar ofrece un proceso de competencias, comprendiendo diferentes etapas, las cuales inician a nivel departamental, pasando por la fase regional hasta llegar a la etapa nacional, involucrando una concurrencia masiva de alumnos.

Más de 200 alumnos de 20 centros escolares de la zona sur de San Salvador participaron en el Festival de Educación Física que desarrolló la Dirección Departamental de Educación de San Salvador.

A través de estos festivales, los niños y jóvenes junto a sus maestros de educación física demuestran sus aprendizajes en una muestra de destrezas, habilidades físicas y coreográficas.

La Directora Departamental, expresó que “una de las actividades que más ayudan a formar en valores es el área deportiva y recreativa.”

Los Festivales forman parte del Programa “Un Sueño Posible”, que impulsa el Ministerio de Educación. Durante la semana se realizarán tres festivales más en donde participarán el resto de instituciones de San Salvador.

Con el paso de los años en nuestro país surgen nuevas instituciones educativas con el objetivo de formar educandos bajo principios, valores y una cultura física. Cientos y cientos de alumnos pasan por dichos centros, unos con suerte de recibir educación física de base que les ayude a fortalecer y desarrollar sus habilidades psicomotrices y deportivas a edades tempranas y otros sin ser culpables corren con la mala suerte de no participar en un programa sistemático que les permita beneficiarse con un crecimiento deportivo en edades de suma importancia, las cuales como todos sabemos la psicomotricidad es la base de toda actividad física o deportiva que el ser humano debe adquirir en esta etapa para asegurar un buen crecimiento en su vida cotidiana.

Esta problemática se encuentra más en aquellas instituciones que no tienen maestro de educación física o no existe una journalización o plan didáctico para que lo puedan ejecutar el maestro de aula que muchas veces adquiere dicha responsabilidad.

Con la poca experiencia con diferentes deportes y como docentes de educación física, nos encontramos con que a las edades de 13 y 14 años que tendrían que ser etapas de su inicio al desarrollo físico y deportivo demuestran mucha deficiencia en los aspectos físicos que tendrían que haber sido adquiridos, desarrollados y dominados a edades tempranas, mostrando un enorme déficit en la capacidad de coordinación que nos conllevan a la capacidad resultante de la agilidad que es de suma importancia para un buen desarrollo.

La investigación se enfoca en la elaboración de un programa de juegos de coordinación y agilidad que permita elevar el nivel de agilidad que permita elevar el nivel de agilidad en el primer ciclo del colegio “Berea” del municipio de Mejicanos ya que dicha institución que cuenta con maestro de educación física pero no con un plan para el desarrollo de dicha rama.

1.2 ENUNCIADO DEL PROBLEMA

¿En que medida incide el programa de juegos de coordinación en beneficio del desarrollo de la capacidad de agilidad en los niños y niñas del primer ciclo del colegio “Berea” del municipio de Mejicanos?

1.3 JUSTIFICACION

En El Salvador, la educación física es considerada una disciplina que trata de desarrollar y fortalecer las capacidades básicas del ser humano los movimientos corporales y

desarrollo de la psicomotricidad, A lo largo de los años han existido instituciones como la escuela superior de educación física y universidades que se han encargado de formar educadores y crear planes curriculares para el desarrollo y fomentación de esta disciplina en el país. Ya que es una disciplina de suma importancia para el desarrollo de las cualidades corporales en los infantes y adolescentes. La educación física es un derecho educativo e implementado en todos los centros escolares, pero lamentablemente en

Nuestro país la realidad no es así puesto que en muchos lugares rurales y marginales y en zona urbana no se imparte educación física en las instituciones, muchas veces porque nohay un docente asignado o porque el presupuesto no les permite contratar a un especialista de la rama. Esto nos lleva a generar un hueco en el desarrollo psicomotriz en la vida cotidiana del educando haciendo a un lado la importancia de un programa a edades tempranas que nos permita desarrollar las capacidades de coordinación de los niños y niñas. Y esto aparte de dañar el desarrollo infantil daña también a nuestro deporte nacional que a la hora de implementar un programa de alto rendimiento nos damos cuenta que tenemos que retroceder e iniciar con actividades que tuvieron que ser desarrollados a edades tempranas en instituciones con la educación física de base. Haciendo un estudio con adolescentes de diferentes disciplinas deportivas encontramos un déficit de la capacidad de agilidad que es una cualidad física resultante de las capacidades coordinativas y juega un papel importante para ejecutar movimientos precisos y veloces los cuales permitirán lograr una perfecta regulación y armonía al desarrollar las capacidades físicas básicas: fuerza, resistencia y velocidad. Por tal razón se ve la necesidad de elaborar un programa de juegos de la coordinación a edades tempranas y permita obtener un resultado positivo en su incidencia académica y psicomotriz, en el colegio “Berea” del municipio de Mejicanos, departamento de San Salvador.

Se considera viable la investigación porque existe un escenario de estudio y disponibilidad de las personas que brindaron la información de su problemática en el desempeño deportivo. También porque los responsables de ejecutar el estudio poseen los

conocimientos necesarios para crear el programa, además de los recursos materiales y económicos que requiere la investigación.

El estudio es producto de una necesidad educativa detectada mediante la realización de un diagnóstico de la realidad educativa-deportiva, institucional realizado en el colegio “Berea” del Municipio de Mejicanos, Departamento de San Salvador. Además esta investigación no solo servirá para conocer los beneficios que ejercen los ejercicios de coordinación en niños y niñas de primer ciclo. Sino también aportar recomendaciones que beneficien a los maestros para fortalecer el desarrollo de la agilidad en sus planes didácticos utilizados a diario, también beneficiar a los niños y niñas de primer ciclo para lograr un aprendizaje integral y mejorar su vida cotidiana.

1.4 ALCANCES Y DELIMITACIONES

1.4.1 ALCANCES

Este estudio propicio beneficios a los alumnos del primer ciclo del colegio “Berea” que conformaron el grupo experimental, mostraron avances significativos en los cambios de orientación, saltos, giros, y la combinación de las anteriores logrando así que muchos de los niños formaran destrezas y habilidades motrices por medio de sesiones de juego, además de convertirse en una herramienta fundamental para el profesor de educación física y para el colegio “Berea” del municipio de mejicanos.

1.4.2 DELIMITACIONES

El estudio que comprendió la aplicación de un programa de juegos de coordinación con los niños del primer ciclo porque en la edad adecuada para trabajar la agilidad durante las edades de 6 a 9 años .

Espacial: el colegio “Berea” está ubicado en la colonia dolores del municipio de Mejicanos del departamento de San Salvador.

Temporal: dicha investigación se realizo durante el año 2011

1.5 OBJETIVOS

1.5.1 GENERAL

Valorar la incidencia de un programa de juegos de coordinación que beneficien el desarrollo de la agilidad en los niños y niñas del primer ciclo del colegio “Berea” del municipio de Mejicanos, Departamento de San Salvador durante el año lectivo 2011.

1.5.2 ESPECÍFICOS

Verificar en qué medida, el desarrollo del programa de juegos de coordinación mejora la capacidad de agilidad de los niños y niñas del primer ciclo del colegio “Berea” del municipio de Mejicanos, San Salvador.

-Ejecutar test de agilidad al de inicio y final del programa de juegos de coordinación.

-Proponer un programa de juegos de coordinación para la mejora de la agilidad que contenga sesiones lúdicas y sirva de modelo en un futuro para la clase de educación física.

1.6 SUPUESTOS DE LA INVESTIGACIÓN

1.6.1 GENERALES

Los niños y niñas de primer ciclo del colegio “Berea” del municipio de Mejicanos del departamento de San Salvador mejoraran la capacidad resultante de agilidad después de desarrollar un programa de juegos de coordinación.

1.6.2 ESPECIFICAS

La capacidad resultante de agilidad se mejorara através de la implementación del programa juegos de coordinación, en los niños de primer ciclo, del colegio Berea del municipio de Mejicanos de San Salvador.

-al comparar el test de agilidad de inicio y de final, existirá una mejora significativa en la agilidad de los niños y niñas del primer ciclo .

-el programa de juegos de coordinación podrá servir de modelo en un futuro para la clase de Educación física y mejore el desarrollo motor de manera integral de los estudiantes de primer ciclo del colegio Berea del municipio de mejicanos del departamento de San Salvador.

1.7 INDICADORES DE TRABAJO

1.7.1 INDICADORES GENERALES

-Capacidad de coordinación: Es la capacidad de regular de forma precisa la intervención del propio cuerpo en la ejecución de la acción justa y necesaria según la idea motriz prefija. A través de los procesos de regulación, control del sistema nervioso y su estrecha

relación con el aparato locomotor se proporciona la calidad del movimiento mediante los siguientes factores

- sesiones comprendidas en los meses de agosto – septiembre de 2011. Sesiones de clase conformadas por ,El calentamiento con una duración 10 minutos, la parte principal 25 minutos, y la parte final 10 minutos.

-Juegos de coordinación: Este es un juego de gran movilidad y que requiere la atención permanente de los niños debido a que se utilizan habilidades de coordinación, reglas y acciones que están más desarrolladas y mejor dominadas en esas etapas.

-contra lateralidad: Se produce un funcionamiento coordinado, voluntario, pero asimétrico. En esta etapa aprende las coordinaciones motrices, control motor y equilibrio postural. Esta etapa comprende desde el año a los 6 ó 7 años. Existe simetría funcional, con un control exactamente igual de ambos hemisferios. En este momento se están produciendo preferencias de miembros del cuerpo, pero aún no podemos hablar de dominancias.

-Velocidad: Es la capacidad de realizar acciones motrices, gestos o movimientos lo más rápido posible o en el menor tiempo posible. Para ser tan rápido debe durar poco tiempo, no producir fatiga y debe poder superar resistencias no demasiado grandes.

-flexibilidad: Es la capacidad que tiene el cuerpo de desplazar los segmentos ,oseos que forman parte de la articulación . esto se refiere al radio de acción que es capaz de producir una articulación.

-agilidad: Es la capacidad que tiene un individuo para solucionar con velocidad las tareas motrices planteadas, cambiando rápida y afectivamente la dirección de un movimiento ejecutado a velocidad. En el desarrollo de la agilidad está presente la relación con las demás capacidades físicas y la coordinación existente entre ellas.

-cancha de baloncesto para realizar las actividades. Lugar donde se realizo ,los juegos de coordinación, y las pruebas de inicio y final del test de los tacos

-reacción Cuando cualquier acción hace efecto, es la acción que se realiza contraria a la primeramente realizada. Ej: En Fútbol cuando uno recibe el balón, la reacción seria patearla a la misma fuerza con la que llegó.

- material didáctico. Información que necesitemos para la elaboración de las sesiones y los test

-equilibrio-lateralida: Existen capacidades y destrezas motrices asociadas a condiciones fisiológicas, psicológicas o espaciales. Una de estas actividades corporales es la lateralidad, que esta asociada a la discriminación perceptiva de los segmentos de nuestro cuerpo ya sea en movimiento o estático, por lo tanto se puede encontrar en relación con el equilibrio ya que por medio del conocimiento y relación de las partes del cuerpo podemos hacer un ajuste de contracciones musculares para así mantener la postura en relación con la gravedad (postura corporal antigravitatoria)

CAPITULO II

MARCO TEORICO

2.1 ANTECEDENTES DE LA INVESTIGACION

Para el desarrollo de la investigación se consultaron diferentes fuentes bibliográficas en la biblioteca de la Universidad de El Salvador, Universidad Evangélica y en el Instituto Nacional de Deportes de El Salvador, COES, y concluimos en que no hay estudios ni investigaciones al respecto, en lo internacional, nacional y regional, relacionado con esta investigación, solamente bibliografía metodológicamente insuficiente para aplicar en la investigación.

2.1.1 ANTECEDENTES HISTORICOS DE LA EDUCACION FISICA A NIVEL MUNDIAL

Aunque la actividad física ha estado presente desde tiempos ancestrales en todas las civilizaciones, ya sea bajo formas jugadas, competitivas o simplemente preparatorias, y con un carácter religioso, militar, artístico, higiénico o deportivo, como señala Carl Dier, el desarrollo y concepción de la misma como idea educativa (paideia) debe ser considerado a partir de la civilización griega.

"GutMuths es el nombre clave de todo el proceso que ha experimentado la educación física hasta la época actual. Publico en 1793 su obra *Gymnastikfür die jugend* (gimnasia para jóvenes), que se tradujo a varios idiomas. La influencia de este libro en los que después serían famosos propulsores de la educación física (Clias, Amorós, Jahn, Ling, etc.) fue decisiva."²

²Rodriguez Ciro Alonso, guía metodológica de educación física 2004

Este autor resalta en su método, la importancia que tiene el practicar ejercicios gimnásticos, desde tomando al ser humano como individuo hasta ubicándolo como sociedad. "El iniciador y principal representante de la corriente científica fue el sueco P. H. Ling (1776-1839), a quien se debe la famosa gimnasia sueca, que más tarde llegó a ser practicada en todo el mundo entero." Al mencionar todas las corrientes anteriores es necesario mencionar la corriente empírica de FredericLudwing John (1852-1778) quien fue considerado como padre de la gimnasia moderna alemana siendo él un maestro de las escuelas de Berlín. Él con estas corrientes propuso restaurar y recuperar el espíritu patriótico de todos los jóvenes en su propio país valiéndose y apoyándose de la educación física como un medio para poder lograr una fuerza y vigor ante las mismas unidades de invasión de las tropas de Napoleón.

A partir de 1810 fue creado uno de los primeros gimnasios de Berlín y con ello nació un gran número de sociedades dedicadas al deporte con el fin de agrupar a jóvenes y personas adultas que tenían un ideal común. Todos propios ejercicios fueron realizados al aire libre, con su receptiva programación y conforme los propios alumnos necesitamos mas actividades físicas ellos mismos las fueron graduando y aportando ideas, actividades y juegos de gran estimulación para ellos.³

Esta corriente fue adoptada por muchas más personas, pues era de gran utilidad para ellos uno de ellos fue John en su obra Die Deutsche Turnkunst (los torneos alemanes), quien aparecía en 1915. John concebía en todo momento una gran importancia al profesor de gimnasia, cuyo papel califica de patriótico y educativo. Los torneos alemanes están divididos en cuatro partes:

- ejercicios: el autor los agrupaba con cierta progresión, según los aparatos empleados. entre estos aparatos incorporaba el potro, el caballo, las paralelas y la barra fija.
- juegos: estos ejercicios debían ser, a juicio de Janhn, colectivos y muy variados.
- gimnasia: en la obra figura una descripción muy detenida del gimnasio y su instalación.

³ Ministerio de cultura de la nación, contenidos básicos comunes de educación física 2006

- metodología: en esta parte trata, en primer término, de los ejercicios de preparación individual; después examina las reglas y la organización y, por último, alude a los ejercicios fundamentales, desde los más sencillos hasta los ejercicios de equilibrio. con el desarrollo de estas ideas se fue creando el espíritu del sportman, es decir, el hombre que sabe refrenar sus pasiones y respetar al contrario, que posee iniciativa y responsabilidad, que desprecia la mentira y practica ante todo el fairplay (juego limpio), sportman viene a ser como un hombre caballeroso y tal es la aceptación que posee hoy la frase espíritu deportivo entre los practicantes y teóricos de estos juegos.

otro autor que se puede encuadrar dentro de esta misma corriente es thomasarnold (1842-1975), quien fue un gran teólogo y educador inglés, el inicio en el colegio de rugby una serie de ejercicios corporales basados, mas que nada en los deportes especialmente en el fútbol, el cricket y el tenis.

gracias a arnold se generalizó poco a poco en todos los colegios de inglaterra que se practicara dando de ellos las actividades deportivas. aunque sin embargo la aportación más importante de dicho autor fue incorporar la autonomía educativa, es decir los mismos alumnos elegían a sus representantes democráticamente, la utilización de los campos y la regulación del juego fue puesta en manos de una asamblea hecha por los propios alumnos.⁴

2.1.2 ANTECEDENTES HISTORICOS DE LA EDUCACION FISICA A NIVEL Y NACIONAL

La Escuela Nacional de Educación Física de El Salvador nació por decreto legislativo numero ochenta, el 28 de noviembre de 1978 con el apoyo monetario de instituciones como la embajada de Alemania y Organismos Internacionales como la OEA y estuvo

⁴ Ministerio de cultura de la nación, contenidos básicos comunes de educación física 1996

vigente hasta el año 2000 aproximadamente, fue la única institución encargada de formar de acuerdo a las políticas educativas y planes cobertura nacional al elemento humano necesario para transformar, crear e implementar la práctica de la educación física en forma sistematizada adecuada a nuestra realidad social impartiendo cursos para entrenadores, monitores, árbitros y promotores deportivos con el objetivo de contribuir al desarrollo de una sociedad más sana y productiva.⁵

2.2 FUNDAMENTOS TEORICOS

2.2.1. CAPACIDADES COORDINATIVAS

Las capacidades coordinativas son consideradas como pre-requisitos de rendimiento, o de movimiento, que capacitan al individuo para ejecutar determinadas acciones, sean deportivas, profesionales o de la vida cotidiana.⁶

La práctica de actividades deportivas tiene la función de desarrollar las cualidades coordinativas para obtener rendimiento elevados. Las mismas se denominan cualidades de rendimiento.

Lo importante es seleccionar dentro del cúmulo de cualidades que determinan el rendimiento deportivo actuando en complejo, aquellas cualidades relacionadas primeramente a los procesos de conducción y regulación, y que están condicionados fundamentalmente por estos. Estas son las capacidades coordinativas. Las capacidades motoras (o físicas) se dividen en capacidades de la condición física y capacidades coordinativas. Las capacidades de la condición están determinadas por los procesos energéticos (fuerza, velocidad, resistencia), y las coordinativas por los procesos de conducción y regulación motriz, o sea por procesos informativos.

⁵ Ministerio de cultura de educación de la nación argentina: Contenidos básicos comunes de educación física 1996

⁶ Fútbol fichas para el entrenamiento de la velocidad y agilidad 1994

Jacob (1990) asume tres funciones básicas de las capacidades coordinativas:

Las capacidades coordinativas son elementos que condicionan la vida cotidiana.

Las capacidades coordinativas son elementos que condicionan el aprendizaje motor.

Las capacidades coordinativas son elementos que condicionan el rendimiento deportivo.

En el deporte se conoció durante mucho tiempo solo una cualidad coordinativa, la destreza, la cual era entendida complejamente y definida e forma relativamente generalizada e imprecisa.

Ella es una cualidad universal del rendimiento que está asociada a los objetivos, funciones y métodos de todas las áreas de la actividad física y deportiva.

Los procesos de conducción y regulación de la actividad motora se desarrollan en todos los individuos según las mismas normas, pero esto no significa que los mismos transcurren en cada persona con igual velocidad, exactitud, diferenciación y movilidad. Estas particularidades cualitativas son los que determinan las particularidades de su desarrollo, precisamente las que determinan la esencia de las capacidades coordinativas.

Las cualidades coordinativas representan, en combinación estrecha con otras cualidades, condiciones indispensables para el rendimiento deportivo

2.2.2 CAPACIDADES FISICAS BASICAS

Las capacidades físicas básicas, también llamadas cualidades físicas básicas, podemos definir las como las predisposiciones o caracteres (posibilidades, características que el individuo posee)innatos en el individuo, susceptibles de cambios.

Dentro de las capacidades y cualidades físicas básicas podemos hacer la siguiente clasificación⁷

-Capacidades motrices: resistencia, fuerza, velocidad y flexibilidad.

-Capacidades perceptivo-motrices: coordinación y equilibrio.

-Capacidades resultantes: agilidad.

Definimos resistencia como la capacidad de realizar un esfuerzo de mayor o menor intensidad durante el mayor tiempo posible.

Tipos de resistencia: Fundamentalmente existen dos tipos de resistencia:

-Resistencia aeróbica.(la energía para la contracción muscular se obtiene mediante la utilización del oxígeno).

Ej-Carrera de 10.000 m

-Resistencia anaeróbica.(sin la utilización de oxígeno).

