



# **UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE**

## **FACULTAD DE EDUCACIÓN CIENCIA Y TECNOLOGÍA**

### **TEMA:**

**“Procesos metodológicos que se emplean en la formación motora de los niños de las niñas de 8 años de la Unidad Educativa Sagrado Corazón de Jesús Hermanas “Bethlemitas” en el período 2018.”**

**Trabajo de Grado previo a la obtención del título de Licenciado en Entrenamiento Deportivo**

### **AUTOR:**

**Pérez Gómez Christian Alexander**

### **DIRECTOR:**

**Msc. Washington Suasti Velasco**

**Ibarra, 2018**



## UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE BIBLIOTECA UNIVERSITARIA

### AUTORIZACIÓN DE USO Y PUBLICACIÓN A FAVOR DE LA UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE

#### 1. IDENTIFICACIÓN DE LA OBRA

En cumplimiento del Art. 144 de la Ley de Educación Superior, hago la entrega del presente trabajo a la Universidad Técnica del Norte para que sea publicado en el Repositorio Digital Institucional, para lo cual pongo a disposición la siguiente información:

DATOS DE CONTACTO			
<b>CÉDULA DE IDENTIDAD:</b>	172840831-9		
<b>APELLIDOS Y NOMBRES:</b>	PÉREZ GÓMEZ CHRISTIAN ALEXANDER		
<b>DIRECCIÓN:</b>	AV. 13 DE ABRIL E IMBABURA		
<b>EMAIL:</b>	cristianrolo2009@hotmail.com		
<b>TELÉFONO FIJO:</b>	062510453	<b>TELÉFONO MÓVIL:</b>	0988049708

DATOS DE LA OBRA	
<b>TÍTULO:</b>	"PROCESOS METODOLÓGICOS QUE SE EMPLEAN EN LA FORMACIÓN MOTORA DE LOS NIÑOS DE LAS NIÑAS DE 8 AÑOS DE LA UNIDAD EDUCATIVA SAGRADO CORAZÓN DE JESÚS HERMANAS "BETHLEMITAS" EN EL PERIODO 2018."
<b>AUTOR:</b>	PÉREZ GÓMEZ CHRISTIAN ALEXANDER
<b>FECHA:</b>	15 de noviembre del 2018
SOLO PARA TRABAJOS DE GRADO	
<b>PROGRAMA:</b>	<input type="checkbox"/> PREGRADO <input type="checkbox"/> POSGRADO
<b>TÍTULO POR EL QUE OPTA:</b>	
<b>ASESOR /DIRECTOR:</b>	Msc. Washintong Suasti Velasco

#### 2. CONSTANCIAS

El autor manifiesta que la obra objeto de la presente autorización es original y se la desarrolló, sin violar derechos de autor de terceros, por lo tanto, la obra es original y que es el titular de los derechos patrimoniales, por lo que asume la responsabilidad sobre el contenido de la misma y saldrá en defensa de la Universidad en caso de reclamación por parte de terceros.

Ibarra, a los 9 días del mes de enero de 2019

**EL AUTOR:**

(Firma).....  


Nombre: PÉREZ GÓMEZ CHRISTIAN ALEXANDER

### CERTIFICACIÓN DEL DIRECTOR O ASESOR

Luego de haber sido designado por el Honorable Consejo Directivo de la Facultad de Educación, Ciencia y Tecnología de la Universidad Técnica del Norte de la ciudad de Ibarra, he aceptado participar como Director del Trabajo de Grado con el siguiente tema: "Procesos metodológicos que se emplean en la formación motora de los niños de las niñas de 8 años de la Unidad Educativa Sagrado Corazón de Jesús Hermanas "Bethlemitas" en el período 2018." Trabajo realizado por el señor egresado: Pérez Gómez Christian Alexander previo a la obtención del título de Licenciado en Entrenamiento Deportivo.

Al ser testigo presencial y corresponsable directo del desarrollo del presente trabajo de investigación que reúne los requisitos y méritos suficientes para ser sustentado públicamente ante el tribunal que sea designado oportunamente.

Es lo que puedo certificar en honor a la verdad.

El Director

Msc. Washington Suasti Velasco




Ibarra, 15 de Noviembre del 2018

**APROBACIÓN DEL TRIBUNAL**  
**UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE**  
**FACULTAD DE EDUCACIÓN CIENCIA Y TECNOLOGÍA**

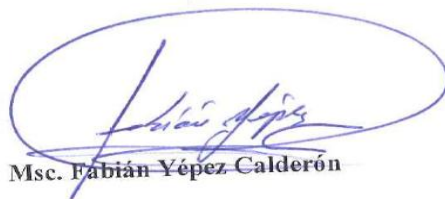
Los miembros del Tribunal aprueban el informe de investigación, sobre el tema: "Procesos metodológicos que se emplean en la formación motora de los niños de las niñas de 8 años de la Unidad Educativa Sagrado Corazón de Jesús Hermanas "Bethlemitas" en el período 2018.", del egresado Pérez Gómez Christian Alexander, previo a la obtención del título de Licenciado en Entrenamiento Deportivo.

Ibarra, 15 de Noviembre de 2018

**Para constancia firman**

  
Msc. Washington Suasti Velasco  
DIRECTOR

  
Msc. Hugo Pérez  
MIEMBRO DEL TRIBUNAL

  
Msc. Fabián Yépez Calderón  
MIEMBRO DEL TRIBUNAL

  
Msc. Vicente Yandún Yalamá  
MIEMBRO DEL TRIBUNAL

### AUTORÍA

Yo, Pérez Gómez Christian Alexander con cédula de ciudadanía 1728408319 declaro bajo juramento que la presente investigación es de total responsabilidad del Autor, y que se han respetado las diferentes fuentes de información realizando citas correspondientes.



Sr. Pérez Gómez Christian Alexander

C.I: 1728408319

## RESUMEN

La investigación considera los "Procesos metodológicos utilizados en el entrenamiento motor de niños de 8 años en la Unidad Educativa" Sagrado Corazón de Jesús "Bethlemitas" en el periodo 2018. "Este trabajo de grado tuvo como objetivo determinar los procesos metodológicos utilizados por los docentes en la formación motora de niños de 8 años. Posteriormente, se contextualizó el problema, se justificaron los objetivos y se formuló el problema. Para la creación del Marco teórico se investigaron las categorías relacionadas con los procesos metodológicos y la motricidad: libros, revistas, internet y otros. Posteriormente, se desarrolló el Marco Metodológico, que se refiere a los tipos de investigación, métodos, técnicas e instrumentos, matriz de diagnóstico, luego se aplicaron las encuestas a los maestros y una hoja de observación para los niños y pruebas físicas sobre la formación motora. La información fue representada en tablas, cada una de las preguntas fue analizada e interpretada. Después de redactar las conclusiones y recomendaciones, relacionadas con los objetivos para el desarrollo y construcción de la guía didáctica, con ejercicios relacionados con el entrenamiento motor de los niños. El entrenamiento motor es la base para ejecutar los movimientos, las habilidades motoras propias de la edad, por eso se les debe enseñar con una variedad de ejercicios, siguiendo una metodología lúdica, es decir, que los niños aprenden los movimientos jugando para desarrollar sus habilidades básicas de manera adecuada.

**Palabras clave:** Procesos metodológicos, motricidad, niños, guía didáctica.

### ABSTRACT

The research considers the "Methodological processes used in the motor training of 8 year-old children in the "Sagrado Corazón de Jesús- Bethlemitas" Educational Unit "in 2018." This degree work was intended to determine the methodological processes used by trainers in motor training in 8-year-old children. Subsequently, the problem was contextualized, the objectives justified and the problem formulated. For the creation of the Theoretical Framework the categories related to the methodological processes and motor training were researched books, magazines, the internet and other documents. Subsequently, the Methodological Framework was developed, which refers to the types of research, methods, techniques and instruments, diagnostic matrix, then the surveys were applied to the teachers and an observation sheet for the children and physical tests about the motor training, the information was represented in tables, each of the questions were analyzed and interpreted, observations, and tests were applied to children. After drafting the conclusions and recommendations, related to the objectives for the development and construction of the didactic guide, with exercises related to motor training of children. The motor training is the basis to execute the movements, the motor skills that are proper of the age, that is why they should be taught with a variety of exercises, following a playful methodology, that is to say that the children learn the movements playing and learn to execute the movements to develop their basic skills in an appropriate way.

**Keywords:** Methodological processes, Motor training, children, didactic guide

Victor Rodriguez  
1715496129  
Miz Pucall



## **DEDICATORIA**

A mi madre, esposa e hija quienes a lo largo de mi vida han velado por mi bienestar y progreso siendo mi apoyo en todo momento, para obtener una educación de calidad, al servicio de la juventud. También a quienes me han apoyado con su comprensión en todo momento a lo largo de mis estudios en la Carrera de Entrenamiento Deportivo

Christian Alexander



## **AGRADECIMIENTO**

A la Universidad Técnica del Norte por brindarme la oportunidad de aprender y superarme constantemente, cualidades educativas que garantizan mi éxito personal y profesional. A la Facultad de Educación Ciencia y Tecnología y de manera muy especial a la Carrera de Entrenamiento Deportivo.

Un agradecimiento muy especial al Msc. Washington Suasti Director de Trabajo de grado, quien con su conocimiento científico y académico ha orientado y contribuido en la realización de este valioso trabajo.

Agradezco a las Autoridades, Docentes, Padres de familia y niñas de la Unidad Educativa Sagrado Corazón de Jesús Hermanas “Bethlemitas” de la ciudad de Ibarra en el período 2018.” quienes aportaron para que se realice el presente trabajo de investigación.

Christian

## ÍNDICE DE CONTENIDOS

CERTIFICACIÓN DEL DIRECTOR.....	ii
PÁGINA DE APROBACIÓN DEL TRIBUNAL.....	iii
AUTORÍA.....	iv
RESUMEN.....	v
ABSTRACT.....	vi
DEDICATORIA.....	vii
AGRADECIMIENTO.....	viii
ÍNDICE	DE ix
CONTENIDOS.....	x
ÍNDICE DE TABLAS.....	xii
ÍNDICE DE GRÁFICOS.....	1
INTRODUCCIÓN.....	2
Contextualización del problema.....	6
Justificación.....	7
Objetivos.....	

Preguntas de investigación.....	8
CAPÍTULO I.....	9
1. MARCO TEÓRICO.....	9
1.1 Procesos metodológicos.....	9 10
1.2 Factores que condicionan la técnica metodológica.....	14
1.3 Fases de planteamiento y elaboración.....	24
1.4 Fase de ejecución.....	30
1.6 Formación motora.....	31 37
1.7 Habilidades motrices.....	41
1.8 Capacidades físico motrices.....	45 45
1.9 Capacidades coordinativas.....	45
CAPÍTULO II.....	45
2. MARCO METODOLÓGICO.....	46
2.1 Tipo de Investigación.....	47
2.2 Métodos.....	48
2.3 Técnicas e Instrumentos.....	48
2.4 Matriz de Relación.....	49
2.5 Población.....	

2.6	Muestra.....	49
CAPÍTULO III.....		49
3	ANÁLISIS Y DISCUSIÓN DE RESULTADOS.....	61
3.1	Resultados de la encuesta aplicada a los docentes.....	69
		79
3.2	Resultado de los test aplicada a los niños.....	79
		79
3.3	Resultados de la ficha de observación aplicada a los niños.....	79
		79
CAPÍTULO IV.....		80
4	PROPUESTA.....	92
4.1	Titulo de la Propuesta.....	92
4.2	Justificación.....	92
4.3	Fundamentación.....	92
4.4	Objetivos.....	93
4.4.1	Objetivo General.....	124
4.4.2	Objetivos Especificos.....	124
4.5	Ubicación Sectorial y Física.....	125
4.6	Desarrollo de la Propuesta.....	126
		128
4.7	Impacto.....	130

4.8	Difusión.....	130
4.9		133
	Conclusiones.....	135
4.10	Recomendaciones.....	136
4.11	Contestación a las preguntas de investigación.....	137
	FUENTES DE INFORMACIÓN.....	138
	Glosario de términos.....	139
	Referencias bibliográficas.....	140
	Anexos.....	143
	Árbol de problemas.....	144
	Matriz Coherencia.....	
	Matriz de Categorical.....	
	Matriz de relación.....	
	Encuesta a docentes.....	
	Ficha de Observación.....	
	.....	
	Fotografías.....	

	49
	50
	51
	52
	53
	54
	55
<b>INDICE DE TABLAS</b>	56
Tabla N° 1 Conocimiento que tienen acerca procesos metodológicos.....	57
Tabla N° 2 Características cognoscitivas, motrices y afectivas.....	58 59
Tabla N° 3 Recursos materiales para el desarrollo formación motora.....	60

Tabla N° 4	Contenidos de acuerdo a las necesidades e intereses.....	61
Tabla N° 5	Variedad de métodos didácticos en una misma sesión.....	62
Tabla N° 6	Aplica las fases de los procesos didácticos.....	63
		64
Tabla N° 7	Diseña diariamente su plan de clase.....	65
Tabla N° 8	Conoce como se clasifica la motricidad.....	66
Tabla N° 9	Desarrolla y evalúa las capacidades físicas motoras.....	67
Tabla N°10	Ejercicios para el desarrollo capacidades coordinativas.....	68
		69
Tabla N° 11	Elabore una propuesta alternativa de procesos metodológicos....	70
Tabla N° 12	Propuesta alternativa ayudara a mejorar los procesos.....	71
		72
Tabla N° 13	Correr en línea recta.....	73
Tabla N° 14	Correr en zig zag.....	74
Tabla N° 15	Lanzar con la mano derecha.....	75
		76
Tabla N° 16	Lanzar con la mano izquierda .....	77
Tabla N° 17	Resistencia 800 metros.....	78
Tabla N° 18	Saltar con los pies juntos.....	
Tabla N° 19	Saltar alternando	

pies.....	
Tabla N° 20	Test de flexibilidad.....
Tabla N° 21	Dominio de boteo con la mano derecha.....
Tabla N° 22	Dominio de boteo con la mano izquierda.....
Tabla N° 23	Dominio de conducción con el pie derecho.....
Tabla N° 24	Dominio de conducción con el pie izquierdo.....
Tabla N° 25	La niña sabe diferenciar o regular sus movimientos.....
Tabla N° 26	La niña se orienta en el espacio.....
Tabla N° 27	La niña mantiene el equilibrio de manera estática.....
Tabla N° 28	La niña se anticipa a los movimientos que realice su compañero.
Tabla N°29	La niña corre a diferentes ritmos y distancias.....
Tabla N° 30	La niña realiza una adecuada combinación motora.....





## **Introducción**

Para facilitar y optimizar los procesos metodológicos de aprendizaje de los diferentes aspectos relacionados con la formación motora se han puesto de manifiesto diversos procedimientos para enseñar a los niños actividades que contribuyan en la formación motriz, es decir que los aprendizajes de la motricidad tanto gruesa como fina sean significativas, para ello se propone numerosas actividades, como son la formulación de los objetivos, es decir a donde se quiere llegar y que es lo que se quiere desarrollar en los niños, también se hace conocer la actividad que se va a desarrollar, la tarea y los resultados a conseguir, la diversificación de estas actividades ayudaran al adecuado desarrollo del cuerpo y de la mente.

Una de las condiciones fundamentales para el aprendizaje de la formación motora en los niños es la práctica de la tarea, para ello los entrenadores deben aplicar variedad de actividades pedagógicas, uno de ellos es la repetición de los gestos técnicos de una disciplina o mejor dicho el desarrollo multilateral, donde los niños vayan adaptándose a los diferentes movimientos, es decir entran en un periodo de adaptación cuya finalidad es el aprendizaje motor, para lo cual los entrenadores deben tener claro sus objetivos, que tareas se les debe impartir, considerando los intereses y necesidades de acuerdo a la edad biológica y cronológica de los niños, a más de tener un conocimiento de los temas y subtemas el entrenador deberá dominar variedad de métodos, técnicas y procedimientos, para que los niños aprendan los diversos contenidos de manera significativa, para ello los entrenadores deben utilizar variedad de métodos y medios de enseñanza para adquirir el nuevo conocimiento.

**Tema:**

“Procesos metodológicos que se emplean en la formación motora de las niñas de 8 años de la Unidad Educativa Sagrado Corazón de Jesús Hermanas “Bethlemitas” en el período 2018.”,

**Contextualización del problema.**

La toma de decisiones de los profesores de educación física y de los entrenadores en estas edades tempranas es muy fundamental a la hora de diseñar el proceso de enseñanza aprendizaje de la formación motora, los aspectos que seleccione el entrenador a la hora de seleccionar e impartir un conocimiento es de vital importancia, es decir antes de enseñar un contenido o una actividad motriz, se debe concretar la parte descriptiva del currículo, partiendo de la interacción entre sus componentes es decir en el planteamiento de los objetivos, concretar las actividades de acuerdo a la edad biológica y cronológica, seleccionar los métodos, técnica, procedimientos, con el objetivo de que los niños desarrollen sus habilidades técnicas de manera significativa, también el docente debe estar dotado de los materiales necesarios para impartir alguna actividad que ayuden en los procesos de formación deportiva y finalmente el docente debe evaluar bajo parámetros establecidos por el ministerio de educación, para valorar los niveles alcanzados por los niños.

Frente a esta situación se hace las siguientes preguntas ¿los entrenadores o profesores de educación física están utilizando las metodologías adecuadas? ¿Qué ocurre cuando los conocimientos previos provienen de un medio social desconocido

prácticamente por el entrenador? ¿Existe los materiales necesarios para impartir es conocimientos?¿El entrenador domina variedad de ejercicios para impartir la formación a los niños. Estas y tantas preguntas quedan flotando y son problemas latentes que se percibe en la mayoría de entrenadores que están al frente de este grupo de niños.

La formación motora tiene gran importancia en los primeros años de vida de los niños, aun así en los centros educativos no se trabaja ni se le da la importancia que se le debería dar la formación motora sirve tanto como para que el niño mejore en los aprendizajes como para que evolucione su personalidad, ayuda al niño a ser más autónomo, equilibrado y feliz. Antes se utilizaba en caso de que el niño tuviese un retraso psicomotor, discapacidad o alguna debilidad o dificultad

La formación motora es una de las cinco tendencias que toman parte en el currículo de la educación física escolar. Algunos docentes en lugar de psicomotricidad dicen estar impartiendo educación física de base que según ellos se tratan de habilidades y destrezas que son necesarias en la edad temprana para trabajar la multilateralidad y más adelante permitir trabajar de forma más compleja al estudiante

En muchos casos se cree que el empezar desde muy temprano practicando un deporte se va a conseguir el éxito, pero no es así. No es para nada conveniente la especificación de un niño en un deporte porque no va a poder desarrollar todas sus destrezas y va a tener deficiencias en el futuro. El desarrollo del niño está diferenciado por etapas y si no se respetan esas etapas se pueden generar problemas en el niño, no hay que pretender que cada una de esas etapas pase lo más rápido posible sino que hay que respetar los tiempos y el orden de estas eligiendo bien las tareas y por supuesto la

forma de realizarlas Es aconsejable que el niño realice clases de formación motora para luego más adelante participe en clases multideportivas preferiblemente.

Por todo ello, como objetivo, se quiere resaltar la importancia que tiene que se trabaje la formación motora en las primeras etapas de vida, hasta que el niño en la tercera infancia, 12 años, alcance un desarrollo motor adecuado y pueda desarrollar de manera más eficiente su motricidad en otros deportes. Se pretende hacer saber la relevancia que tiene trabajar la psicomotricidad en clases extraescolares ya que en el colegio no se dispone del tiempo necesario para completar los objetivos educativos. Es importante que según el desarrollo del niño también se desarrollen sus habilidades y en caso de tener alguna dificultad o problema detectarlo lo antes posible para poder tratarlo y reducirlo.

El entrenador de niños, no debe olvidar que es un educador de personas, por lo que debe tener una visión amplia de las necesidades formativas de los niños. Manejar bien las posibilidades excepcionales es una habilidad fundamental para cualquier entrenador, pero sobre todo para aquellos que dirigen a los niños y adolescentes.

El entrenador antes de enseñar debe conocer de los medios de que dispone es decir campo, pista, balones, porterías, conos, cronómetros, canchas de basquetbol, ulas, escaleras, bancos, pañuelos, cintas, cuerdas etc. para obtener el máximo rendimiento en cuanto al aprendizaje y desarrollo motriz, también es importante destacar que el entrenador debe dominar variedad de Procesos metodológicos que contribuyan al desarrollo de la formación motora.

El surgimiento y desarrollo de los conceptos de formación motora han creado la necesidad de reformular el trabajo con el cuerpo y plantear nuevos enfoques

pedagógicos, algunos de los cuales han dado nacimiento a la ciencia de la motricidad humana. Esta nueva ciencia propende por una pedagogía de la motricidad concebida como movimiento intencionado, que expresa todos los potenciales de la corporeidad.

Una mala formación motora en los niños y niñas en gran medida se da por la falta de procedimientos metodológicos pedagógicos y didácticos que emplean los entrenadores, monitores, y profesores de educación física lo cual conlleva a que estos tengan problemas de coordinación la cual es tan importante en el entrenamiento deportivo para su desarrollo deportivo.

El desconocimiento de los entrenadores de los procesos metodológicos de la forma de impartir las clases en estas edades tempranas ha ocasionado serias consecuencias como niños con un déficit de desarrollo motriz, lo que ha ocasionado que tengan dificultades para aprender algún movimiento.

Escaza variedad de medios y ejercicios utilizados por parte de los entrenadores para el desarrollo de la formación motora, todos estos aspectos ha generado una apatía por el aprendizaje de los movimientos corporales, que son la base para el aprendizaje de futuros movimientos de mucha mayor complejidad.

Los entrenadores desconocen la clasificación y los objetivos que persigue cada juego, con el objetivo de desarrollar la motricidad, si bien es cierta la motricidad es un término bastante amplio que engloba algunos aspectos relacionados con la formación motora, de algunos movimientos sean estos gruesos o finos, para ello se debe seleccionar variedad de ejercicios, con el objetivo de mejorar sus movimientos

corporales y aplicar en los diferentes deportes, que se ha seleccionado, para ello el entrenador deberá utilizar una metodología multivariada.

### **Justificación**

La investigación propuesta se justifica por las siguientes razones, de acuerdo al diagnóstico presentado lo que permitido proponer nuevas alternativas al problema detectado con respecto a los procesos metodológicos para la enseñanza y desarrollo de la formación motora de los estudiantes, que se forman en esta importante institución.

El trabajo de investigación es original porque es la primera vez que se eleva a nivel de trabajo de grado en esta institución, y también porque es tema que ha sido poco abordado por otras instituciones de Educación Superior, razón por la cual merece un estudio minucioso, para conocer las fortalezas y debilidades con respecto al empleo de los procesos metodológicos y la formación motora.

El problema propuesto es de gran importancia, porque primeramente se tratará acerca de que procesos metodológicos utiliza para la enseñanza y desarrollo de la formación motora, al respecto se manifiesta que este es un problema actual y merece un estudio pormenorizado para tener un diagnóstico realista acerca de que métodos, técnicas, procedimientos y medios didácticos utilizan los entrenadores para formar a los niños de una manera adecuada. El uso y aplicación de los procesos didácticos, siempre ha sido un gran problema cuando de educación se trata en todos los niveles educativos, es por ello que a los docentes siempre se les debe capacitar con respecto a la utilización de estos procesos metodológicos, porque primeramente se está tratando con seres humanos. Luego de obtener los resultados, esta investigación tendrá varios beneficiarios

y utilidades, por ejemplo los principales beneficiarios de esta investigación serán los entrenadores, docentes.