Ej-Carrera de 50 m

Beneficios del entrenamiento de resistencia son:.

-Aumento del volumen cardíaco, permitiendo al corazón recibir más sangre y como consecuencia aumentar la cantidad de sangre que expulsa en cada contracción. Mediante el desarrollo de la resistencia anaeróbica aumentamos el grosor de la pared del corazón y mediante la aeróbica aumentamos el tamaño del corazón: aumento del tamaño de las aurículas y ventrículos.

-Fortalecer y engrosar las paredes del corazón.

-Disminuye la frecuencia cardíaca, el corazón es más eficiente.

-Mejora e incrementa la capitalización con un mejor y más completo intercambio de oxígeno.

-Incide positivamente en el sistema respiratorio, mejorando la capacidad pulmonar.

-Activa el funcionamiento de los órganos de desintoxicación (hígado, riñones, etc.)para eliminar sustancias de desecho.

-Fortalece el sistema muscular

⁷ Fútbol :fichas para el entrenamiento de la velocidad y agilidad 1994

Fuerza es la capacidad de vencer una resistencia exterior mediante un esfuerzo muscular. También lo podemos definir como la capacidad de ejercer tensión contra una resistencia. Esta capacidad hace referencia al músculo y por tanto dependerá fundamentalmente de las características del mismo.⁸

Tipos de fuerza: La fuerza puede ser:

-Estática: Es aquella en la que manteniendo la resistencia no existe modificación en la longitud del músculo.

Ej.-levantamiento de peso.

-Dinámica: Aquella en la que al desplazar o vencer la resistencia, el musculo sufre un desplazamiento. Esta fuerza dinámica puede ser, a su vez, lenta (máxima),rápida o explosiva (fuerza-velocidad), fuerza resistencia.

Eje.-lanzamiento de balones medicinales.

Velocidad es la capacidad de realizar uno o varios movimientos en el menor tiempo posible.

Tipos de velocidad: La velocidad puede ser -velocidad de reacción. Es la capacidad de efectuar una respuesta motriz a un estímulo en el menor tiempo posible.

Ej-Carreras por parejas de unos 20 metros.

-Velocidad de desplazamiento. Es la capacidad de recorrer una distancia en el menor tiempo posible.

Ej-Carrera de 100 m lisos.

Podemos entender la flexibilidad como la capacidad de extensión máxima de un movimiento en una articulación determinada.

Tipos de flexibilidad son -flexibilidad estática. Está referida al grado de flexibilidad alcanzado con movimientos lentos y realizados con ayuda.

⁸ Fútbol :fichas para el entrenamiento de la velocidad y agilidad 1994

Ej- De pie con las piernas rectas intentar llegar al suelo sin doblarlas.

-Flexibilidad dinámica. Conseguida sin ayuda, es la implicada en la mayoría de movimientos propios de cualquier deporte o actividad física.

Ej-Al intentar coger un rebote en baloncesto.⁹

Coordinación es el control neuromuscular del movimiento; la capacidad de controlar todo acto motor.

Tipos de coordinación son-óculo manual. Aquí englobamos los movimientos en los que se establece una relación entre un elemento y nuestros miembros superiores. Ej-Golpear con un bate de béisbol una pelota.

-Óculo-pie. Comprende los movimientos en los que se establece una relación entre un elemento y nuestros miembros inferiores.

Ej-Realizar un control con el pie con un balón de fútbol.

-Dinámica general .Agrupa movimientos que requieren una acción conjunta de todas las partes del cuerpo. Ej- Gatear o andar a cuatro patas.

2.2.3 CAPACIDADES COMPLEJAS O RESULTANTES

Agilidad es la capacidad que se tiene para mover el cuerpo en el espacio. Es una cualidad que requiere una magnífica combinación de fuerza y coordinación para que el cuerpo pueda moverse de una posición a otra.

El equilibrio Es una habilidad que el alumno deberá desarrollar en forma progresiva, para ir teniendo el dominio total de su cuerpo en distintas circunstancias y posiciones y/o sobre los elementos que se le presenten¹⁰

⁹ Fútbol :fichas para el entrenamiento de la velocidad y agilidad 1994

¹⁰ Fútbol :fichas para el entrenamiento de la velocidad y agilidad 1994

2.2.4 COORDINACION

Es la capacidad de regular de forma precisa la intervención del propio cuerpo en la ejecución de la acción justa y necesaria según la idea motriz prefija.

A través de los procesos de regulación, control del sistema nervioso y su estrecha relación con el aparato locomotor se proporciona la calidad del movimiento mediante los siguientes factores

Precisión en la velocidad y en la dirección

Eficacia en los resultados intermedios y finales

Economía en la utilización en la energía nerviosa y muscular requeridas

Armonía: en la complementariedad de los estados de concentración y desconcentración utilizados.

Ritmización: depende de la fluidez en la sucesión temporal de los movimientos.

Reacción: posibilidad de responder rápidamente con acciones motrices adecuadas a distintos tipos de estímulos o señales.

Acoplamiento: posibilidad de integrar habilidades motrices en secuencias significativas y coherentes para lograr un objetivo.

Diferenciación: relacionada con la calidad, ajuste, precisión, y fineza en la ejecución de un movimiento.

Trasformación: posibilidad de modificar o alterar la dirección, velocidad o fuerza de un movimiento cuando la situación lo requiere.

Orientación espacio-temporal: posibilidad de dirigirse , ubicarse, orientarse en el espacio y en el tiempo con referencia diversa de los objetivos.¹¹

Equilibrio: posibilidad de mantener la postura ante las fuerzas que actúan sobre el cuerpo.

En función de las estructuras corporales y modalidades sensoriales que se integran, nos referimos a:

Coordinación dinámica general: responsable del ajuste de la globalidad del propio cuerpo que se suele, por lo general, implicar locomoción.

Coordinación dinámica segmentaria o vasomotora: integra las aferencias de las diversas modalidades sensoriales con una determinada zona –segmentaria – corporal localizada en los miembros distales (mano, pie) de los segmentos superiores e inferiores.

La Coordinación de los Movimientos Como Regulación de la Actividad.

Los rendimientos deportivos son conductas caracterizadas por la anticipación del resultado y del programa de acción en la conciencia, por decisiones consientes y por procesos analíticos sintéticos permanentes de control y regulación. La ejecución del ejercicio de competencia se puede entender en la mayoría de los deportes como un acto mayormente complejo que se construye a partir de una serie de acciones parciales.

La regulación de la conducta se lleva a cabo conjuntamente en diferentes niveles ordenados jerárquicamente. Se diferencian tres niveles regulativos: el “intelectual” como nivel superior, el nivel “perceptivo-comprensivo” y el nivel “sensomotor”. A cada uno de estos niveles le corresponde una forma, osea un nivel de la preparación de la conducta: el plan o estrategia de acción, el esquema de acción y modelo motor.

La expresión externa concreta de las conductas deportivas y sus componentes motores dominantes son los movimientos deportivos. Estos movimientos voluntarios que

¹¹ Fútbol :fichas para el entrenamiento de la velocidad y agilidad 1994

representan cambios de la posición del cuerpo y sus miembros, organizados y coordinados de acuerdo al objetivo de acción y como consecuencia de la actividad muscular regulada sensomotrizmente.

Su organización, la acción conjunta coordinada de los distintos movimientos parciales, es lo que se entiende como coordinación motora.¹²

Consideraciones sobre el concepto de coordinación motriz

La coordinación, en la actividad del hombre, es la armonización de todos los procesos parciales del acto motor con vistas al objetivo que debe ser alcanzado a través del movimiento.

La coordinación motriz es el ordenamiento, la organización de acciones motoras orientadas hacia un objeto determinado. Ese ordenamiento significa la armonización de todos los parámetros del movimiento en el proceso de interacción entre el deportista y la situación ambiental respectiva. Ella es accesible y comprensible para el deportista y el pedagogo deportivo, en principio, solo como una armonización de las fases del movimiento, de los movimientos o de las acciones parciales.

Modelo simplificado de la coordinación de movimientos.

El modelo postula lo siguiente: para resolver las complicadas tareas coordinativas propuestas en los actos motores deportivos, se deben llevar a cabo varias funciones parciales:

La recepción y el procesamiento de la información aferente y re aferente. A través de ello se obtienen y transmiten informaciones sobre la situación inicial, así también sobre los resultados parciales y finales de la ejecución motora.

La programación del movimiento y el pronóstico de los resultados parciales y finales (anticipación).

¹² Fútbol :fichas para el entrenamiento de la velocidad y agilidad 1994

La consulta de la memoria motriz y la memorización de los esquemas de ejecución y corrección.

La realización del comando y regulación mediante la emisión de impulsos eferentes de comando y corrección de los músculos.¹³

La ejecución del movimiento por los órganos motores (aparato motor). La musculatura esquelética representa, como parte del aparato motor, el órgano por comandar y regular.

La comparación de la información entrante (parámetros reales) con el objetivo preestablecido y el programa de acción (parámetros ideales).

El desarrollo de las capacidades coordinativas permite operacionalizar el proceso de aprendizaje motor por lo que deben de tomarse en cuenta los siguientes aspectos:

Las coordinación se transmite desde un punto de vista sensitivo motriz en dos direcciones:

De arriba hacia: las regiones cercanas al cerebro coordinan antes que las lejanas del cerebro.

De adentro hacia afuera: los movimientos del brazo se coordinan antes que los movimientos de la mano.

La alta plasticidad cerebral permite a edades tempranas, un marcado

Desarrollo de las capacidades coordinativas, nunca es demasiado pronto para comenzar su entrenamiento.

La evolución de las capacidades coordinativas no muestra diferencias significativas entre hombres y mujeres.

El entrenamiento de la coordinación debe ser organizado y desarrollado con un enfoque multilateral y polivalente.

¹³ Fútbol :fichas para el entrenamiento de la velocidad y agilidad 1994

En general, el nivel de las capacidades coordinativas es proporcional al número de situaciones en las cuales el individuo se ha encontrado.

Las capacidades coordinativas componen la base de lo que los especialistas denominan inteligencia motriz por lo que es de suma importancia desarrollarla en la educación primaria.¹⁴

Tanto las indicaciones como las explicaciones están destinadas a incrementar las posibilidades de realización en cada habilidad básica. Esto se refiere al logro de todas las variaciones posibles que ofrece cada forma motriz básica fundamental.

Es importante destacar el carácter de transición que tienen entre las habilidades generales y las específicas. Podemos considerar 3 tipos de habilidades combinadas:

Cadena motora simple: acople de dos habilidades.

Cadena motora compuesta: acople de tres habilidades o más.

Cadena motora compleja: acople de tres o más habilidades con complejidad táctica, en la que se presenta la oposición de un contrario, por ejemplo, girar y esquivar a un compañero que me marca o defiende.

Gracias a la maduración nerviosa y a la experiencia, que permita la evolución de las capacidades coordinativas, en especial las de acople, el sujeto es capaz de unir y ejecutar en forma sucesiva dos o más acciones, por ejemplo: correr y saltar en forma continua. A estas se las conoce como las habilidades motoras combinadas o simplemente como “cadenas motoras”.

Las habilidades motoras combinadas son aquellas que no difieren sustancialmente en cuanto a las habilidades que la conforman; la diferencia está dada por la forma que son efectuadas las habilidades, por la posibilidad de utilizarlas eficazmente en las situaciones

¹⁴ Fútbol : fichas para el entrenamiento de la velocidad y agilidad 1994

de juego, y por la posibilidad de realizar las habilidades en forma acoplada, es decir combinadas.

Se incorporan a todas las combinaciones posibles de las habilidades aprendidas anteriormente, si se logran estos acoples de la manera correcta, es decir se trata de un modo de ejecutar mas preciso y útil a la hora de aplicar lo conocido.

El poder combinar correctamente las habilidades permite un desarrollo del nivel de la representación mental de la capacidad perceptiva que las habilidades puedan ponerse en práctica en diferentes situaciones que se presentan en el diario vivir.

Las habilidades motoras específicas son habilidades básicas o combinaciones de ellas que, una vez superada la etapa o fase de ejecución general se van especificando. Van tomando un cariz diferente.

Las habilidades específicas no son movimientos nuevos, no son formas desconocidas, sino que son los mismos movimientos - ya logrados mínimamente-, que adoptan una forma de realización y una utilización en función de situaciones o simplemente de una mejora en la ejecución, todo ello con miras al acercamiento a las técnicas.

Si bien existe una edad adecuada, para lograr la especificación de las formas básicas, ello va a depender, en suma, mucho mas del desarrollo anterior de las habilidades básicas que de lo cronológico.

La especificación asume tres formas diferentes:

- En lo que respecta al “modo de ejecución”, a la calidad de los movimientos.
- En lo relacionado con el logro de los “nexos” entre las habilidades.
- En lo que concierne a los “usos en situación” de las habilidades.

Si desea acelerar este proceso se pueden aplicar métodos coactivos, y de esta manera se logra mas rápidamente la especificación del movimiento.

Para estos métodos no permiten el error, ni la transferencia, ya que se utilizan para pocos movimientos y muy puntuales. Y por otro lado pedagógicamente no son los más adecuados para los niños/as¹⁵

2.2.5 AGILIDAD

Es la capacidad que tiene un individuo para solucionar con velocidad las tareas motrices planteadas, cambiando rápida y afectivamente la dirección de un movimiento ejecutado a velocidad. En el desarrollo de la agilidad está presente la relación con las demás capacidades físicas y la coordinación existente entre ellas.

En el momento de resolver una tarea motriz pueden estar presentes varias de las capacidades coordinativas abordadas anteriormente. Esta capacidad se desarrolla bajo el sistema energético anaeróbico, requiriendo una gran intensidad de la velocidad durante los movimientos, pues generalmente se desarrolla mediante complejos de ejercicios variados en los cuales deberán existir constantes cambios en la dirección de los mismos, esta capacidad contribuye a la formación de destrezas y habilidades motrices y uno de los métodos más eficaces es el juego.

Tipos de Agilidad

La agilidad posee dos manifestaciones:

- a) Suelo: son todas aquellas acciones que tienen lugar sobre la superficie (carreras adelante, atrás, línea recta y curva, cintas, giros, cambios de dirección.) y las propias con algún implemento que genere algún grado de dificultad.
- b) Espacio: son acciones que tienen lugar en el espacio, incluyendo acciones propias de la actividad deportiva (saltos, esquivar un objeto en movimiento, combinaciones con las anteriores.)¹⁶

¹⁵ Fútbol :fichas para el entrenamiento de la velocidad y agilidad 1994

Entrenamientos de la agilidad

El entrenamiento de la agilidad esta íntimamente ligada al de sus componentes, así, al practicar ejercicios de flexibilidad o velocidad, estaremos, indirectamente, incidiendo en la mejora de la agilidad. Por lo tanto, la gama de movimientos validos para su progreso es muy amplia y variada; cualquier ejercicio que contenga parámetros nuevos al que haya que prestar una mayor atención, sirve para el desarrollo de la agilidad.

Las tareas metodológicas son importantes para el adecuado desarrollo de la agilidad, entre las cuales podemos mencionar las siguientes:

- Baja intensidad, si el niño/a no domina el ejercicio.
- Alta intensidad, siempre y cuando el niño/a domine lo cualitativo de la tarea.
- Actividades lúdicas aplicadas a la edad del párvulo
- Recuperaciones amplias, ya que es preciso recuperarse de la fatiga producto de la alta intensidad de los ejercicios.
- Trayectos cortos.
- Pocas repeticiones.
- Sincronizar las acciones de los diferentes movimientos.

Factores que determinan la Agilidad

En la realización de un movimiento cualquiera, intervienen diferentes grupos musculares además de otros factores que influyen en la contracción muscular entre los cuales existen cuatro grandes grupos.¹⁷

Factores fisiológicos

- La sección transversal del musculo
- El tipo de fibras predominantes en el músculo.

¹⁶ Problemas evolutivos de coordinación motriz y percepción de competencia, GomezGarcia Marta 2006

¹⁷ Problemas evolutivos de coordinación motriz y percepción de competencia, Gómez García Marta 2006

- La longitud del mismo músculo
- La inervación del músculo.

Factores físicos o mecánicos

- El grado de angulación que alcance la articulación en un movimiento determinado.
- El grado de giro que adopte la articulación.
- El estiramiento previo del músculo, siempre que no sea excesivo favorece una mayor contracción.

Factores psicológicos

- La motivación, la atención, la concentración, así como la fuerza de voluntad y el espíritu de sacrificio son otros factores que van a influir de forma considerable en la agilidad.
- Igualmente los estados emocionales modifican las descargas nerviosas variando la fuerza muscular.

Otros factores

- El sexo: la relación existente entre niños y niñas con respecto a la agilidad es similar en Educación primaria y con el pasar de los años no existen cambios considerables entre el uno y el otro, todo dependerá de la actividad que se realice.
- La edad: la agilidad se debe desarrollar a partir de los 5 años para obtener óptimos resultados, debido a que a medida va pasando el tiempo surgen una serie de “periodos críticos” que resultan ser unas etapas no muy adecuadas para trabajar distintos aspectos que permitan el perfeccionamiento de la misma .
- La alimentación: es fundamental para el entrenamiento de la agilidad. Debido que un aporte equilibrado de los nutrientes favorece un buen funcionamiento del músculo trayendo como consecuencia mejores resultados físico-deportivos.

- La temperatura muscular: es importante un buen calentamiento para aumentar la movilidad articular, pues en un musculo caliente aumenta el flujo sanguíneo y por tanto el aporte de oxigeno mejora con ello su funcionamiento.
- La temperatura ambiente: las temperaturas medias favorecen la capacidad de contracción, mientras que las temperaturas excesivamente bajas o altas reducen la capacidad de contracción muscular.
- La fatiga: disminuye la intensidad y la amplitud de la contracción muscular y puede provocar lesiones.¹⁸
- El grado de entrenamiento: el entrenamiento aumenta la capacidad de contracción muscular y el reposo excesivo la disminuye.

2.2.6 CONTEXTO DE LA COORDINACION Y AGILIDAD EN EL PRIMER CICLO

El desarrollo de la agilidad en edades tempranas permite adquirir el dominio del cuerpo con la precisión adecuada al realizar diferentes acciones de movimiento. el objetivo fundamental de los ejercicios encaminados al entrenamiento de la agilidad se debe realizar a través de aprendizajes motrices previos muy variados. Para lograrlo, debemos procurar alternativas a las tareas habituales del entrenamiento partiendo de sus aptitudes naturales que den como resultado una mejora en su capacidad de orientación, adaptación, percepción y toma de decisiones en el momento preciso.

Existen variaciones importantes para el entrenamiento de las habilidades básicas entre las edades de 5 a 6 años, por lo que se debe aprovechar las características morfológicas, fisiológicas, psicológicas y motoras del niño/a las cuales se describen a continuación:

- Variaciones en la posición inicial.
- Variaciones en la superficie (suelo y espacio)

¹⁸ Problemas evolutivos de coordinación motriz y percepción de competencia, Gómez García Marta 2006

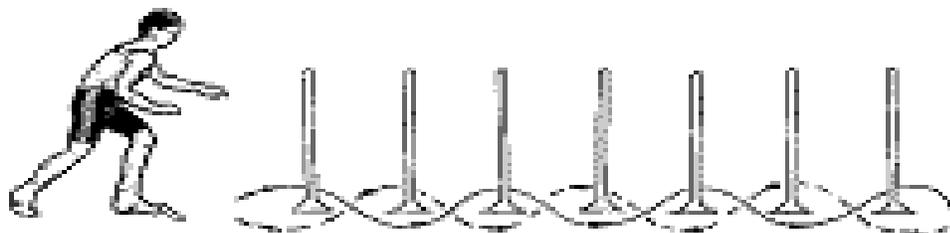
- Variaciones en la velocidad de ejecución.
- Variaciones en la secuencia del movimiento.¹⁹
- Variaciones en la realización de los gestos.

2.2.6.1 Test para Medir la Agilidad

Prueba de slalom

Objetivo: en esta prueba se pretende medir en el ejecutante la agilidad de la carrera y del movimiento.