Con la implementación de esta propuesta alternativa tendrá gran utilidad teórica, practica y metodológica, analizándola primera, los docentes y entrenadores tendrán un medio de consulta para que los docentes pongan en práctica en las clases cotidianas los ejercicios y actividades propuestas con el objetivo de ir mejorando el desarrollo motor de los niños. Es factible porque existe la predisposición de los docentes, entrenadores, niños para que se lleve a cabo esta investigación, es factible porque los gastos de orden técnico serán cubiertos en su totalidad por el investigador.

## **Objetivos**

### ***Objetivo General***

- Establecer los procesos metodológicos que emplean los docentes en el desarrollo de la formación motora en las niñas de 8 años de la Unidad Educativa Sagrado Corazón de Jesús Hermanas “Bethlemitas”

### ***Objetivo Específico***

- Diagnosticar el grado de conocimiento que tienen los docentes acerca de los procesos metodológicos de la enseñanza de la formación motora de las niñas de 8 años de la Unidad Educativa Sagrado Corazón de Jesús Hermanas “Bethlemitas”



- Analizar si el docente dentro de los procesos de formación motora selecciona los contenidos de acuerdo a las necesidades e intereses de las niñas de 8 años de la Unidad Educativa Sagrado Corazón de Jesús Hermanas “Bethlemitas”
- Evaluar las capacidades físico motrices de las niñas 8 años de la Unidad Educativa Sagrado Corazón de Jesús Hermanas “Bethlemitas”
- Valorar las capacidades coordinativas de las niñas 8 años de la Unidad Educativa Sagrado Corazón de Jesús Hermanas “Bethlemitas”
- Elaborar una propuesta alternativa de procesos metodológicos para el desarrollo de la formación motora en las niñas 8 años.

### **Preguntas de Investigación**

- ¿Cuál es el grado de conocimiento que tienen los docentes acerca de los procesos metodológicos de la enseñanza de la formación motora de las niñas de 8 años de la Unidad Educativa Sagrado Corazón de Jesús Hermanas “Bethlemitas”?
- ¿El docente dentro de los procesos de formación motora selecciona los contenidos de acuerdo a las necesidades e intereses de las niñas de 8 años de la Unidad Educativa Sagrado Corazón de Jesús Hermanas “Bethlemitas”?
- ¿Cuál es el nivel de desarrollo las capacidades físico motrices de las niñas 8 años de la Unidad Educativa Sagrado Corazón de Jesús Hermanas “Bethlemitas”?
- ¿Cuál es el nivel de desarrollo las capacidades coordinativas de las niñas 8 años de la Unidad Educativa Sagrado Corazón de Jesús Hermanas “Bethlemitas”?

- ¿La aplicación de una propuesta alternativa de procesos metodológicos ayudaran al desarrollo de la formación motora para las niñas 8 años?

## **FORMULACIÓN DEL PROBLEMA**

- ¿La inadecuada utilización de los procesos metodológicos influye en el desarrollo de la formación motora en las niñas de 8 años de la Unidad Educativa Sagrado Corazón de Jesús Hermanas “Bethlemitas”?

## **CAPÍTULO I**

### **1. MARCO TEÓRICO**

#### **1.1 Procesos metodológicos**

El gran reto de la enseñanza y por tanto de las innovaciones metodológicas, para este nuevo milenio, es trasladado el centro de atención de la didáctica desde la enseñanza del profesor al aprendizaje del alumno. Por tanto, más que cambios en los mecanismos es necesario afrontar el cambio en la orientación de la enseñanza. De ahí que será necesario concebir y diseñar procesos de enseñanza aprendizaje más dedicados a estos resultados.

En definitiva, lograr que la docencia pase de estar apoyada en la función de la enseñanza a forjarla en función del aprendizaje, donde la responsabilidad primordial del docente sean sus alumnos. Centrada en la enseñanza a estarlo en el aprendizaje, por lo tanto los factores cognitivos, meta cognitivos, meta motricidad, sociales y emocionales que condicionan el aprendizaje de los alumnos ha de ser tenido en cuenta o han de repercutir en las innovaciones didácticas (que como puede observar puede centrarse de mi propia condición de maestro y profesor de Educación Física. (Gil P. , 2004, pág. 23)

Para lograr una buena práctica educativa, se debe tomar muy en cuenta los procesos metodológicos que se van a enseñar, pues se abarca una gran cantidad de estrategias didácticas, que se refiere a los métodos, técnicas, procedimientos, materiales didácticos, objetivos, contenidos y finalmente los procesos de evaluación que son importantes dentro del proceso enseñanza aprendizaje. Finalmente los procesos metodológicos son el camino para llegar a un fin. Los procesos metodológicos son herramientas didácticas que el docente debe administrar para brindar mejores clases de calidad.

## **1.2 Factores que condicionan la técnica metodológica**

Existe un gran variedad de factores que ayudan a la enseñanza de la educación física, por buena o mala que sea la metodología de enseñanza empleada, esta nunca debe estar al margen de la influencia de ciertos factores, como son primeramente la organización general del trabajo, la actitud y aptitud del profesor, la organización de los alumnos para el trabajo, los clubes deportivos, respetar las diferencias individuales de los estudiantes, tomando en cuenta que se está trabajando con grupos heterogéneos, los principios metodológicos, la sencillez y complejidad de los ejercicios, el entorno, los materiales y las estrategias metodológicas que son la columna vertebral, unas están centradas en la personalidad del docente y la otra en la personalidad del estudiante.

La necesidad de una didáctica específica de la educación física y el deporte es incuestionable, ya que presenta unos contenidos cuya diferenciación y especificidad son muy evidentes, manifestación de resultados, metodología de enseñanza, relaciones interpersonales y estructura de organización. (Arregui, 2000, pág. 17)

La didáctica de la educación física y el deporte da respuesta a la singularidad de sus contenidos en el proceso de enseñanza aprendizaje, de ahí que se constituya como un medio o una herramienta para que los niños aprendan las diferentes habilidades motrices básicas.

### **1.2.1 Entorno**

La importancia del entorno en educación adquiere singular sentido cuando nos fijamos en un aspecto concreto de la misma como es el caso de la coeducación. En efecto, es sabido que las relaciones de poder se suelen simbolizar mediante el espacio, de tal manera, que la jerarquía se aprecia por quien ocupa el lugar central. Pues bien este diferente uso del espacio tiene sus consecuencias en el campo de la educación y en especial en aquellos aspectos coeducativos. Ciertamente, es conocida la imagen del patio de recreo de un centro escolar en donde los estudiantes mayores expulsan a los más pequeños y a las niñas de aquellos lugares que prefieren o momentáneamente desean.

Estas situaciones descritas tienen una gran carga simbólica, de tal manera que ellos ocupan y ocuparan los espacios públicos, mientras que ellas se habrán de conformar con los privados y domésticos. Así como la escuela a través de la utilización de los espacios, refuerza los estereotipos sexistas reproduciendo y manteniendo dos mundos divididos y jerarquizados, uno de mayor prestigio social, el masculino y otro devaluado, el femenino. (Contreras, 2000, pág. 137)

El entorno juega un papel importante dentro de las instalaciones deportivas, cada espacio es un laboratorio, para que las niñas aprendan los diferentes movimientos

corporales, para ello la escuela debe contar con espacios listos para su funcionamiento y desarrollo.

### ***1.2.2 Características de los alumnos***

Teniendo en cuenta que hasta los 8 años, con la llegada de los cambios puberales no existen diferencias entre los dos sexos en capacidades físicas y motrices, podemos llegar a la conclusión de que el mayor dominio motor, en ámbitos concretos, por parte de las estudiantes, está condicionado por factores de práctica motriz vinculados al proceso de socialización. En consecuencia, si ofrecemos para todos y toda una Educación Física que explore las distintas posibilidades de movimiento, podemos participar en la formación de personas capacitadas para cualquier tipo de actividad motriz, independientemente de su sexo.

Con respecto a las características cognoscitivas se refiere al periodo racional con gran desarrollo de la atención y las funciones intelectuales. Deduce e induce lo que permite ordenar sus ideas. Al final de este periodo el joven alcanza posibilidades perceptivas, comprensivas, analíticas parecidas a la de un adulto. En cuanto a las motrices, se refiere debido al tremendo impulso del crecimiento especialmente en la talla, se presentan desequilibrios funcionales y aparece un freno al desarrollo de la coordinación. Los músculos crecen a lo largo que a lo ancho, tienen dificultades para mover las grandes palancas óseas de las extremidades. La resistencia disminuye en proporción al crecimiento por el aumento de la cavidad cardiaca sin que el desarrollo vascular sea proporcional, los defectos posturales del movimiento son frecuentes. (Pila, 2009, pág. 63)

Las características motrices en estas edades se torna un poco dificultosas, por el crecimiento de los músculos y de sus órganos, en estas edades tienen problemas en la coordinación y también en la resistencia debido al aumento de la cavidad cardíaca, es por ello que el docente debe comprender y trabajar más en estas cualidades, por los antecedentes antes mencionados. El docente debe conocer las características cognitivas, procedimental, actitudinal, con respecto al movimiento se debe utilizar variedad de ejercicios para que desarrollen las diferentes cualidades físicas, coordinativas y también para el desarrollo de habilidades y destrezas.

### ***1.2.3 Recursos materiales***

La clase de educación física tiene una informalidad esencial si se compara con la otras asignaturas más académicas, si bien, también es susceptible de poseer una mayor o menor formalidad. Así la gimnasia sueca mostraba un carácter formalista de la organización de la sesión en filas, círculos, etc. Asimismo, el material deportivo colabora a incrementar la formalidad de la clase, dada su especial codificación. En cuanto a la calidez su percepción surge determinada por las características del material tales como la dureza, movilidad, facilidad de manejo, textura, etc. Siempre en el contexto de la relación alumno- profesor- material.

Los materiales en Educación Física son enormemente variados lo que ha inducido a muchos autores a su clasificación a fin de transmitir una idea ordenada de sus posibilidades. Los materiales específicos del área de educación física, son aquellos tradicionalmente utilizados en las clases de la materia con origen diferente, ya sea precedente de enfoques anteriores o nuevos de la Educación Física, estos están integrados por el Gimnasio, Patio de Recreo, Deportes,

Psicomotricidad. Los materiales no específicos del área de Educación Física no se encuentran en tiendas especializadas, estos son la propia naturaleza, Reciclados, constituidos por materiales de desecho, Fabricación propia, realizado por profesores y alumnos. (Contreras, 2000, pág. 135)

Los materiales en Educación Física son imprescindibles, para la enseñanza de los diferentes movimientos corporales, estos materiales son de gran ayuda, son herramientas didácticas, de que se valen los docentes para que los niños aprendan los movimientos corporales de manera significativa, automática.

#### ***1.2.4 Humanos***

El recurso más valioso y que más fácilmente está a disposición del profesor es su propio espíritu creador y su imaginación y sagacidad para resolver problemas, orientar a los alumnos y facilitar sus experiencias de aprendizaje. El profesor que es capaz de proporcionar un buen ambiente para el aprendizaje posee un recurso interior y duradero para continuo mejoramiento del programa.

Aún en el caso de que el clima de Educación Física sea pobre, el profesor con inventiva y penetración sale adelante con su labor. El profesor bien formado y decidido es capaz de cambiar ese clima pobre dándole una nueva imagen y dimensión. El encuentra modos y medios para mejorar la tarea. Por ejemplo cuando carece de material, puede solicitar a sus autoridades, conseguir material sustituto, pedir ayuda económica a los padres de familia o aprovechar el material de la naturaleza ofrece. (Pila, 2009, pág. 186)

El docente debe convertirse en un artista, pues alguna situación que no lo tenga tiene que solucionar de forma inmediata, de allí su creatividad, también debe ser muy hábil en la conducción del grupo, de motivarle en forma permanente a los estudiantes y también planificar diariamente sus clases de educación física.

### **1.3 Fases de planteamiento y elaboración**

#### ***1.3.1 Objetivos***

La definición de los objetivos generales del área se establece en función de los objetivos generales de los tres ciclos que abarca la educación primaria (6 a 12 años.) Estos objetivos de hábitos – aprendizajes, capacidades motrices y elementos sociabilizadores, que se quiere desarrollar mediante la motricidad, deben de estar consolidados, mediante los objetivos terminales. Par definir los objetivos generales de una educación motriz de base, no es suficiente con atender a taxonomías de contenidos en los ámbitos de la aptitud física, perceptivo – motriz y socio afectiva, sino que es preciso apelar a las dimensiones generales de participación cognitiva del alumno, interrelacionadas con la motricidad.

Primer objetivo, el alumno será capaz de valorar la actividad física del propio cuerpo como un medio de divertirse, de sentirse a gusto consigo mismo y con los demás. Segundo y tercer objetivo. El alumno regulará y dosificará el esfuerzo de su actuación y su nivel de auto exigencia, acordes con sus posibilidades reales y a la naturaleza de la tarea que se realiza. Se utilizará el esfuerzo, y no el resultado obtenido como criterio fundamental de valoración. (Castañer, 2001, pág. 46)



El niño ha de entender la necesidad de desarrollar la producción de nuevas fórmulas y propuesta de trabajo autónomo que se adapte a las circunstancias de vida de cada uno y a sus motivaciones personales. Los objetivos del aprendizaje que constituyen las conductas que se desea lograr en los alumnos y a la que estos llegaran a través de la adquisición de los contenidos.

### ***1.3.2 Contenidos***

En sentido restringido, los contenidos de la Educación Física se refieren al conjunto de ejercicios, procedimientos y medios que permiten conseguir un fin. Desde este punto de vista estaría centrada preferentemente en los repertorios de ejercicios y progresiones que se distribuyen de manera planificada actuando a modo de recetas.

En el ámbito de la escuela infantil, frente a un modo innatista que vincularía el crecimiento y desarrollo de cada niño al propio sujeto y a sus capacidades y características hay numerosas evidencias del importante papel que en ese desarrollo juega la riqueza experiencial. Ese es el gran apoyo el encomendado a la escuela infantil como contexto experiencial y de ahí la relevancia de los contenidos y experiencias que se ponga a disposición de los niños. (Marín C. , 200, pág. 155)

En estas edades tempranas es importante seleccionar los contenidos de acuerdo a las necesidades e intereses de los niños, es decir que sean actividades significativas las que se les proponga, con el objetivo de que tengan aplicabilidad en la vida cotidiana y se desarrolle su movimiento que es la parte principal dentro de los procesos de formación motora.

### ***1.3.3 Estrategias didácticas***

La metodología, que indica la manera como los alumnos van a adquirir los contenidos, e indica una serie de actividades que deberán realizar el profesor y los alumnos el uso de ciertos recursos auxiliares, materiales y /o intelectuales.

La modificación de uno produce necesariamente la alteración de los demás, aun cuando esta sea imperceptible. Así por ejemplo, un grupo de alumnos con características particulares obliga a alterar los objetivos y los contenidos y aun a modificar la metodología exigiendo en las actividades y los recursos sean adecuados. (Pila A. , 1999, pág. 112)

La cuestión fundamental del profesor es resolver el funcionamiento del proceso enseñanza –aprendizaje. Sus decisiones no pueden ser independientes, sino sometidas a las normas que fija el programa. Como se ha visto reiteradamente, el elemento fundamental en el programa, la unidad y la sesión son los objetivos.

Principios metodológicos aplicables a toda sesión. Es conveniente basar toda acción en principios, que se definen como “Reglas enunciadas de forma abreviada que rigen el pensamiento y la conducta humana”. Así si los principios son correctos nuestra acción tienen mayores posibilidades de serla. La organización y aplicación de una sesión debe responder a principios verificados como válidos. Los que siguen son aceptados universalmente como tales. (Pila A. , 1999, pág. 112)

La sesión de Educación Física debe estar formada por un conjunto de actividades corporales educativas. Las actividades corporales se deben basar en las posiciones y

movimientos que siempre han condicionado la vida humana, y se presenta bajo la forma de juego y de trabajo con el fin de satisfacer necesidades psicomotoras, afectivas, volitivas, estéticas y sociales.

### ***1.3.3.1 Mando Directo***

En toda relación enseñanza aprendizaje existen dos personas que toman decisiones el profesor y el estudiante. El mando directo es el primer estilo y se caracteriza por el total protagonismo del profesor en la toma de decisiones, la función del estudiante consiste en ejecutar, seguir y obedecer.

### ***1.3.3.2 Procedimiento didáctico***

Voz Explicativa: El profesor explica la tarea tanto global como analíticamente.

Voz ejecutiva: El profesor demuestra la tarea tanto global como analíticamente.

Organización de la clase

Corrección de faltas

Ensayo

Repetición (Mosston, 1996, pág. 27)

En este estilo de enseñanza el principal protagonista de este proceso metodológico es el docente, es el quien imparte la clase y el estudiante ejecuta.

### ***1.3.3.3 Enseñanza basada en la tarea***

En estilo de enseñanza el rol del profesor consiste en tomar todas las decisiones en todas las fases del procedimiento didáctico, pero también hay una fase donde el

estudiante es el protagonista de este proceso didáctico. El rol de estudiante es el de ejecutar las tareas presentadas por el docente.

El docente debe de aprender a no dar órdenes para cada movimiento, la tarea o la actividad, así el estudiante tendrá la oportunidad de aprender como tomar las decisiones dentro de los parámetros determinados por el profesor. (Mosston, 1996, pág. 44)

#### ***1.3.3.4 Procedimiento didáctico***

Traspassando decisiones específicas del profesor al estudiante

Postura

Localización/ lugar ocupado en el espacio

Momento de iniciar cada tarea

Ritmo

Momento final de cada tarea

Intervalo

Vestimenta

Preguntas

El rol del profesor consiste en tomar todas las decisiones en las fases de impacto y pos impacto, pero en la fase de impacto traspassa las nueve decisiones al estudiante.

#### ***1.3.3.5 Estilo enseñanza reciproca***

Para crear una nueva realidad en la clase de educación física, que proporcione nuevas relaciones entre el profesor y el alumno se traspasan unas decisiones al alumno en la fase de post impacto, teniendo en cuenta el principio de inmediatez del feedback. “El estilo reciproco basa la organización de la clase en esta condición, es decir por parejas asignando a cada miembro un rol específico”. (Mosston, 1996, pág. 84)

#### ***1.3.3.6 Procedimiento didáctico***

Decir a los alumnos que el propósito de este estilo es el trabajar con un compañero y aprender a ofrecer feedback.

Identificar que cada individuo tiene su rol específico, actuará tanto de ejecutante como de observador.

Explicar que el rol del ejecutante consiste en realizar las tareas y tomar las decisiones.

El rol del observador consiste en ofrecer feedback al ejecutante basado en los criterios preparados por el profesor. Este feedback se transmite durante la ejecución o después de haber completado la tarea. Así mientras el ejecutante toma las decisiones en la fase de impacto el observador lo hace en el post impacto.

#### ***1.3.3.7 Método Mixto***

Es un método formado por la integración de esos dos viejos métodos deductivos que son la síntesis y el análisis. Mediante la síntesis se presenta una visión de conjunto del juego, la técnica deportiva o el ejercicio a realizar. “Generalmente se hace una presentación de conjunto con la demostración del profesor a la que sigue la acción de los

alumnos basada en el esquema mental, que previamente han hecho”. (Mosston, 1996, pág. 148)

#### ***1.3.3.8 Procedimiento didáctico***

Rápida orientación técnica del alumno

Fácil corrección de defectos de ejecución y de rendimiento

Dominio más rápido de la técnica – motivo fácilmente.

#### ***1.3.3.9 Descubrimiento Guiado***

La esencia de este estilo consiste en una relación particular entre el profesor y el alumno, donde la secuencia de preguntas del primero conlleva una serie de respuestas del segundo. “Cada pregunta del profesor una sola respuesta correcta descubierta por el alumno. El efecto acumulativo de esta secuencia proceso convergente lleva al alumno a descubrir el concepto o idea perseguidos”. (Mosston, 1996, pág. 200)

#### ***1.3.3.10 Procedimiento didáctico***

Aprender a presentar cada pregunta según el diseño

Esperar la respuesta del alumno

Ofrecer feedback entre una combinación neutro y de evaluación

Pasar a la siguiente pregunta.

#### ***1.3.3.11 Método Resolución de Problemas***

Consiste en plantear a los alumnos un problema físico. Psíquico para que lo resuelvan. Generalmente se presenta una situación algo incompleta, dando así la

oportunidad al alumno de descubrir o crear algo nuevo por sí mismo para completar la situación. El problema debe ofrecer la oportunidad de resolverse por más de una vía.

El profesor puede resolver el o los problemas cognoscitiva y físicamente pero lo importante es que no haga demostraciones para evitar que los niños imiten. A veces se hace necesaria una demostración, pero debe realizarse de manera que no conteste por si sola al problema, ya que esto sería la negación del método y podría eliminar la creatividad de innovación de los alumnos. (Mosston, 1996, pág. 156)

Los problemas deben seleccionarse y presentarse de manera que hagan pensar creativamente a los alumnos, sin que les importe cuan menos o más creativo sea su trabajo. Generalmente se presentan varios problemas en una sesión. Después de un problema resuelto se detiene la actividad por el profesor mediante una señal auditiva. Inmediatamente se anuncia el siguiente problema en forma breve y concisa, dando a los alumnos sus respuestas mediante el movimiento. Durante los primeros problemas el profesor no debe intervenir con sugerencias, elogios o desaprobaciones; debe dar tiempo a los alumnos para pensar creativamente, aunque algunos le hagan mal. Pero, si un alumno le pide ayuda le prestará ya que él está allí para ello.

#### ***1.3.3.12 Procedimiento didáctico***

Propicia la espontaneidad y la creatividad de los alumnos

Los alumnos descubren por si solos los movimientos básicos

Cada alumno trabaja según sus posibilidades

El alumno tiene que saber no solo lo que tiene que hacer, sino como y porque lo hace.

#### ***1.3.3.13 Programa individualizado***

El objetivo de este estilo consiste en proporcionar al alumno la oportunidad de desarrollar un programa por así mismo, basado en las capacidades cognitivas y físicas para el tema dado.

Para iniciarse en el estilo se requiere una serie de conocimientos acerca de las habilidades físicas propias así como la familiarización con los procesos de descubrimiento y producción divergente. Además, el alumno debe tener la capacidad afectiva suficiente para soportar el desarrollo y uso de un programa a gran escala. (Mosston, 1996, pág. 259)

El conocimiento y las destrezas físicas que se necesitan para participar en este estilo son el resultado de las experiencias acumuladas en los estilos anteriores.

#### ***1.3.3.14 Procedimiento didáctico***

El profesor decide sobre el contenido general seleccionado

El profesor decide el tema que el alumno utilizará para desarrollar su programa individualizado. En esta fase se produce el traspaso de decisiones. El alumno decide el diseño de las preguntas y las múltiples soluciones. El alumno decide que es lo que constituirá el programa completo. Estas pautas serán de utilidad como criterios. (Mosston, 1996, pág. 259)

El rol del profesor consiste en estar disponible cuando el alumno inicia las preguntas sobre el contenido y el estilo. El profesor inicia la toma de contacto con el



alumno para verificar en qué punto se encuentra este y como está progresando, para volver a examinar las conexiones con el contenido. El Rol del alumno consiste en examinar las soluciones, darles validez con relación a los problemas, establecer conexiones, organizarlas en categorías, y mantener el desarrollo del programa individualizado. El profesor debería establecer diálogos con el alumno acerca del progreso del programa, los criterios, las discrepancias existentes, y responder a las preguntas

#### ***1.3.4 Diseño de actividades***

La expresión diseño curricular adquiere pleno sentido en el marco de un concepto más amplio cual es la planificación. Ciertamente, la planificación hace referencia a la idea de adelantarse o anticiparse el futuro mediante el establecimiento y combinación de forma racional de los medios que disponemos para ser previsibles y controlables las variables de un tiempo próximo. Mediante la planificación se trata de convertir una idea o un propósito en un curso de acción.

Pues bien el diseño curricular no es sino la puesta en relación de la planificación con el curriculum. En efecto, el curriculum también se puede entender como el conjunto de supuestos de partida, de las metas que se desean lograr y los pasos que se dan para alcanzarlas, el conjunto de conocimientos, habilidades, actitudes, etc., que se considera importante trabajar en la escuela año a año. (Contreras, 2000, pág. 62)

Desde este punto de vista, el curriculum actúa como un espacio de decisiones en donde las autoridades educativas, los centros y los profesores articulan sus respectivos

marcos de actuación. Así, la actividad de diseñar el curriculum se refiere al proceso de planificarlo, darle forma y adecuarlo a las peculiaridades de los distintos niveles escolares. En definitiva, el diseño curricular constituye un instrumento de cara a la racionalización y mejora de la calidad didáctica.

#### **1.4. Fase de ejecución**

Seguidamente el profesor ha de dirigir y coordinar las actividades, lo cual exige, esto se refiere que las tareas estén claramente definidas y sean realizables, que se informa con exactitud sobre lo que se pretende a los alumnos (grado y calidad de los resultados), que fije el tiempo a cada tarea, que se den instrucciones claras sobre lo que los alumnos deben hacer y cómo hacerlo.

En esta fase el profesor toma una serie de decisiones encaminadas al ajuste progresivo del modelo por parte del alumno. Sus alternativas son las siguientes: proporciona en esta fase de ejecución los ejercicios para su desarrollo de la formación motora, proporciona el alumno un feedback, suplementario sobre una serie de aspectos de su ejecución, en esta fase se debe replantear la enseñanza introduciendo nuevos elementos o tomando en consideración otros aspectos a la vista de las peculiares características de la ejecución del alumno. (López J. , 2000, pág. 98)

En esta fase de ejecución se les debe dar variedad de ejercicios aplicando los principios didácticos de los ejercicios como es ir de lo más simple a lo más complejo, es decir se debe enseñar aspectos relacionados con el esquema corporal, lateralidad, habilidades locomotoras, de manipulación.

### ***1.4.1 La sesión***

La sesión es la unidad mínima de planificación en el proceso enseñanza aprendizaje, siendo puramente práctica. En la sesión se ve reflejada en la práctica todo el trabajo anterior de planificación; las intenciones educativas, la presentación de tareas, el currículo oculto, la organización de grupos y material, la duración de las actividades, etc. En definitiva, la sesión es el escenario donde buscaremos la consecución de los objetivos propuestos por medio de los contenidos tratados.

Existen principalmente dos tipos de sesiones, con una sola parte y con tres partes, se utilizará prioritariamente esta última, ya que la primera se emplea preferentemente en cursos iniciales. La sesión en tres partes se ajusta mejor a los objetivos y contenidos que pretendemos desarrollar en esta programación. (Muñoz A. , 2008, pág. 24)

La sesión es la base de cualquier unidad y del programa, es su célula. En ella se realiza el proceso enseñanza-aprendizaje, destinado a producir un cambio dinámico de la conducta de los alumnos. En efecto, el profesor espera que sus alumnos, al cabo de varias sesiones, hayan cambiado un grado variable su pensamiento, sus sentimientos y su capacidad de hacer.

### ***1.4.2 Fase inicial***

Dar información a los alumnos, conseguir crear un ambiente propicio para la práctica de la Educación Física, organizar el material para la parte principal, establecer tareas de control en la sesión.

### ***1.4.3 Fase de desarrollo***

Proponer tareas motrices para el logro de los objetivos especificando o no las operaciones a realizar, el objetivo o el acondicionamiento del material.

### ***1.4.4 Fase final***

Analizar los resultados de la sesión con los estudiantes, proponer ejercicios que devuelvan al estado fisiológico de reposo al estudiante, recoger el material.

## **1.5 Fase de Evaluación y toma de decisiones**

La evaluación es la reflexión crítica sobre los componentes y los intercambios existentes en un proceso, con el fin de reconocer cuales están siendo o han sido los resultados, en orden a tomar las decisiones más adecuadas para conseguir los objetivos propuestos.

En la educación física evaluamos para conocer el rendimiento del alumno, diagnosticar el nivel inicial del alumnado, valorar la eficacia del sistema de enseñanza pronosticar las posibilidades del alumno, motivar e incentivar a los alumnos, agrupar o clasificar, calificar el desarrollo de la formación. (Muñoz A. , 2008, pág. 26)

La evaluación tiene por objeto en este caso valorar el grado de adquisición y desarrollo por parte del alumno de las capacidades expresadas en los objetivos mediante indicadores relacionados con los contenidos que se hacen explicito los criterios de evaluación.

### ***1.5.1 Evaluación inicial***

La exploración inicial del alumno comprenderá el estudio sobre el estado físico, su perfil psicológico, inteligencia, intereses, limitaciones y capacidades, situación ambiental, nivel, antecedentes académicos. Con este sentido se evaluará al estudiante, al comenzar cada uno de los niveles escolares. Esta evaluación se hará exclusivamente con carácter de orientación sobre necesidades de los estudiantes.

La evaluación inicial será realizada por el director o profesor en quien haya legado, junto con el coordinador de cada curso y el autor de cada grupo respecto de los alumnos correspondientes y con los asesoramientos que se estimen oportunos. Esta evaluación del estudiante será comunicada a cada uno de los docentes con las indicaciones necesarias para subsanar las deficiencias que exijan medidas para recuperar. (Pila A. , 1999, pág. 189)

A este tipo de evaluación se la conoce también como diagnóstica, en las clases de educación física o entrenamiento deportivo, se la hace a través de test físicos, los mismos que ayudan a conocer sus verdaderas fortalezas y debilidades que tienen los estudiantes o deportistas, para ello se debe corregir donde se haya detectado el problema, para de esta manera evitar dificultades posteriores, para ello el docente debe realizar las correcciones oportunamente.

### ***1.5.2 Evaluación continúa***

Este tipo de evaluación permitirá la corrección oportuna de los métodos, procedimientos que están utilizando los docentes, la reagrupación de los alumnos y la reorientación del trabajo (valor diagnóstico y correctivo) facilitará el establecimiento de

criterios de orientación sobre las posibilidades futuras (valor pronóstico) y constituirá la base para información.

Esta evaluación continua constituirá la base fundamental del proceso de evaluación. Proporciona información válida y relevante tendente a mejorar el proceso enseñanza aprendizaje. ¿Cómo van aprendiendo? ¿Dónde están surgiendo las dificultades de aprendizaje y como las podemos subsanar, adoptando de forma fundamental, las decisiones necesarias?, se apoya en la observación que el docente lleva a cabo sobre el comportamiento del alumnado y en el análisis sistémico del trabajo escolar usando algunas pruebas específicas. (Cañizares, 2017, pág. 17)

La evaluación continua es la que se efectúa durante el proceso de enseñanza aprendizaje o entrenamiento, por ejemplo cuando los estudiantes están realizando algún determinado ejercicio, se corrige en periodo de entrenamiento o cuando se detecta que están débiles en alguna capacidad física, se hacen los correctivos necesarios para mejorar esa cualidad física.

### ***1.5.3 Evaluación final***

Al término de cada uno de los niveles de enseñanza, se aplicarán las pruebas flexibles que contengan elementos en todas las áreas educativas del programa, elaborados conjuntamente con los profesores del Centro. La evaluación final del alumno será emitida teniendo en cuenta la evaluación continua aplicada a lo largo de todo el curso, con toda la clase de informes referidos al alumno y el resultado de la prueba final. En otras palabras, a la vista de los resultados de las sesiones de la evaluación, al final

expresará el nivel alcanzado por cada uno de los alumnos mediante una apreciación cualitativa, positiva o negativa y una valoración ponderada acompañada de un consejo orientador individual con indicaciones sobre procedimientos de recuperación a que hayan de someterse.

Constituye una síntesis de los resultados de la evaluación progresiva, teniendo en cuenta la evaluación inicial y los objetivos previstos, sean estos los didácticos de cada unidad o en última instancia, los objetivos generales de área. Así pues, pretende valorar, interpretar y juzgar los resultados obtenidos. Se realizará al final de una unidad de enseñanza aprendizaje (unidad didáctica, curso, ciclo, etapa) y hay que informar a las familias regularmente e indicarle los criterios de evaluación. (Cañizares, 2017, pág. 18)

Esta evaluación final se la efectuara al final de cada clase, unidad o ciclo, aquí este tipo de evaluación servirá también para detectar fortalezas y debilidades, en el caso de esta última los estudiantes, serán sometidos a un curso de recuperación el siguiente curso para evitar que los estudiantes se rezaguen.

#### ***1.5.4 Autoevaluación***

En la medida de lo posible se ha de buscar la cooperación profesor alumno llegando incluso a lograr la autoevaluación en alguna medida. Aspecto este de suma importancia porque la evaluación así entendida constituye un medio, para que el estudiante conozca inmediatamente su propio proceso, siendo el factor básico de motivación y refuerzo del aprendizaje.

La autoevaluación y reflexión sobre lo que se entiende por una enseñanza de calidad son procesos unidos. Los criterios de calidad, en este caso, pueden venir explícitos por fuentes externas, pero también el profesorado tiene sus propios criterios de calidad. Una vez están claros, conviene explicarlos en un documento, que será el lugar donde se ira anotando el conjunto de reflexiones, análisis y puntos fuertes y débiles que se observa sobre la practica educativa y las repercusiones que se obtengan desde la Educación Física y el entrenamiento. (González C. , 2010, pág. 68)

La guía de evaluación del encuentro, cumplimentada por los participantes en forma anónima e individual al final de cada jornada, será un instrumento fundamental para realizar los ajustes necesarios durante el desarrollo de la capacitación, para que la misma cumpla con las expectativas y sea una instancia significativa para los cursantes.

### **1.6 Formación motora**

El movimiento es generado a través de complejas interacciones que ocurren a nivel del sistema nervioso central y periférico, que procesan informaciones sensoriales y otros impulsos originados en el propio sistema.

El para su realización resultado es un patrón de impulsos nerviosos que afectan diversos órganos como músculos, huesos, tendones, articulaciones, sistema cardiovascular y otros de la contracción muscular resulta el movimiento, mientras que los otros sistemas se encargan de proporcionar las condiciones adecuadas (Muñoz L. , 2003, pág. 26)

Observaciones realizadas sobre el desarrollo motor humano demuestran como evolución del movimiento en el niño se hace en un sentido progresivo, desde el



movimiento reflejo hasta el control de los voluntarios, como consecuencia de la adquisición, estabilización y combinación de un número creciente de automatismos

### **1.7 Habilidades motrices**

A lo largo de nuestra vida, las personas nos hallamos en innumerables ocasiones frente a objetivos que deseamos alcanzar o si se quiere, frente a pequeños o grandes problemas que debemos resolver. Así se puede afirmar que buena parte de la actividad humana se concreta en una continua resolución de problemas de mayor o menor importancia, trascendencia y complejidad.

Las habilidades y destrezas motrices básicas a diferencia de otras habilidades motrices más especializadas, resultan básicas porque son comunes a todos los individuos, ya que desde la perspectiva filogenética, han permitido la supervivencia del ser humano y actualmente conservan su carácter de funcionalidad y porque son fundamento de posteriores aprendizajes motrices. (Fernandez E. , 2007, pág. 13)

Las habilidades motrices básicas se situarían fundamentalmente tareas relacionadas con los desplazamiento del propio cuerpo, como la marcha y la carrera, así como las tareas relacionadas con el mantenimiento del equilibrio básico y estático, cuyo máximo exponente lo encontramos en tareas como mantener de pie o tras habilidades básicas las encontramos en lanzar y saltar.

#### ***1.7.1 Dominio de boteo mano derecha***

Aunque son muchas las acciones de juego que los jugadores tienen que realizar para participar en el juego, la más importante en el desarrollo de un jugador de baloncesto es el bote balón. Se trata de habilidad que debe ser desarrollada desde el

inicio y ejecutada en todas las situaciones prácticas. Cuando se mejore el boteo más confianza ganara el jugador.

El bote de balón es también una acción de juego ubicua, puede practicarse en cualquier sitio en el que encuentres una pelota y una superficie adecuada para el bote. Además es una actividad que fomenta el aprendizaje el aprendizaje mientras los jugadores se están divirtiendo y mantienen el movimiento. (Faucher, 2002, pág. 18)

Para ejecutar este fundamento el jugador debe controlar con la punta de los dedos, el cuerpo del jugador debe estar flexionado, con la cabeza en alto, este fundamento lo pueden hacer con cualquier mano ya demás deben proteger el balón, para evitar ser quitado por los jugadores.

### ***1.7.2 Dominio de boteo mano izquierda***

En estas edades de formación, los futuros jugadores de baloncesto deben dominar el boteo con ambas manos claro lógicamente de manera alternada, es decir estos jugadores deberían caracterizarse por la universalidad en el dominio de los gestos técnicos, ya que es importante que los jugadores dominen un amplio abanico de recursos técnicos que puedan dar respuesta a las múltiples exigencias del juego, para ello a los niños o niñas se les debe enseñar los fundamentos básicos como el boteo pero esto se lo debe hacer ya sea con la derecha o izquierda en este caso lo vamos hacer con la mano izquierda.

El aprendizaje de la técnica boteo con la mano izquierda se presenta en lo esencial dentro de las mismas circunstancias que el aprendizaje motriz y en su

principio no se pueden diferenciar de este. Aunque cuanto mayor sea el dominio técnico del deportista más se acentúa la relación entre el entrenamiento de la técnica y la condición física en general, para ello se les debe enseñar la técnica del boteo de manera adecuada. (Torres C. , 2009, pág. 132)

La técnica del boteo es el fundamento básico, que todo jugador debe aprender de manera básica cuyo objetivo es desplazarse de un lugar a otro, pero con el balón, ejecutando los aspectos técnicas impartidos por el docente.

### ***1.7.3 Dribling con la mano derecho***

Driblar o botar es una parte integral del baloncesto y vital para el juego individual y de equipo y al igual que pasar, es una forma de desplazar el balón. Para que un jugador pueda mantener la posesión del balón mientras se desplaza, tiene que driblar. Al inicio del bote, el balón debe abandonar su mano antes de levantarse el pie de pivote del suelo. Tenga en cuenta también que no está permitido tocar el balón con las dos manos al mismo tiempo, ni retenerlo con una mano, este tipo de fundamento se le debe enseñar con una mano, en este caso con la mano derecha.

La habilidad para botar tanto con la mano débil como con la mano dominante es la clave para elevar su nivel de juego. Si solo bota con la mano dominante, el adversario únicamente tendrá que marcarle por ese lado y su juego resultará poco efectivo. Para proteger el balón al driblar mantenga el cuerpo entre este y su defensor, en otras palabras, cuando avance hacia el lado de su mano débil (hacia la izquierda si es diestro, bote con la mano débil (la izquierda) para proteger el balón con el cuerpo y viceversa. (Wissel H. , 2008, pág. 75)

Enseñar este fundamento es clave, para que los niños puedan desplazarse de un lugar a otro, es por ello que se les debe enseñar estos fundamentos con las dos manos de manera preferencial, para evitar contratiempo en un encuentro de baloncesto, porque el adversario le marcará de manera inteligente por el lado que domina.

#### ***1.7.4 Dribling con la mano izquierda***

El dribling es una técnica fundamental peor utilizada en el baloncesto. Es importante saber cuándo y cuando no botar. Un pase es mucho más rápido que un dribling por lo que antes de driblar trate de pasar a un compañero libre de marcaje.

Driblar le permite desplazar el balón sin ayuda de nadie, de este modo puede llevarlo hacia la zona de ataque y escapar de la presión de los defensores. Cada equipo necesita al menos un driblador cualificado que pueda desplazarse el balón hacia la zona de ataque y protegerlo contra la defensa que presiona. (Wissel H. , 2008, pág. 75)

Cuando se está enseñando el dribling es muy fundamental enseñar con la mano izquierda, porque a veces se comete el grave error de enseñar solo con una mano de mayor predominio y ahí surge el problema, es por ello que se debe enseñar con ambas manos de manera particular con la izquierda.

#### ***1.7.5 Dominio con el pie derecho***

El objetivo que perseguimos al intentar especializar a los jugadores en nuestro deporte es que adquieran una capacidad de dominio del balón, del espacio de juego y de las acciones de comunicación (relación compañero – compañera). Los deportistas en

este deporte deben tener un pleno dominio de balón, ya sea con el pie derecho o izquierdo de manera particular el primero.

El instinto lúdico fuertemente desarrollado y el gran afán de movimiento son también característicos de esta edad. Este natural afán de movimiento tiene que ser utilizado para la aproximación al juego del fútbol. El niño juega por placer de jugar. Este gusto por el movimiento tiene que ser guiado por métodos, juegos y ejercicios propios de la edad. (Benedek E. , 2002, pág. 35)

Existen muchos movimientos que se pueden hacer, como rodar el balón, dominar el balón las llamadas cascaritas, esto se les debe enseñar primeramente con el pie izquierda y de manera particular con la mano derecha, el niño desde estas edades debe aprender hacer malabares y esto le sirve mucho para acentuar su dominio.

#### ***1.7.6 Dominio con el pie izquierdo***

Son el conjunto de acción que tienen por objetivo conseguir la familiarización de las diferentes superficies de contacto de los jugadores estas las pueden hacer con el pie, rodilla, cabeza, con la pierna izquierda o en forma alternada.

El entrenamiento técnico ocupa un lugar preferente en la formación del jugador de fútbol. Dado que el grado de dominio de las capacidades y habilidades es de vital importancia para el rendimiento en los encuentros futbolísticos que se celebren en el futuro, enseñar este tipo de fundamentos con las diferentes superficie de contacto de manera preferencial el pie, rodilla izquierda es muy fundamental a la hora de definir un partido. (Braube, 2004, pág. 26)

El docente o entrenador debe enseñar este tipo de fundamentos con el objetivo de que los estudiantes aprendan a hacer malabares de manera natural y técnica, estos ejercicios ayudan a familiarizarse con el balón de manera adecuada y además poder aplicar de manera adecuada en un encuentro de fútbol.

### ***1.7.7 Conducción con el pie derecho***

La conducción del balón es la capacidad de moverse con fluidez con el balón en los pies y observar al mismo tiempo el acontecer del juego. La conducción más segura del balón se efectúa con la cara interna del pie. Es la forma más fácil de controlar el balón en medio del movimiento y de cubrirlo con el cuerpo ante un contrario. Sirve para asegurar la posesión del balón mientras se busca la posibilidad de pase.

La conducción del balón con la cara externa se utiliza sobre todo para cambios de dirección rápida y para engañar a un contrario que nos ataca. La conducción más rápida se efectúa con el empeine (a menudo también con la parte exterior del empeine), si se trata de recorrer un espacio libre con una jugada individual rápida. (Bruggemann, 2005, pág. 94)

La conducción es fundamento básico, que sirve para desplazarse de un lugar a otro, es decir esto se les hace con las diferentes superficies de contacto, como la punta, empeine, borde externo, borde externo de manera particular realizar conducciones con el pie derecho aunque se aconseja debe dominar con los dos pies y conducir de manera alternada con el propósito de que los jugadores dominen con las dos piernas y puedan resolver estos inconvenientes en un partido de fútbol o de baloncesto, para ello se hará muchas repeticiones para afianzar lo aprendido.

### ***1.7.8 Conducción con el pie izquierdo***

La conducción se realizará, por tanto, mediante sucesivos golpes con el interior del pie, enviándola la pelota de una pierna a otra, con el fin de tener en todo el momento la pelota totalmente controlada.

Los pasos a realizar en este tipo de conducción serían el descrito a continuación.

En primer lugar colocar la pelota entre las piernas del jugador. Una vez controlada el balón podemos iniciar la conducción. La pierna que va a golpear la pelota en el primer contacto se dirige hacia la misma se desplaza hacia la otra pierna mediante un golpeo suave golpeo con el interior del pie. Esta pierna, una vez haya golpeada la pelota, se apoyará en el suelo, ligeramente adelantada de su posición inicial. (Urbano, 2008, pág. 65)

Es muy fundamental que los docentes de Educación Física y entrenamiento deportivo enseñen este fundamento de la conducción con varios ejercicios, con el objetivo de que domine y desplace de manera natural por el campo de juego, esto se le debe impartir a los estudiantes con las diferentes superficies de contacto, pero con la pierna izquierda que a veces se necesita para definir un encuentro.

### **1.8 Capacidades físico motrices**

El equilibrado desarrollo de la capacidad física, perceptiva y socio motriz representa el objetivo central de una educación motriz en las edades de formación del niño, pues son condiciones indispensables para su adaptación en los ámbitos escolar, profesional y deportiva.

Las capacidades físico motrices son más fácilmente observables de la actividad motriz puesto que se concretan en función de los aspectos anatomo funcionales

ya que, como hemos apuntado con anterioridad funcionales ya que, como hemos apuntado con anterioridad, se trata de un tipo de capacidades que gozan de una cierta independencia del Sistema Nervioso Central. (Castañer, 2001, pág. 95)

### ***1.8.1 La resistencia***

Se define como la capacidad de soportar el estado de fatiga progresiva que sobreviene en un trabajo de larga duración. Es una capacidad que depende directamente del sistema cardio respiratorio, por lo que su desarrollo dependerá directamente del estado de crecimiento de dicho sistema en cada edad.

Aeróbica: en que en un tiempo relativamente largo del musculo realiza un trabajo de media intensidad y un consumo submáximo de oxígeno.

Anaeróbica: también llamada lactacida porque el trabajo muscular se realiza en presencia de ácido láctico puesto en funcionamiento cuando el nivel de consumo de oxígeno supera el límite máximo. “Es generado por el tipo de trabajo de intensidad elevada en un periodo de tiempo relativamente corto”. (Castañer, 2001, pág. 95)

Especifica: cuando se combina los dos tipos de resistencia, aeróbica y anaeróbica. Es propia de los juegos motores producidos de forma espontánea en la infancia (base de los juegos deportivos), Esta cualidad física en los niños y todas las edades constituye la base para que se desarrolle la capacidad cardiovascular y sienta las bases de la formación motora.

### ***1.8.2 Fuerza***

La fuerza muscular se define como la capacidad de un grupo muscular para desarrollar una fuerza contráctil máxima contra una resistencia en una sola contracción. No obstante, la fuerza generada por un musculo o un grupo muscular depende en gran



medida de la velocidad del movimiento. La fuerza máxima se produce cuando el miembro no desarrolla rotación (velocidad nula). A medida que la velocidad de la rotación articular aumenta, la fuerza muscular disminuye.

La fuerza puede ser definida como la capacidad de un músculo para superar resistencia, mover pesos u obstáculos extremos o internos, mediante su contracción muscular. Esto se puede hacer de forma estática (sin movimiento) o de forma dinámica con movimiento. (Sebastiani, 2000, pág. 27)

Esta fuerza, según sea la variación de la longitud del musculo en la contracción, puede ser.