Material: Para realizar esta prueba se necesita un terreno liso, plano y antideslizante .
7 postes y un cronometro.



Desarrollo:

Inicialmente el ejecutante se colocará en posición de salida alta tras la línea de salida. A partir de la cual existirá un recorrido de 2 m., y a continuación siete postes colocados verticalmente y alineados, con una separación entre ellos de 1m.

A la señal “ya” del controlador, el ejecutante deberá recorrer a la máxima velocidad el slalom construido, sorteando en zig-zag los siete postes.

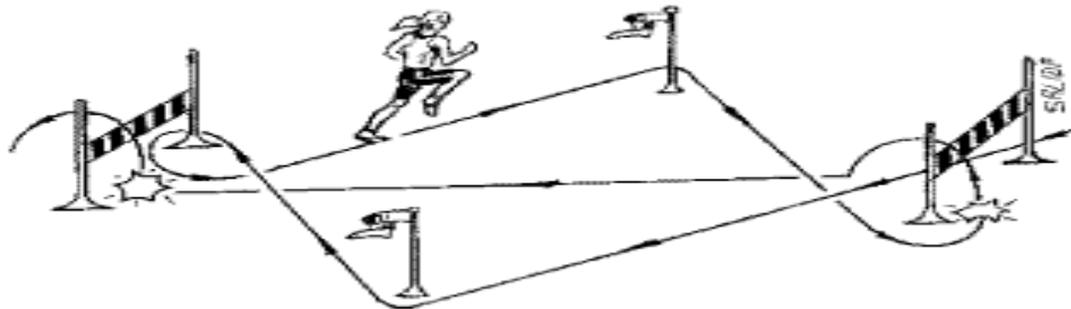
¹⁹ Fútbol: fichas para el entrenamiento de la velocidad y la agilidad 1994

Se cronometrará el tiempo empleado en realizar el recorrido de ida y vuelta, considerándose nulo cualquier ejercicio en el que se derribe un poste. Se realizara 2 intentos y se evaluara el mejor de los tiempos.²⁰

Prueba de carrera de obstáculos:

Objetivo: Medir la agilidad de movimiento del ejecutante al realizar la prueba

Materiales: 2 vallas de 0.72 de altura, 2 conos con aberturas en sus vértices para colocarles dos picas, cronometro.



Para comenzar la prueba, el ejecutante se colocará en posición de salida alta detrás de la línea de partida, que se corresponde con la primera valla. El examinando podrá elegir la posición desde la derecha o izquierda de la valla.

A la señal del controlador, el ejecutante deberá realizar el recorrido indicado en la figura siguiente, desplazándose a la máxima velocidad, y siempre hacia el punto de encuentro opuesto, e introduciéndose en una valla por debajo y en dos ocasiones sobrepasándola por encima.

Se registrará el tiempo empleado por el sujeto en acabar el recorrido, desde que se pone en marcha el cronómetro hasta que el ejecutante toca el suelo con uno o ambos pies tras sobrepasar la última valla.

²⁰ Fútbol: fichas para el entrenamiento de la velocidad y la agilidad 1994

Se considerará nulo todo intento en el que el alumno derribe uno de los palos. Se permiten dos intentos con descanso intermedio tomando como valido el mejor tiempo realizado.²¹

Prueba de carreas de tacos

(5 metros de ancho x 9 alto)

Objetivo: medir la velocidad de desplazamiento y agilidad del sujeto .

Materiales: Para realizar esta prueba se precisa un terreno plano 2 tacos de madera de 5 por 10 cm., tiza , tirro y cronometro.



Sobre la pista o terreno, se dibujan dos líneas paralelas separadas a una distancia de 9 metros. El ejecutante se colocará detrás de la primera línea de salida, en posición de salida alta y en dirección hacia la segunda línea, donde habrá en el suelo, y sobre la línea segunda, dos tacos de madera.

A la señal del controlador, el ejecutante correrá a la máxima velocidad hasta la segunda línea, donde cogerá un taco y volverá hacia la primera línea para depositarlo en el suelo tras ella, repetirá la acción con el segundo taco.

Se cronometrará el tiempo empleado en realizar, desde la señal de "ya" de salida, los recorridos de ida y vuelta hasta haber depositado los dos tacos en la línea de salida.

²¹ Fútbol: fichas para el entrenamiento de la velocidad y la agilidad 1994

Se considerará el mejor de dos intentos.

2.2.7 LA ACTIVIDAD LUDICA

Lúdica proviene del latín *ludus*, Lúdica/co dicese de lo perteneciente o relativo al juego. El juego es lúdico, pero no todo lo lúdico es juego.

La lúdica se entiende como una dimensión del desarrollo de los individuos, siendo parte constitutiva del ser humano. El concepto de lúdica es tan amplio como complejo, pues se refiere a la necesidad del ser humano, de comunicarse, de sentir, expresarse y producir en los seres humanos una serie de emociones orientadas hacia el entretenimiento, la diversión, el esparcimiento, que nos llevan a gozar, reír, gritar e inclusive llorar en una verdadera fuente generadora de emociones.

La Lúdica fomenta el desarrollo psico-social, la conformación de la personalidad, evidencia valores, puede orientarse a la adquisición de saberes, encerrando una amplia gama de actividades donde interactúan el placer, el gozo, la creatividad y el conocimiento.

"Siempre hemos relacionado a los juegos, a la lúdica y sus entornos, así como a las emociones que producen, con la etapa de la infancia y hemos puesto ciertas barreras que han estigmatizado a los juegos en una aplicación que derive en aspectos serios y profesionales, y la verdad es que ello dista mucho de la realidad, pues que el juego trasciende la etapa de la infancia y sin darnos cuenta, se expresa en el diario vivir de las actividades tan simples como el compartir en la mesa, en los aspectos culturales, en las competencias deportivas, en los juegos de video, electrónicos, en los juegos de mesa, en los juegos de azar, en los espectáculos, en forma de rituales, en las manifestaciones folklóricas de los pueblos, en las expresiones artísticas, tales como la danza, el teatro, el canto, la música, la plástica,

la pintura, en las obras escritas y en la comunicación verbal, en las conferencias, en manifestaciones del pensamiento lateral, en el compartir de los cuentos, en la enseñanza, en el material didáctico e inclusive en las terapias. Lo lúdico genera un ambiente agradable, genera emociones, genera gozo y placer."

La capacidad lúdica se desarrolla articulando las estructuras psicológicas globales tales como las cognitivas, afectivas y emocionales, abriendo candados mentales que han limitado el aprendizaje hasta hace muy poco en los diferentes niveles de edades. ¿Por qué el aprendizaje tiene que ser aburrido?

A mediados del siglo pasado, el holandés, Johan Huizinga en su obra "Homo Ludens" define el concepto de juego, como "una acción u ocupación libre, que se desarrolla dentro de límites de tiempo y espacio determinados, según reglas obligatorias, aunque libremente aceptadas, acción que tiene su fin en sí misma y va acompañada de un sentimiento de tensión y alegría, así como de la conciencia de que en la vida cotidiana, es diferente. Una de las características del juego, es ser básicamente una actividad libre. El involucrar a un individuo en un juego por mandato deja su característica de juego, es decir, el juego en sí mismo, no debe suponer ninguna obligación, ya que cada individuo debe decidir participar en este o no."

Los juegos pueden estar presentes en las diferentes etapas de los procesos de aprendizaje del ser humano, inclusive en la edad adulta y ser muy constructivos si se los aplica bajo la metodología del Aprendizaje Experiencial, conscientes de que los seres humanos nos mantenemos en un continuo proceso de aprendizaje desde que nacemos y permanentemente mientras tenemos vida.

Encontramos 5 etapas evolutivas del ser humano dentro del aprendizaje:

La *Paidagogía*, estudia la educación de niños en su etapa de preescolar de 3 hasta 6 años de edad.

La *Pedagogía* estudia la educación del niño en su etapa de Educación Básica.

La *Hebegogía* estudia la educación del adolescente en su etapa de Educación Media y Diversificada.

La *Androgogía* estudia la educación de las personas adultas hasta la madurez.

La *Gerontogogía* estudia la educación de adultos en su tercera edad.

La lúdica está presente en la atmósfera que envuelve el ambiente del aprendizaje que se genera específicamente entre maestros y alumnos, entre docentes y discentes, entre facilitadores y participantes, de esta manera es que en estos espacios se presentan diversas situaciones de manera espontánea, las cuales generan gran satisfacción, contrario a un viejo adagio "*la letra con sangre entra*"²²

La actividad lúdica favorece, en la infancia, la autoconfianza, la autonomía y la formación de la personalidad, convirtiéndose así en una de las actividades recreativas y educativas primordiales. En todas las culturales se ha desarrollado esta actividad de forma natural y espontánea, pero para su estimulación precisa de educadores y educadoras especializados que la dinamicen, de espacios, de tiempos idóneos para poder compartirla con compañeros y compañeras, de juguetes que la diversifiquen y enriquezcan, de ambientes y climas lúdicos que faciliten su espontaneidad y creatividad. Surgen así las Ludotecas como institución que optimiza las posibilidades descritas y como singular espacio destinado al juego, necesario en nuestra sociedad actual.

Las Ludotecas también nacen porque los niños de hoy tienen dificultades para jugar con libertad. Se trata de obstáculos relacionados con la insuficiencia de espacio: viviendas reducidas, la calle no contempla lugares para el juego, los parques son lugares poco equipados e inseguros... A esta realidad habría que añadir la merma de posibilidades para encontrarse con compañeros, la dificultad para recibir visitas de amigos y jugar juntos en el propio hogar, las escasas relaciones con los vecinos de

²² Actividades lúdicas. El juego. Una alternativa para el ocio. Editorial popular S.A 1995

portal, la falta de tiempo libre durante el periodo escolar o, simplemente, que muchos niños ni siquiera tienen hermanos con quienes compartir su juego.

Aunque el deseo de jugar es espontáneo en el niño, las Ludotecas canalizan sus esfuerzos para potenciar el desarrollo de la personalidad infantil por medio de actividades lúdicas, convirtiendo así una actividad placentera para el niño en un instrumento de aprendizaje importantísimo. No son simplemente lugares donde el niño pasa parte de su tiempo, sino una herramienta muy valiosa para su educación y desarrollo.

Así, las Ludotecas, tratan de:

- Rescatar el juego tradicional y contrarrestar los efectos negativos de la cultura de la imagen impuesta, con alternativas donde se formen imágenes autogeneradas desde el juego creativo y simbólico.

- Ser un espacio para el uso del juego libre y como método de aprendizaje y desarrollo de competencias, habilidades y conductas deseadas.

- Ser una alternativa que, yendo más allá del espacio, se convierta en una filosofía y una institución que promueve el desarrollo de niños críticos y creativos.

- Estructurar Ludotecas con esas características equivale a hablar de la Ludoteca como proyecto, lo cual supone comprometerse en su generación siguiendo un plan cuya formulación debería surgir de un proceso genuino de construcción colectiva, que ideal y factiblemente debe seguir criterios como:

- Que la comunidad y particularmente los niños y las niñas en interacción con el ludotecario y las instituciones realicen el diagnóstico de base.- Organizar grupos de trabajo desde el inicio con la participación de los niños.

- Dejar claras las reglas de funcionamiento, acordarlas y concertarlas, particularmente el manejo de las estructuras de poder y la toma de decisiones.

- Generar una dinámica de gestión del conocimiento que posibilite a la comunidad organizar sus saberes, ampliarlos con el conocimiento formal y traducirlos en herramientas y técnicas, y que principalmente alimenten los procesos de reflexión, la toma de conciencia y la capacidad de decisión que cualifique toda la acción.

Todo el proceso de construcción de la Ludoteca ha de estar mediado en esencia por un enfoque pedagógico basado en la comunidad y en la construcción de espacios democráticos, desde el diagnóstico de base, la organización de grupos, las reglas de funcionamiento o la toma de decisiones. Estos criterios nos permitirán involucrar a los niños y a los padres, lo que nos permitirá trascender la tradición, que ha estado muy marcada por la decisión del adulto de ofertar espacios para los niños, pero sin la intervención de éstos en su diseño, ni en la elección de juguetes o actividades.

La escuela como institución ha sido estudiada desde diversas perspectivas. Una de ellas es la perspectiva social. En ese sentido, tiene encomendada una serie de tareas orientadas al plano personal y social del niño y la niña, tales como contribuir a su desarrollo personal, físico, intelectual, afectivo y relacional. Intentando integrar a la persona en la comunidad como un miembro activo y participativo.

Así pues, la educación tiene que ver con el proceso de estructuración de la personalidad del niño y la niña, en tanto éstos son seres flexibles, maleables, cambiables y con capacidad de auto transformación. Es precisamente, a partir de la interrelación con las personas como se actualizan los modos de ver y hacer, potenciando la capacidad de expresión, la individualidad y las vivencias significativas, que les permite una acción responsable consigo mismo, con las otras personas y con el mundo.

Desde esta perspectiva la educación inicial posibilita un espacio idóneo por medio del cual, el niño y la niña exteriorizan su riqueza espiritual, física, social y afectiva. Construyendo en forma dinámica creadora y recreativa de su personalidad. En este

sentido el docente tiene la responsabilidad de enriquecer su práctica pedagógica en estrategias innovadoras y creativas. De allí la importancia de propiciar la libre expresión de los niños y niñas a través de juegos, dramatizaciones, cantos, poesías y especialmente de actividades lúdicas.

En ese orden de ideas se ha desarrollado la presente investigación cuyo propósito es el estudio de las actividades lúdicas como estrategias para la educación inicial.

Educación inicial, con sentido humanista y social, orientada a la formación de una cultura ciudadana, dentro de las pautas de diversidad y participación, que facilite el desarrollo pleno sus potencialidades, para que puedan encarar con éxito la escolarización de la Educación Básica²³.

En tal sentido, concibe a la niña y al niño, como individuo de derecho, desde una perspectiva de género, seres sociales, integrantes de una familia y de una comunidad, que poseen características personales, sociales, culturales y lingüísticas particulares y que aprenden en un proceso constructivo y relacional con su ambiente, la atención integral del niño y niña en ese nivel educativo, se refiere al cuidado, educación, protección de sus derechos, higiene, recreación, alimentación y salud infantil; bajo la corresponsabilidad de la familia, el Estado y la sociedad.

Bajo este enfoque, los niños y las niñas en desarrollo, constituyen un sistema abierto que está constantemente expuesto a las influencias de las situaciones que ocurran en su realidad social, no sólo en su entorno inmediato (núcleo familiar), sino también las que ocurren en otros contextos que puedan o no estar en relación directa con ellos.

²³ Actividades lúdicas. El juego. Una alternativa para el ocio. Editorial popular S.A 1995

Las actividades planificadas, deben propiciar la necesidad de la integración de familia, comunidad y escuela teniendo como fin la transmisión de valores, la formación de una conciencia acerca del respeto, cuidado de la vida y el medio ambiente.

La actividad física como parte de esas actividades del infante debe ser aceptada, potenciada y valorada como una necesidad intrínseca fundamental para su desarrollo. Wallon citado en las bases curriculares de educación inicial en el Ministerio de Educación (2005), destacó la importancia que tienen las acciones motoras en el desarrollo evolutivo del niño y la niña, estableciendo que el ser humano es una “unidad funcional”, donde hay una estrecha relación entre las funciones motrices y las funciones psíquicas, lo que se denomina psicomotricidad.

En esta línea, la psicomotricidad se presenta como un factor predominante para el aprendizaje social y la adaptación al entorno, por consiguiente, el niño y la niña deben moverse para aprender y deben aprender para moverse a causa de lo que reciben del ambiente, tanto externa como internamente que caracterizan su propia naturaleza (Di Sante, 1996).

Una de las primeras relaciones entre cuerpo y aprendizaje, lo constituye el encuentro tónico-emocional entre el bebé y su mamá. Cuando el niño o niña entra a una institución educativa, la relación cuerpo y aprendizaje se da a través de la mediación corporal que desarrolla el docente, en el momento que reconoce su cuerpo y el cuerpo del niño como espacio afectivo de aprendizaje. La mediación corporal se define como un conjunto de actitudes, técnicas y estrategias corporales que se ponen al servicio del niño y la niña, para favorecer la comunicación afectiva, el aprendizaje significativo y la salud, se produce en el proceso educativo. Se dinamiza a través del tono emocional adecuado, en gestos, posturas, movimientos, toque, miradas, suspensión, la manera de cargar, el uso de la voz, el desplazamiento y la rítmica, para ofrecer al niño y la niña contención y autonomía progresiva de acuerdo a su nivel de desarrollo.

El perfil del niño y la niña que egresa de Educación Inicial, específicamente del nivel preescolar es en atención a cuatro aprendizajes fundamentales: aprender a conocer, aprender a hacer, aprender a convivir y aprender a ser, señalados en el Informe a la UNESCO de la Comisión Internacional sobre la Educación para el Siglo XXI (1996). Asumiendo el “aprender a ser” como síntesis de los anteriores aprendizajes.

Estos aprendizajes son concebidos de una manera global e integral, debido a que el conocimiento infantil se produce en un proceso que implica componentes cognitivos, interactiva, afectiva y emocional, así como su aplicación y comunicación en el contexto social y cultural, por lo que no puede concebirse desarticulado.

En consecuencia, la planificación y la evaluación educativa concebidas con características de integralidad y continuidad, al igual que los procesos de enseñanza y las estrategias didácticas, deben ser coherentes con los aprendizajes que se esperan al egresar del preescolar. Éstos, considerando las pautas del desarrollo del niño o la niña en esta edad, se señalan a continuación.

Aprender a Conocer

- Aprende a reconocerse a sí mismo(a) como parte diferente y, a su vez, integrante de su entorno inmediato.
- Aprende y valora las diferencias y similitudes de género.
- Aprende a reconocer los miembros de la familia, la comunidad y la Escuela²⁴.
- Adquiere conocimientos a través de la interpretación de códigos lingüísticos, matemáticos, científicos y sociales.
- Es capaz de comunicarse, expresar curiosidad intelectual, sentido crítico y autonomía de juicio.

²⁴ Actividades lúdicas. El juego. Una alternativa para el ocio. Editorial popular S.A 1995

- Utiliza el lenguaje oral en diferentes situaciones y contextos: conversando, cantando, recitando, narrando cuentos o anécdotas.
- Se inicia en la identificación de palabras escritas; así como en la escritura de palabras y números en textos simples en un contexto significativo.
- Comprende acciones y situaciones de textos simples, como cuentos, poemas, adivinanzas, rimas, entre otros.
- Interpreta el ambiente estableciendo relaciones de causa-efecto, de espacio y tiempo, la cuantificación y elementos tecnológicos relacionados con su edad y nivel de desarrollo.

Aprender a Hacer

- Se expresa creativamente a través de actividades artísticas: la pintura, el dibujo, el modelado, la música, la expresión corporal, representaciones de personajes y situaciones.
- Es capaz de realizar actividades y juegos que requieren de grandes movimientos y de destrezas motoras finas con orientación hacia acciones pertinentes.
- Utiliza los objetos, juguetes, instrumentos y materiales disponibles como un medio para su aprendizaje y modificar su entorno.
- Realiza juegos y actividades de aprendizaje con diversos materiales con la ayuda del adulto, otros niños o niñas y por iniciativa propia.
- Aplica procesos de pensamiento, experiencias y conocimientos en las diversas situaciones y problemas de su vida diaria.
- Práctica hábitos relacionados con el trabajo: planifica lo que va hacer, desarrolla la actividad planificada y comenta lo que hizo.

- Practica hábitos de alimentación, higiene, descanso, aseo personal, prevención y protección de la salud y seguridad personal.
- Participa con otras personas en actividades y creaciones colectivas en diferentes entornos: la escuela, la familia y la comunidad.