Isométrica si no se modifica la longitud total del músculo.

Concéntrica si disminuye la longitud total del músculo

Excéntrica si aumenta la longitud total del músculo.

Los músculos humanos trabajan generalmente en forma concéntrica. Pero en la actividad motriz del hombre interviene ante todo el trabajo auxotónico;

#### ***1.8.2.1 Fuerza explosiva***

Es la capacidad de hacer la máxima fuerza, pero de forma instantánea, es decir, en el mínimo tiempo posible. Es una explosión, como por ejemplo, un salto. Entre los 7 – 9 años existen unos bajos niveles hormonales, así como unos músculos de sostén débiles, por lo cual el inicio del entrenamiento se realizará con bajas resistencias.

A los 10 – 12 años siguen existiendo bajos niveles hormonales y se iniciara en un aumento de la fuerza explosiva, para ello se les debe hacer trabajar con ejercicios de menor peso que el suyo, con el objetivo de que sus movimientos los haga de manera rápida y vigorosa.

### ***1.8.2.2 Fuerza rápida***

Es la capacidad neuromuscular de hacer; no una sólo sino varias contracciones grandes y fuertes lo más rápido posible.

### ***1.8.2.3 Fuerza resistencia***

Es la capacidad de los músculos de contraerse repetidas veces o mantener esa contracción el máximo tiempo posible sin cansarse demasiado.

### ***1.8.3 La velocidad***

De forma genérica, se define como la capacidad de moverse de un punto especial a otro en un mínimo de tiempo. Se puede presentar bajo dos formas:

Cíclica: cuando se manifiesta una serie de acciones motrices muy similares (por ejemplo en una carrera)

A cíclica: cuando cada acción motriz es de diversa forma y requiere un ajuste corporal y dosificación de energía distinta a las demás acciones.

La velocidad incluye un conjunto heterogéneo de componentes:

El tiempo de reacción motriz, que se establece como un tipo de función perceptiva del movimiento que no requiere un gasto energético.

La rapidez propia de cada movimiento en relación con la fuerza muscular, lo que le da a entender que hemos de considerar la fuerza. Velocidad como una complementariedad que da lugar a la expresión “potencia”, de que nos ocupamos más adelante. (Castañer, 2001, pág. 97)

La frecuencia y encadenamiento de los movimientos constituye un aspecto de tipo regulador de propia actividad directamente ligada a la capacidad de coordinación y ajuste corporal.

#### ***1.8.4 La flexibilidad***

La movilidad articular, que es la capacidad de ejecutar un movimiento con toda amplitud que permite el límite de movilidad de cada zona articular.

La elasticidad muscular de los grupos musculares que se ven implicados en el movimiento de la articular requerida en cada movimiento.

Son factores de mutua dependencia que ponen en juego aspectos anatómicos y de tipo neurofisiológico en el desarrollo de la flexibilidad.

En cuanto a su clasificación podemos distinguir tres formas de manifestación.

Activa: dependiente de la capacidad de contracción de los músculos agonistas con efecto de relajación simultánea de los músculos antagonistas.

Pasiva: cuando la acción se deja a merced bien la fuerza de gravedad, de la inercia propia del cuerpo, bien de la acción de un objeto – aparato y/o compañero.

La flexibilidad no se produce con un mismo grado uniforme para cada grupo articular, sino depende de la caracterización anatómica del propio cuerpo. No hemos de perder de vista que tratamos con “cuerpos” infantiles en desarrollo, por lo que hemos de incidir en un tratamiento armónico de cada grupo articular y de los músculos que en él se ven envueltos. (Castañer, 2001, pág. 100)

Es un factor a tener en cuenta, puesto que a medida que el niño vaya optando por una mayor especialización deportiva, los requerimientos de esta ejercitaran de forma poco uniforme muchas veces descompensada los niveles de flexibilidad.

#### **1.9 Capacidades Coordinativas**

Las capacidades coordinativas básicas son los fundamentos para regular y organizar el movimiento coordinado. Están situadas dentro de las capacidades motoras,

que son los elementos básicos que realizan conscientemente la acción motora, que al mismo tiempo incluyen las capacidades condicionales, que son las capacidades que utilizan la energía disponible en el organismo y a la vez determinan la capacidad física del individuo.

Las capacidades coordinativas básicas se dividen en capacidades coordinativas generales, que son menos específicas (la capacidad de aprendizaje motor, la capacidad de control motor y la capacidad de adaptación y transformación de los movimientos). (Carrillo, 2004, pág. 96)

### ***1.9.1 Capacidad de diferenciación***

Es la capacidad individual de diferenciar, discriminar y precisar las sensaciones que recogemos de los objetos y de los acontecimientos para poder responder mejor a las exigencias específicas. (Carrillo, 2004, pág. 97)

Es la capacidad que todos tenemos para dar una orden secuencial, de tipo cronológico y espacial, en los procesos motores parciales, que se vinculan entre sí hasta que se convierten en un acto motor unitario e intencionado.

Este tipo de capacidades coordinativas están siendo aplicadas en todo momento con el objetivo de aplicar en un encuentro de fútbol, es decir el estudiante tendrá la capacidad de diferenciar los ejercicios o movimientos simples y complejos, que serán aplicados en posteriores encuentros deportivos, además los estudiantes estarán en la capacidad de realizar los movimientos gruesos y sencillos y aplicar estos en un encuentro deportivo de manera autónoma, sin ningún tipo de restricciones de ninguna naturaleza con respecto a la ejecución de sus movimientos, el entrenamiento de las capacidades coordinativas son la base de todo movimiento.

### ***1.9.2 Capacidad de acoplamiento***

Esta capacidad se evidencia en la coordinación óculo manual, óculo pédica, es la capacidad de coordinar los movimientos parciales del cuerpo entre sí y en relación con el movimiento total que se realiza para obtener un objetivo motor determinado.

En cualesquier especialidad deportiva, se entrenaran en mayor o menor grado las distintas capacidades según la edad, años de entrenamiento, el nivel de desarrollo de los deportistas y de la proximidad de la competición. (Rivas D. , 2009, pág. 60)

Con el desarrollo de capacidades coordinativas los estudiantes se familiarizaran con los movimientos o se acoplaran de manera parcial o general, aquí se puede citar un ejemplo como es la de realizar los movimientos parciales de boteo en el baloncesto o la familiarización de los movimientos del balón en el fútbol, esto se aplicará en los diferentes encuentros deportivos de manera global.

### ***1.9.3 Capacidad de orientación***

Es la capacidad del niño de determinar la posición de los segmentos y de la totalidad del cuerpo en el espacio, y de modificar los movimientos dentro de un espacio de acción concurrente y bien definido en relación con los objetos y con el resto de compañeros, quietos o en movimiento. (Carrillo, 2004, pág. 98)

### ***1.9.4 Capacidad de equilibrio***

Es la capacidad que se manifiesta al solucionar, de la manera más adecuada y rápida que se pueda, una tarea motora, que se ha desarrollar en condiciones precarias de equilibrio, en superficies limitadas de soporte o bajo la acción de fuerzas externas que

tienden a estorbar continuamente la ejecución programada e hipotética del niño. (Carrillo, 2004, pág. 98)

### ***1.9.5 Capacidad de anticipación***

Es la capacidad del niño de predecir correctamente, sobre la base de un cálculo de probabilidades, la marcha y el resultado de una acción, pero también el momento y la frecuencia del hecho donde se manifiestan ciertos fenómenos, y de programar consecuentemente las respuestas oportunas. (Carrillo, 2004, pág. 98)

### ***1.9.6 Capacidad rítmica***

Es la capacidad con la que entendemos no sólo el ritmo en sentido musical, sino también la alternancia de tensión y distensión de los grandes grupos musculares. En este apartado englobamos todo trabajo motor que suponga una repetición secuenciada de una misma acción de una forma constante en el tiempo. (Carrillo, 2004, pág. 98)

### ***1.9.7 Capacidad de combinación motora***

Esta capacidad desarrolla un papel importante en todas las actividades motoras y los juegos complejos que implican la activación de los esquemas motores de base, el estudiante estará en la capacidad de combinar todas las capacidades coordinativas a la vez, en un encuentro de fútbol o de baloncesto.

Está constituida por la capacidad del niño de saber relacionar una estructura unitaria coherente, además de formas autónomas y parciales de movimiento que se puede presentar en la sucesión temporal, pero en cualquier caso también simultáneamente. (Carrillo, 2004, pág. 98)

Con este término se designa el conjunto de capacidades intelectuales, además de las motoras, que permitan al niño no sólo resolver de manera original y creativa un

determinado problema motor, sino también variar, reestructurar y reproducir continuamente nuevas formas de movimiento.

## **CAPÍTULO II**

### **2. METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN**

#### **2.1 Tipos de investigación**

##### ***2.1.1 Investigación Bibliográfica***

Este tipo de investigación se utilizó para construir el marco teórico de la investigación y la propuesta con respecto a los Procesos metodológicos y la formación motora, para ello se utilizó libros, revistas, folletos e internet y otras fuentes primarias y secundarias, para cumplir con el objetivo propuesto.

##### ***2.1.2 Investigación Campo***

Este tipo de investigación se utilizó con el objetivo de realizar la investigación en el lugar de los hechos, en este caso en la Unidad Educativa “Bethlemitas”, donde se investigó a los docentes y niñas de 8 años de edad que son la fuente de información.

##### ***2.1.3 Investigación Descriptiva***

Este tipo de investigación se le utilizó con el objetivo de describir cada uno de los atributos o características acerca de los procesos metodológicos que utilizan los docentes para desarrollar la formación motora de los estudiantes.

##### ***2.1.4 Investigación Propositiva***

Esta investigación se la utilizó una vez conocidos los resultados de la investigación acerca de los procesos metodológicos, esta alternativa surgió con el propósito de mejorar la práctica profesional y de impartir clases de calidad.

#### **2.2 Métodos**

##### ***2.2.1 Método inductivo***

Este método se utilizó con el objetivo de estructurar los temas y subtemas, que configuran el problema de investigación, es decir ir de aspectos particulares a hechos generales, como lo es la descripción del problema de investigación en la Unidad Educativa “Bethlemitas”.

### ***2.2.2 Método deductivo***

Este método se utilizó con el objetivo de ir de hechos generales a particulares, es decir se empezó a analizar desde el tema para llegar a hechos particulares, para detectar que está sucediendo con los procesos metodológicos y la formación motora.

### ***2.2.3 Método analítico***

Se utilizó para realizar el análisis e interpretación de resultados, en los cuadros de manera cuantitativa y en los gráficos hacer de manera cualitativa, para llegar a comprender la problemática planteada con respecto a los procesos metodológicos, que utilizan los docentes.

### ***2.2.4 Método Sintético***

Se utilizó este método con el objetivo de redactar las conclusiones y recomendaciones del problema planteado acerca de los procesos metodológicos que utilizan los docentes en la Unidad Educativa “Bethlemitas”.

### ***2.2.5 Método Estadístico***

Se utilizó este tipo de método con el objetivo de representar gráficamente, con porcentajes acerca de los Procesos metodológicos y la formación motora, que es una situación que merece un estudio minucioso acerca de la problemática planteada.

## **2.3 Las técnicas e instrumentos**



Para realizar el presente trabajo de investigación la técnica que se utilizó fue la encuesta a los docentes en la Unidad Educativa “Bethlemitas”, acerca de los conocimientos teórico y una ficha de observación a los niños y test físicos.

## 2.4 Matriz de relación

Objetivos del diagnostico	VARIABLES del diagnostico	Indicadores	Técnicas	Fuentes de información
Diagnosticar             Analizar	Procesos metodológicos	Entorno	Encuesta	Docentes
		Características de los alumnos		
		Recursos materiales		
		Humanos		
		Objetivos		
		Contenidos		
		Estrategias didácticas		
		Diseño de actividades		
		La sesión		
		Fase inicial		
		Fase de desarrollo		
		Fase final		
		Evaluación inicial		
		Evaluación continúa		
		Evaluación final		
Autoevaluación				
Valorar	Formación	Dominio de boteo derecha	Ficha de observación	Niñas
		Dominio boteo izquierda		
		Dribling mano derecho		
		Dribling mano izquierda		
		Dominio el pie derecha		
		Dominio el pie izquierda		
		Conducción pie derecho		
		Conducción pie izquierdo		
		Resistencia		
		Fuerza		
		Velocidad	Test físico	Niñas

	motora	Flexibilidad	Ficha de observación	Niñas
		Diferenciación		
		Acoplamiento		
		Orientación		
		Equilibrio		
		Anticipación		
		Ritmo		
Combinación motora				

## 2.5 La población

Institución	Entrenadores	Niñas
<b>Unidad Educativa Sagrado Corazón de Jesús “Bethlemitas”</b>	<b>6</b>	<b>90</b>
<b>TOTAL</b>	<b>6</b>	<b>90</b>

## 2.6 La muestra

Para el cálculo de la muestra no existe ninguna receta estadística, porque es una población inferior a 200, y se trabajó con la total de los alumnos investigados.

## CAPÍTULO III

### 3. ANÁLISIS Y DISCUSIÓN DE RESULTADOS

#### 3.1 Resultados de aplicación de la encuesta a los docentes

##### Pregunta N° 1

¿Según su opinión cual es grado de conocimiento que tienen los docentes acerca de los procesos metodológicos de la enseñanza de la formación motora?

*Tabla 1*

*Conocimiento que tienen acerca de los procesos metodológicos*

RESPUESTA	FRECUENCIA	%
<b>Excelente</b>	0	0%
<b>Muy bueno</b>	2	33%
<b>Bueno</b>	4	67%
<b>Regular</b>	0	0%
<b>TOTAL</b>	6	100%

Fuente: Encuesta aplicado docentes Unidad “Sagrado C. Jesús”

##### **Interpretación**

Se evidencia que el 67% de los docentes investigados manifiestan que el grado de conocimiento que tienen los docentes acerca de los procesos metodológicos de la enseñanza de la formación motora es buena, en menor porcentaje están la alternativa muy bueno lo que equivale al 33%. En definitiva, lograr que la docencia pase de estar

apoyada en la función de la enseñanza a forjarla en función del aprendizaje, donde la responsabilidad primordial del docente sean sus alumnos. (Gil P. , 2004, pág. 23). El dominio y conocimiento de los procesos metodológicos es una gran tarea que todo docente debe conocer y aplicar con sus estudiantes para que desarrollen su movimiento corporal o formación motora, que es la base de todo movimiento.

### **Pregunta N° 2**

**¿Según su criterio conoce las características cognoscitivas, motrices y afectivas de las niñas de 8 años?**

**Tabla 2**

*Características cognoscitivas, motrices y afectivas de las niñas de 8 años*

<b>RESPUESTA</b>	<b>FRECUENCIA</b>	<b>%</b>
<b>Mucho</b>	2	33%
<b>Poco</b>	3	50%
<b>Nada</b>	1	17%
<b>TOTAL</b>	6	100%

**Fuente: Encuesta aplicado docentes Unidad “Sagrado C. Jesús”**

### **Interpretación**

Se considera que el 50% de los docentes investigados manifiestan que conoce poco las características cognoscitivas, motrices y afectivas de las niñas de 8 años, en menor porcentaje están las alternativas mucho lo que equivale al 33% y nada lo que equivale a un 17%. Con respecto a las características cognoscitivas se refiere al periodo racional con gran desarrollo de la atención y las funciones intelectuales. Deduce e induce lo que permite ordenar sus ideas. Al final de este periodo el joven alcanza posibilidades

perceptivas, comprensivas, analíticas parecidas a la de un adulto. (Pila, 2009, pág. 63). En cuanto a las motrices, se refiere debido al tremendo impulso del crecimiento especialmente en la talla, se presentan desequilibrios funcionales y aparece un freno al desarrollo de la coordinación. La resistencia disminuye en proporción al crecimiento por el aumento de la cavidad cardiaca sin que el desarrollo vascular sea proporcional, los defectos posturales del movimiento son frecuentes.

### **Pregunta N° 3**

**¿Existen los recursos materiales suficientes para el desarrollo de la formación motora de las niñas?**

*Tabla 3*

*Recursos materiales suficientes para el desarrollo formación motora*

<b>RESPUESTA</b>	<b>FRECUENCIA</b>	<b>%</b>
<b>Mucho</b>	1	17%
<b>Poco</b>	5	83%
<b>Nada</b>	0	0%
<b>TOTAL</b>	6	100%

**Fuente:** Encuesta aplicado docentes Unidad “Sagrado C. Jesús”

### **Interpretación**

Se revela que el 83% de los docentes investigados manifiestan que existen pocos recursos materiales para el desarrollo de la formación motora de las niñas, en menor porcentaje están la alternativa mucho lo que equivale al 17%. Los materiales en Educación Física son enormemente variados lo que ha inducido a muchos autores a su clasificación a fin de transmitir una idea ordenada de sus posibilidades. Los materiales

específicos del área de educación física, son aquellos tradicionalmente utilizados en las clases de la materia con origen diferente, ya sea precedente de enfoques anteriores o nuevos de la Educación Física, estos están integrados por el Gimnasio, Patio de Recreo, Deportes, Psicomotricidad. (Contreras, 2000, pág. 135). Los materiales de educación física son indispensables para el desarrollo de los movimientos, para ello se necesita, variedad para su desarrollo de los movimientos corporales, que estas edades son la base para moverse, desplazarse con naturalidad.

#### **Pregunta N° 4**

**¿Dentro de los procesos de formación motora selecciona los contenidos de acuerdo a las necesidades e intereses de las niñas?**

**Tabla 4**

*Contenidos de acuerdo a las necesidades e intereses de las niñas*

<b>RESPUESTA</b>	<b>FRECUENCIA</b>	<b>%</b>
<b>Si</b>	2	33%
<b>No</b>	1	17%
<b>A veces</b>	3	50%
<b>TOTAL</b>	6	100%

**Fuente:** Encuesta aplicado docentes Unidad “Sagrado C. Jesús

#### **Interpretación**

Se concluye que el 50% de los docentes investigados manifiestan que de los procesos de formación motora a veces selecciona los contenidos de acuerdo a las necesidades e intereses de las niñas, en menor porcentaje están la alternativa si selecciona lo que equivale al 33% y no selecciona lo que equivale al 17%. En sentido restringido, los

contenidos de la Educación Física se refieren al conjunto de ejercicios, procedimientos y medios que permiten conseguir un método. Desde este punto de vista estaría centrada preferentemente en los repertorios de ejercicios y progresiones que se distribuyen de manera planificada actuando a modo de recetas. (Marín C. , 200, pág. 155). En estas edades tempranas es importante seleccionar los contenidos de acuerdo a las necesidades e intereses de los niños, es decir que sean actividades significativas las que se les proponga, con el objetivo de que tengan aplicabilidad en la vida cotidiana y se desarrolle su movimiento.

### **Pregunta N° 5**

**¿Usted. utiliza variedad de métodos didácticos en una misma sesión para el desarrollo de la formación motora de las niñas?**

**Tabla 5**

*Utiliza variedad de métodos didácticos en una misma sesión*

<b>RESPUESTA</b>	<b>FRECUENCIA</b>	<b>%</b>
<b>Siempre</b>	0	0%
<b>Casi siempre</b>	2	33%
<b>Rara vez</b>	4	67%
<b>Nunca</b>	0	0%
<b>TOTAL</b>	6	100%

**Fuente: Encuesta aplicado docentes Unidad “Sagrado C. Jesús**

### **Interpretación**

Se evidencia que el 67% de los docentes investigados manifiestan que rara vez utiliza variedad de métodos didácticos en una misma sesión para el desarrollo de la formación

motora de las niñas, en menor porcentaje están la alternativa casi siempre lo que equivale al 33%. La metodología, que indica la manera como los alumnos van a adquirir los contenidos, e indica una serie de actividades que deberán realizar el profesor y los alumnos el uso de ciertos recursos auxiliares, materiales y /o intelectuales. La modificación de uno produce necesariamente la alteración de los demás, aun cuando esta sea imperceptible. Así por ejemplo, un grupo de alumnos con características particulares obliga a alterar los objetivos y los contenidos y aun a modificar la metodología exigiendo en las actividades y los recursos sean adecuados. (Pila A. , 1999, pág. 112). Es decir en una misma sesión de clases los docentes deben utilizar variedad de métodos.

### **Pregunta N° 6**

**¿Usted. aplica las fases de los procesos didácticos de cada método de enseñanza?**

**Tabla 6**

*Aplica las fases de los procesos didácticos*

<b>RESPUESTA</b>	<b>FRECUENCIA</b>	<b>%</b>
<b>Sí</b>	2	33%
<b>No</b>	0	0%
<b>A veces</b>	4	67%
<b>TOTAL</b>	6	100%

**Fuente: Encuesta aplicado docentes Unidad "Sagrado C. Jesús**

### **Interpretación**



Se considera que el 67% de los docentes investigados manifiestan que a veces aplica las fases de los procesos didácticos de cada método de enseñanza en menor porcentaje están la alternativa sí lo que equivale al 33%. La cuestión fundamental del profesor es resolver el funcionamiento del proceso enseñanza –aprendizaje. Sus decisiones no pueden ser independientes, sino sometidas a las normas que fija el programa. Como se ha visto reiteradamente, el elemento fundamental en el programa, la unidad y la sesión son los objetivos. La organización y aplicación de una sesión debe responder a principios verificados como válidos. Los que siguen son aceptados universalmente como tales. (Pila A. , 1999, pág. 112). Los docentes deben conocer el proceso didáctico de cada método, con el propósito de seguir los pasos de cada método, para de esta manera organizar sus clases de manera ordenada, sistemática, progresiva, que ayude en el desarrollo y aprendizaje de la formación motora.

### **Pregunta N° 7**

**¿Usted. diseña diariamente su plan de clase, respetando sus fases para el desarrollo de la formación motora de las niñas?**

*Tabla 7*

*Diseña diariamente su plan de clase, respetando sus fases*

<b>RESPUESTA</b>	<b>FRECUENCIA</b>	<b>%</b>
<b>Siempre</b>	1	17%
<b>Casi siempre</b>	2	33%
<b>Rara vez</b>	3	50%
<b>Nunca</b>	0	0%
<b>TOTAL</b>	6	100%

**Fuente:** Encuesta aplicado docentes Unidad “Sagrado C. Jesús

## Interpretación

Se revela que el 50% de los docentes investigados manifiestan que rara vez diseña diariamente su plan de clase, respetando sus fases para el desarrollo de la formación **motora** en menor porcentaje están la alternativa siempre lo que equivale al 17% y casi siempre lo que equivale a un 33%. La sesión es la unidad mínima de planificación en el proceso enseñanza aprendizaje, siendo puramente práctica. En la sesión se ve reflejada en la práctica todo el trabajo anterior de planificación; las intenciones educativas, la presentación de tareas, el currículo oculto, la organización de grupos y material, la duración de las actividades, etc. (Muñoz A. , 2008, pág. 24). En definitiva, la sesión es el escenario donde buscaremos la consecución de los objetivos propuestos por medio de los contenidos tratados. La sesión en tres partes se ajusta mejor a los objetivos y contenidos que pretendemos desarrollar en esta programación.

## Pregunta N° 8

**¿Según su criterio usted conoce como se clasifica la motricidad para el desarrollo del movimiento?**

*Tabla 8*

*Conoce como se clasifica la motricidad para el desarrollo movimiento*

<b>RESPUESTA</b>	<b>FRECUENCIA</b>	<b>%</b>
<b>Mucho</b>	1	17%
<b>Poco</b>	5	83%
<b>Nada</b>	0	0%
<b>TOTAL</b>	6	100%

Fuente: Encuesta aplicado docentes Unidad "Sagrado C. Jesús

## **Interpretación**

Se concluye que el 83% de los docentes investigados manifiestan que conoce poco como se clasifica la motricidad para el desarrollo del movimiento en menor porcentaje están la alternativa mucho lo que equivale al 17%. El concepto motricidad puede abordarse desde distintas explicaciones; el Diccionario de Ciencias del Deporte discute la sinonimia de los términos motricidad y movimiento. Nos inclinamos por la opinión de que estos conceptos deben separarse; la razón más poderosa estriba en que el movimiento es utilizado en otras ciencias ya que con un significado de sistema de movimiento (biología, fisiología, biomecánica). (Navarro V. , 2002, pág. 135). Es muy fundamental que los docentes de educación física conozcan acerca la clasificación de la motricidad, porque de allí parte los grandes contenidos, para el desarrollo de la formación motora, siendo esta la base de todos los movimientos, es por ello que desde tempranas edades se debe impartir estos conocimientos de manera adecuada.

## **Pregunta N° 9**

**¿Según su opinión usted desarrolla y evalúa las capacidades físicas motoras de las niñas con ejercicios propios de la edad?**

***Tabla 9***

*Desarrolla y evalúa las capacidades físicas motoras*

<b>RESPUESTA</b>	<b>FRECUENCIA</b>	<b>%</b>
<b>Siempre</b>	0	0%
<b>Casi siempre</b>	4	67%
<b>Rara vez</b>	2	33%

<b>Nunca</b>	0	0%
<b>TOTAL</b>	6	100%

Fuente: Encuesta aplicado docentes Unidad "Sagrado C. Jesús"

### Interpretación

Se evidencia que el 67% de los docentes investigados manifiestan que casi siempre desarrolla y evalúa las capacidades físicas motoras de las niñas con ejercicios propios de la edad en menor porcentaje están la alternativa rara vez lo que equivale al 33%. Las capacidades físico motrices son más fácilmente observables de la actividad motriz puesto que se concretan en función de los aspectos anatómicos funcionales ya que, como hemos apuntado con anterioridad funcionales ya que, como hemos apuntado con anterioridad, se trata de un tipo de capacidades que gozan de una cierta independencia del Sistema Nervioso Central. (Castañer, 2001, pág. 95). Es fundamental que los docentes de educación física, entrenadores desarrollen estas cualidades físicas de manera divertida, por medio de juegos pre deportivos, sin llegar a la especialización deportiva, más bien se debe realizar por medio de actividades multilaterales.

### Pregunta N° 10

**¿En las clases de Educación física usted enseña variedad de ejercicios para el desarrollo de las capacidades coordinativas?**

*Tabla 10*

*Variedad de ejercicios para el desarrollo capacidades coordinativas*

<b>RESPUESTA</b>	<b>FRECUENCIA</b>	<b>%</b>
<b>Siempre</b>	1	17%
<b>Casi siempre</b>	2	33%
<b>Rara vez</b>	3	50%

<b>Nunca</b>	0	0%
<b>TOTAL</b>	6	100%

Fuente: Encuesta aplicado docentes Unidad "Sagrado C. Jesús"

### **Interpretación**

Se considera que el 50% de los docentes investigados manifiestan que rara vez en las clases de Educación física usted enseña variedad de ejercicios para el desarrollo de las capacidades coordinativas en menor porcentaje están la alternativa siempre lo que equivale al 17% y casi siempre lo que equivale a un 33%. Las capacidades coordinativas básicas son los fundamentos para regular y organizar el movimiento coordinado. Están situadas dentro de las capacidades motoras, que son los elementos básicos que realizan conscientemente la acción motora, que al mismo tiempo incluyen las capacidades condicionales, que son las capacidades que utilizan la energía disponible en el organismo y a la vez determinan la capacidad física del individuo. (Carrillo, 2004, pág. 96)

El desarrollo de las capacidades coordinativas en estas edades tempranas es muy fundamental, porque ayuda a la coordinación de los movimientos corporales, que son la base de los demás movimientos.

### **Pregunta N° 11**

**¿Según su consideración considera importante que el autor del trabajo de grado elabore una propuesta alternativa de procesos metodológicos para el desarrollo de la formación motora?**

### ***Tabla 11***

*Elabore una propuesta alternativa de procesos metodológicos*

<b>RESPUESTA</b>	<b>FRECUENCIA</b>	<b>%</b>
<b>Muy importante</b>	4	67%
<b>Importante</b>	2	33%
<b>Poco importante</b>	0	0%
<b>Nada</b>	0	0%
<b>TOTAL</b>	6	100%

Fuente: Encuesta aplicado docentes Unidad "Sagrado C. Jesús"

### **Interpretación**

Se revela que el 67% de los docentes investigados manifiestan que es muy importante que el autor del trabajo de grado elabore una propuesta alternativa de procesos metodológicos para el desarrollo de la formación motora en menor porcentaje están la alternativa importante lo que equivale al 33%. Es muy importante que se elabore este tipo de trabajo, por cuanto se seguirá un orden lógico de los procedimientos de los métodos y también existirá una metodología adecuada para el desarrollo de los movimientos humanos, mejor dicho de la formación motora, que se refiere al desarrollo de sus esquema corporal, motricidad gruesa, fina, lateralidad y habilidades motrices, todos estos movimientos son básicos, para aplicarles en la vida cotidiana.

### **Pregunta N° 12**

**¿La aplicación de una propuesta alternativa ayudara a mejorar los procesos metodológicos de las niñas y por ende el desarrollo de la formación motora?**

*Tabla 12*

*Propuesta alternativa ayudara a mejorar los procesos metodológicos*

<b>RESPUESTA</b>	<b>FRECUENCIA</b>	<b>%</b>
<b>Siempre</b>	4	67%
<b>Casi siempre</b>	2	33%
<b>Rara vez</b>	0	0%
<b>Nunca</b>	0	0%
<b>TOTAL</b>	6	100%

Fuente: Encuesta aplicado docentes Unidad “Sagrado C. Jesús

### **Interpretación**

Se concluye que el 67% de los docentes investigados manifiestan que siempre la aplicación de una propuesta alternativa ayudará a mejorar los procesos metodológicos de las niñas y por ende el desarrollo de la formación motora en menor porcentaje está la alternativa casi siempre lo que equivale al 33%. Pues es muy necesario la aplicación de esta guía didáctica por cuanto los maestros de educación física contarán con documento base que ayude en su desarrollo de los diferentes movimientos corporales, para ello deben considerar variedad de ejercicios y grupos de juegos para cumplir con este objetivo fundamental.

### **3.2 Resultados de los Test aplicado a las niñas de 8 años de la Unidad Educativa “Sagrado Corazón de Jesús”**

#### **Test N° 1**

## Correr en línea recta

**Tabla 13**

*Correr en línea recta*

<b>RESPUESTA</b>	<b>FRECUENCIA</b>	<b>%</b>
<b>Excelente</b>	8	9%
<b>Muy bueno</b>	12	13%
<b>Bueno</b>	59	66%
<b>Regular</b>	11	12%
<b>TOTAL</b>	90	100%

Fuente: Test aplicado a las niñas de la Unidad “Sagrado C. Jesús

### Interpretación

Se evidencia que 66% de las niñas evaluadas tienen una condición física buena con respecto a la carrera en línea recta, en menor porcentaje están las alternativas, excelente lo que equivale a un 9%, muy bueno lo que equivale a un 13% y regular lo que equivale a un 12%. El tiempo de reacción motriz, que se establece como un tipo de función perceptiva del movimiento que no requiere un gasto energético. La rapidez propia de cada movimiento en relación con la fuerza muscular, lo que le da a entender que hemos de considerar la fuerza. Velocidad como una complementariedad que da lugar a la expresión “potencia”, de que nos ocupamos más adelante. (Castañer, 2001, pág. 97). Esta capacidad en estas edades tempranas debe ser enseñada y desarrollada por medio de juegos pre deportivos, capas que los niños desarrollen sin traumas y no adquieran técnicas inadecuadas.

### Test N° 2

#### Correr en zig zag



**Tabla 14***Correr en zig zag*

<b>RESPUESTA</b>	<b>FRECUENCIA</b>	<b>%</b>
<b>Excelente</b>	8	9%
<b>Muy bueno</b>	11	12%
<b>Bueno</b>	47	52%
<b>Regular</b>	24	27%
<b>TOTAL</b>	90	100%

Fuente: Test aplicado a las niñas de la Unidad "Sagrado C. Jesús

**Interpretación**

Se evidencia que 52% de las niñas evaluadas tienen una condición física buena con respecto a la carrera en zig zag, en menor porcentaje están las alternativas, excelente lo que equivale a un 9%, muy bueno lo que equivale a un 12% y regular lo que equivale a un 24%. La velocidad depende, esencialmente de la caracterización genética constitucional, es parte del patrimonio hereditario del individuo y determina tanto la velocidad de alternancia de los estados de contracción y descontracción muscular como la velocidad de conducción del impulso nervioso. Tal y como hemos anotado, es a partir de los 6 años cuando se afinan la coordinación y el ajuste motor y por eso esa es justamente la edad en que se debe empezar a optimizar de una forma más particularizada cada capacidad motriz. (Castañer, 2001, pág. 98). Esta destreza debe ser desarrollada, para cual se debe buscar los medios adecuados para desarrollarla por medio de grupos de juegos o actividades lúdicas.

**Test N° 3**

## Lanzar con la mano derecha

*Tabla 15*

*Lanzar con la mano derecha*

<b>RESPUESTA</b>	<b>FRECUENCIA</b>	<b>%</b>
<b>Excelente</b>	0	0%
<b>Muy bueno</b>	27	30%
<b>Bueno</b>	49	54%
<b>Regular</b>	14	16%
<b>TOTAL</b>	90	100%

Fuente: Test aplicado a las niñas de la Unidad "Sagrado C. Jesús"

### Interpretación

Se considera que el 54% de las niñas evaluadas tienen una condición física buena con respecto a lanzar con la mano derecha, en menor porcentaje están las alternativas, muy bueno lo que equivale a un 30% y regular lo que equivale a un 16%. Lanzar implica un proceso cognitivo previo a partir del cual se desarrolla el concepto de llegar sin ir. El propósito del lanzamiento es incidir sobre el entorno por medio de un impacto con un objeto móvil. Podemos decir que la habilidad básica de lanzar es una tarea motriz típicamente que nos diferencia. La habilidad de lanzar está considerada por muchos autores en el área de desarrollo motor como una habilidad fundamental conveniente de ser educada durante las edades comprendidas en la Educación Primaria. (Fernandez, 2007, pág. 26). Esta habilidad básica siempre debe constar en el programa de actividades físicas a nivel escolar porque es algo básico que todo individuo debe conocer y desarrollar.

**Test N° 4****Lanzar con la mano izquierda****Tabla 16***Lanzar con la mano izquierda*

<b>RESPUESTA</b>	<b>FRECUENCIA</b>	<b>%</b>
<b>Excelente</b>	5	6%
<b>Muy bueno</b>	13	14%
<b>Bueno</b>	25	28%
<b>Regular</b>	47	52%
<b>TOTAL</b>	90	100%

Fuente: Test aplicado a las niñas de la Unidad "Sagrado C. Jesús"

**Interpretación**

Se revela que el 52% de las niñas evaluadas tienen una condición física regular con respecto a lanzar con la mano izquierda, en menor porcentaje están las alternativas, excelente equivalente al 6%, muy bueno lo que equivale a un 14% y bueno lo que equivale a un 28%. Los lanzamientos constituyen una especialidad compleja. A pesar de que lanzar sea una habilidad congénita del hombre, la realidad de los actuales lanzamientos hace imposible que de forma natural un atleta alcance resultados sin un proceso muy bien planificado de iniciación y perfeccionamiento. (Rius, 2005, pág. 377). Esta habilidad motriz es muy fundamental, por lo que se debe enseñar en la escuela de manera adecuada, sin errores, es una actividad natural que todo niño debe saber, para ello está el docente para enseñar esta habilidad sin errores.

**Test N° 5****Resistencia 800 metros****Tabla 17***Resistencia 800 metros*

<b>RESPUESTA</b>	<b>FRECUENCIA</b>	<b>%</b>
<b>Excelente</b>	4	4%
<b>Muy bueno</b>	12	13%
<b>Bueno</b>	24	27%
<b>Regular</b>	50	56%
<b>TOTAL</b>	90	100%

Fuente: Test aplicado a las niñas de la Unidad "Sagrado C. Jesús"

**Interpretación**

Se concluye que el 56% de las niñas evaluadas tienen una condición física regular con respecto a la resistencia, en menor porcentaje están las alternativas, excelente equivalente al 4%, muy bueno lo que equivale a un 13% y bueno lo que equivale a un 27%. Se define como la capacidad de soportar el estado de fatiga progresiva que sobreviene en un trabajo de larga duración. Es una capacidad que depende directamente del sistema cardio respiratorio, por lo que su desarrollo dependerá directamente del estado de crecimiento de dicho sistema en cada edad.(Castañer, 2001, pág. 95). Esta cualidad física debe ser entrenada y enseñada metódicamente, porque constituye la base de todos los deportes y tiene muchos beneficios, aumenta la capacidad cardiaca,

pulmonar, capta mejores niveles de oxígeno y sirve de base para el desarrollo de las más cualidades físicas.

## Test N° 6

### Saltar con los pies juntos

*Tabla 18*

*Saltar con los pies juntos*

<b>RESPUESTA</b>	<b>FRECUENCIA</b>	<b>%</b>
<b>Excelente</b>	3	3%
<b>Muy bueno</b>	17	19%
<b>Bueno</b>	59	66%
<b>Regular</b>	11	12%
<b>TOTAL</b>	90	100%

Fuente: Test aplicado a las niñas de la Unidad "Sagrado C. Jesús"

### Interpretación

Se evidencia que el 66% de las niñas evaluadas tienen una condición física buena con respecto a la habilidad saltar, en menor porcentaje están las alternativas, excelente equivalente al 3%, muy bueno lo que equivale a un 19% y regular lo que equivale a un 12%. Los saltos se las han definido como aquellas acciones en las que se produce un despegue del suelo gracias a la impulsión de las piernas. Los saltos están presentes en el atletismo (longitud, triple salto, altura y pértiga, en muchos deportes colectivos, las entradas en el baloncesto, los remates y bloqueos en el voleibol. (Batalla, 2000, pág. 60). Estas actividades naturales en edades tempranas deben ser enseñadas de manera adecuada, mediante variedad de ejercicios, sin buscar la especialidad deportiva, lo que

se debe dar en estas edades es un desarrollo multilateral, es decir el docente debe abarcar una gran variedad de ejercicios para el desarrollo de esta habilidad motora, para que los niños apliquen en su vida cotidiana.

### Test N° 7

#### Saltar alternando pies

*Tabla 19*

<i>Saltar alternando pies</i>		
<b>RESPUESTA</b>	<b>FRECUENCIA</b>	<b>%</b>
<b>Excelente</b>	5	6%
<b>Muy bueno</b>	19	21%
<b>Bueno</b>	49	54%
<b>Regular</b>	17	19%
<b>TOTAL</b>	90	100%

Fuente: Test aplicado a las niñas de la Unidad "Sagrado C. Jesús"

#### Interpretación

Se considera que el 54% de las niñas evaluadas tienen una condición física buena con respecto a la habilidad saltar, en menor porcentaje están las alternativas, excelente equivalente al 6%, muy bueno lo que equivale a un 21% y regular lo que equivale a un 19%. Los saltos se las han definido como aquellas acciones en las que se produce un despegue del suelo gracias a la impulsión de las piernas. Los saltos están presentes en el atletismo (longitud, triple salto, altura y pértiga, en muchos deportes colectivos, las entradas en el baloncesto, los remates y bloqueos en el voleibol. (Batalla, 2000, pág. 60).

Los saltos son habilidades naturales que deben ser impartidos por los docentes de una manera metódica, progresiva, sin errores ni defectos, para ello el docente entregara en sus clases de educación física variedad de alternativas para que las niñas asimilen la técnica de los saltos.

## Test N° 8

### Test de flexibilidad

*Tabla 20*

<i>Test de flexibilidad</i>		
<b>RESPUESTA</b>	<b>FRECUENCIA</b>	<b>%</b>
<b>Excelente</b>	9	10%
<b>Muy bueno</b>	27	30%
<b>Bueno</b>	54	60%
<b>Regular</b>	0	0%
<b>TOTAL</b>	90	100%

Fuente: Test aplicado a las niñas de la Unidad "Sagrado C. Jesús"

### Interpretación

Se revela que el 60% de las niñas evaluadas tienen una condición física buena con respecto a la flexibilidad, en menor porcentaje están las alternativas, excelente equivalente al 10%, muy bueno lo que equivale a un 30%. Es aquella cualidad, que con base en la movilidad articular, extensibilidad y elasticidad muscular, hace posible el máximo recorrido de las articulaciones, permitiendo al sujeto realizar acciones que requieren gran agilidad y destreza., esta cualidad física está relacionada con el tipo corporal, sexo, estructura ósea, articular y otros factores que escapan el control del

individuo. (Vargas R. , 2007, pág. 98). La flexibilidad es una cualidad física importantísima que debe ser educada y entrenada en los diferentes planes de entrenamiento y sesiones de clase, pero sin embargo ha sido relegada a un segundo plano, por los docentes y entrenadores, esta cualidad física con el pasar del tiempo, sino es adecuadamente preparada va decreciendo, siendo una de las más importantes sirve para realizar los movimientos de manera adecuada.

### 3.3 Resultados de la ficha de observación aplicada a las niñas de 8 años de la Unidad Educativa “Sagrado Corazón de Jesús”

#### Observación N° 1

#### Dominio de boteo con la mano derecha

*Tabla 21*

*Dominio de boteo con la mano derecha*

<b>RESPUESTA</b>	<b>FRECUENCIA</b>	<b>%</b>
<b>Excelente</b>	9	10%
<b>Muy bueno</b>	47	52%
<b>Bueno</b>	17	19%
<b>Regular</b>	17	19%
<b>TOTAL</b>	90	100%

Fuente: Ficha de Observación aplicado a las niñas “Sagrado C. Jesús

#### Interpretación

Se concluye que el 52% de las niñas evaluadas tienen una condición física muy buena con respecto al dominio de boteo con la mano derecha, en menor porcentaje están las alternativas, excelente equivalente al 10%, bueno lo que equivale a un 19% y regular con un 19%. Botar es la forma más común de moverse por el campo con el balón. Otras



formas también válidas, aunque mucho más limitadas en posibilidades, son el pivote, el desplazamiento realizado al finalizar la propia acción de dribling (con dos pasos como máximo y un gesto posterior de pase o lanzamiento) y las acciones aéreas de recepción, existe dos tipos de boteo de avance y el protección, ambos se debe dominar con ambas manos. (Rio, 2003, pág. 19). El boteo es una cualidad técnica que se debe enseñar a los niños, desde un comienzo aplicar los principios básicos del baloncesto, se debe enseñar sin errores y sin defectos.

## Observación N° 2

### Dominio de boteo con la mano izquierda

*Tabla 22*

*Dominio de boteo con la mano izquierda*

<b>RESPUESTA</b>	<b>FRECUENCIA</b>	<b>%</b>
<b>Excelente</b>	0	0%
<b>Muy bueno</b>	25	28%
<b>Bueno</b>	14	16%
<b>Regular</b>	51	57%
<b>TOTAL</b>	90	100%

Fuente: Ficha de Observación aplicado a las niñas “Sagrado C. Jesús

### Interpretación

Se evidencia que el 57% de las niñas evaluadas tienen una condición física regular con respecto al dominio de boteo con la mano izquierdo, en menor porcentaje están las

alternativas muy bueno lo que equivale a un 28% y bueno equivalente al 19%. Aunque son muchas las acciones de juego que los jugadores tienen que realizar para participar en el juego, lo más importante en el desarrollo de un jugador de baloncesto es el bote del balón. Se trata de una habilidad que debe ser desarrollada desde el inicio y ejecutada en todas las situaciones prácticas, cuando más mejore el dribling, más confianza adquirirá el jugador. (Faucher, 2002, pág. 38). El boteo es el fundamento técnico que se debe enseñar a los niños y de manera especial con la mano izquierda, que es la que menos domina, para ello se les debe hacer variedad de ejercicios que ayuden a suplir este fundamentos técnico.

### **Observación N° 3**

#### **Dominio de conducción con el pie derecho**

*Tabla 23*

*Dominio de conducción con el pie derecho*

<b>RESPUESTA</b>	<b>FRECUENCIA</b>	<b>%</b>
<b>Excelente</b>	11	12%
<b>Muy bueno</b>	18	20%
<b>Bueno</b>	53	59%
<b>Regular</b>	8	9%
<b>TOTAL</b>	90	100%

Fuente: Ficha de Observación aplicado a las niñas "Sagrado C. Jesús"

### **Interpretación**

Se considera que el 59% de las niñas evaluadas tienen una condición física buena con respecto al dominio de conducción con el pie derecho, en menor porcentaje están las

alternativas excelente equivalente al 12%, muy bueno lo que equivale a un 20% y regular equivalente al 9%. Para controlar sus conducciones, los jugadores deben mantener el balón cerca de los pies y practicar el toque con el interior, exterior y el empeine de cada pie. En las fases iniciales del entrenamiento de conducciones, deben practicar primero conduciendo en línea recta y despacio y luego cambiando la velocidad y la dirección de la conducción en una zona limitada, sin oposición. (Warren, 2006, pág. 169). La conducción del balón es el fundamento básico del fútbol, que se debe tomar muy en cuenta a la hora de enseñar los fundamentos técnicos, el docente debe utilizar variedad de ejercicios técnicos, sin llegar a la especialidad deportiva, las estudiantes deben aprender estos fundamentos de manera divertida.

#### **Observación N° 4**

#### **Dominio de conducción con el pie izquierdo**

*Tabla 24*

*Dominio de conducción con el pie izquierdo*

<b>RESPUESTA</b>	<b>FRECUENCIA</b>	<b>%</b>
<b>Excelente</b>	0	0%
<b>Muy bueno</b>	11	12%
<b>Bueno</b>	26	29%
<b>Regular</b>	53	59%
<b>TOTAL</b>	90	100%

Fuente: Ficha de Observación aplicado a las niñas "Sagrado C. Jesús"

#### **Interpretación**

Se revela que el 59% de las niñas evaluadas tienen una condición física regular con respecto al dominio de conducción con el pie izquierdo, en menor porcentaje están las alternativas muy bueno lo que equivale a un 11% y bueno equivalente al 29%. La conducción del balón es la capacidad de moverse con fluidez con el balón en los pies y observar al mismo tiempo el acontecer del juego. La conducción más segura del balón se efectúa con la cara interna del pie. Es la forma más fácil de controlar el balón en medio del movimiento y de cubrirlo con el cuerpo ante un contrario. Sirve para asegurar la posesión del balón mientras se busca una posibilidad del pase. (Bruggemann, 2005, pág. 94). El docente debe poner mucha atención este fundamento especialmente con esta pierna, porque es la que menos dominio tienen y además a las niñas se les debe enseñar el dominio de ambas piernas en forma alternada, esto se hace para que puedan resolver esta situación en un partido de fútbol y evitar contratiempos.