Aprender a Convivir

- Se identifica como persona y se inicia en la toma de conciencia como ser social en una familia y una comunidad, de sus normas, hábitos, valores y costumbres.
- Establece relaciones sociales a través del juego, las conversaciones y otras situaciones de la vida diaria, con otros niños y demás miembros de la familia, comunidad y escuela.
- Demuestra interés por las otras personas y practica la solidaridad y la cooperación mutua.
- Establece relaciones afectuosas, de confianza, de respeto y pertenencia en su familia y su comunidad.
- Participa del trabajo en grupo y mantiene relaciones interpersonales abiertas y positivas.
- Se muestra como un ser original y creativo, capaz de demostrar curiosidad y espontaneidad en sus acciones, tiene iniciativa y toma decisiones acordes a su edad.
- Se reconoce como un yo dinámico que valora y disfruta de las actividades físicas, lingüísticas, musicales, sociales, estéticas.
- Desarrolla una conciencia ecológica de amor por la naturaleza, por las personas y por su entorno particular.

- Manifiesta sentimientos positivos hacia las personas del otro sexo, de respeto y solidaridad.
- Comienza a conocer sus emociones, manejarlas y reconocer las de las demás personas.

Por su parte, Lanz (1998), explica que de acuerdo a lo establecido en los diferentes aspectos deontológicos, que rigen la Educación en Venezuela, el ciudadano que debe formarse se caracteriza por lo siguiente:

El desarrollo de las potencialidades del hombre, fundada en su formación humanística integral, dirigida hacia el desarrollo de la capacidad analítica (soberanía cognitiva o pensar con cabeza propia en términos más coloquiales) hacia una cualificación laboral politécnica que supere la estrecha parcelación del saber y el hacer, con habilidades y destrezas innovadoras, con actitudes y valores solidarios y cooperativos. (p.11)

Por lo expuesto anteriormente se puede inferir que el perfil del niño y niña que egresa de la Educación Inicial, metafóricamente se concibe, como la semilla plantada que germinará en los niveles educativos subsiguientes.

Estrategia pedagógica

La formación permanente de los docentes de Educación Inicial es un proceso que demanda el dominio de los contenidos y procedimientos para enseñar, es por ello que hay que valerse de estrategias que permitan alcanzar el interés del niño y la niña en los contenidos a desarrollar. Para ello cabe preguntarse, ¿qué son las estrategias? Y según Huerta (2000), las estrategias:

Son aquellas que permiten conectar una etapa con la otra en un proceso; es la unión entre el concepto y el objeto, donde el concepto representa el conocimiento y conjunto de ideas que el sujeto tiene del objeto y el objeto es la configuración física de la materia viva o animada, donde la materia viva esta representada por el hombre. (p.78)

Así mismo, Chacón (2000) la define como un conjunto de proceso y secuencias que sirven para apoyar el desarrollo de tareas intelectuales y manuales se derivan de los contenidos, para lograr un propósito. Visto así, para estos autores las estrategias deben dirigirse a los alumnos tomando en cuenta los contenidos que sean necesarios para su interés y a su vez contar con una motivación entre el profesor y los estudiantes. Cooper (2001) refiere que las estrategias son planes para dirigir el ambiente del aprendizaje de tal manera que se proporcionen las oportunidades para lograrlo, así como los objetivos. Su éxito depende de los métodos empleados, del uso de la motivación, así como de las secuencia, pauta y formación de equipo que se sigan. Para el autor es importante la metodología que se emplean dentro de sus estrategias afirma, al igual que Chacón y Huerta, la necesidad que tiene la motivación dentro del desarrollo de las estrategias²⁵.

Las estrategias pedagógicas deben estar dirigidas, específicamente a la organización mental y a los esquemas intelectuales de los estudiantes. Por tal razón, Carretero (1995), enfatiza que: (a) el estudiante debe ser animado a conducir su propio aprendizaje (b) la experiencia adquirida por este debe facilitar el aprendizaje; (c) las prácticas del aprendizaje deben ocuparse más de los procedimientos y competencia que de los conocimientos estrictos.

Es decir las estrategias deben planificarse tomando en cuenta los esquemas intelectuales de los estudiantes apuntando a la motivación del estudiante por aprender y que este ser participativo en su proceso, que los conocimientos previos sirva de enlace para ayudar al que el aprendizaje sea flemudo.

²⁵ Actividades lúdicas. El juego. Una alternativa para el ocio. Editorial popular S.A 1995

Y por consiguientes las actividades deber estar dirigidas alcanzar las competencias. Al respecto Castenela (1999) señalan que un procedimiento adquiere y emplea de forma intelectual intencional para aprender significativamente a solucionar problemas y atender demandas académica.

En cuanto al método, Muñoz y Noriega (1996). Lo define como “El camino, manera o modo más adecuado para alcanzar una meta” (p. 34). La metodología, según estos autores posee un valor etimológico, en cuanto al tratado de método y al sistema propio de una ciencia particular. Para Zaragoza citado por Muñoz y Noriega, (1996), las actitudes metodológicas se clasifican por el grado de interacción del profesor sobre el alumno. El método a su vez puede ser didáctico, dialéctico y heurística. Por el grado de influencia del profesor sobre el alumno el método es impositivo, propositivo y expositivo, y por el grado de valoración del profesor sobre la enseñanza misma el método se caracteriza como dogmático, es séptico y crítico.

La caracterización metodológica depende de la aptitud del profesor, manifiesta con respecto a la condición del estudiante en el logro de las metas, esta aptitud pocas veces es considerada fundamental a la hora de enfocar los procesos de enseñanza y aprendizaje.

A hora bien las estrategias y actividades se derivan del análisis, de los métodos y por el tipo de contenido sobre el cual se ejerzan. Cada uno de los métodos genera, por lo común, uno o más procedimientos coherentes con el método de referencia. Las estrategias instruccionales en el área de educación física deben ser concretas y entre sus puntos de referencia deben considerarse los siguientes aspectos: Equilibrar el manejo de los conceptos, procedimientos y aptitudes, introducir la globalización y la interdisciplinariedad y orientar el aprendizaje sobre el ente corporal, pero no atendiendo al movimiento de ese cuerpo o su desarrollo biológico solamente, si no centrar su finalidad en el humano total como ser viviente integral.

La selección de estas estrategias considera las técnicas mixtas, es decir, individuales y colectivas. En tal sentido, las técnicas individuales favorecen el auto aprendizaje, la auto responsabilidad y la autorrealización en los estudiantes. El empleo de técnicas grupales según Muñoz y Noriega, propician la interrelación entre el profesor y el estudiante y de estos últimos entre si, en atención al logro de las competencias, obtención de información, construcción de conocimientos, cambios de actitudes, la experiencia previa, atención individualizada, entre otros aspectos relevantes.

Se tiene entonces, que es de gran importancia asumir que cada docente imprima su huella personal y profesional en el momento de conducir la enseñanza, al igual que los estudiantes tienen una forma propia de alcanzar su aprendizaje por lo tanto, en la escogencia de las técnicas se debe tener presente las características de los estudiantes y del profesor la matriz de ideas significativas del programa y la referencia temporo-espacial del proceso.

Actividades lúdicas

Asumir el juego desde el punto de vista didáctico, implica que este sea utilizado en muchos casos para manipular y controlar a los niños, dentro de ambientes escolares en los cuales se aprende jugando; violando de esta forma la esencia y las características del juego como experiencia cultural y como experiencia ligada a la vida. Bajo este punto de vista el juego en el espacio libre-cotidiano es muy diferente al juego dentro de un espacio normado e institucionalizado como es la escuela.

La lúdica es una dimensión del desarrollo humano que fomenta el desarrollo psicosocial, la adquisición de saberes, la conformación de la personalidad, es decir encierra una gama de actividades donde se cruza el placer, el goce, la actividad creativa y el conocimiento. Según Jiménez (2002):

La lúdica es más bien una condición, una predisposición del ser frente a la vida, frente a la cotidianidad. Es una forma de estar en la vida y de relacionarse con ella en esos espacios cotidianos en que se produce disfrute, goce, acompañado de la distensión que producen actividades simbólicas e imaginarias con el juego. La chanza, el sentido del humor, el arte y otra serie de actividades (sexo, baile, amor, afecto), que se produce cuando interactuamos con otros, sin más recompensa que la gratitud que producen dichos eventos²⁶.

La lúdica es una manera de vivir la cotidianidad, es decir sentir placer y valorar lo que acontece percibiéndolo como acto de satisfacción física, espiritual o mental. La actividad lúdica propicia el desarrollo de las aptitudes, las relaciones y el sentido del humor en las personas.

Para Motta (2004) la lúdica es un procedimiento pedagógico en si mismo. La metodología lúdica existe antes de saber que el profesor la va a propiciar. La metodología lúdica genera espacios y tiempos lúdicos, provoca interacciones y situaciones lúdicas. (p. 23) La lúdica se caracteriza por ser un medio que resulta en la satisfacción personal a través del compartir con la otredad.

En opinión de Waichman (2000) es imprescindible la modernización del sistema educativo para considerar al estudiante como un ser integral, participativo, de manera tal que lo lúdico deje de ser exclusivo del tiempo de ocio y se incorpore al tiempo efectivo de y para el trabajo escolar.

Para Torres (2004) lo lúdico no se limita a la edad, tanto en su sentido recreativo como pedagógico. Lo importante es adaptarlo a las necesidades, intereses y propósitos del nivel educativo. En ese sentido el docente de educación inicial debe desarrollar la actividad lúdica como estrategias pedagógicas respondiendo satisfactoriamente a la formación integral del niño y la niña.

²⁶ Actividades lúdicas. El juego. Una alternativa para el ocio. Editorial popular S.A 1995

2.2.8 TEORIA DEL MOVIMIENTO

2.2.8.1 Movimiento Corporal: Estructura Básica

Una estructura esta indicando una interrelación de partes que se sostienen Mutuamente, de manera que un componente faltante rompería la misma, con lo cual el objeto así conformado dejaría de ser tal.- Un movimiento es una estructura cuyos componentes, como todas las estructuras ya dilucidadas, conforman un sistema funcional donde tiempo y espacio son algunos de sus elementos.

MOVIMIENTO GLOBAL Y SEGMENTARIO – COMPONENTE ESPACIAL

En el cuerpo humano, los estudiosos han considerado a la cadera como el punto donde se halla representado el Centro de Gravedad. Es por ello que en el movimiento global, la trayectoria de la cadera describe el desplazamiento del cuerpo en el espacio.- En las trayectorias rectilíneas (adelante, atrás, laterales, arriba, abajo), en las parabólicas (suma de anteroposteriores y laterales con verticales) está a la altura del ombligo y alcanza para concentrar el punto que dibujará las trayectorias.-

En las trayectorias rotatorias sobre la base de sustentación se toman los puntos equidistantes a tal centro. En el movimiento segmentario, la cadera es el referente que se tomará para Describir el desplazamiento de los segmentos. Tomándose a la cadera como centro, se llamará “proximal” a todo segmento que a ella se acerque y “distal” a los que de ella se alejen.

Así los movimientos segmentarios en cuanto no involucren en su desplazamiento la acción de la cadera.- Sin embargo hay movimientos segmentarios realizados solo por la cadera, son trabajos específicos que llaman a la excepción, lo que nos lleva a ajustar el concepto de movimiento segmentario a aquel movimiento que es producido por

desplazamientos parciales del cuerpo sin que por su efecto se desplace la totalidad del mismo.-

La dirección y sentido de los movimientos son definitorios en las habilidades motrices.

COMPONENTE TEMPORAL

Tanto el movimiento global como el segmentario se desenvuelven como dijimos en el espacio, implican desplazamiento total o parcial del cuerpo. Pero ello se resuelve en determinadas duraciones, entre el comienzo y el fin de un movimiento hay un²⁷ devenir temporal.-

Tomando un movimiento cualquiera y controlando sus diferentes duraciones según las variantes que se nos ocurran, veremos que podemos realizarlo en un tiempo lento, rápido, progresivamente acelerado, desacelerado, etc.-

Cuando el movimiento se trabaja para lograr con él, no un análisis de las Variantes temporales, sino un objetivo prefijado, aparece el tiempo como un Componente fundamental; la precisión en algunos casos, la premura ante el adversario En otros, la expresividad, aparecen como determinantes para que en cada situación el tiempo deba ser estudiado minuciosamente.-

ALTERNANCIA DEL TONO MUSCULAR

Para que un desplazamiento se realice existe siempre el acercamiento de dos segmentos corporales, como mínimo. Para que se acerquen debe existir una contracción muscular que los movilice y cuando hay contracción hay tensión o aumento del tono muscular, estos músculos llamados protagonistas de la acción, cumplen su función a expensas de sus opuestos: los antagonistas que al relajarse permiten por estiramiento que los primeros acerquen sus puntos de inserción.-

²⁷García, Antonio. Clasificación de los ejercicios. Apunte para las materias, teorías del movimiento y educación infantil 1980.

Por lo tanto en todo acto motor hay tensión y relajación que en lo que se llama sinergia muscular actúan oportunamente en función de la idea motriz programada.-

FASES

Un movimiento se realiza según una sucesión de partes llamadas fases. Ello esta indicando un encadenamiento cinemática (de movimiento) donde una acción esta eslabonada con la consecutiva y cada una de ellas tiene un sentido direccional propio pero relacionados entre sí.

ESTRUCTURA TRIFÁSICA

Un movimiento acíclico es aquel que comienza y termina sin repetirse, por ejemplo, un salto²⁸. En este caso las fases son tres:

- a) Fase Preparatoria, inicial o de recobro.
- b) Fase Principal o Base Técnica.
- c) Fase Final o Terminal.-

La Fase Preparatoria es aquella parte del movimiento que realiza la acción necesaria para que la que continúe se cumpla eficazmente.

Se caracteriza por tener un sentido direccional opuesto al sentido de la acción central, por ejemplo: en un salto vertical el cuerpo se prepara descendiendo el centro de gravedad y llevando los brazos hacia atrás y abajo antes de subir.- Esta acción facilita la realización de la Base Técnica (el salto en sí) porque: el recorrido del ascenso con lo que hay mayor aprovechamiento de la velocidad que tendrá mas distancia para lograr su aceleración óptima, igualmente importante es conocer que en el final del recobro (F. Prep.) ya comienza a actuar la inervación central y refleja que será utilizada en la Fase

²⁸García, Antonio. Clasificación de los ejercicios. Apunte para las materias, teorías del movimiento y educación infantil 1980.

Principal, aprovechándose mejor esa pretensión y energías acumuladas en ese cambio del sentido direccional.-

La Fase Principal es la Base Técnica, o sea la acción que define al movimiento como la tarea propuesta.-

La Fase Final es la recuperación; del estado inicial y sus funciones son de amortiguación si el movimiento no continúa con otro, es entonces “pasiva terminal”:

◆ De reequilibración si el movimiento tiene estipulada una forma de terminar: es “activa frenante”²⁹

◆ De enlace si se debe unir a otro movimiento, es “activa preparatoria” .-

Es importante considerar aquí que cada fase determina la acción de la sucesiva, una pobre preparación no proporcionará las condiciones óptimas para la Base Técnica y una Base Técnica desequilibrada entorpecerá a su vez la Fase Final. En los movimientos mas complejos se produce una subdivisión de las fases lo que dificulta también el análisis de las ya nombradas con claridad. Un ejemplo es el salto de caballete, donde la Fase Preparatoria consta de una carrera, un prepique y un pique y así con las demás.

MOVIMIENTOS ACICLICOS: Como dijimos, una estructura trifásica pertenece a los movimientos aciclicos, aquellos con una Base Técnica que no se repite; pero estos se pueden unir o suceder con otros, a esta sucesión se le llama Combinación de Movimientos.-

²⁹García, Antonio. Clasificación de los ejercicios. Apunte para las materias, teorías del movimiento y educación infantil 1980.

Una combinación de movimientos puede ser: sucesiva o simultánea, según un movimiento se combine con otro a continuación o según un movimiento de locomoción se combine simultáneamente con movimientos segmentarios.-

MOVIMIENTOS CÍCLICOS: ESTRUCTURA BIFÁSICA: En los movimientos locomotivos (caminar o correr) y en cualquier otro movimiento que se realice varias veces consecutivamente, se produce una repetición de fases principales de manera sucesiva y sin detención entre unos y otros³⁰.-

En este caso se habla de movimientos cíclicos. La repetición del mismo ciclo estructural hace que aparezca una modificación de fases diferenciándose en ellos solamente dos fases (se conserva la fase principal y junto a ella esta la fase intermedia, siendo esta última una fusión de funciones de las dos fases conocidas, la Preparatoria y la Final).

Siguiendo con el ejemplo del salto vertical con pies juntos observamos en su repetición que el descenso del cuerpo (Fase Final) es aprovechado para el ascenso, por lo que la Fase Preparatoria es entonces parte de la Fase Final.-

Este ejemplo pertenece e a los Movimientos Cíclicos Simultáneos y Simétricos, donde ambos lados del cuerpo realizan los mismos gestos en el mismo momento.- Otro grupo o variante son los Movimientos Cíclicos Alternados, donde al gesto de un lado del cuerpo le sucede otro igual pero del lado opuesto, son movimientos mas económicos que exigen menos energía para su repetición y tienen siempre una fase de propulsión o empuje en acción, con la participación correspondiente del tronco, o sea que siempre se está realizando en uno de los dos lados la Fase Principal. Ejemplos:

el correr, el ciclismo, las brazadas del estilo crol, etc.-

³⁰Dallo, Alberto –Lopez, Mario. El movimiento como agente instrumental y operativo Ed. Glauco. Buenos aires 1972.

El tercer grupo es el de los Movimientos Cíclicos Asincrónicos, donde los brazos realizan su acción con una estructura diferente a la de las piernas buscando también una propulsión constante. Ejemplo: estilo crol completo, pecho, delfín en natación.-

Estas estructuras existen objetivamente e independientemente de las sensaciones del sujeto en movimiento. Pero también hay una estructura subjetiva del movimiento, el sujeto se mueve generalmente con mayor idea de las primeras fases y le resta importancia a la fase final. Las sensaciones kinestésicas le permiten una cierta percepción de la dinámica muscular.

Una mayor atención y comparación entre la programación objetiva y la vivencia subjetiva de la estructura realizada, facilitará el acercamiento entre lo propuesto y lo logrado a través de los ajustes permanentes entre lo ordenado y lo ejecutado a fin de alcanzar la coordinación necesaria para el objetivomotor.

2.3 DEFINICION DE TERMINOS BASICOS

Educación física: es una disciplina que se ocupa de la enseñanza y del aprendizaje de los diferentes campos de la actividad física. Su propósito es el desarrollo del cuerpo humano a través de diferentes ejercicios controlados y disciplinas deportivas.

Coordinación: es la capacidad de regular de forma precisa la intervención del propio cuerpo en la ejecución de la acción justa y necesaria según la idea prefijada.³¹

Habilidades motoras: Las habilidades motoras básicas son las actividades motoras, las habilidades generales, que asientan las bases de actividades motoras más avanzadas y específicas, como son las deportivas. Correr, saltar, lanzar, coger, dar patadas a un balón, escalar, saltar a la cuerda y correr a gran velocidad son ejemplos típicos de las consideradas actividades motoras generales.

³¹Rodríguez Ciro Alonso: guía metodológica de educación física 2004

Habilidades motoras específicas: son habilidades básicas o combinaciones de ellas que, una vez superada la etapa o fase de ejecución general se van especificando. Van tomando un cariz diferente.

Motricidad gruesa: está referida a los grandes grupos musculares.

Motricidad fina: son en las que intervienen con mayor compromiso los pequeños grupos musculares ubicados en las extremidades.

Agilidad: es la capacidad que tiene un individuo para solucionar con velocidad las tareas motrices planteadas, cambiando rápida y afectivamente la dirección de un movimiento ejecutado a velocidad.

Juegos lúdicos: El juego, como método de enseñanza, es muy antiguo, ya que en la Comunidad Primitiva era utilizado de manera empírica en el desarrollo de habilidades en los niños y jóvenes que aprendían de los mayores la forma de cazar, pescar, cultivar, y otras actividades que se transmitían de generación en generación. De esta forma los niños lograban asimilar de una manera más fácil los procedimientos de las actividades de la vida cotidiana.