### **Observación N° 5**

#### **La niña sabe diferenciar o regular sus movimientos**

*Tabla 25*

*La niña sabe diferenciar o regular sus movimientos*

<b>RESPUESTA</b>	<b>FRECUENCIA</b>	<b>%</b>
<b>Excelente</b>	9	10%
<b>Muy bueno</b>	15	17%
<b>Bueno</b>	20	22%
<b>Regular</b>	46	51%
<b>TOTAL</b>	90	100%

Fuente: Ficha de Observación aplicado a las niñas "Sagrado C. Jesús"

## **Interpretación**

Se concluye que el 51% de las niñas evaluadas tienen una condición coordinativa regular con respecto a la diferenciación y regulación de los movimientos, en menor porcentaje están las alternativas excelente lo que equivale al 10%, muy bueno lo que equivale a un 17% y bueno equivalente al 22%. Es la capacidad individual de diferenciar, discriminar y precisar las sensaciones que recogemos de los objetos y de los acontecimientos para poder responder mejor a las exigencias específicas. (Carrillo, 2004, pág. 97). Es la capacidad que todos tenemos para dar una orden secuencial, de tipo cronológico y especial, en los procesos motores parciales, que se vinculan entre sí hasta que se convierten en un acto motor unitario e intencionado. Esta capacidad coordinativa se la debe practicar mucho en estas edades tempranas, porque tiene prioridad, porque en esta edad se debe enseñar e impartir ejercicios de mucha coordinación para que le sirva en la vida cotidiana.

## **Observación N° 6**

### **La niña se orienta en el espacio**

*Tabla 26*

*La niña se orienta en el espacio*

<b>RESPUESTA</b>	<b>FRECUENCIA</b>	<b>%</b>
<b>Excelente</b>	11	12%
<b>Muy bueno</b>	18	20%
<b>Bueno</b>	49	54%

<b>Regular</b>	12	14%
<b>TOTAL</b>	90	100%

Fuente: Ficha de Observación aplicado a las niñas "Sagrado C. Jesús"

### **Interpretación**

Se evidencia que el 54% de las niñas evaluadas tienen una condición coordinativa buena con respecto a la orientación en el espacio, en menor porcentaje están las alternativas excelente lo que equivale al 12%, muy bueno lo que equivale a un 20% y regular equivalente al 14%. Es la capacidad del niño de determinar la posición de los segmentos y de la totalidad del cuerpo en el espacio, y de modificar los movimientos dentro de un espacio de acción concurrente y bien definido en relación con los objetos y con el resto de compañeros, quietos o en movimiento. (Carrillo, 2004, pág. 98). Esta capacidad coordinativa es muy fundamental porque se ayuda en la orientación de los diversos deportes, estas orientaciones son derecha, izquierda, adelante, atrás, lateral izquierdo, lateral derecho, todos estos aspectos o movimientos se debe enseñar por medio de juegos pre deportivos.

### **Observación N° 7**

#### **La niña mantiene el equilibrio de manera estática**

*Tabla 27*

*La niña mantiene el equilibrio de manera estática*

<b>RESPUESTA</b>	<b>FRECUENCIA</b>	<b>%</b>
<b>Excelente</b>	5	6%

<b>Muy bueno</b>	26	28%
<b>Bueno</b>	51	57%
<b>Regular</b>	8	9%
<b>TOTAL</b>	90	100%

---

Fuente: Ficha de Observación aplicado a las niñas "Sagrado C. Jesús"

### **Interpretación**

Se considera que el 57% de las niñas evaluadas tienen una condición coordinativa buena con respecto al equilibrio estática, en menor porcentaje están las alternativas excelentes lo que equivale al 6%, muy bueno lo que equivale a un 28% y regular equivalente al 9%. Es la capacidad que se manifiesta al solucionar, de la manera más adecuada y rápida que se pueda, una tarea motora, que se ha desarrollado en condiciones precarias de equilibrio, en superficies limitadas de soporte o bajo la acción de fuerzas externas que tienden a estorbar continuamente la ejecución programada e hipotética del niño. (Carrillo, 2004, pág. 98). Esta capacidad coordinativa es fundamental que se trabaje, porque ayuda mucho con respecto a los movimientos aplicados en los diferentes deportes, para ello el entrenador o docente debe realizar variedad de ejercicios, pero estos deben ser pre deportivos, sin llegar a la especialidad deportiva.

### **Observación N° 8**

**La niña se anticipa a los movimientos que realice su compañero**

#### **Tabla 28**

*La niña se anticipa a los movimientos que realice su compañero*

<b>RESPUESTA</b>	<b>FRECUENCIA</b>	<b>%</b>
<b>Excelente</b>	0	0%
<b>Muy bueno</b>	14	16%
<b>Bueno</b>	20	22%
<b>Regular</b>	56	62%
<b>TOTAL</b>	90	100%

Fuente: Ficha de Observación aplicado a las niñas "Sagrado C. Jesús

### **Interpretación**

Se considera que el 62% de las niñas evaluadas tienen una condición coordinativa regular con respecto al anticipa a los movimientos que realice su compañero, en menor porcentaje están las alternativa muy bueno lo que equivale a un 16%, buena equivalente al 22%. Es la capacidad del niño de predecir correctamente, sobre la base de un cálculo de probabilidades, la marcha y el resultado de una acción, pero también el momento y la frecuencia del hecho donde se manifiestan ciertos fenómenos, y de programar consecuentemente las respuestas oportunas. (Carrillo, 2004, pág. 98). El docente de educación física debe enseñar estos movimientos corporales, es decir anticiparse a sus jugadas, sean en el baloncesto o el fútbol, para ello debe utilizar los procesos metodológicos adecuados, para que las niñas comprendan y desarrollen la formación deportiva.

### **Observación N° 9**

#### **La niña corre a diferentes ritmos y distancias**



**Tabla 29***La niña corre a diferentes ritmos y distancias*

<b>RESPUESTA</b>	<b>FRECUENCIA</b>	<b>%</b>
<b>Excelente</b>	11	12%
<b>Muy bueno</b>	12	13%
<b>Bueno</b>	47	52%
<b>Regular</b>	20	23%
<b>TOTAL</b>	90	100%

Fuente: Ficha de Observación aplicado a las niñas "Sagrado C. Jesús"

**Interpretación**

Se revela que el 52% de las niñas evaluadas tienen una condición coordinativa buena con respecto a correr a diferentes ritmos y distancias, en menor porcentaje están las alternativa muy bueno lo que equivale a un 13%, regular equivalente al 23%. Es la capacidad con la que entendemos no sólo el ritmo en sentido musical, sino también la alternancia de tensión y distensión de los grandes grupos musculares. En este apartado englobamos todo trabajo motor que suponga una repetición secuenciada de una misma acción de una forma constante en el tiempo. (Carrillo, 2004, pág. 98). A las niñas se les debe aplicar variedad de ejercicios con el objetivo de mejorar los niveles de velocidad, para ello se les debe hacer ejercicios a diferentes ritmos y distancias, todo estos se desarrolla mediante familias de juegos.

**Observación N° 10****La niña realiza una adecuada combinación motora**

**Tabla 30***La niña realiza una adecuada combinación motora*

<b>RESPUESTA</b>	<b>FRECUENCIA</b>	<b>%</b>
<b>Excelente</b>	5	6%
<b>Muy bueno</b>	11	12%
<b>Bueno</b>	60	66%
<b>Regular</b>	14	16%
<b>TOTAL</b>	90	100%

Fuente: Ficha de Observación aplicado a las niñas “Sagrado C. Jesús

**Interpretación**

Se concluye que el 66% de las niñas evaluadas tienen una condición coordinativa buena con respecto a combinación motora, en menor porcentaje están las alternativa excelente lo que equivale al 6%, muy bueno lo que equivale a un 12%, regular equivalente al 16%. Esta capacidad desarrolla un papel importante en todas las actividades motoras y los juegos complejos que implican la activación de los esquemas motores de base. Está constituida por la capacidad del niño de saber relacionar una estructura unitaria coherente, además de formas autónomas y parciales de movimiento que se puede presentar en la sucesión temporal, pero en cualquier caso también simultáneamente. (Carrillo, 2004, pág. 98). Con este término se designa el conjunto de capacidades intelectuales, además de las motoras, que permitan al niño no sólo resolver de manera original y creativa un determinado problema motor, sino también variar, reestructurar y reproducir continuamente nuevas formas de movimiento.

**CAPÍTULO IV****4. PROPUESTA**

#### **4.1 Título**

### **GUÍA METODOLÓGICA PARA EL DESARROLLO DE LA FORMACIÓN MOTORA EN NIÑOS Y NIÑAS DE 8 AÑOS**

#### **4.2 Justificación**

Después de recoger los datos a través de los diferentes instrumentos, se determina mediante los resultados que no existe una relevancia positiva en cada uno de ellos, por lo que se hace necesario construir una Guía metodológica para el desarrollo de la formación motora en niños y niñas de 8 años la cual estará constituida por una serie de ejercicios y juegos para el desarrollo de las diferentes capacidades coordinativas en los sujetos ya mencionados, misma que estará a cargo de los docentes, entrenadores quienes serán los encargados de llevar a una correcta aplicación

Los temas que fueron tratados en la investigación van a ayudar a los entrenadores, docentes en el aumento del conocimiento teórico y así poder viabilizar de forma más efectiva en la aplicación práctica, la propuesta intenta ser una alternativa para tener en cuenta las necesidades de los niños y niñas de 8 años en el correcto desarrollo de la formación motora donde se tomara en cuenta las siguientes características.

El juego como una metodología que permita a los niños y niñas a realizar actividades de carácter colaborativo y participativo donde ellos no pierdan el interés por estas actividades ya sean individuales o grupales. Los diferentes juegos y ejercicios irán dirigidos al desarrollo de las habilidades motrices básicas y deportivas para lograr una excelente formación motora de los niños y niñas de 8 años

#### **4.3 Fundamentación**

##### ***4.3.1 Metodología y contenidos del entrenamiento de la formación motora***

La puesta en marcha de los principios metodológicos, se fundamenta esencialmente, a través de la utilización de los métodos de enseñanza. Es necesario que el entrenador domine la mayor cantidad de ellos, por cuanto facilitan la labor pedagógica.

También es elemental señalar, que un método por sí solo no resuelve el aprendizaje. El nivel profesional del entrenador determinará la selección y aplicación de los métodos, permitiendo relacionarlos, integrarlos y sabe hasta qué momento aplicarlos, de acuerdo a sus ventajas y desventajas. (Ranzola, 2012, pág. 2)

La formación motora determina la condición física del individuo se dividen en dos bloques: capacidades coordinativas y las capacidades físicas o condicionales. El rendimiento motor de cualquier persona dependerá del nivel de desarrollo y adaptación de dichas cualidades.

Las capacidades coordinativas dependen del sistema nervioso y tienen la capacidad de organizar, controlar y regular todas las acciones motrices. Las capacidades coordinativas básicas son las que se desarrollan sobre todo entre los 8 y los 12 años y hacen referencia a la capacidad de aprendizaje de habilidades motrices, el nivel de control de los movimientos y ejercicios, y la capacidad de adaptación e improvisación ante una situación presentada. Las capacidades coordinativas específicas determinan un contexto motor más concreto y son las siguientes: equilibrio, la combinación motora, la orientación y la relación espacio-tiempo, etc. (Makea, 2010, pág. 2)

Los métodos y contenidos de entrenamiento generales se utilizan para mejorar el grado de asentamiento general de las capacidades coordinativas. Del grado en que se

dominen depende, según entre otros factores, el grado de su posible contribución a la mejora de la habilidad. Por ello, los métodos y los contenidos tienen que corresponder al nivel del deportista

#### ***4.3.2 El juego motor***

El juego, como actividad fundamental para el desarrollo del niño: Como elemento esencial en la socialización del niño como reflejo de la vida interior del niño [...] originando gozo, placer, satisfacción consigo mismo (Piaget, 1986) citado por El juego contiene por sí solo todas las posibilidades de transición entre la imaginación creadora y el hacer constructivo, estableciendo la continuidad en el niño entre el juego y el trabajo.

En el planteamiento metodológico merece una consideración especial el juego motor, que en esta etapa educativa está llamado a estar casado con la didáctica. En efecto, nuestra práctica deportiva en la educación infantil nos llevará a establecer una metodología educativa basada en las experiencias, en actividades lúdicas y en juegos, y esta es la forma como se abordarán los diferentes contenidos educativos que hemos establecido. (Gil, Contreras, & Gómez, 2008, pág. 5)

Sin duda, la conducta motriz integra elementos cognitivos, afectivos y motrices, y nos muestra al deportista al desnudo, tal como es, desplegando sus extraordinarias potencialidades de perfección, las que paulatinamente actualizará a través del proceso de enseñanza-aprendizaje, en el que el juego, como hemos dicho, actúa como instrumento y fin.

Las situaciones de aprendizaje deben estar integradas con elementos lúdicos, pues el juego es la forma más natural de aprender. En definitiva, es la primera actividad creadora del niño: la imaginación que nace y se desarrolla en el juego y viene a desembocar en la creatividad. Su práctica contribuye al desarrollo social y afectivo de la personalidad y fomenta la adquisición de actitudes, valores y normas, a la vez que es el medio ideal para la adquisición de habilidades corporales, como son la percepción auditiva, la orientación espacial, la percepción de formas espaciales, la expresión corporal, la motricidad fina, etcétera.

El juego motor será el principal medio para alcanzar los logros motores, ya que en él se concilian acción, pensamiento y lenguaje (Bruner, 1979), acción, símbolo y regla e integración. Porque el juego permite construir de manera integral funciones tan importantes como el tono, el equilibrio, la lateralidad y las conductas perceptivo-motrices, a la vez que conocer y adaptarse al medio físico y social. ¿Qué da más que el juego?

#### ***4.3.3 Consideraciones a tener en cuenta para la iniciación deportiva.***

Lograr la participación de los niños en diversas actividades deportivas es más beneficioso que exponerlos prematuramente a aprender una destreza particular o especializada en un deporte antes de que estén totalmente desarrollados. La especialización temprana puede, en efecto, llevar al fracaso y desalentar la participación futura.

Se podría definir el momento óptimo para la práctica deportiva como aquel en el cual un niño logra la madurez necesaria para aprender y comprender una tarea dada. En el contexto de los deportes, este momento también incluye factores

físicos, neurológicos, cognitivos, psicológicos y sociales. La variabilidad que existe en los parámetros de crecimiento y desarrollo entre la niñez y la adolescencia hacen de la edad cronológica un criterio no confiable para determinar si un niño está preparado para participar en los deportes. Esta participación depende, además, del desarrollo del niño, de la disposición de sus padres, del contexto sociocultural y de la demanda específica de un deporte determinado. (Cancio & Calderin, 2010, pág. 32)

Para ello se puede tomar como referencia el “Esquema General de las Etapas de Inicio, Desarrollo e Intensificación sobre las Fases Sensibles”. Se entienden como fases sensibles los “períodos donde hay una entrenabilidad muy favorable para una capacidad motora.” Esto indica que “el aprendizaje puede realizarse cuando el niño está listo, es decir, cuando posee y domina los prerrequisitos de ese aprendizaje y la capacidad de reorganizarlos”.

Entre los 8 y 9 años se podrá comenzar con actividad pre deportivo, mini deportes. Esto último les permitirá elegir destrezas que estén de acuerdo con sus aptitudes motrices y funcionales. Sería conveniente la iniciación en las prácticas del atletismo, porque esto les permitirá perfeccionar el salto, el lanzamiento y la carrera, utilizando siempre la competencia como medio educativo y no como fin. De los 10 a los 12 años, la habilidad general motora adquirida les permitirá manejar su cuerpo en el tiempo y en el espacio. En este momento ya se puede comenzar a desarrollar la habilidad motora específica, estimulando la flexibilidad, la fuerza (sin el empleo de cargas máximas) y la resistencia (más la aeróbica que la anaeróbica). (Cancio & Calderin, 2010, pág. 45)

Además, se trabajará para que el niño logre desarrollar el dominio y uso de su cuerpo en movimientos analíticos, así como la incorporación de técnicas y gestos propios de cada deporte.

#### ***4.3.4 Juegos colectivos y juegos predeportivos.***

Desde los 8 a los 12/13 años: Esta etapa nos presenta una gran capacidad de las técnicas de movimientos en forma global. No se consigue la inhibición de movimientos, por lo tanto no hay precisión. Es posible el incremento de las capacidades físicas por medio del entrenamiento sistemático. Estamos en la edad de oro del aprendizaje deportivo, los niños son capaces de aprender de todo pero siempre en forma general y/o global.

¿Qué debe hacer un niño de esta etapa?

- Preparación Técnica: Aprender las técnicas globales de movimiento del deporte.
- Preparación Física: Desarrollar sus capacidades motoras: resistencia, fuerza, movilidad, equilibrio, velocidad, coordinación, en forma general.
- Preparación Mental: Conocer la idea central, las reglas, aprender a cooperar, educarse por y para el esfuerzo, y tratar de conseguir el desarrollo de la alegría, en la forma cognitiva.

Por supuesto que todo esto sin perder de vista el desarrolló de los 3 objetivos de la etapa:

1. Desarrollo de los más variados patrones de la coordinación.
2. Familiarización con los más diversos elementos.
3. Desarrollo del pensamiento táctico general.



Entre los 8 a 12/13 años, el niño debe jugar a todos los deportes que pueda o estén a su alcance.

El juego sigue siendo en esta etapa el mayor agente para desarrollar los objetivos propuestos por todo lo ya enumerado y fundamentalmente porque nos permite un gran desarrollo del pensamiento táctico, ya sea individual o grupal, que consideramos es por donde se debe comenzar la enseñanza de los deportes por equipos. Cuanto mayor sea su número de experiencias motrices que acumule el niño en esta etapa, mejores posibilidades de aprender lo específico tendrá en la siguiente. Luego no hay más que combinar todo lo aprendido y almacenado en sus centros nerviosos. (Cancio & Calderin, 2010, pág. 27)

Se trata también de jugar a moverse con el balón y de juegos con dos porterías y equipos pequeños. Esta es la manera de iniciar a los niños al entrenamiento: a partir de la actividad preferida, el juego. No compartimos la opinión de que al principio de la sesión se ha de realizar un precalentamiento del aparato locomotor. El juego libre: se convierte en la mera práctica de un partido de fútbol, balonmano, baloncesto, etc.

En la etapa de iniciación de 6 a 10 años de edad: los niños en la fase de iniciación deberían participar en programas de entrenamiento de baja intensidad, en los que lo más importante es la diversión, por medio de métodos del juego.

#### ***4.3.5 Habilidades Motrices***

El concepto de Habilidad Motriz Básica en Educación Física viene a considerar toda una serie de acciones motrices que aparecen de modo filogenético en la evolución humana, tales como marchar, correr, girar, saltar, lanzar, recepcionar.

Estas habilidades básicas encuentran un soporte para su desarrollo en las habilidades perceptivas, las cuales están presentes desde el momento del nacimiento al mismo tiempo que evolucionan conjunta y yuxtapuestamente. Por habilidades motrices básicas entendemos aquellos actos motores que se, llevan a cabo de forma natural y que constituyen la estructura sensomotora básica, soporte del resto de las acciones motrices que el ser humano desarrolle. (Cidoncha & Diaz, 2010, pág. 3)

La capacidad, adquirida por aprendizaje, de producir resultados previstos con el máximo de certeza y, frecuentemente, con el mínimo dispendio de tiempo, de energía o de ambas. Se trata, por consiguiente, de la capacidad de movimiento humana adquirida por aprendizaje, entendiendo el desarrollo de la habilidad motriz como producto de un proceso de aprendizaje motor. Estas habilidades básicas, base en el aprendizaje de posteriores acciones motrices más complejas, son los desplazamientos, saltos, equilibrios, lanzamientos y recepciones.

#### ***4.3.6 Características de las habilidades motrices básicas.***

Las características particulares que hacen que una habilidad motriz sea básica son:

- Ser comunes a todos los individuos.
- Haber facilitado/permitido la supervivencia del ser humano.
- Ser fundamento de posteriores aprendizajes motrices (deportivos o no).

Movimientos que implican fundamental mente el manejo del propio cuerpo. Se encuentran presentes en tareas de locomoción (andar, correr, etc.) tareas relacionadas con el equilibrio postural básico (estar de pie o sentado).

Movimientos en los que la acción fundamental se centra en el manejo de objetos, como sucede en las tareas manipulativas (lanzar, decepcionar, golpear, etc.).

(Cidoncha & Diaz, 2010, pág. 23):

Algunos autores coinciden en considerar las Habilidades Motrices Básicas, englobando todas las acciones posibles en tres apartados o áreas concretas (Ruíz Pérez, 1987) citado por (Cidoncha & Diaz, 2010):

- Locomotrices. Su característica principal es la locomoción. Entre ellas tenemos: andar, correr, saltar, galopar, deslizarse, rodar, trepar, etc.
- No locomotrices. Su característica principal es el manejo y dominio del cuerpo en el espacio. Ejemplos de estas habilidades son: balancearse, girar, retroceder, colgarse, etc.
- Proyección/percepción. Caracterizadas por la proyección, manipulación y recepción de móviles y objetos. Están presentes en tareas tales como lanzar, decepcionar, batear, atrapar, etc.

#### ***4.3.7 Evolución de las habilidades motrices***

Según Sánchez Bañuelos, el desarrollo de las habilidades motrices se lleva a cabo en los niños siguiendo las siguientes fases:

##### ***4.3.7.1 Fase (7-9 años)***

Desarrollo de las habilidades y destrezas básicas mediante movimientos básicos que impliquen el dominio del propio cuerpo y el manejo de objetos.

Estos movimientos básicos están referidos a desplazamientos, saltos, giros, lanzamientos y recepciones. En la actividad física se utiliza el componente lúdico-competitivo.

Se busca el perfeccionamiento y una mayor complejidad de los movimientos de la etapa anterior. Se siguen estrategias de búsqueda fundamentalmente pero a veces será necesaria la instrucción directa por parte del profesor para enseñar algunos movimientos complejos.

#### ***4.3.8 Habilidades locomotrices.***

Estas habilidades se caracterizan porque en ellas se presenta el desplazamiento del cuerpo de un lugar a otro en el espacio, y en su desarrollo se interrelacionan los diferentes elementos espaciales: direcciones, planos y ejes.

Las habilidades locomotrices se adquieren y desarrollan en forma automática, ya que son movimientos naturales y heredados, sobre los que se pueden desarrollar varias habilidades fundamentales, habilidades que con el crecimiento del individuo van madurando y se van diversificando en varias formas, de acuerdo con los factores externos que influyen en la especialización motriz de cada niño. (Rodríguez J. , 2011, pág. 10):

Entre las habilidades locomotrices se encuentran las siguientes: andar, correr, saltar, variaciones del salto, galopar, deslizarse, rodar, pararse, botar, caer, esquivar, trepar, bajar, etc.

#### ***4.3.9 Las Habilidades manipulativas.***

Los movimientos naturales y de manipulación gruesa se adquieren por herencia biológica y cultural y se constituyen en la base de la especialización motriz que se logra

o aprende por medio de la experimentación de gran variedad de actividades deportivas y no deportivas que se practican en la vida cotidiana, además la práctica sistemática y variada, contribuye determinantemente a los procesos de cualificación de las habilidades caracterizadas por movimientos fluidos, flexibles, armónicos, eficientes y eficaces que son el producto de la interacción socio-perceptivo y físicomotriz.