Entrenamiento: se refiere a la adquisición de conocimiento, habilidades, y capacidades como resultado de la enseñanza de habilidades vocacionales o prácticas y conocimiento relacionado con aptitudes que encierran cierta utilidad.

Capacidad de orientación espacio temporal: Esta capacidad permite modificar la posición del cuerpo en el espacio y en el tiempo en relación a un punto de referencia o en relación a un objeto.

Ejercicio Anaeróbico: comprende actividades breves basadas en la fuerza, tales como los sprint o el levantamiento de pesos, mientras que el ejercicio aeróbico está centrado en las actividades de resistencia, como la maratón o el ciclismo de fondo.

Actividades físicas básicas: movimientos q ponen en funcionamiento el cuerpo con temas cotidianos.

Agilidad: capacidad de controlar y mover rápidamente el cuerpo en el espacio

Actina-miosina: responsables del acortamiento y alargamiento del músculo.

Balaceo: son los movimientos pendulares de piernas o brazos.

Biotipo: tipo biológico caracterizado por la constancia de caracteres físicos y psíquicos q permite individualizar un grupo.

Biotipología: ciencia q estudia las correlaciones q se pueden establecer en la forma corporal, fisiologisma y comportamiento.

Carácter instructivo: se ofrecen con la intención de informar al alumno sobre lo q debe hacer y en q condiciones.

Carácter finalista: se programan y practican para conseguir su objetivo.

Carácter obligatorio: aunque cualquier sujeto puede autoimponer una tarea, por lo general, son diseñadas y propuestas por un experto para q el deportista lo practique integrado en su plan de trabajo.

Carácter organizado: suponer una correcta actuación lugar espacio-temporal determinado y con una disposición material precisa y previamente pensada.

Cinética: Rama de la mecánica q estudia las fuerzas q producen movimiento.³²

Cinemática: ciencia q estudia el movimiento de los cuerpos.

Contenido: acontecimiento humano en la personalidad total o de la conducta moral.

Cualidades: propiedades, condiciones o caracteres naturales o adquiridos q caracteriza el modo de ser de una persona o q distingue de los demás.

³²Rodríguez Ciro Alonso: guía metodológica de educación física 2004

Calentamiento: entrada en calor. Activar o poner en funcionamiento el cuerpo para una actividad posterior.

Cadencia: conjunto de movimientos q se suceden y repiten de modo regular. Cualidades físicas básicas: factores q de forma casi pura o individual forman fisiológica/parte del ejercicio.

Contracción isotónica: el músculo se acorta. Hay movimiento.

Contracción isométrica: el músculo genera fuerza, pero no puede acortarse.

Contracción auxotónica: combinación de contracción isotónica y contracción isométrica.

Coordinación: relación neuromuscular necesaria para solucionar tareas de la forma más económica y fluida posible.

Coordinación dinámica general: movimientos globales, implican varias regiones corporales.

Coordinación segmentaria: control visual con movimiento de algunos segmentos corporales.

Coordinación disociada: se mueven grupos musculares, independientes unos de otros de forma simultánea, no tienen el mismo objetivo dentro de una determinada conducta.

Coordinación intermuscular: entre agonistas, antagonista, sinergistas, fijadores.

Coordinación intramuscular: capacidad de un músculo para contraerse eficiente.

Destreza motriz: capacidad del individuo de ser eficiente en una habilidad

Determinada, adquirida o innata en el propio individuo.

Enlaces: movimientos muy variados q sirven para pasar de una posición final a una inicial del siguiente movimiento.

Educación física de Base: asignatura q favorece la educación mediante el movimiento.

Educación física: asignatura q facilita q los alumnos desarrollen sus cualidades físicas básicas.

Elasticidad: propiedad de cuerpos para deformarse a consecuencia de una fuerza

Ejercicio: movimiento fabricado para conseguir uno o varios objetivos.

Ejercicios naturales: ejercicios realizados sin planificar³³

³³Rodríguez Ciro Alonso: guía metodológica de educación física 2004

CAPITULO III METODOLOGIA DE LA INVESTIGACION

3.1. TIPO DE INVESTIGACION

La naturaleza de esta investigación es descriptiva, porque lo que se busca es medir una serie de características que a medida el programa de juegos de coordinación mejora la capacidad de agilidad. La calidad de descriptiva se le confiere ya que busca especificar las propiedades importantes del grupo ya constituido para su análisis los cuales pertenecen al primer ciclo de un colegio privado.

3.2. POBLACION

Está constituido por estudiantes del primer ciclo colegio “Berea” del municipio de Mejicanos del turno matutino, entre ellos 40 pertenecen al primer grado de los cuales 25 son niños y 15 son niñas, 30 al segundo, de los cuales 18 son niños y 12 son niñas y 30 al tercero, de los cuales 17 son niños y 13 son niñas haciendo un total de 60 niños y 40 niñas que oscilan entre las edades de 7 y 9 años, la cantidad de alumnos de colegio “Berea” .siendo un total de 100 la población.

3.3 MUESTRA

El tipo de muestra que se utilizo es la aleatorio simple ya que las características de la población así lo requiere, debido a ese factor después de aplicar el respectivo

procedimiento muestral, dicha muestra fue de 30 estudiantes de edades entre 7 a 9 años donde se vean representados la cantidad de niños y niñas del primer ciclo del colegio “Berea” .**Muestreo aleatorio simple:** Es aquel en que cada elemento de la población tiene la misma probabilidad de ser seleccionado para integrar la muestra.

Una muestra simple aleatoria es aquella en que sus elementos son seleccionados mediante el muestreo aleatorio simple.

En la práctica no nos interesa el individuo o elemento de la población seleccionado en general, sino solo una característica que mediremos u observaremos en él y cuyo valor será el valor de una variable aleatoria que en cada individuo o elemento de la población puede tomar un valor que será un elemento de cierto conjunto de valores. De modo que una muestra simple aleatoria x_1, x_2, \dots, x_n se puede interpretar como un conjunto de valores de n variables aleatorias X_1, X_2, \dots, X_n independientes, cada una de las cuales tiene la misma distribución que es llamada distribución poblacional.

3.4. ESTADISTICA, METODOS, TECNICAS E INSTRUMENTOS DE LA INVESTIGACION.

3.4.1. METODO ESTADISTICO

Se utilizo la estadística descriptiva analítica porcentual, porque analiza, elabora y simplifica la información para que pueda ser interpretada cómodamente los posibles resultados que obtengamos en el pre-test y post-test, con el fin de corroborar la posible diferencia significativa entre una y otra prueba. La estadística que se empleo es de naturaleza cuantitativa puesto que se obtuvieron valores numéricos a partir de los resultados en las pruebas T.

$$t = \frac{\bar{X}_1 - \bar{X}_2}{\sqrt{\frac{S_1^2}{N_1} + \frac{S_2^2}{N_2}}}$$

3.4.2 METODO DE INVESTIGACION

El método que se utilizó, es el hipotético deductivo porque se trata de establecer la verdad o falsedad de los supuestos –que no se puede comprobar directamente, por su carácter de enunciados generales, o sea leyes, que incluyen términos teóricos-, a partir de la verdad o falsedad de las consecuencias observacionales, unos enunciados que se refieren a objetos y propiedades observables, que se obtienen deduciéndolos de las hipótesis, y cuya verdad o falsedad estará en condiciones de establecer directamente

3.4.3 TECNICAS

3.4.3.1 Test de los Tacos(Agilidad)

Con la utilización de esta técnica se logró obtener insumos, que permitieron establecer la mejora que ejerce el programa de juegos de coordinación en la capacidad de agilidad en alumnos del primer grado en las edades de 7 , 8 y 9 años.

3.4.3.2 Entrevista

Por medio de esta técnica se logro obtener información de una muestra de los individuo. Esta muestra es usualmente sólo una fracción de la población bajo estudio. Dicha muestra se tomo a 3 maestros de educación física acerca de la mejora que ejerce el programa de coordinación en la agilidad.

3.4.4 INSTRUMENTOS.

3.4.4.1 Implementos Para las Clases y prueba de los tacos.

Bloques.	Libretas de apuntes	Baterías para la cámara digital.	Cinta adhesiva.	Lazo.
Yeso.	Cancha pavimentada.	Cámara de video.	Metro.	Cono.
Cronometro.	Implementos de la cancha.	Computadora.	Elásticos.	Escaleras.
Silbato.	Estructura para la medición del recorrido a realizar.	Fuente conector de energía para la computadora.	Listado de alumnos/as.	aros.
Cajones.	Cámara digital fotográfica.	Hojas de papel bond.	Cinta métrica.	

3.4.4.2 Guía de Entrevista Estructurada

Este instrumento se utilizara en el desarrollo de la investigación por ser útil y eficaz para conocer la información en un tiempo breve acerca de la opinión de los maestros de educación física de la mejora que ejerce el programa de juegos de coordinación en el desarrollo de la capacidad de agilidad.

3.5. METODOLOGIA Y PROCEDIMIENTOS

La presente investigación se inicio con reuniones con las autoridades del colegio “Berea”, donde se estableció la realización del trabajo investigativo con la ejecución del programa de juegos de coordinación con el primer ciclo de dicha entidad.

Posteriormente acordamos con los padres de familia para darles a conocer las actividades que pretendemos realizar con sus hijos. Se acordó en la última reunión con el asesor del trabajo de graduación que la investigación esta orientada en el desarrollo de un programa de juegos de coordinación con el primer ciclo.

Se recopilo información detallada sobre las variables a ser estudiadas: agilidad y coordinación; y posteriormente se eligió la prueba más adecuada para su evaluación. Se han definido los instrumentos que serian utilizados para la realización de dicha prueba.

Al tener a disposición los instrumentos, se procedió a realizar una prueba piloto para definir su confiabilidad y luego se diseño el correspondiente protocolo que se seguirá en la realización de la prueba.

Se estableció las fechas en las que se puso en marcha el programa de juegos de coordinación, así como las fechas de ejecución de las pruebas, tomando en cuenta los horarios asignados por la institución ya modificada su planificación curricular.

Al finalizar la ejecución del programa de juegos, se realizo el post-test y se procedio a la recolección de los datos y se realizo su correspondiente análisis, para luego presentar las conclusiones obtenidas y la comprobación de las hipótesis planteadas.

3.6 PROCEDIMIENTO DEL DESARROLLO DE LA PRUEBA TEST DE LOS TACOS (AGILIDAD)

El siguiente protocolo describe los parámetros que se siguieron para la realización de las pruebas de agilidad, lo que permita evaluar la mejora de la agilidad en las edades de 7, 8 y 9 años.

Las pruebas se realizaron con los niños y niñas del primer ciclo del colegio “Berea” del municipio de Mejicanos.

3.6.1 INDICACIONES GENERALES

Los niños y niñas tendrán un calentamiento general de 5 a 10 minutos, posteriormente se darán indicaciones de cómo se realizaría la prueba.

3.6.1.1 Metodología de la Prueba de Agilidad.

Test de los tacos

Desarrollo: Al dar la indicación, “Ya” el niño/a parte de la línea izquierda para recoger el primer bloque y depositarlo en la otra línea, sin tirarlo ni dejarlo caer.

A continuación repite la misma acción para recoger el último bloque y pasar por la línea de la que partió lo antes posible. Cuando el ejecutante termina la prueba se para el cronometro.

Materiales: para realizar el Test de “los tacos” se necesitan dos bloques de madera con las medidas siguientes: 5 x 5x 10 cm., silbato, tiza, tirro, y un cronometro, una cancha de pavimento o una pista polideportiva la cual tiene que ser antideslizante, en la cual dispondremos de dos líneas pintadas en el suelo separadas 9mts de largo por 5 mts. De ancho. Es conveniente disponer de 3mts.

Más como medida de seguridad.

Puntos a tener en cuenta:

- El test no es válido si el primer taco se tira o si no lo deposita justo sobre la línea.
- Se realizaran dos intentos por niño/a y se anota el mejor tiempo.

Segundos	Valoración
8 – 9	Excelente
10	Muy bueno
11	Bueno
12	Regular
13-14-15	Necesita Mejorar

Condiciones de ejecución:

1. Es preciso efectuar un buen estiramiento y calentamiento de la musculatura de las piernas.
2. Ejecutar el test en ausencia total de fatiga.
3. Estar pendiente al tomar los tiempos.
4. Ubicar los bloques correctamente

CAPITULO IV

ANALISIS E INTERPRETACION DE RESULTADOS

4.1 CLASIFICACION Y ORGANIZACIÓN DE DATOS

Para poder clasificar los resultados obtenidos en los test de los tacos aplicado a los niños y niñas del primer ciclo se utilizo el baremo de clasificación con los conceptos de excelente (E), muy bueno (MB), bueno (B), regular (R) y necesita mejorar (NM), clasificando como excelente el mejor resultado arrojado en la aplicación del test y clasificando como necesita mejorar el resultado más deficiente obtenido en la aplicación de dicho test.

Además se tomaron en cuenta aspectos de los niños y niñas antes de la aplicación de los test. Como son la edad, sexo, seguido posteriormente de los resultados obtenidos en la aplicación de los test con su respectiva clasificación y valorización.

Por lo tanto en este capítulo representa los resultados obtenidos en la aplicación de los test de entrada y de salida dándoles un orden por resultados de entrada, graficando por edades, sexo y un cuadro comparativo, luego siguiendo el mismo orden por el test de salida, cada grafico con su análisis respectivo y al final un grafico de comparación el cual demuestra el resultado final comparativo de los dos test donde se refleja si existe o no un resultado positivo en la aplicación del programa de juegos para el desarrollo de la agilidad.

Lo que se busca en este capítulo es presentar una mejor clasificación de los resultados y un análisis más ordenado y concreto de cada uno de los test.

Además la aplicación de la prueba estadística de “t” de student para evaluar si en la aplicación de ambos test existe diferencia de manera significativa o alta.

4.2 ANALIS E INTERPRETACION DE RESULTADOS

El estudio de la investigación sobre el beneficio que ejercen un programa de juegos de coordinación se trataba de comparar si mediante el programa y los test se logra mejorar la agilidad y luego obtener el grado de evolución que han logrado los alumnos

El objetivo general de la investigación es lograr una mejora de la agilidad através de un programa de juegos de coordinación.

se analizara con las tablas de referencia de los test de entrada y salida con la clasificación por edades de cada uno de ellos utilizando los conceptos de, excelente, muy bueno, bueno, regular y necesita mejorar.

Valores de referencia para la prueba de tes de los tacos

Tabla de baremo(medición). Test de los tacos

Segundos	Valoración
8 – 9	Excelente
10	Muy bueno
11	Bueno
12	Regular
13-14-15	Necesita Mejorar

En atención a ello pasamos a un Análisis sobre el Test inicial y el Test final de los tacos a través de la desviación típica o estándar. Mediante la comprobación de los diferentes test de entrada y salida se paso a aplicar la “t” de student ya que es una

prueba estadística para simboliza “t” La t de student ayuda a pronosticar la probabilidad de que dos promedios pertenezcan a una misma población (en el caso en que las diferencias no sean significativas) o que provengan de distintas poblaciones (en el caso que la diferencias de promedios sea significativas).

Ya se ha comentado que cuando se trata de comparar dos grupos de observaciones, es importante distinguir el caso en el que son independientes de aquel en el que los datos están apareados. Las series dependientes surgen normalmente cuando se evalúa un mismo dato más de una vez en cada sujeto de la muestra. También se puede encontrar este tipo de observaciones en estudios de casos y controles donde cada caso se aparea individualmente con un control.

Queremos comprobar, en los datos de la Tabla 1 si realmente se produce una mejora significativa en esos individuos, para lo que se recoge en cada sujeto su tiempo antes y después de someterse a la prueba. En este tipo de análisis el interés no se centra en la variabilidad que puede haber entre los individuos, sino en las diferencias que se observan en un mismo sujeto entre un momento y otro. Por este motivo, resulta intuitivo trabajar con la diferencia de ambas observaciones, de modo que se quiere contrastar la hipótesis:

H₀: LA diferencia entre ambas pruebas del test de los tacos es nula

En el cual \bar{X}_1 es la media aritmética de un grupo, \bar{X}_2 es la media aritmética de otro grupo, S_1^2 es la desviación estándar del primer grupo elevada al cuadrado, N_1 es el tamaño del primer grupo, S_2^2 es la desviación estándar del segundo grupo elevada al cuadrado y N_2 es el tamaño del segundo grupo.

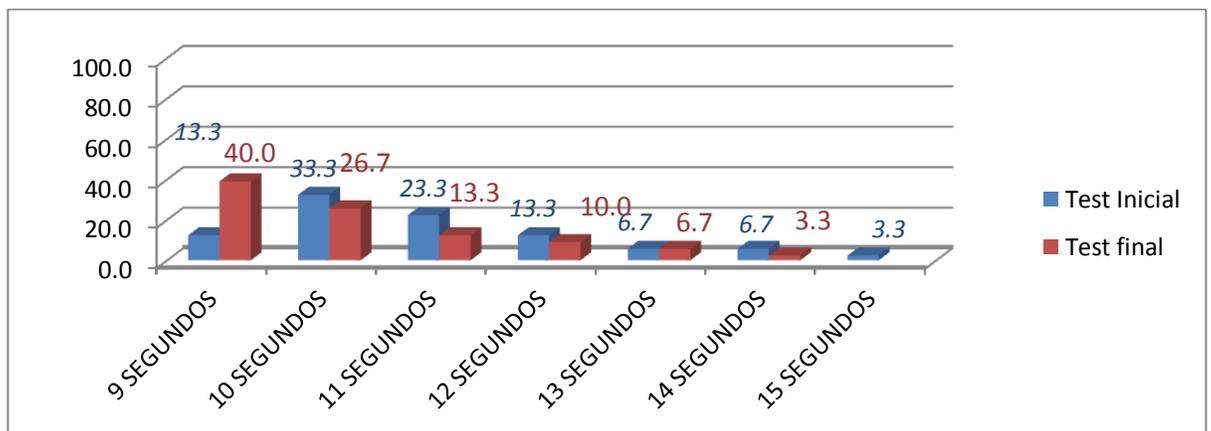
Para saber si el valor “t” obtenido presenta diferencia significativa, se obtiene la “t” de tabla. La prueba “t” (se basa en una distribución muestral o poblacional de diferencias de medias conocidas como la distribución “t” de student). Esta distribución es identificada por grados de libertad.

**4.3 RESULTADOS DEL PRE- TEST Y POST TEST DE LOS TACOS.
ANALISIS COMPARATIVO DEL TEST DE “LOS TACOS” INICIAL Y FINAL.**

CUADRO N° 1

Valoración	Test Inicial	% test Inicial	Nº de participantes	Test final	Nº de participantes	% Test Final
Excelente	8-9 Segundos	13.3%	4	8-9 Segundos	12	40%
Muy bueno	10 segundos	33.3%	10	10 segundos	9	26.7%
Bueno	11 segundos	23.3%	7	11 Segundos	9	13.3%
Regular	12 Segundos	13.3%	4	12 segundos	2	10%
N. Mejorar	13 segundos	6.7%	2	13 Segundos	2	6.7%
N. Mejorar	14 segundos	6.7%	2	14 Segundos	1	3.3%
N. Mejorar	15 segundos	3.3%	1	-	0	-
Total		100%				100%

GRAFICO N°1



El cuadro N° 1 se presentan los resultados obtenidos de los alumnos de 7 a 9 años del colegio “BEREA”, donde se interpreta la diferencia entre las pruebas lo que nos indica que hay relación entre ambas, se observa que el resultado que más predomina en ambos test son los conceptos de **muy bueno y excelente** con los alumnos en la prueba de test de los tacos de la prueba que mide la agilidad.

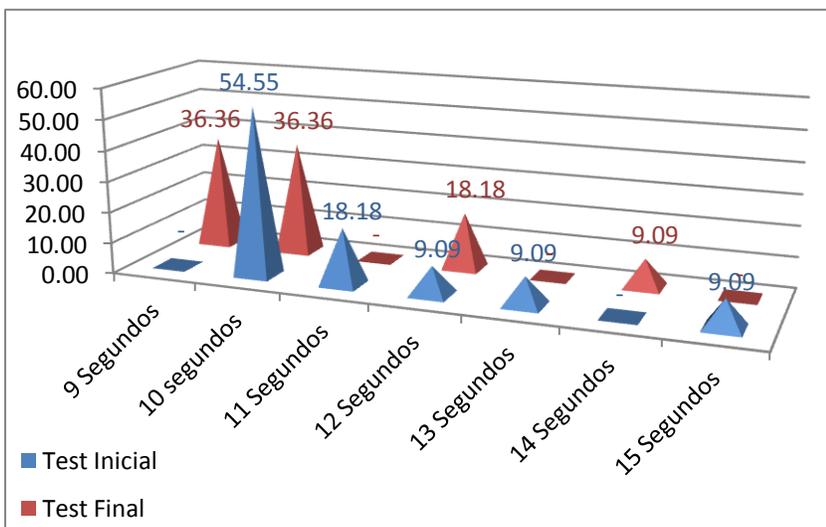
RESULTADOS POR EDAD DE LOS TEST DE LOS TACOS INICIAL Y FINAL NIÑOS DE 7 AÑOS

CUADRO 2

Valoración	Test Inicial	% test Inicial	Nº de participantes	Test final	Nº de participantes	% Test Final
Excelente	8-9 Segundos	0.00%	0	8-9 Segundos	4	36%
Muy bueno	10 segundos	55%	6	10 segundos	4	36%
Bueno	11 segundos	18%	2	11 Segundos	0	0%
Regular	12 Segundos	9%	1	12 segundos	2	19%
N. Mejorar	13 segundos	9%	1	13 Segundos	0	0%
N. Mejorar	14 segundos	0%	0	14 Segundos	1	9%
N. Mejorar	15 segundos	9%	1	15 segundos	0	0%
Total		100%				100%

GRAFICO DE RESULTADOS POR EDAD DE LOS TEST DE LOS TACOS INICIAL Y FINAL NIÑOS DE 7 AÑOS

GRAFICO 2



Los alumnos de 7 años se logra interpretar la diferencia entre ambas pruebas lo que nos indica que hay relación entre ambas, se observa que el resultado que más prevalece en ambos test son los conceptos de **EXCELENTE** además de **bueno necesita mejorar**, de parte de dos alumnos.

RESULTADOS POR EDAD DE LOS TEST DE LOS TACOS INICIAL Y FINAL

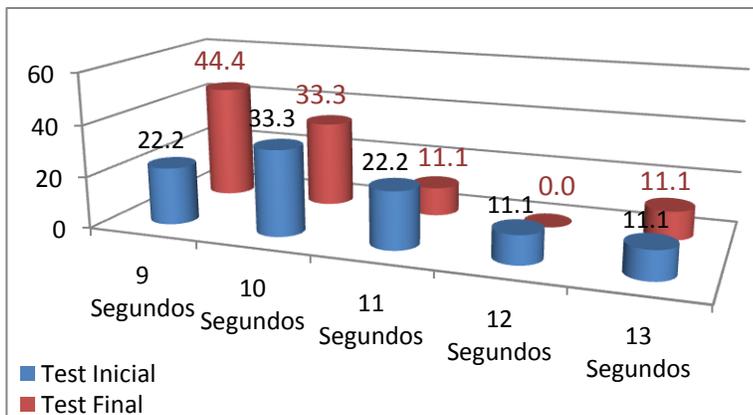
NIÑOS DE 8 AÑOS

CUADRO 3

Valoración	Test Inicial	% test Inicial	Nº de participantes	Test final	Nº de participantes	% Test Final
Excelente	8-9 Segundos	22%	2	8-9 Segundos	4	45%
Muy bueno	10 segundos	34%	3	10 segundos	3	33%
Bueno	11 segundos	22%	2	11 Segundos	1	11%
Regular	12 Segundos	11%	1	12 segundos	0	0%
N. Mejorar	13 segundos	11%	1	13 Segundos	1	11%
N. Mejorar	14 segundos	0%	0	14 Segundos	0	0%
N. Mejorar	15 segundos	0%	0	15 segundos	0	0%
Total		100%				100%

GRAFICOS DE RESULTADOS POR EDAD DE LOS TEST DE LOS TACOS INICIAL Y FINAL

NIÑOS DE 8 AÑOS



GRAFICA 3

En el cuadro de los alumnos de 8 años la prueba obtuvo entre los participantes 4 que lo realizaron la prueba Excelente, 3 obtuvieron el ítem muy bueno, 1 alumno en el concepto de bueno, 1 en el valor de Necesita mejorar. Entre ambas pruebas.

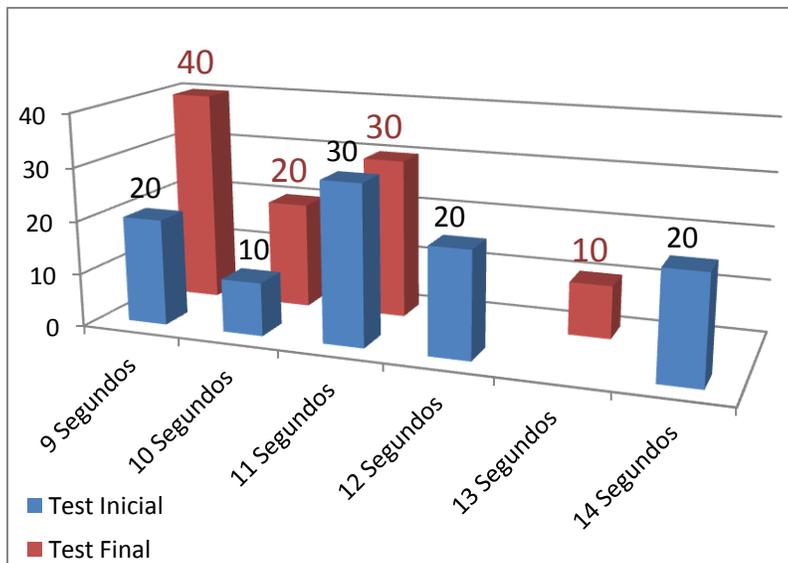
RESULTADOS POR EDAD DE LOS TEST DE LOS TACOS INICIAL Y FINAL NIÑOS DE 9 AÑOS

CUADRO 4

Valoración	Test Inicial	% test Inicial	Nº de participantes	Test final	Nº de participantes	% Test Final
Excelente	8-9 Segundos	20%	2	8-9 Segundos	4	45%
Muy bueno	10 segundos	10%	1	10 segundos	2	22%
Bueno	11 segundos	30%	3	11 Segundos	2	22%
Regular	12 Segundos	20%	2	12 segundos	0	0%
N. Mejorar	13 segundos	0%	0	13 Segundos	1	11%
N. Mejorar	14 segundos	20%	2	14 Segundos	0	0%
N. Mejorar	15 segundos	0%	0	15 segundos	0	0%
Total		100%				100%

GRAFICOS DE RESULTADOS POR EDAD DE LOS TEST DE LOS TACOS INICIAL Y FINAL

NIÑOS DE 9 AÑOS GRAFICA 4

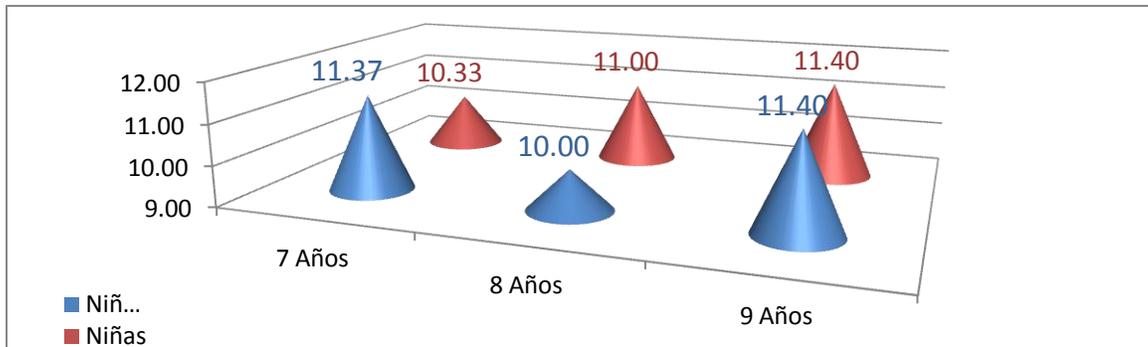


En el cuadro los alumnos de la edad de 9 años en el cual el grafico muestra que el resultado que más prevaleció en 2 alumnos en los test es **excelente** y 3 alumnos en **bueno**. Del test final de los tacos 4 alumnos lograron el ítem excelente, 3 alumnos en **Bueno** y 1 en **necesita mejorar** y 2 en **Muy Bueno** en el test de final de los tacos, Se da como referencia el valor de **excelente**

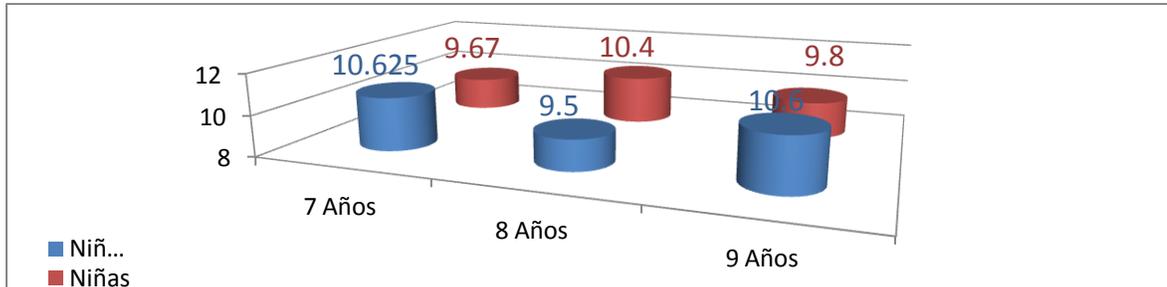
como el más alto en ambos test final.

GRAFICO COMPARATIVO ENTRE NIÑOS Y NIÑAS DEL TEST DE LOS TACOS INICIAL Y FINAL

Test Inicial



Test Final



En el grafico comparativo del Test de los tacos, los niños de 7 años obtuvieron un tiempo promedio en segundos mayor en el test inicial que en el test final, las niñas también obtuvieron un mejor tiempo en segundos en el test final ; los niños de 8 años su promedio segundos en el test inicial fue mayor al test final lo que representa un mejora considerable, las niñas su tiempo fue de 11segundos, promedio en el test inicial y 10.4segundos en test final; los niños de 9 años lograron bajar considerablemente el tiempo del test inicial al posterior test que paso al final ; así también las niñas obtuvieron una mejoría considerable.

4.4 RESULTADOS DE LA ENTREVISTA

PREGUNTA 1:

¿Según su criterio, ¿Cuál es la edad más apropiada para el desarrollo de las capacidades coordinativas?

- a) 6 a 8 años
- b) 8 a 9 años
- c) 9 a 10 años
- d) otros

PROFESOR 1	PROFESOR 2	PROFESOR 3
De 8 a 10 años. De 6 a 8 los niños no tienen base, en cambio ya de los 8 a 10 ya el niño se le puede desarrollar porque comienzan a tener buen uso de su desarrollo del cerebro y empiezan a analizar mas lo que es la capacidad de coordinación.	De 9 a 10, los niños ya tiene una base de habilidades y su asimilación y mas despierto su conocimiento, aunque si a edad más temprana se le inicia a desarrollar la coordinación esto le generaría un asimilación y ya en estas edades se desarrolla mas y con mas volumen de lo que queremos según el objetivo.	8 a 9 años lo considero porque es la edad en la que el desarrollo se empieza a enmarcar. El niño es diferente a la niña.

ANALISIS:

Siendo la capacidad de coordinación una de las capacidades complejas para la regulación y organización del movimiento, que permite utilizar conjuntamente el sistema nervioso y muscular, sin que uno interfiera con el otro. la importancia que esta capacidad representa en el desarrollo del crecimiento del ser humano. Las edades recomendadas en las que se debe iniciar su enseñanza y desarrollo se recomienda a partir de los 6 años y generando una graduación en su incremento según el crecimiento de los infantes.

Pregunta 2:

¿Cuál de las capacidades de coordinativas considera que es más importante para mejorar la agilidad en el primer ciclo?

- a) Coordinación global
- b) Coordinación fina
- c) Coordinación estática
- d) Explique

PROFESOR 1	PROFESOR 2	PROFESOR 3
la coordinación estática, porque es mas especifica y genera mayor atención a los objetivos que queremos realizar.	Depende de la capacidad que tengan los niños con los cuales estaremos trabajando para ir paso a paso para mi la mejor forma de trabajar es de ir graduando y periodizando cada una de ellas para que se vayan desarrollando y creciendo con una buena base de coordinación.	Coordinación global, de primer ciclo se necesita coordinación completa aunque no sea perfeccionada.

ANALISIS:

La coordinación global, fina y estática, forman parte de los tipos de coordinación , generando una graduación en las fases del aprendizaje motor ya que estas capacidades crean un bases en las estructuras básicas de los movimientos por lo tanto , la coordinación a edades tempranas , es de suma importancia en el desarrollo de la coordinación a edades tempranas., así que la respuesta esta apegada a la teoría.

Pregunta 3:

Para lograr un mejor desarrollo de la capacidad de agilidad, ¿que considera que necesita mas trabajo , en el primer ciclo?

- a) Velocidad
- b) Flexibilidad
- c) Combinación de ambas
- d) Explique

PROFESOR 1	PROFESOR 2	PROFESOR 3
Combinación de ambas. Porque si un cuerpo es flexible tiende a reflejar mayor velocidad. Estas capacidades son fundamentales ya que la agilidad se desarrolla sola con fortalecimiento de las demás.	Combinación de ambas, cuando hablamos de las dos capacidades resultan muy importantes porque la flexibilidad genera un alto nivel de desarrollo de las capacidades de elasticidad y esto mejora y fortalece la velocidad por lo cual si aplicamos juegosque contengan contenidos que desarrollen todo esto mejorara la agilidaddeuna forma invisible y esto ayuda a un buen funcionamiento.	Coordinación global, de primer ciclo se necesita coordinación completa aunque no sea perfeccionada

ANALISIS:

La coordinación global, fina y estática, forman parte de los tipos de coordinación , generando una graduación en las fases del aprendizaje motor ya que estas capacidades crean un bases en las estructuras básicas de los movimientos por lo tanto , la coordinación a edades tempranas , es de suma importancia en el desarrollo de la coordinación a edades tempranas., así que la respuesta esta apegada a la teoría.

Pregunta 4:

¿Los factores que influyen para alcanzar un mejor desarrollo de la capacidad de agilidad son?

- a) Carrera de slalom (zig- zag)
- b) Actividades con implementos deportivos.
- c) Carreras con cambios de dirección.
- d) Explique

PROFESOR 1	PROFESOR 2	PROFESOR 3
cambios de dirección, porque ahí se trabaja mucho la reacción y se trabaja la potencia con las frenadas y cambios bruscos por lo tanto como sabemos la fuerza es una de las capacidades que fortalece el desarrollo de la agilidad	cambios de dirección, porque el desarrollo de la fuerza en la bajada del centro de gravedad por lo cual esto ayuda a que la agilidad se fortalezca de una manera natural	Las carreras en zig-zag nos dan un buen desarrollo de agilidad ya que cubre muchos aspectos de esta cualidad , para los niños es de gran importancia por los obstáculos que deben aplicar a la hora desplazarse

ANALISIS:

Agilidad que se tienen para moverse el cuerpo en el espacio. Es una cualidad que requiere un amplio desarrollo de aceleraciones frenadas, cambios de dirección, lateralidades, contra lateralidades, diferentes desplazamientos por lo cual las actividades combinadas con implementos deportivos nos fortalecen su desarrollo.

Pregunta 5:

¿Qué cualidad física considera como resultante del desarrollo de las capacidades físicas?

- a) Equilibrio
- b) Agilidad
- c) Rapidez
- d) Explique

PROFESOR 1	PROFESOR 2	PROFESOR 3
La rapidez, porque es el resultado de estar trabajando con altos volúmenes de las demás capacidades fuerza, resistencia, coordinación y esto ayuda a que los niños adquieran una rapidez mayor y esto lo fomenta para la practica deportiva.	/ Agilidad, ya que como sabemos que con el desarrollo de las capacidades físicas se fortalece mas la fuerza y esto genera un crecimiento de dicha capacidad.	La rapidez , ya que esta es una de las mas importantes a la hora de desarrollar actividades de carácter competitivo.

ANALISIS:

La agilidad es una capacidad resultante del desarrollo de las capacidades físicas ,ya que como resultado genera un control total de las extremidades y ayuda a moverlas con soltura y rapidez , nuestro análisis indica que es la agilidad , debe ser considerada complemento.

Pregunta 6:

¿Según sus conocimientos como profesor de educación física como define la evolución de la capacidades coordinativas en la vida de los niños y niñas?

PROFESOR 1	PROFESOR 2	PROFESOR 3
La coordinación como todos sabemos es una de las capacidades físicas mas importante en el desarrollo y crecimiento del ser humano y su fomentación debe realizarse desde edades tempranas, ya que cuando esta se inicia a desarrollar crea una base que permite al infante descubrir nuevas posturas y manipulación en conjunto de los sentidos, esto trasladándolo al deporte facilita al niño el manejo de manipulación de objetos por ejemplo: con balón, coordinación óculo- manual a la hora de un lanzamiento. Óculo- podal a la hora de patear el balón.	. La coordinación representa una de las capacidades más importantes en la vida cotidiana del ser humano, ya que de esta depende el buen funcionamiento del cerebro en relación a los movimientos que este emane para que ejecuten los músculos. Por lo cual su desarrollo a edades tempranas fortalece la vida cotidiana del ser humano.	Les ayuda para mejorar sus aspectos psicomotrices y así desarrollar los ejercicios de una forma mas fácil, resulta muy importante para el fortalecimiento de sus destrezas.

ANALISIS:

En los primeros años de vida, permite manejar el propio cuerpo y los objetos de nuestro alrededor. Irá aumentando a medida que conocemos y controlamos nuestro organismo. Para el niño todo es nuevo, todo lo tiene que tocar, todo lo quiere experimentar, etc. En la edad prepuberal (de 8 a 12 años) se determina la maduración del sistema nervioso, por lo tanto es la etapa ideal para desarrollar la coordinación. Aunque depende de las personas, en algunos casos se observa un estancamiento de la coordinación a partir de aquí. El crecimiento a veces desmesurado puede llegar a producir un estancamiento para la capacidad de coordinar algunos movimientos más complejos, no hay que asustarse: la solución llega sola, como casi todo, gracias al aumento de la fuerza muscular y de la velocidad.

Pregunta 7:

¿Según su experiencia en el área de la educación física cree que un programa de juegos de coordinación puede mejorar la capacidad de agilidad?

RESPUESTAS:

PROFESOR 1	PROFESOR 2	PROFESOR 3
Si el programa contiene y cumple con aspectos netamente lúdicos sí; ya que apeándonos a los principios donde el niño aprende y se desarrolla jugando creo que es una herramienta muy importante para fortalecer su crecimiento en sus capacidades físicas de iniciación.	Claro que si, porque entre mas se desarrolle mayor efectividad, desarrolla sus habilidades locomotoras y fortalece sus músculos.	Si, porque la capacidad de coordinación es una base para su fortalecimiento y desarrollo, la forma mas importante de su ejecución es a base de juegos porque el niño aprende jugando y se genera un patrón

ANALISIS:

Según los profesores de educación física coinciden en que la aplicación de un programa de juegos de coordinación puede ayudar y generar una mejora en la capacidad de agilidad, ya que si sus contenidos son de carácter lúdico beneficia el crecimiento e interés del infante en desarrollar la clase logrando así un ambiente de alegría en su ejecución.