Estas habilidades son movimientos de manipulación gruesa y fina. Se caracterizan por la capacidad de imprimir fuerza a los objetos o personas y recibir y amortiguar la misma de los objetos y personas con quienes se interactúa, en la medida que se perfeccionan hay una mayor participación de las capacidades perceptivo motrices y coordinativas, las que imprimen la base del componente cualitativo. (Rodríguez J. , 2011, pág. 10)

De esta manera, habilidades como el lanzar, atrapar, patear, golpear, pueden dar origen a otra gran variedad de habilidades, como lanzar un balón y atraparlo con una, dos manos y de varias formas más.

#### ***4.3.10 Habilidades de estabilidad***

Estas habilidades suponen el desarrollo de la capacidad perceptivomotriz de adecuación y adaptación espacio-temporal del cuerpo y la participación de las capacidades físicomotrices (condicionales y coordinativas) para lograr superar la fuerza de gravedad, y así realizar eficazmente las tareas motrices que se requieren en las acciones propuestas.

Son habilidades motrices, en las que se trata de mantener una estabilidad del equilibrio estático y dinámico ante una situación o tarea motriz propuesta, y el

equilibrio se logra por medio de un adecuado ajuste postural que resuelva eficazmente el problema planteado. (Rodríguez J. , 2011, pág. 10)

Algunas de las habilidades motrices de estabilidad son: levantar, inclinarse, estirarse, girar, empujar, colgarse.

#### ***4.3.11 Capacidades Coordinativas Especiales***

Las capacidades coordinativas de rendimiento de un deportista son determinadas tanto a través de su repertorio de habilidades técnico-deportivas, como también por su nivel logrado en las capacidades coordinativas.

Así, las capacidades coordinativas difieren de las habilidades técnico-deportivas, en que las primeras son necesarias para varias acciones de movimiento, mientras las segundas siempre representan sólo la solución única de una tarea de movimiento. (Pacheco G. , 2015, pág. 114)

Pueden distinguirse siete capacidades coordinativas a partir de las características de cada deporte. Son fundamentales para todos los tipos de deporte, por supuesto también con diferente importancia. Sin embargo, cada una de estas capacidades pone aspectos específicos para cada disciplina o deporte.

#### ***4.3.12 El equilibrio***

El equilibrio es un estado por el cual una persona, puede mantener una actividad o un gesto, quedar inmóvil o lanzar su cuerpo en el espacio, utilizando la gravedad o resistiéndola.

Capacidad para adoptar y mantener una posición corporal opuesta a la fuerza de gravedad. El sentido del equilibrio o capacidad de orientar correctamente el

cuerpo en el espacio, se consigue a través de una ordenada relación entre el esquema corporal y el mundo exterior. (Pacheco G. , 2015, pág. 43)

Los trastornos del equilibrio afectan la construcción del esquema corporal, dificultad en la estructura espacial y temporal. Además, provoca inseguridad, ansiedad, imprecisión, escasa atención y en algunos casos, inhibición.

En el momento en que el equilibrio se altera, una de las manifestaciones más evidentes que surgen es el vértigo. El vértigo se define como una sensación falsa de giro o desplazamiento de la persona o de los objetos, en otras ocasiones lo que aparece es una sensación de andar sobre una colchoneta o sobre algodones, que es lo que se conoce como mareo.

#### ***4.3.13 La coordinación***

La coordinación se nos presenta como un concepto complejo, multifactorial, implicado de manera constante en el movimiento humano, puesto que, por sencillo que funcionalmente y estructuralmente éste sea, siempre entramos en el dominio de las coordinaciones. (p.5)

La coordinación es la capacidad de integrar capacidades separadas en una más compleja. Estos mismos autores opinan que la buena coordinación depende del buen funcionamiento del sistema nervioso principalmente de la corteza encefálica. (Cidoncha & Diaz, 2010, pág. 23)

La coordinación es la capacidad neuromuscular que tiene el organismo para movilizar las diferentes masas musculares de manera seleccionada y ordenada. Permite regular la sincronización de los movimientos y el encadenamiento significativo de una conducta neuromuscular.

La coordinación motriz gruesa interviene las grandes masas musculares de ejecución de movimientos que no requieren precisión. Coordinación intramuscular. La coordinación motriz fina es la ejecución de movimientos que demanda el control muscular particularmente de manos y pies combinados con la vista.

## **4.4 OBJETIVOS**

### ***4.4.1 Objetivo General***

- Elaborar una guía metodológica para el desarrollo de la formación motora de niñas de 8 años.

### ***4.4.2 Objetivos Específicos***

- Dotar a los docentes de una guía didáctica para el desarrollo de la formación motora en niños de 8 años.
- Beneficiar a las niñas de 8 años de la Unidad Educativa Sagrado Corazón de Jesús “Bethlemitas” al desarrollo de la formación motora.
- Socializar a los docentes, entrenadores la guía metodológica que contribuirá al desarrollo de la formación motora de las niñas estudiantes de la Unidad Educativa Sagrado Corazón de Jesús “Bethlemitas”

## **4.5 UBICACIÓN SECTORIAL Y FÍSICA**

**País:** Ecuador

**Provincia:** Imbabura

**Cantón:** Ibarra



**Beneficiarios:** Docentes de Educación Física, docentes y estudiantes




**Institución: Particular:** Unidad Educativa Sagrado Corazón de Jesús “Bethlemitas”

#### **4.5 DESARROLLO DE LA PROPUESTA**




##### **Presentación**

Para facilitar que se produzca los aprendizajes es preciso instaurar un clima de clase cálido y enriquecedor a través del establecimiento de unas buenas relaciones entre los docentes y los estudiantes; sin embargo, un clima como el descrito no constituye, por sí solo, una buena educación, ni proporciona un medio favorable para el logro de los objetivos educativos.

En efecto muchos profesores y profesoras de Educación Física tienen como meta hacerse querer por los alumnos y las alumnas, a cuyo fin reducen sus expectativas en relación con los objetivos de aprendizaje. De esta manera, aumenta su popularidad, favoreciendo las interacciones sociales con el alumnado en detrimento de los fines educativos. Sin embargo hace bastante tiempo ya que se ha demostrado que las necesidades de los estudiantes en relación con el profesorado son prioritariamente los objetivos de aprendizaje específico, y solo al final de sus preferencias están las relaciones interpersonales. Para mejorar la calidad educativa, el docente de educación física o entrenador debe utilizar los métodos y procedimientos los más adecuados de acuerdo al método que esté utilizando, también los docentes en las instituciones deben estar dotados de medios y materiales que ayuden a que los estudiantes asimilen los diversos contenidos de la mejor manera, para ello el docente debe dominar variedad de estrategias de aprendizaje, con el objetivo de evitar la monotonía de los estudiantes.


<b>Sesión N° 1</b>			
<b>Tema: CARRERA DE ENCOSTALADOS</b>		<b>Objetivo:</b> Favorecer la coordinación, equilibrio y fuerza del tren inferior a través del juego y recuperar los juegos tradicionales.	
<b>Jugadores</b>  25	<b>Materiales</b>	<b>Tiempo</b>	<b>Método</b>
	<b>Costales, ulas, pelotas</b>	<b>60 min</b>	<b>Método Directo</b>
<b>Calentamiento</b>			
<p>Lubricación articular.</p> <p>Juego del capitán manda</p> <p>Realizar ejercicios de flexibilidad</p>			
<b>Parte principal</b>			
<p><b>Organización inicial:</b> Formamos grupos de 5 participantes ubicados en columnas, a cada grupo se le asigna 10 pelotas que estarán a una distancia de 10 metros dentro de una ula</p> <p><b>Desarrollo:</b> a la señal del maestro se inicia la competencia, el primer participante debe ir y traer una pelota del sitio indicado al lugar de inicio y se hace un relevo con su compañero, gana el grupo que recoja las pelotas más rápido.</p>			
<b>Variantes</b>			
Se puede añadir dificultad al desplazarse en zig-zag o incrementar la distancia del recorrido.			
<b>Final o Evaluación</b>			

Juego del gato y el ratón	
---------------------------	--

Sesión N° 2			
<b>Tema: LA MANCHA DE LA NARIZ</b>		<b>Objetivo:</b> Participar activamente en las carreras con cambios de ritmo y dirección	
<b>Jugadores</b>  25	<b>Materiales</b>  Terreno despejado y limitado	<b>Tiempo</b>	<b>Método</b>
		60 min	Método Directo
<b>Calentamiento</b>			
Lubricación articular Correr con cambios de frente Desplazamientos hacia atrás, lateral, Skipping			
<b>Parte principal</b>			
<b>Organización inicial:</b> Los jugadores se distribuyen libremente por el terreno a excepción de un perseguidor, que se queda estático en el terreno de juego.  <b>Desarrollo:</b> a la señal del maestro, el perseguidor intenta tocar a sus compañeros. Los compañeros tocados se convertirán en perseguidores. Todos los perseguidores se desplazan con la mano agarrado en la nariz,			
<b>Variantes</b>			
Se puede modificar los límites del terreno, pedir que pongan la mano en el cuello, la cabeza, etc.			
<b>Final o Evaluación</b>			


Juego del gato y el ratón			
<b>Sesión N° 3</b>			
<b>Tema: LA MURALLA</b>		<b>Objetivo:</b> Desarrollar la velocidad y la resistencia mediante ejercicios pre deportivos para mejorar el movimiento	
<b>Jugadores</b>  25	<b>Materiales</b>	<b>Tiempo</b>	<b>Método</b>
	<b>Terreno despejado y limitado</b>	<b>60 min</b>	<b>Método Directo</b>
<b>Calentamiento</b>			
<p>Lubricación articular.</p> <p>Carrera continúa con cambios de dirección.</p> <p>Taloneo.</p>			
<b>Parte principal</b>			
<p><b>Organización inicial:</b> los jugadores se colocan detrás de una de las líneas de fondo de la pista, a excepción del guardián de la muralla que se sitúa en el terreno de juego.</p> <p><b>Desarrollo:</b> a la señal de director del juego, todos los jugadores deben ir de una línea de fondo a la otra evitando ser tocados por el guardián de la muralla. Cuando los jugadores, excepto los tocados, han llegado a la línea de fondo, inicia la carrera a la otra línea.</p>			
<b>Variantes</b>			
Se puede modificar las dimensiones del campo, solicitar a los participantes que realicen la actividad, saltando sobre el pie derecho, izquierdo, etc.			
<b>Final o Evaluación</b>			


Juego del lobo	
----------------	--

Sesión N° 4			
<b>Tema: EMPUJANDO EL BALON</b>		<b>Objetivo:</b> Mejorar la coordinación y la fuerza de las extremidades superiores a través del juego.	
<b>Jugadores</b>  25	<b>Materiales</b>  Balones, conos	<b>Tiempo</b>	<b>Método</b>
		60 min	Método Directo
<b>Calentamiento</b>			
Lubricación articular.  Taloneo.  Carrera en continua.  Ejercicios de flexibilidad.			
<b>Parte principal</b>			
<p><b>Organización inicial:</b> Formar grupos de 6 y sub dividirlo en grupos de 3 ubicarse en columnas y el resto a una distancia de 10m frente a la columna de sus compañeros</p> <p><b>Desarrollo:</b> a la señal del maestro cubrir el recorrido en cuadrupedia, y empujar un balón con la cabeza hasta llegar al otro extremo y hacer un relevo con uno de sus compañeros, controlar que los participantes no empujen el balón con sus manos.</p>			
<b>Variantes</b>			

Se lo puede realizar en zig-zag o modificar la distancia.			
<b>Final o Evaluación</b>			
Carreras de velocidad por equipos con relevos.			
<b>Sesión N° 5</b>			
<b>Tema: EXPRESO CON MI CUERPO</b>		<b>Objetivo:</b> Estimular el trabajo en equipo y fomentar la expresión corporal.	
<b>Jugadores</b>  25	<b>Materiales</b>  Terreno despejado y limitado	<b>Tiempo</b>	<b>Método</b>
		<b>60 min</b>	<b>Método Directo</b>
<b>Calentamiento</b>			
Lubricación articular. Carrera con cambio de ritmo. Desplazamiento lateral. Skipping. Estiramientos musculares.			
<b>Parte principal</b>			
<b>Organización inicial:</b> Se forma equipos de cinco o seis participantes que estarán ubicados por cualquier parte de la cancha.			
<b>Desarrollo:</b> El juego consiste en realizar las figuras que el maestro indique con su cuerpo y el de todos sus compañeros de equipo			






<b>Variantes</b>	
Se lo puede realizar con las letras del abecedario, números, cosas, etc.	
<b>Final o Evaluación</b>	
Juego el gato y el ratón	


<b>Sesión N° 6</b>			
<b>Tema: MONTANDO MI CABALLO</b>		<b>Objetivo:</b> Desarrollar la fuerza mediante el juego para fortalecer las extremidades Superiores	
<b>Jugadores</b>	<b>Materiales</b>	<b>Tiempo</b>	<b>Método</b>
25	Pañuelos de colores	60 min	Método Directo
<b>Calentamiento</b>			
Lubricación articular. Taloneo. Cargar al compañero de un lugar a otro. Ejercicios de flexibilidad.			
<b>Parte principal</b>			

<p><b>Organización inicial:</b> En este juego se delimita el espacio, de unos 20 x 20m Todos los jugadores por parejas y montados a caballo sobre el compañero, el jinete llevará en la parte de atrás de los pantalones un pañuelo o periódico.</p> <p><b>Desarrollo:</b> el objetivo es quitar la cola al caballo contrario, el equipo que pierde su cola sale del juego y gana el equipo que hasta el final mantenga su cola.</p>			
<b>Variantes</b>			
<p>Lo podemos realizar por equipos donde cada equipo llevara un color diferente de pañuelo para distinguirse.</p>			
<b>Final o Evaluación</b>			
<b>En la posición quien llega primero</b>			
<b>Sesión N° 7</b>			
<b>Tema: QUITALE LA COLA AL GATO</b>		<b>Objetivo:</b> Mejorar la coordinación, desplazamiento y cambios de dirección, a través del juego.	
<b>Jugadores</b>	<b>Materiales</b>	<b>Tiempo</b>	<b>Método</b>
25		60 min	Método Directo
	<b>Pañuelos de colores</b>		
<b>Calentamiento</b>			
<p>Lubricación articular.</p> <p>Juegos de persecución.</p> <p>Skiping.</p> <p>Ejercicios de flexibilidad.</p>			
<b>Parte principal</b>			







<p><b>Organización inicial:</b> Organizar grupos de 3 o 4 personas y ubicarlos uno tras otro formando una cadena agarrados de la camiseta</p> <p><b>Desarrollo:</b> el primero de la cadena es la cabeza del gato y su función es quitarles la cola a los demás gatos, el del medio es el cuerpo del gato y su función es no soltarse, y el último debe ponerse el pañuelo en la parte de atrás de sus pantalones y su función es esquivarse y no dejarse quitar la cola, el equipo que pierda la cola sale del juego y gana el equipo que mantenga la cola hasta el final.</p>	
<b>Variantes</b>	
Puede variar el tiempo y espacio de juego	
<b>Final o Evaluación</b>	
Ejercicios de respiración y estiramientos musculares.	



<b>Sesión N° 8</b>			
<b>Tema: LANZO Y ATRAPO</b>		<b>Objetivo</b> desarrollar la coordinación óculo manual a través del juegos	
<b>Jugadores</b>	<b>Materiales</b>	<b>Tiempo</b>	<b>Método</b>
<b>25</b>	<b>Pelotas de tenis</b>	<b>60 min</b>	<b>Método Directo</b>
<b>Terreno despejado y limitado</b>			
<b>Calentamiento</b>			

Lubricación articular.			
Taloneo.			
carreras con cambios de ritmo			
Skipping.			
<b>Parte principal</b>			
<p><b>Organización inicial:</b> Formar grupos de 4 participantes, y ubicarlos en columnas, cada columna tendrá una pelota de tenis</p> <p><b>Desarrollo:</b> a la orden del maestro el primer participante deberá desplazarse hacia adelante lanzando la pelota al aire y atrapándola otra vez, evitando que esta se caiga, hasta un punto previamente establecido y regresar para realizar un relevo con uno de sus compañeros.</p>			
<b>Variantes</b>			
Mano derecha, izquierda, con las dos manos, en parejas.			
<b>Final o Evaluación</b>			
<b>Saltos simultáneos quien llega primero</b>			
<b>Sesión N° 9</b>			
<b>Tema: LA CARRETILLA</b>		<b>Objetivo:</b> Desarrollar el trabajo de brazos mediante variedad de ejercicios para aplicar en la vida cotidiana	
<b>Jugadores</b>	<b>Materiales</b>	<b>Tiempo</b>	<b>Método</b>
25		60 min	Método Directo
	<b>Terreno despejado y limitado</b>		
<b>Calentamiento</b>			

<p>Lubricación articular.</p> <p>Equilibrio sobre un muro.</p> <p>Skiping</p> <p>Ejercicios de flexibilidad.</p>	
<b>Parte principal</b>	
<p><b>Organización inicial:</b> En parejas el uno se pone en posición de cubito ventral el otro le toma de las piernas y camina con las manos.</p> <p><b>Desarrollo:</b> Agrupados en parejas tras una línea de salida donde se ubican uno tras de otro, el de adelante se pone en posición de plancha y el de atrás le toma de las piernas, a la voz del profesor todos parten hasta una marca preestablecida, donde se cambian de función y regresan</p>	
<b>Variantes</b>	
<p>Se lo puede realizar en zig-zag o modificar la distancia, trabajar a modo de competencias por equipos, relevos, etc.</p>	
<b>Final o Evaluación</b>	
<p>Juego del lobo</p>	




<b>Sesión N° 10</b>			
<b>Tema:</b> YO SOY MAS RAPIDO		<b>Objetivo:</b> Desarrollar la velocidad de reacción y la concentración.	
<b>Jugadores</b>	<b>Materiales</b>	<b>Tiempo</b>	<b>Método</b>
25		60 min	<b>Método Directo</b>

<b>Pelotas de tenis</b>			
<b>Calentamiento</b>			
Lubricación Articular.			
Trotar alrededor de la cancha.			
Desplazamiento lateral			
Skipping			
<b>Parte principal</b>			
<p><b>Organización inicial:</b> Agrupados en parejas el uno frente al otro a una distancia de 1 metro.</p> <p><b>Desarrollo:</b> en el centro de los dos participantes se ubica la pelota de tenis, el docente nombra cualquier parte del cuerpo cabeza, rodillas, tobillos, etc. Los participantes deben tocar las partes que el maestro señala y cuando el maestro diga pelota los dos participantes deben atrapar lo más rápido posible la pelota gana el que se quede con la pelota.</p>			
<b>Variantes</b>			
Realizarlo con mayor distancia, de espaldas, sentados, cubito ventral, posición supina, etc.			
<b>Final o Evaluación</b>			
Ejercicios de flexibilidad			
<b>Sesión N° 11</b>			
<b>Tema: PECHO A TIERRA</b>		<b>Objetivo:</b> Desarrollar la coordinación dinámica general, a través de juegos.	
<b>Jugadores</b>  25	<b>Materiales</b>	<b>Tiempo</b>	<b>Método</b>
	<b>Pañuelos, conos</b>	<b>60 min</b>	<b>Método Directo</b>
<b>Calentamiento</b>			

<p>Lubricación articular.</p> <p>Juego el gato y el ratón.</p> <p>Ejercicios de flexibilidad.</p>	
<b>Parte principal</b>	
<p><b>Organización inicial:</b> Formamos grupos de 5 participantes, cada grupo debe tener un pañuelo.</p> <p><b>Desarrollo:</b> a la orden del maestro se deberá pasar el pañuelo por encima de la cabeza hasta llegar al último participante el mismo que debe decir pecho a tierra y sus compañeros deben ubicarse en posición de cubito ventral, para que su compañero pase por arriba de ellos sin pisarlos y comenzar otra vez.</p>	
<b>Variantes</b>	
<p>cambiar de posición a cubito dorsal, posición supina</p>	
<b>Final o Evaluación</b>	
<p>Ejercicios de flexibilidad de los diferentes grupos musculares</p>	

<b>Sesión N° 12</b>			
<p><b>Tema:</b> QUITO LA COLA A MIS COMPAÑEROS</p>		<p><b>Objetivo:</b> Desarrollar la resistencia aeróbica, la agilidad, y la velocidad de desplazamiento.</p>	
<b>Jugadores</b>	<b>Materiales</b>	<b>Tiempo</b>	<b>Método</b>
25		60 min	Método Directo










	<b>Pañuelos de colores</b>		
<b>Calentamiento</b>			
Lubricación articular. Correr libremente por el terreno Juego de las cogidas			
<b>Parte principal</b>			
<b>Organización inicial:</b> Organizar a los alumnos y dotar de un pañuelo a cada uno.  <b>Desarrollo:</b> a la señal del docente todos los participantes intentan la cola, de cada uno de ellos, el participante que se quede sin cola sale del juego hasta quitar a todos los participantes.			
<b>Variantes</b>			
Se lo puede realizar desplazándose saltando reducir los límites del terreno de juego.			
<b>Final o Evaluación</b>			
Ejercicios de Flexibilidad y respiración			
<b>Sesión N° 13</b>			
<b>Tema: PASAR LA PELOTA CON LAS PIERNAS</b>		<b>Objetivo:</b> Desarrollar la coordinación óculo pédica y la fuerza abdominal.	
<b>Jugadores</b>	<b>Materiales</b>	<b>Tiempo</b>	<b>Método</b>
25		60 min	<b>Método Directo</b>

		<b>Pelotas</b>	
<b>Calentamiento</b>			
Lubricación articular.			
Skipping en el mismo lugar.			
Taloneo.			
Carrera con cambios de ritmo.			
<b>Parte principal</b>			
<p><b>Organización inicial:</b> En grupos de 5 participantes, sentados uno a lado del otro en dirección opuesta y separados a 50 cm cada uno, con las piernas extendidas.</p> <p><b>Desarrollo:</b> Entre sus compañeros de equipo pasarse el balón presionándolo con sus tobillos de uno en uno para que este avance hasta el punto establecido previamente y empezar de nuevo hasta acabar con el número de pelotas asignadas.</p>			
<b>Variantes</b>			
La cadena: Los alumnos/as, en grupos iguales, tratan de hacer una cadena lo más larga posible, intentan pasar la mayor cantidad de pelotas			
<b>Final o Evaluación</b>			
Juego del lobo			
<b>Sesión N° 14</b>			
<b>Tema: A RECOGER LAS TAPAS</b>		<b>Objetivo:</b> Desarrollar la percepción espacio temporal, agilidad, coordinación motora	
<b>Jugadores</b>	<b>Materiales</b>	<b>Tiempo</b>	<b>Método</b>




25	Tapas recicladas, pelota, cuerda.	60 min	Método Directo
<p align="center"><b>Calentamiento</b></p> <p>Lubricación articular.</p> <p>Taloneo.</p> <p>Juego la carretilla.</p> <p>Ejercicios de flexibilidad.</p>			
<p align="center"><b>Parte principal</b></p>			
<p><b>Organización inicial:</b> Pintar un círculo de dos metros de diámetro, regar las tapas plásticas dentro del círculo, el maestro se colocara en el centro para hacer girar la cuerda que debe estar con la pelota de tenis sujeta a la punta.</p> <p><b>Desarrollo:</b> los participantes se ubican fuera del círculo y cuando el maestro indique intentaran coger las tapas sin que la cuerda ni pelota los golpee, gana el participante que obtenga más tapas, el participante que sea golpeado por la cuerda sale del juego.</p>			
<p align="center"><b>Variantes</b></p>			
<p>Se lo puede realizar por grupos, con relevos.</p>			
<p align="center"><b>Final o Evaluación</b></p>			
<p>Ejercicios de flexibilidad en parejas</p>			
<p align="center"><b>Sesión N° 15</b></p>			
<p><b>Tema: NO DEJES CAER LA PELOTA</b></p>		<p><b>Objetivo:</b> Desarrollar la coordinación óculo manual a través del juego.</p>	