Pregunta 8:

¿Según la clasificación de la capacidad de coordinación cual considera usted que es la más apropiada para su aplicación en la iniciación de un programa de educación física para primer ciclo?

- a) Coordinación dinámica general
- b) Coordinación específica
- c) Explique

PROFESOR 1	PROFESOR 2	PROFESOR 3
A mi criterio si estamos hablando de edades tempranas me inclino por la coordinación dinámica general ya que es ahí donde se genera una base que sostenga la complejidad para su aplicación de los demás ejercicios con mayor dificultad, haciendo énfasis ya que es acá donde se tiene que desarrollar los aspectos generales de esta capacidad como son las lateralidades, espacio-tiempo, cambios de ritmos, orientación, etc.	Dinámica general, porque aca se desarrolla de una mejor manera todos los aspectos que mejoran las capacidades de los niños y esto mejora la capacidad de orientación para que los infantes desafien mas sus habilidades y esto no les dificulte su aprendizaje	Coordinación dinámica general, porque desarrolla todo el cuerpo utilizando métodos adecuados fortalece las habilidades y destrezas cubriendo todos los aspectos de la coordinación.

ANALISIS:

La clasificación de la capacidad de coordinación puede ser de dos maneras: la coordinación dinámica general; la cual se refiere a cuando el movimiento es global y participa la mayor parte del cuerpo.

Y la coordinación específica: se refiere a la coordinación existente el sentido de la vista y algunas partes del cuerpo. Algunos ejemplos de esta serian:

- Coordinación óculo- manual: los lanzamientos, recepción de objetos, botar un objeto, lanzar y cachar, entre otros.
- Coordinación óculo- pie: golpeos, desvíos, conducciones.

Por lo cual observamos que el orden que se recomienda según los expertos en el área que para generar una base de coordinación que sirva de sostén para la graduación de la dificultad de los ejercicios se debe iniciar con la coordinación dinámica general.

Pregunta 9

De acuerdo a su conocimiento ¿Qué test considera que se puede aplicar para medir la capacidad de agilidad en las edades tempranas?

- a) Test de ilinois
- b) Test de los tacos
- c) Test de I.N.E.F.
- d) Explique.

PROFESOR 1	PROFESOR 2	PROFESOR 3
Creo que los tres test son muy buenos para medir esa capacidad, pero el más adecuado para aplicar a los infantes considero que es el “test de los tacos” ya que contiene aspectos fundamentales de la agilidad como aceleración, frenada, cambios de dirección y manipulación de objetos y precisión.	Me inclino mas por el test de los tacos ya que es muy pedagógico par aplicarlo a niños y niñas les resulta muy divertido y lo ejecutan muy bien, y esto nos ayuda para que la evaluación se vuelva una competencia sana y divertida y se esfuercen mas.	El test de ilinois porque contiene cambios de dirección y esto ayudad fortalecer las capacidades de los infantes y mejor todas sus habilidades y destrezas.

ANALISIS:

El desarrollo de las capacidades físicas y en especial el desarrollo de la agilidad representa un fundamento y una condición importante, no solo para el desarrollo físico, sino también para el desarrollo intelectual, al hablar de evaluación o test a estas edades se fundamenta en no tener tanta prisa y preocupación en obtener ejecuciones y/o resultados deportivos, sino que es preciso permitirles a los niños y niñas que enfrenten sus propias dificultades y descubran ayudados por nosotros, las mejores soluciones para ellos, en este caso el test de los tacos es el test que mas reúne las características lúdicas para su aplicación a edades tempranas ya que de esta misma forma es la ejecución logrando una ambiente armónico, cómodo y divertido para los infantes ya que contiene acciones que se desarrollan en el transcurso de las sesiones de agilidad. Por lo tanto vemos que los profesores

Pregunta 10

¿Qué tan importante considera a esta edad 6 a 9 años?

RESPUESTAS:

PROFESOR 1	PROFESOR 2	PROFESOR 3
Su desarrollo a esa edad es fundamental para mejorarle su funcionamiento psicomotriz y crecimiento físico recordando que a esta edad empieza el interés de un patrón deportivo por lo tanto esto beneficia para la práctica deportiva	No es tan importante porque están en proceso de formación. Y a esta edad ellos tienen que tener un desarrollo de las demás habilidades y el volumen de agilidad tiene que ser evolutivo conforme al efecto que genere el crecimiento de las demás capacidades	Super importante porque el niño es cuando está desarrollando y explotando sus habilidades y destrezas, acá es donde el desarrollo de estas capacidades el educador físico debe ser ingenioso con el trabajo para que el niño las desarrolle jugando

ANÁLISIS:

La agilidad siendo una capacidad resultante del desarrollo de las capacidades físicas, es la capacidad de poder realizar movimientos con diferentes direcciones de la forma más rápida y precisa posible. Por lo tanto las respuestas arrojadas con esta pregunta nos demuestran que los profesores manejan muy bien el concepto de agilidad por lo cual su enseñanza nos garantiza que será de la mejor manera.

4.5 ANALISIS GLOBAL DE LOS RESULTADOS

Las diferentes pruebas realizadas el pre- test y post test de los tacos , y la entrevista , realizada a los profesores de educación física , nos llevan a darnos cuenta de que existe un mejora cuando se desarrollo un programa sistematizado de juegos de coordinación , aunque es mínima , y los profesores expresan la importancia de trabajar a edades tempranas , los ejercicios de coordinación para mejorar la agilidad.

De acuerdo a los objetivos y supuestos de la investigación podemos mencionar lo siguiente: en relación a las pruebas ejecutadas y sus resultados, pudimos observar y determinar que la relación de los test de los tacos inicial y final se encontró una leve variación entre ambas, en el cual los alumnos concilian entre las dos variables. Esto se debe a que si inciden los indicadores de trabajo:

De los treinta alumnos que se les realizo los test inicial y test final de los tacos se dividieron en grupos por edades con cuadros y gráficos además se ejecutó la media aritmética y la prueba “t” de student para comprobar el resultado final entre ambas pruebas si existe o no diferencia entre ambas.

De los alumnos de 7 años, en relación a la valorización de ambos test inicial y final del test de los tacos en los dos se encuentra variación del cual se cumple el supuesto específico dos.

En relación a la valoración de los alumnos de 8 años hay una variación entre ambos test de inicial y final del test de los tacos el cual si se cumple el supuesto número dos.

Los alumnos de 9 años cumplen con el supuesto número dos con una variante entre las valorizaciones de los test.

El dictamen sobre los Resultados entre la diferencia significativa entre los valores de la media aritmética y desviación estándar del test de los tacos inicial y final en vista que la “t” obtenida es menor que la “t” tabular se encuentra una diferencia mínima, lo que significa que son equivalentes en su aplicación.

4.6 VALIDACION DE SUPUESTOS

SUPUESTOS	VALIDACION
-----------	------------

<p>General: Los niños y niñas de primer ciclo del colegio “Berea” del municipio de Mejicanos del departamento de San Salvador mejoraran en la capacidad resultante de agilidad después de desarrollar un programa de juegos de coordinación.</p>	<p>Al término de la investigación, se ha establecido que el supuesto general se cumple, ya que los niveles de la capacidad de agilidad se ven incrementados dentro de los ejecutores de la pruebas realizadas por los integrantes del colegio “Berea” del municipio de mejicanos.</p>
<p>Específicos Uno: La capacidad resultante de agilidad se mejorara a través de la implementación del programa juegos de coordinación, en los niños de primer ciclo, del colegio Berea del municipio de Mejicanos de San Salvador.</p>	<p>Si ya que después de la ejecución del programa de juegos de coordinación para la mejora de la capacidad de agilidad se nota un mejora de dicha capacidad en la clase de educación física ya que los contenidos lúdicos fortalecieron el desarrollo de la capacidad.</p>
<p>Específico Dos: al comparar el test de agilidad de inicio y de final, existirá una mejora significativa en la agilidad de los niños y niñas del primer ciclo.</p>	<p>Este supuesto se cumple después de hacer la comparación, de ambos test, para verificar la mejora de la capacidad de agilidad (entrada- salida) el grado de mejora de niños y niñas , se cataloga de muy buena..</p>
<p>Específico Tres: el programa de juegos podrá servir de modelo en un futuro para la clase de educación física y mejora el desarrollo motor de manera integral de los estudiantes del primer ciclo del colegio berea del municipio de mejicanos del departamento de san salvador.</p>	<p>Este supuesto se cumple ya que el programa propicio un beneficio en el desarrollo de la capacidad de agilidad , por lo cual el profesor de educación física del colegio berea coincidieron que gracias al resultado obtenido y el ambiente armónico que genero la clase la aplicaran para las futuras generaciones y quedara como precedente en la incorporación del programa de la institución.</p>

CAPITULO V

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

En relación a los objetivos y supuestos que guiaron la investigación se plantean algunas conclusiones y recomendaciones de acuerdo a los resultados que se alcanzaron de los niños y niñas del primer ciclo del colegio “Berea” con la aplicación del “test de los tacos”

5.1 CONCLUSIONES

- El beneficio del desarrollo de la capacidad de agilidad en los niños y niñas del primer ciclo del colegio Berea luego de la aplicación del programa de juegos de coordinación mostro una mejora positiva en cuanto a la calidad del desarrollo de dicha capacidad, por lo cual se puede afirmar de manera categórica que el programa llevado a cabo si incide en el desarrollo de la capacidad de agilidad en esas edades.
- Al finalizar la aplicación del programa de juegos de coordinación se verifico que la mejora de la capacidad de agilidad fue significativadurante de las clases de Educación Física.
- Los resultados obtenidos con los niños y niñas del primer ciclo en la aplicación del test de agilidad de los “Tacos” inicial y final se obtuvo diferencia notando que en el test final se mejoró ostensiblemente respecto al inicial, lo que equivale a expresar que el programa funciona, y teniendo como promedio los resultados. se establece como muy bueno y siendo este el más adecuado a las edades tempranas.
- Con los resultados obtenidos al finalizar la aplicación del programa de juegos de coordinación para la mejora de la capacidad de agilidad , este programa se convirtió en un herramienta fundamental para la clase de educación física y como precedente a futuro para las nuevas generaciones para el fortalecimiento del desarrollo motor y la capacidad de agilidad en alumnos del primer ciclo del colegio berea del municipio de mejicanos en el departamento de San Salvador.

Por lo tanto se hace una propuesta de desarrollo de un programa similar y mas completo y mucho mas ampliado en tiempo y espacio.

5.2 RECOMENDACIONES

- Sugerir al colegio Berea que trabajan con edades tempranas incluir en sus programas ó planes de trabajo actividades lúdicas que beneficien la mejora de la capacidad de agilidad.
- Incluir dentro de la sesión de clase o entrenamiento deportivo contenidos que desarrollen la capacidad de agilidad ya que su aplicación a edades tempranas beneficia significativamente.
- A los profesores de educación física que trabajan con edades tempranas se les sugiere que incluyan en sus clases Test de agilidad para desarrollar la capacidad de agilidad ya que esta es de gran importancia en el crecimiento neuromuscular de los infantes.
- Que el programa de juegos de coordinación para la mejora de la capacidad de agilidad sirva de modelo para el colegio “Berea” en el primer ciclo, que son las edades con las que puede implementar el programa.

CAPITULO VI

PROPUESTA

INTRODUCCION AL PROGRAMA DE JUEGOS DE COORDINACION:

Con el objetivo de fortalecer el desarrollo de las capacidades físicas en los infantes y crearles un beneficio en su vida cotidiana por medio de este programa, proponemos una gama de contenidos y objetivos didácticos que permita realizar la clase de educación física de una manera más amena y divertida la cual no pierda su esencia y objetivo, la cual sea aprender a base de juegos que permitan desarrollar la capacidad de agilidad a través de juegos de coordinación. Para obtener una base de dicha capacidad y esta sea un elemento fundamental en la vida cotidiana y educativa, creando en los infantes un crecimiento deportivo ya que esta edad es vital para el desarrollo de dicha capacidad en la vida e iniciación del ser humano.

NOMBRE DE LA PROPUESTA:“JUEGOS INFANTILES COORDINATIVOS”

OBJETIVO GENERAL:

Ejecutar el programa de juegos de coordinación para desarrollar la capacidad de agilidad y este sea una herramienta fundamental para la clase de educación física en las edades tempranas.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Que dicho programa de juegos de coordinación para la mejora de la capacidad de agilidad mejore la calidad de vida de los infantes.
- Que la clase de educación física se vuelva más amena con la incorporación de juegos de coordinación y cree en los infantes el beneficio de fortalecer las capacidades físicas.
- Desarrollar la capacidad de agilidad por medio del programa de juegos de coordinación.
- Proponer el test de los tacos como el más adecuado para evaluar la capacidad de agilidad en las edades tempranas.

JUSTIFICACION

La coordinación es una de las cualidades básicas,también llamadas cualidades físicas básicas y ocupa un lugar importante en la educación infantil. A lo largo de los años han existido instituciones como la escuela superior de educación física y universidades que se han encargado de formar educadores y crear planes curriculares para el desarrollo y fomentación de esta disciplina en el país. Ya que es una disciplina de suma importancia para el desarrollo de las cualidades corporales en los infantes y adolescentes. La educación física es un derecho educativo e implementado en todos los centros escolares, pero lamentablemente en nuestro país la realidad no es así puesto que en muchos lugares rurales y marginales y en zona urbana no se imparte educación física en las instituciones, muchas veces porque no hay un docente asignado o porque el presupuesto no les permite contratar a un especialista de la rama. Esto nos lleva a generar un hueco en el desarrollo psicomotriz en la vida cotidiana del educando haciendo a un lado la importancia de un programa a edades tempranas que nos permita desarrollar las capacidades de coordinación de los niños y niñas. Y esto aparte de dañar el desarrollo infantil daña también a nuestro deporte nacional que a la hora de implementar un programa de alto rendimiento nos damos cuenta que tenemos que retroceder e iniciar con actividades que tuvieron que ser desarrollados a edades tempranas en instituciones con la educación física de base. Haciendo un estudio con adolescentes de diferentes disciplinas deportivas

encontramos un déficit de la capacidad de agilidad que es una cualidad física resultante de las capacidades coordinativas y juega un papel importante para ejecutar movimientos precisos y veloces los cuales permitirán lograr una perfecta regulación y armonía al desarrollar las capacidades físicas básicas: fuerza, resistencia y velocidad. Por tal razón se ve la necesidad de elaborar un programa de juegos de la coordinación a edades tempranas y permita obtener un resultado positivo en su incidencia académica y psicomotriz, en el colegio “Berea” del municipio de Mejicanos, departamento de San Salvador.

METAS:

- Que al finalizar la ejecución del programa de juegos de coordinación la capacidad de agilidad presente una mejora significativa y esto sirva como beneficio en la vida cotidiana de los infantes.
- Con la ejecución del programa de juegos de coordinación crear una herramienta para el profesor de educación física y sirva como guía para desarrollar las capacidades en sus planificaciones didácticas.
- Que el programa de juegos de coordinación mejore el aprendizaje motor de los infantes y su calidad de vida.
- Que el test de los tacos se ejecute como herramienta para evaluar la capacidad de agilidad en los infantes, ya que contiene características fundamentales de dicha capacidad.

METODOLOGIA DEL PROGRAMA:

Sesiones de 45 minutos (por clase de educación física) se divide en lo siguiente:

-calentamiento (juegos)

-parte principal

-parte final.

Materiales. <balones

<cuerdas <tubos

<conos<vallitas

<aros< neumáticos

BIBLIOGRAFIA

LIBROS

- Dallo, Alberto – López, Mario. El movimiento como agente instrumental y operativo. Ed. Glauco. Buenos Aires, 1972.
- García, Antonio. *Clasificación de los Ejercicios*. Apunte para las materias Teoría del Movimiento y Educación Física Infantil. IPEF de Córdoba, 1980
- López Bedoya, Jesús. 1995. Entrenamiento temprano y captación de talentos. En: La iniciación deportiva y el deporte escolar. Barcelona: Editorial INDE. 448
- Márquez Cañizares, José María. Fútbol : Fichas para el entrenamiento de la velocidad y agilidad, wanceulen
- Rodríguez Ciro , Alonso Guía metológica de educación física. 2004
- Sampieri metodología de la investigación cuarta edición, 2006 McGraw Hill Interamericana, México D.F

TESIS

- Problemas evolutivos de coordinación motriz y percepción de competencia y percepción de competencia el alumnado de primer curso de educación obligatoria en la clase de la educación física.
Gómez García, Marta. 2006

REVISTAS

- Ministerio de cultura de educación de la nación argentina: Contenidos básicos comunes de educación física 1996

- Editorial popular S.A, Actividades lúdicas. El juego. Una alternativa para el ocio, 1995

ENTREVISTAS.

- Jairo Onan Prudencio, Profesor de Educación Física del Colegio Augusto Walte.
- José Eduardo Rodríguez, Profesor de Educación Física del Colegio Berea.
- Oscar Osmin Baires, Profesor de Educación Física, Promotor deportivo de alcaldía Municipal de Ayutuxtepeque.

ANEXOS

INDICE DE ANEXOS

Cuadro de anotaciones de los test de los tacos de inicio y final.....	1
Cuadro de la desviación típica.....	2
Fotografías.....	3
Cuadro de relaciones cap. 1.....	4
Cuadro de relaciones cap. 3.....	5
Mapa de ubicación.....	6
Guiones de clases.....	7

Anexo I

CUADRO DE ANOTACIONES DE LOS TEST DE LOS TACOS DE INICIO Y FINAL

Nº	NOMBRE	EDAD	TEST DE LOS TACOS INICIAL	VALORACION	TEST DE LOS TACOS FINAL	VALORACION
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						
9						
10						
11						
12						
13						
14						
15						
16						
17						
18						
19						
20						
21						
22						
23						
24						
25						
26						
27						
28						
29						
30						

Anexo II

CUADRO RESUMEN COMPARATIVO DE LA DESVIACION TIPICA O ESTANDAR PARA LOS PRE TEST Y POST TEST DE FUERZA SAQUE DE BANDA

Formula: $S = \sqrt{\frac{\sum (X - \bar{X})^2}{N}}$

Media Aritmética Test inicial: $\bar{X} = 11\text{seg.}$

Media Aritmética Test Final: $\bar{X} = 10.2\text{seg.}$

X_1	$X_1 - \bar{X}$	$(X_1 - \bar{X})^2$	X_2	$X_2 - \bar{X}$	$(X_2 - \bar{X})^2$
9	-2	4	9	-1.2	1.44
9	-2	4	9	-1.2	1.44
9	-2	4	9	-1.2	1.44
9	-2	4	9	-1.2	1.44
10	-1	1	9	-1.2	1.44
10	-1	1	9	-1.2	1.44
10	-1	1	9	-1.2	1.44
10	-1	1	9	-1.2	1.44
10	-1	1	10	-0.2	0.04
10	-1	1	9	-1.2	1.44
10	-1	1	9	-1.2	1.44
10	-1	1	10	-0.2	0.04
10	-1	1	10	-0.2	0.04
11	0	0	10	-0.2	0.04
11	0	0	10	-0.2	0.04
11	0	0	10	-0.2	0.04
11	0	0	11	0.8	0.64
11	0	0	10	-0.2	0.04
11	0	0	10	-0.2	0.04
11	0	0	10	-0.2	0.04

12	1	1	11	0.8	0.64
12	1	1	11	0.8	0.64
12	1	1	11	0.8	0.64
12	1	1	12	1.8	3.24
13	2	4	12	1.8	3.24
13	2	4	13	2.8	7.84
14	3	9	9	-1.2	1.44
14	3	9	13	2.8	7.84
15	4	16	14	3.8	14.44
		72			56.8

FORMULA: TEST INICIAL

$$S_1 = \sqrt{\frac{72}{30}}$$

$$S_1 = \sqrt{2,4}$$

$$S_1 = 1,55$$

FORMULA: TEST FINAL

$$S_2 = \sqrt{\frac{56,8}{30}}$$

$$S_2 = \sqrt{1,89}$$

$$S_2 = 1,38$$

RESULTADO FINAL DE FORMULA DE LA DESVIACION TIPICA O ESTANDAR TEST INICIAL Y TEST FINAL DE LOS TACOS.

$$T = \frac{X_1 - X_2}{\sqrt{\frac{S_1^2}{N_1} + \frac{S_2^2}{N_2}}}$$

$$T = \frac{11 - 10.2}{\sqrt{\frac{1.55}{30} + \frac{1.38}{30}}}$$

$$T = \frac{0.8}{\sqrt{0.052 + 0.046}}$$

RESULTADOS DE PRUEBA "DE LOS TACOS"

$$T = \frac{0.8}{\sqrt{0.098}}$$

	X	S	T
Pre-Test	11 Segundos	1.55	2.56
Post-Test	10.2 Segundos	1.38	2.56

$$T = \frac{0.8}{0.31305}$$

$$T = 2,56$$

Anexo III

FOTOGRAFIAS



EJECUCION DE EL JUEGO “CADENA” COMO DESARROLLO, DEL PROGRAMA DE JUEGOS DE COORDINACION EN LA CANCHA DE BASQUET DEL COLEGIO “BEREA”



ALUMNOS DEL COLEGIO BEREAS, EJECUTANDO “PASADAS” DESARROLLANDO LA CAPACIDAD DE COORDINACION PARA GENERAR UN BENEFICIO EN LA CAPACIDAD DE AGILIDAD.



NIÑOS Y NIÑAS DEL COLEGIO BEREÁ, REALIZANDO CALENTAMIENTO Y JUEGOS DE COORDINACIÓN





Fotos de alumnos del colegio Berea realizando el Test de los tacos



Anexo IV

Cuadro de relaciones capítulo I

Enunciado del problema	Objetivos	Supuestos	variables	Indicadores
<p>¿Ejercen los juegos de coordinación beneficio en el desarrollo de la capacidad de agilidad en los niños y niñas del primer ciclo del colegio Berea del municipio de mejicanos?</p>	<p>Aplicar un programa de juegos de coordinación que beneficien el desarrollo de la agilidad en los niños y niñas del primer ciclo del colegio “Berea” del municipio de Mejicanos, San Salvador durante el año lectivo 2011.</p> <p>Objetivo específico:</p> <p>-Verificar en qué medida, el desarrollo del programa de juegos de coordinación mejora la capacidad de agilidad de los niños y niñas del primer ciclo del colegio “Berea” del municipio de Mejicanos, San Salvador.</p> <p>-Ejecutar test de agilidad al de inicio y final del programa de juegos de coordinación.</p> <p>-Proponer un programa de juegos de coordinación para la mejora de la agilidad que contenga sesiones lúdicas y sirva de modelo en un futuro para la clase de educación física.</p>	<p>Los niños y niñas de primer ciclo del colegio “Berea” del municipio de Mejicanos del departamento de San Salvador mejoraran la capacidad resultante de agilidad después de desarrollar un programa de juegos de coordinación..</p> <p>La capacidad resultante de agilidad se mejorara a través de la implementación del programa juegos de coordinación, en los niños de primer ciclo, del colegio Berea del municipio de Mejicanos de San Salvador.</p> <p>-al comparar el test de agilidad de inicio y de final, existirá una mejora significativa en la agilidad de los niños y niñas del primer ciclo.</p> <p>-el programa de juegos de coordinación podrá servir de modelo en un futuro para la clase de Educación física y mejore el desarrollo motor de manera integral de los estudiantes de primer ciclo del colegio Berea del municipio de mejicanos del departamento de San Salvador</p>	<p>X: aplicación de juegos de coordinación.</p> <p>Y: desarrollo de la agilidad</p> <p>X: Verificar el programa de juegos de coordinación.</p> <p>Y: mejora de la capacidad de agilidad.</p> <p>X: aplicación del test de agilidad.</p> <p>Y: desarrollo de juegos de coordinación.</p> <p>X: mejora de la agilidad</p> <p>Y: modelo de sesiones lúdicas para la clase de educación física.</p>	<p>Colegio Berea</p> <p>Niños y niñas del primer ciclo</p> <p>Capacidad de coordinación</p> <p>Programa de juegos de coordinación</p> <p>Capacidad de agilidad</p>

ANEXO

CUADRO DE RELACIONES CAPITULO III

Tipo de investigcion	Población	muestra	Método estadístico	Metodo. Investigación	técnicas	Instrumentos
<p>Descriptiva, porque lo que se busca es medir una serie de características a qué medida el programa de juegos de coordinación mejora la capacidad de agilidad.</p>	<p>Está constituido por 100 estudiantes del primer ciclo colegio "Berea" del municipio de Mejicanos del turno matutino, entre ellos 40 pertenecen al primer grado de los cuales 25 son niños y 15 son niñas, 30 al segundo, de los cuales 18 son niños y 12 son niñas y 30 al tercero, de los cuales 17 son niños y 13 son niñas haciendo un total de 60 niños y 40 niñas que oscilan entre las edades de 7 y 9 años,</p>	<p>El tipo de muestra que se utilizara es la aleatorio simple ya que las características de la población es pequeña y se cuenta con listados ,100 estudiantes de edades entre 7 a 9 años por la muestra se escogerá de forma aleatoria donde se vean representados la cantidad de niños y niñas del primer ciclo del colegio "Berea" siendo en total 500 alumnos.</p>	<p>Se utilizara la estadística descriptiva, porque analiza, elabora y simplifica la información para que pueda ser interpretada cómodamente los posibles resultados que obtengamos en el pre-test y post-test, con el fin de corroborar la posible diferencia significativa entre una y otra prueba. La estadística que se empleara es de naturaleza cuantitativa puesto que se obtendrá valores numéricos a partir de los resultados que se obtengan en las pruebas.</p>	<p>El método que se va a utilizar, es el hipotético deductivo porque se trata de establecer la verdad o falsedad de los supuestos.</p>	<p>-test de los tacos: Que mide la velocidad y agilidad del</p> <p>-entrevista :conocer la opinión de 3 profesores de educación física, con respecto a la mejora de la capacidad de agilidad, por medio de un programa de juegos de coordinación aplicado en niños y niñas del primer ciclo del colegio berea.</p>	<p>-guía estructurada de entrevista. -implemento para clase y test de los tacos. -escaleras -conos - platos -aros -tubos -cancha de básquet -cronometro -silbato -</p>

ANEXO VI



ANEXO VII

PROGRAMA DE JUEGOS DE COORDINACION QUE
MEJOREN LA CAPACIDAD DE AGILIDAD

SESION: 1

CALENTAMIENTO

TIEMPO

Juego: “Gavilán pollero” (juego de desplazamiento) Objetivo: Fortalecer la capacidad temporo-espacial +desplazamientos. Los niños forman filas tomados por los hombros el primero tiene que tocar al último. El grupo no debe permitirlo	8’
--	-----------

PARTE PRINCIPAL

TIEMPO

JUEGOS DE LANZADAS Y ATRAPADAS Objetivo: Fortalecimiento de la coordinación óculo-manual y manejo de ubicación temporo-espacial. Una pelota de tenis por alumno. Realizar: <ul style="list-style-type: none">• Rebote• Rebote y atrapada• Rebote, giro y atrapada• Arriba y atrapada• Arriba, giro y atrapada• Arriba,giro, aplauso y atrapada	25’
--	------------

PARTE FINAL

TIEMPO

<ul style="list-style-type: none">• Caminata suave• Relajación del limón• flexibilidad	10’
--	------------

PROGRAMA DE JUEGOS DE COORDINACION QUE
MEJOREN LA CAPACIDAD DE AGILIDAD

SESION: 2

CALENTAMIENTO

TIEMPO

Juego: El carro (en parejas) Objetivo: coordinación general, fuerza Un niño toma a otro por detrás con una cuerda el cual conduce halando de los extremos Variante: el jugador de adelante es el que impone la fuerza.	5'
--	-----------

PARTE PRINCIPAL

TIEMPO

JUEGOS LA LLANTA LOCA Objetivo: fortalecimiento segmentario de la coordinación oculo-manual y oculo-podal Formamos dos grupos divididos en dos cada uno. Desde la posición de sentado; se levanta, rueda la llanta hasta el compañero del otro extremo pasando todos los obstáculos	25'
---	------------

PARTE FINAL

TIEMPO

<ul style="list-style-type: none">• Técnica de relajación de piso• flexibilidad	10'
--	------------

PROGRAMA DE JUEGOS DE COORDINACION QUE
MEJOREN LA CAPACIDAD DE AGILIDAD

SESION: 3

CALENTAMIENTO

TIEMPO

Juego: Los aros (juegos de coordinación) Objetivo: coordinación oculo-manual Desarrollo: Se colocaran conos en una distancia establecida el niño tratara de colar los aros por losespacios sin ser tocados, realizando desplazamiento lateral	10'
--	------------

PARTE PRINCIPAL

TIEMPO

JUEGOS DE LANZADAS Y ATRAPADAS Objetivo: Fortalecimiento de la coordinación óculo-manual y manejo de ubicación temporo-espacial. Una pelota de tenis por alumno. Realizar: <ul style="list-style-type: none">• Rebote• Rebote y atrapada• Rebote, giro y atrapada• Arriba y atrapada• Arriba, giro y atrapada• Arriba,giro, aplauso y atrapada	25'
--	------------

PARTE FINAL

TIEMPO

<ul style="list-style-type: none">• Caminata suave• Relajación del limón• flexibilidad	10'
--	------------

PROGRAMA DE JUEGOS DE COORDINACION QUE
MEJOREN LA CAPACIDAD DE AGILIDAD

SESION: 4

CALENTAMIENTO

TIEMPO

Juego: Rodamos (juegos de desplazamiento) Objetivo: controlar posturas y ubicación temporo-espacial Desarrollo: se forman tríos, uno se introduce en tres neumáticos, rodado por dos compañeros haciendo tres recorridos, sumando puntos en equipo	15'
---	------------

PARTE PRINCIPAL

TIEMPO

CIRCUITO DE COORDINACION Y AGILIDAD Objetivo: conjuntar diferentes ejercicios que nos permitan fortalecer los cambios de dirección, destreza, velocidad y mejora de lateralidades <ul style="list-style-type: none">• Salto de vallitas• Ziq-zaq (corto)• Zip-zap (largo)• Aros a velocidad• Frente-espalda	25'
--	------------

PARTE FINAL

TIEMPO

<ul style="list-style-type: none">• Relajación de piso• flexibilidad	10'
---	------------

PROGRAMA DE JUEGOS DE COORDINACION QUE
MEJOREN LA CAPACIDAD DE AGILIDAD

SESION: 5

CALENTAMIENTO

TIEMPO

Juego: Los canguros (juegos de desplazamiento) Objetivo: Conocer el cuerpo, equilibrio, coordinación Desarrollo: Establecer una línea de salida y de llegada. En parejas y con un balón, a la vos de mando desplazara (balón entre barbillas, brazos piernas, frente...)	10'
--	------------

PARTE PRINCIPAL

TIEMPO

CIRCUITO DE COORDINACION Objetivo: desarrollar ejercicios que nos permitan fortalecer los ejercicios de coordinación <ul style="list-style-type: none">• Paso obstáculo (steps)• Uno-dos/uno-dos• Velocidad frontal-espalda• Agilidad en aros• Pasada arriba abajo• Pasada de balones	25'
--	------------

PARTE FINAL

TIEMPO

<ul style="list-style-type: none">• Caminata suave• Relajación de piso• flexibilidad	10'
--	------------

PROGRAMA DE JUEGOS DE COORDINACION QUE
MEJOREN LA CAPACIDAD DE AGILIDAD

SESION: 6

CALENTAMIENTO

TIEMPO

Juego: El espiral (juegos de coordinación) Objetivo: Coordinación óculo-segmentario Desarrollo: Se dibuja un círculo de gran dimensión colocando conos en el centro. Desplazando al grupo a diferentes direcciones, lanzando una vez por grupo tratando de pegar las bolitas.	10'
--	------------

PARTE PRINCIPAL

TIEMPO

JUEGO RESCATE DE LA TORRE Objetivo: desarrollode la capacidad de coordinación con ejercicios pliometricos nivel 0. Se coloca 6-8 conos enumerados en todos los extremos de la cancha, los alumnos están al centro realizando ejercicios de coordinación (un pie, dos pies, centro gravedad baja, entradas....) A la señal van a la torre y tocan	25'
--	------------

PARTE FINAL

TIEMPO

<ul style="list-style-type: none">• Caminata suave• flexibilidad	10'
---	------------

PROGRAMA DE JUEGOS DE COORDINACION QUE
MEJOREN LA CAPACIDAD DE AGILIDAD

SESION: 7

CALENTAMIENTO

TIEMPO

Juego: Simon dice (juegos de reaccion) Objetivo: Rapida reacci3n, posturas corporales Desarrollo: El grupo se desplaza en un espacio delimitado a la voz de "simon dice" hay que ejecutar la orden. (saltar, correr, sentar....) penitencia al que se equivoca	8'
--	----

PARTE PRINCIPAL

TIEMPO

JUEGO EL PULPO Objetivo: En un terreno delimitado, por ejemplo 10x10m o 20x25m. todo el grupo intenta cruzar en breves segundos tras la se1al dada por el profe. El jugador que hace de pulpo esta a la mitad del terreno y en base a desplazamientos laterales, tratara de tocar al m1ximo numero de jugadores que quedaran eliminados.	25'
---	-----

PARTE FINAL

TIEMPO

<ul style="list-style-type: none">• Caminata suave• Relajaci3n de piso• flexibilidad	10'
--	-----

PROGRAMA DE JUEGOS DE COORDINACION QUE
MEJOREN LA CAPACIDAD DE AGILIDAD

SESION: 8

CALENTAMIENTO

TIEMPO

Juego: trenes ciegos (juegos de desplazamiento) Objetivo: Ubicación temporo-espacial, coordinación Desarrollo: Se forman dos o tres trenes, todos tomados por los hombros, con los ojos vendados, menos el ultimo, este es el que conduce el tren dando palmadas en el hombro hasta que al primer compañero.	15'
---	------------

PARTE PRINCIPAL

TIEMPO

JUEGO SERPIENTE LOCA Objetivo: Fortalecimiento de las capacidades de coordinación y agilidad Se forman dos grupos , formando dos filas sentados esperando turno por turno. Sale el primero pasando en ziq-zaq, con una cuchara toma una bola de ping-pong y la traslada hasta el slalom sin que caiga	20'
---	------------

PARTE FINAL

TIEMPO

<ul style="list-style-type: none">• Caminata suave• flexibilidad	10'
---	------------

PROGRAMA DE JUEGOS DE COORDINACION QUE
MEJOREN LA CAPACIDAD DE AGILIDAD

SESION: 9

CALENTAMIENTO

TIEMPO

Juego: El reloj (juegos de saltos) Objetivo: Ubicación temporo-espacial, agilidad. Desarrollo: El profesor forma al centro de un círculo girando una cuerda tratando de eliminar a los jugadores para esquivar hay que saltar, agachar, girar, rodar....	10'
---	------------

PARTE PRINCIPAL

TIEMPO

JUEGOS BLANCO Y NEGRO Objetivo: Fortalecimiento de la agilidad Con la aplicación de espacios coordinativos. Se forman dos grupos uno blanco y el otro negro en un espacio establecido se colocan de espaldas entre si. A la voz de mando cuando mencionen un equipo este tiene que correr a velocidad sin ser tocados por el otro	25'
--	------------

PARTE FINAL

TIEMPO

<ul style="list-style-type: none">• Caminata suave• flexibilidad	10'
---	------------

PROGRAMA DE JUEGOS DE COORDINACION QUE
MEJOREN LA CAPACIDAD DE AGILIDAD

SESION: 10

CALENTAMIENTO

TIEMPO

Juego: la caza del zorro (juegos de desplazamiento) Desarrollo: Se forman dos grupos se coloca una cola en un tiempo determinado, el otro grupo trata de patear la cola y sacar a los adversarios del juego, gana el grupo que quite mas colas en el juego	10'
--	------------

PARTE PRINCIPAL

TIEMPO

JUEGO LA VEREDA CAMBIANTE Diseñar o dibujar a lo largo del espacio una cuadrícula con cada hueco con espacios de 50cm compitiendo por grupos/parejas a la voz de mando <ul style="list-style-type: none">• Un pie• Pie juntos• Saltos• De espalda• lateral	25'
--	------------

PARTE FINAL

TIEMPO

<ul style="list-style-type: none">• Caminata suave• flexibilidad	10'
---	------------

PROGRAMA DE JUEGOS DE COORDINACION QUE
MEJOREN LA CAPACIDAD DE AGILIDAD

SESION: 11

CALENTAMIENTO

TIEMPO

Juego: Pelota al aire (juegos de desplazamiento) Desarrollo: Todos los jugadores en el centro en diferentes desplazamientos, uno lanza el balón al aire diciendo el nombre de uno del grupo, tratando de desplazarse la máxima distancia posible. Dando traspasos para tocar a uno si no la toca el tendrá que ejecutar la penitencia	10'
--	------------

PARTE PRINCIPAL

TIEMPO

JUEGO LA COBRA Con una soga larga; amarrar la en una base estatica. El profe se agacha y sacude la cuerda a forma de crear ondas cortas, largas, medias, los alumnos tienen que cruzar sin ser tocados por la cobra /// con un pie saltando, etc...	25'
--	------------

PARTE FINAL

TIEMPO

<ul style="list-style-type: none">• Caminata suave• flexibilidad	10'
---	------------

PROGRAMA DE JUEGOS DE COORDINACION QUE
MEJOREN LA CAPACIDAD DE AGILIDAD

SESION: 12

CALENTAMIENTO

TIEMPO

Juego: encantados (juegos de desplazamiento) Objetivo: Fortalecer la agilidad y velocidad de desplazamiento. Se quedan dos tratando de encontrar a los demás y ver que no libren	10'
---	------------

PARTE PRINCIPAL

TIEMPO

JUEGO LA MAREA ALTA Con una cuerda elástica largo dos profes forman los extremos en un cuadrado de 20x20m. pasan por distintas direcciones y con el mar a diferentes alturas a manera que los alumnos: salten, rueden se agachen, con el fin de no ser tocados	25'
---	------------

PARTE FINAL

TIEMPO

<ul style="list-style-type: none">• Caminata suave• Relajación de piso• flexibilidad	10'
--	------------

PROGRAMA DE JUEGOS DE COORDINACION QUE
MEJOREN LA CAPACIDAD DE AGILIDAD

SESION: **13**

CALENTAMIENTO

TIEMPO

Juego: El pistolero (juegos de ubicación temporo-espacial) Todos los alumnos se desplazan con la cabeza hacia abajo: al topar con los otros quien diga el nombre primero gana	8'
---	-----------

PARTE PRINCIPAL

TIEMPO

JUEGO LA ARAÑA Y LAS MOSCAS En un rectángulo, un jugador es la araña; persigue a las moscas para capturarlas e ir formando la tela. La araña correra hacia adelante teniendo prohibido retroceder o cambiar de sentido. Las moscas capturadas se quedan inmóviles con brazos y piernas abiertas	10'
--	------------

PARTE FINAL

TIEMPO

<ul style="list-style-type: none">• Caminata suave• Relajación de piso• flexibilidad	10'
--	------------

PROGRAMA DE JUEGOS DE COORDINACION QUE
MEJOREN LA CAPACIDAD DE AGILIDAD

SESION: 14

CALENTAMIENTO

TIEMPO

Juego: Comecocos y fantasmas Dos son los comecocos, estos persiguen a los fantasmas los cuales podrán huir solo por las líneas de la cancha	10'
---	------------

PARTE PRINCIPAL

TIEMPO

JUEGO QUEMADO Objetivo: Fortaleces y desarrollar los aspectos de psicomotricidad. El profe en un espacio marcado tira balones a manera que todos tienen que esquivarlos a como de lugar. Tratando de no ser quemados por el quemador	25'
--	------------

PARTE FINAL

TIEMPO

<ul style="list-style-type: none">• Relajación de piso• flexibilidad	10'
---	------------