Jugadores 25	Materiales Pelotas de tenis, raquetas de madera	Tiempo 60 min	Método Método Directo
<b>Calentamiento</b>			
<p>Lubricación articular.</p> <p>Correr con cambios de frente.</p> <p>Skiping.</p> <p>Ejercicios de flexibilidad.</p>			
<b>Parte principal</b>			
<p><b>Organización inicial:</b> Formar grupos de 4 participantes, y ubicarlos en columnas, cada columna tendrá una raqueta y una pelota de tenis.</p> <p><b>Desarrollo:</b> a la orden del maestro el primer participante deberá llevar la pelota golpeándola con la raqueta evitando que esta se caiga hasta un punto previamente establecido y regresar para realizar un relevo con uno de sus compañeros.</p>			
<b>Variantes</b>			
<p>Se lo puede realizar con la mano derecha, izquierda o agarrar la raqueta con las dos manos.</p>			
<b>Final o Evaluación</b>			
<p>Juego el gato y el ratón</p>			

Sesión N° 16			
<b>Tema: PASANDO ULAS</b>		<b>Objetivo:</b> Desarrollar la coordinación dinámica general a través del juego.	
<b>Jugadores</b>  25	<b>Materiales</b>  Ulas	<b>Tiempo</b>	<b>Método</b>
		60 min	Método Directo
<b>Calentamiento</b>			
Lubricación articular.  Juego de las cogidas.  Ejercicios de Flexibilidad.			
<b>Parte principal</b>			
<b>Organización inicial:</b> Formar un círculo con los alumnos agarrados de las manos, y la ula debe ubicarse de manera que las manos de los alumnos queden en el centro de la ula.  <b>Desarrollo:</b> cuando el maestro indique los niños deben pasar su cuerpo por la ula sin soltarse las manos.			
<b>Variantes</b>			
Este juego lo pueden realizar de rodillas, sentados, podemos aumentar el número de ulas para que sea más dinámico el juego o formar otro grupo y hacerlo a manera de competencia.			
<b>Final o Evaluación</b>			

Ejercicios de respiración y flexibilidad.			
<b>Sesión N° 17</b>			
<b>Tema: YO CORRO MAS RAPIDO</b>		<b>Objetivo:</b> Desarrollar la velocidad de reacción y de desplazamiento	
<b>Jugadores</b>  25	<b>Materiales</b>  Balón, conos	<b>Tiempo</b>  60 min	<b>Método</b>  Método Directo
	<b>Terreno despejado y limitado</b>		
<b>Calentamiento</b>			
<p>Lubricación articular.</p> <p>Taloneo.</p> <p>Careras con cambios de ritmo.</p> <p>Estiramientos generales.</p>			
<b>Parte principal</b>			
<p><b>Organización inicial</b> En grupos de 4, cada grupo ubicado fuera de un círculo en columnas y numerados del 1 al 4 todos los grupos.</p> <p><b>Desarrollo:</b> el maestro indicará un número del 1 al 4 y al alumno que le corresponda ese número, deberá correr alrededor de todos los grupos y una vez llegue al lugar de partida debe tratar de atrapar el balón que estará ubicado en el centro del círculo, gana el que primero coja el balón.</p>			
<b>Variantes</b>			
Los alumnos se pueden ubicar sentados, de cubito ventral, de cubito dorsal, etc.			
<b>Final o Evaluación</b>			

Ejercicios de flexibilidad			
<b>Sesión N° 18</b>			
<b>Tema: QUE NO SE CAIGA EL GLOBO</b>		<b>Objetivo:</b> Desarrollar la coordinación óculo manual a través del juego.	
<b>Jugadores</b>  25	<b>Materiales</b>	<b>Tiempo</b>	<b>Método</b>
	<b>Globos</b>	<b>60 min</b>	<b>Método Directo</b>
<b>Calentamiento</b>			
Lubricación articular Juego el trencito saltarín Estiramientos.			
<b>Parte principal</b>			
<b>Organización inicial:</b> Los participantes deberán formar un círculo.			
<b>Desarrollo:</b> a la orden del maestro se lanzara un globo al aire, los participantes deben evitar que este se caiga utilizando únicamente las manos.			
<b>Variantes</b>			
Se lo puede realizar incrementando la cantidad de globos para que el juego sea más dinámico.			
<b>Final o Evaluación</b>			






Ejercicios de estiramientos musculares.			
<b>Sesión N° 19</b>			
<b>Tema: TIRO AL BLANCO</b>		<b>Objetivo:</b> Coordinar movimientos de lanzamiento mediante el juego	
<b>Jugadores</b>  25	<b>Materiales</b>  Conos, pelotas de tenis	<b>Tiempo</b>  60 min	<b>Método</b>  Método Directo
	<b>Terreno despejado y limitado</b>		
<b>Calentamiento</b>			
Lubricación articular.  En parejas frente a frente intentar tocar la cabeza, hombro, rodillas, del compañero evitando que le toquen.  Ejercicios de flexibilidad.			
<b>Parte principal</b>			
<p><b>Organización inicial:</b> Formar grupos de 4 participantes en formación columnas, a una distancia de 4 metros cada grupo, cada participante deberá estar con una pelota de tenis.</p> <p><b>Desarrollo:</b> a la orden del maestro el primero de cada columna va a lanzar la pelota al blanco de conos que estarán previamente organizados, Gana el grupo que primero derribe todos los conos.</p>			
<b>Variantes</b>			
Se puede modificar la distancia de lanzamiento o solicitar que lancen sólo con la mano derecha o izquierda.			

<b>Final o Evaluación</b>	
Juegos de tracción en parejas.	

<b>Sesión N° 20</b>			
<b>Tema: LAS QUEMADAS</b>		<b>Objetivo:</b> Desarrollar la coordinación dinámica general a través del juego	
<b>Jugadores</b>	<b>Materiales</b>	<b>Tiempo</b>	<b>Método</b>
25		60 min	Método Directo
	<b>Pelotas de goma</b>		
<b>Calentamiento</b>			
Lubricación articular. Carrera continúa. Taloneo. Estiramientos musculares en parejas.			
<b>Parte principal</b>			
<p><b>Organización inicial:</b> En un rectángulo de 18x9 metros dividido en la mitad, se ubican dos equipos A Y B en cada lado de igual número de jugadores</p> <p><b>Desarrollo:</b> a la señal del maestro el equipo A lanza las pelotas, el equipo B tiene que esquivar y evitar que la pelota golpee en su cuerpo, al participante que le golpee la pelota pierde y tiene que salir del juego, luego lanzara el equipo B, gana el equipo que llegue al final del juego con uno o varios participantes.</p>			
<b>Variantes</b>			
Lanzar con la mano derecha, izquierda, con pies y manos a la vez.			

<b>Final o Evaluación</b>	
Juego de las cogidas	




<b>Sesión N° 21</b>			
<b>Tema: ARMANDO LA TORRE</b>		<b>Objetivo:</b> Desarrollo de la motricidad fina y la velocidad de desplazamiento	
<b>Jugadores</b>	<b>Materiales</b>	<b>Tiempo</b>	<b>Método</b>
25		60 min	Método Directo
	Tapas recicladas, conos		
<b>Calentamiento</b>			
Lubricación articular. Juego de las cogidas. Ejercicios de Flexibilidad.			
<b>Parte principal</b>			
<b>Organización inicial:</b> En grupos de 4 ubicados en columnas, cada grupo con 15 tapas plásticas			
<b>Desarrollo:</b> a la orden del maestro corre el primer participante de cada grupo a 10 metros para dejar la tapa y regresar para que su compañero haga lo mismo hasta formar una fila de 5 tapas y sobre esa fila se apila 4, luego 3, 2, 1 y así formar la torre gana el equipo que primero forme la torre.			
<b>Variantes</b>			
Se puede incrementar el número de tapas plásticas o la distancia a recorrer.			
<b>Final o Evaluación</b>			

Ejercicios de flexibilidad	
----------------------------	--

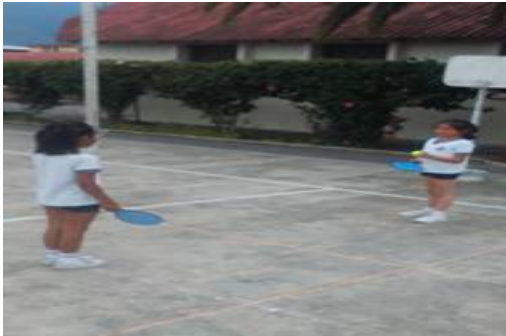
Sesión N° 22			
<b>Tema: SUPERANDO OPSTACULOS</b>		<b>Objetivo:</b> Desarrollar la coordinación dinámica general	
<b>Jugadores</b>	<b>Materiales</b>	<b>Tiempo</b>	<b>Método</b>
25		60 min	Método Directo
	Ulas, conos		
<b>Calentamiento</b>			
Lubricación articular. Carreras de velocidad. Ejercicios de respiración. Ejercicios de flexibilidad.			
<b>Parte principal</b>			
<b>Organización inicial:</b> En grupos de 6 ubicados en columnas			
<b>Desarrollo:</b> empiezan a cruzar todos los obstáculos, primero las ulas, los participantes deben pisar en el centro con un sólo pie, segundo la viga de equilibrio donde los participantes deben evitar caerse al momento de cruzar, tercero los participantes deben pasar por debajo del túnel evitando botar el madero que estará ubicado sobre los conos, y regresar para realizar un relevo con un compañero.			
<b>Variantes</b>			
Se puede incrementar el número de obstáculos.			
<b>Final o Evaluación</b>			






Realizar multisaltos adelante, atrás y estiramientos musculares.	
--	--

Sesión N° 23			
<b>Tema: TRASLADO Y NO DEJO CAER EL GLOBO</b>		<b>Objetivo:</b> Desarrollar la coordinación dinámica general y el trabajo en equipo.	
Jugadores	Materiales	Tiempo	Método
25		60 min	Método Directo
	Globos		
<b>Calentamiento</b>			
Lubricación articular. Correr libremente por el terreno Pequeños saltos con pie derecho, izquierdo. Estiramientos musculares.			
<b>Parte principal</b>			
<b>Organización inicial:</b> En grupos de 6 ubicados en columnas			
<b>Desarrollo:</b> en parejas a la señal del maestro deberán llevar el globo presionándolo cada uno con la frente sin utilizar las manos, retornando para entregar el globo ala siguiente pareja que hará lo mismo, gana el club que primero cumpla el recorrido con todos sus participantes gana.			
Se lo puede realizar llevando el globo hombro con hombro, espalda con espalda, abdomen con abdomen, etc.			

<b>Final o Evaluación</b>	
Juego del zorrillo astuto.	

<b>Sesión N° 24</b>			
<b>Tema: MINI TENIS</b>		<b>Objetivo:</b> Desarrollar la coordinación dinámica general y mejorar la agilidad en los movimientos por medio del juego	
<b>Jugadores</b>  25	<b>Materiales</b>  Pelotas de tenis raquetas de madera	<b>Tiempo</b>	<b>Método</b>
		60 min	Método Directo
<b>Calentamiento</b>			
Lubricación articular.			
Juego del gato y el ratón.			
Ejercicios de estiramientos musculares.			
<b>Parte principal</b>			
<p><b>Organización inicial:</b> En un espacio delimitado de 4x2 metros dividido en la mitad, cada participante se ubica en cada lado de la cancha y deberán tener un par de raquetas y una pelota de tenis por pareja.</p> <p><b>Desarrollo:</b> a la señal del maestro lanzan la pelota golpeándola con la raqueta al otro lado de la cancha, para que su compañero haga lo mismo, si la pelota golpea fuera del área delimitada, pierde y se suma un punto, gana el participante que complete 20 puntos.</p>			
<b>Variantes</b>			
Se lo puede realizar utilizando solo la mano derecha o izquierda.			




<b>Final o Evaluación</b>	
Ejercicios de elongación articular.	

Sesión N° 25			
<b>Tema: JUEGO DE LOS 10 PASES</b>		<b>Objetivo:</b> Desarrollar la coordinación dinámica general a través del juego.	
<b>Jugadores</b>	<b>Materiales</b>	<b>Tiempo</b>	<b>Método</b>
25		60 min	Método Directo
	<b>Un balón o pelota por Equipo</b>		
<b>Calentamiento</b>			
Lubricación articular Carreras con diferentes ritmos. Talaneo. Skipping.			
<b>Parte principal</b>			
<b>Organización inicial:</b> Se forman equipos de igual número de participantes.			
<b>Desarrollo:</b> a la señal del maestro deben pasar el balón entre los miembros de su equipo evitando que el otro equipo les quite el balón y deberán contar cada pase realizado gana el equipo que primero complete los 10 pases.  Está prohibido driblar, andar con el balón o recibir fuera de los límites del terreno			
<b>Variantes</b>			
Se puede realizar incrementando el número de pases, modificar el área de juego, realizar únicamente pase de pecho, de pique, sobre la cabeza.			

<b>Final o Evaluación</b>	
Carreras de velocidad estiramientos musculares.	

<b>Sesión N° 26</b>			
<b>Tema: CONDUCCION DEL BALÓN</b>		<b>Objetivo:</b> Desarrollar la coordinación dinámica general	
<b>Jugadores</b>	<b>Materiales</b>	<b>Tiempo</b>	<b>Método</b>
25		60 min	Método Directo
	<b>Balones, conos</b>		
<b>Calentamiento</b>			
Lubricación articular. Carrera con cambio de ritmo. Carrera con cambios de frente. Multisaltos. Estiramientos.			
<b>Parte principal</b>			
<b>Organización inicial:</b> Se forman hileras o equipos con la misma cantidad de alumnos.			
<b>Desarrollo:</b> a la señal del maestro conducir el balón en línea realizar desplazamientos en línea recta ida y vuelta para hacer un relevo con su compañero de equipo, gana el club que finalice más rápido, se debe controlar que el juego se lo realice de manera correcta.			
<b>Variantes</b>			
Se indica a los participantes que se conduzca el balón en zig-zag, solo con la pierna derecha, izquierda, podemos variar la distancia.			

<b>Final o Evaluación</b>	
Ejercicios de lanzamientos a la portería	




<b>Sesión N° 27</b>			
<b>Tema: QUE NO TOQUE EL BALON EL SUELO</b>		<b>Objetivo:</b> Desarrollar la coordinación dinámica general mediante el juego para mejorar el voleo en el ecuavoley.	
<b>Jugadores</b>	<b>Materiales</b>	<b>Tiempo</b>	<b>Método</b>
25		60 min	Método Directo
	<b>Balones</b>		
<b>Calentamiento</b>			
Lubricación articular.  Juegos de persecución.  Ejercicios de respiración.  Estiramientos musculares.			
<b>Parte principal</b>			
<b>Organización inicial:</b> Por equipos de 8 o 10 participantes en un círculo y un balón tratan de mantener el balón en el aire.			
<b>Desarrollo</b> a la señal del maestro todos los miembros del equipo se pasan el balón entre sí con cualquier parte de las extremidades superiores procurando que el balón no caiga al suelo, gana el equipo que mayor tiempo tuvo el balón en el aire sin que este toque el suelo.			
Selo puede realizar solicitando a los alumnos que utilicen solo la mano izquierda, derecha, ambas manos.			





<b>Final o Evaluación</b>	
Carreras de resistencia en espacios pequeños, estiramientos musculares.	

<b>Sesión N° 28</b>			
<b>Tema:</b> TIRO AL BLANCO (EN EL FÚTBOL)		<b>Objetivo:</b> Desarrollar la precisión por medio de juegos con balón y aplicar en un encuentro de fútbol.	
<b>Jugadores</b>	<b>Materiales</b>	<b>Tiempo</b>	<b>Método</b>
25		60 min	Método Directo
	<b>Balones, conos</b>		
<b>Calentamiento</b>			
Lubricación articular. Juego de las cogidas. Estiramientos musculares.			
<b>Parte principal</b>			
<b>Organización inicial:</b> Por equipos divididos en grupos de 5 con un balón cada uno			
<b>Desarrollo:</b> a la señal del maestro el primer participante buscan derribar un grupo de conos que están ubicados previamente, para que continúe el siguiente compañero, gana el equipo que primero derribe los conos.			
<b>Variantes</b>			
Se indica que se lo realice únicamente con el borde interno del pie derecho, pie izquierdo, se puede modificar la distancia de			


los conos.	
<b>Final o Evaluación</b>	
Realizar pases precisos con sus compañeros.	

Sesión N° 29			
<b>Tema: JUEGO CON GLOBOS</b>		<b>Objetivo:</b> Desarrollar la coordinación dinámica general de forma lúdica.	
<b>Jugadores</b>  25	<b>Materiales</b>	<b>Tiempo</b>	<b>Método</b>
	<b>Globos</b>	<b>60 min</b>	<b>Método Directo</b>
<b>Calentamiento</b>			
Lubricación articular.  Taloneo.  Carrera con cambios de frente.  Carreras con cambios de dirección.			
<b>Parte principal</b>			
<b>Organización inicial:</b> En un espacio amplio, se le asigna un globo a cada uno de los participantes.  <b>Desarrollo:</b> a la voz del maestro el participante tiene que mantener el globo en el aire golpeándolo sin utilizar las manos evitando que este caiga al suelo.			
<b>Variantes</b>			
Este juego lo podemos realizar indicando a los participantes que utilicen únicamente la cabeza, las rodillas, el empeine del pie, la pierna			

derecha, izquierda, etc.	
<b>Final o Evaluación</b>	
Reaccionar ante un estímulo que le aplique el entrenador	

Sesión N° 30			
<b>Tema: SALTANDO LA CUERDA</b>		<b>Objetivo:</b> Desarrollar la coordinación dinámica general, saltando la cuerda a través del juego.	
<b>Jugadores</b>  25	<b>Materiales</b>  <b>Cuerdas</b>	<b>Tiempo</b>	<b>Método</b>
		<b>60 min</b>	<b>Método Directo</b>
<b>Calentamiento</b>			
<p>Lubricación articular.</p> <p>Correr libremente por el terreno.</p> <p>Correr con elevación de talones a los glúteos.</p> <p>Desplazamiento lateral.</p> <p>Estiramientos musculares.</p>			
<b>Parte principal</b>			
<p><b>Organización inicial:</b> En grupos de 4 participantes ubicados en columnas cada uno con una cuerda</p> <p><b>Desarrollo:</b> a la señal del maestro los primeros de cada columna se desplazarán saltando la cuerda hasta una distancia que previamente debe estar establecida para luego retornar y hacer un relevo con un compañero, gana el equipo que termine primero.</p>			



<b>Variantes</b>	
Podemos agregar conos para que los participantes realicen ZIG-ZAG.	
<b>Final o Evaluación</b>	
Estiramientos musculares	

## **4.7 Impacto**

### ***4.7.1 Impacto educativo***

Una vez terminada la guía metodológica todos los docentes y entrenadores tendrán un conjunto de ejercicios y juegos los mismos que ayudaran en el desarrollo de la formación motora en niños y niñas de 8. Todas las clases y entrenamientos se presentaran mucho más interesantes y los niños y niñas estarán listos y prestos para realizar actividades físicas de una forma divertida.

### ***4.7.2 Impacto en la salud***

La Educación para la salud ha de poseer dos orientaciones fundamentales que se centran, por un lado, en facilitar un crecimiento y desarrollo equilibrado del escolar, y por otro lado, proporcionar una vida activa que asegure la participación de actividades físicas fuera del entorno escolar. La consecución de estas aspiraciones requiere la puesta en marcha de toda una serie de mecanismo de intervención docente.

### ***4.7.3 Impacto social***

Por medio de todos los juegos y ejercicios presentados en nuestra guía metodológica los niños y niñas tendrán mayor libertad para relacionarse con otros niños, ya que por medio del juego y el deporte los niños son capaces de relacionarse de una forma alegre y entretenida.

#### **4.8 Difusión**

La presente investigación y propuesta fue socializada a las autoridades, entrenadores y docentes para darles a conocer la importancia de una adecuada utilización de los procesos metodológicos para el desarrollo de formación motora que es la base para realizar futuros movimientos de todo su cuerpo, a más del movimiento el fortalecimiento de sus diversas partes corporales.

#### **4.9 Conclusiones**

- Se evidencia que el 67% de los docentes investigados manifiestan que el grado de conocimiento que tienen los docentes acerca de los procesos metodológicos de la enseñanza de la formación motora es buena, en menor porcentaje están la alternativa muy bueno lo que equivale al 33%
- Se concluye que el 50% de los docentes investigados manifiestan que de los procesos de formación motora a veces selecciona los contenidos de acuerdo a las necesidades e intereses de las niñas, en menor porcentaje están la alternativa si selecciona lo que equivale al 33% y no selecciona lo que equivale al 17%.
- Se considera que el 67% de los docentes investigados manifiestan que rara vez utiliza variedad de métodos didácticos en una misma sesión para el desarrollo de la formación motora de las niñas, en menor porcentaje están la alternativa casi siempre lo que equivale al 33%.

- Se concluye que el 67% de los docentes investigados manifiestan que a veces aplica las fases de los procesos didácticos de cada método de enseñanza en menor porcentaje están la alternativa sí lo que equivale al 33%.
- Se revela que el 83% de los docentes investigados manifiestan que conoce poco como se clasifica la motricidad para el desarrollo del movimiento en menor porcentaje están la alternativa mucho lo que equivale al 17%.
- Se evidencia que el 67% de los docentes investigados manifiestan que casi siempre desarrolla y evalúa las capacidades físicas motoras de las niñas con ejercicios propios de la edad en menor porcentaje están la alternativa rara vez lo que equivale al 33%.
- Se considera que el 50% de los docentes investigados manifiestan que rara vez en las clases de Educación física usted enseña variedad de ejercicios para el desarrollo de las capacidades coordinativas en menor porcentaje están la alternativa siempre lo que equivale al 17% y casi siempre lo que equivale a un 33%.
- Se concluye que el 67% de los docentes investigados manifiestan que es muy importante que el autor del trabajo de grado elabore una propuesta alternativa de procesos metodológicos para el desarrollo de la formación motora en menor porcentaje están la alternativa importante lo que equivale al 33%.

#### **4.10 Recomendaciones**

- Se recomienda el dominio y conocimiento de los procesos metodológicos es una gran tarea que todo docente debe conocer y aplicar con sus estudiantes para que

desarrollen su movimiento corporal o formación motora, que es la base de todo movimiento.

- Se sugiere en estas edades tempranas es importante seleccionar los contenidos de acuerdo a las necesidades e intereses de los niños, es decir que sean actividades significativas las que se les proponga, con el objetivo de que tengan aplicabilidad en la vida cotidiana y se desarrolle su movimiento.
- Se exhorta que en una misma sesión de clases los docentes deben utilizar variedad de métodos con sus respectivos procedimientos, con el propósito de enseñar los contenidos de formación motora de manera adecuada.
- Se sugiere a los docentes deben conocer el proceso didáctico de cada método, con el propósito de seguir los pasos de cada método, para de esta manera organizar sus clases de manera ordenada, sistemática, progresiva, que ayude en el desarrollo y aprendizaje de la formación motora.
- Se encarga a los docentes convertirse en investigadores acerca la clasificación de la motricidad, porque de allí parte los grandes contenidos, para el desarrollo de la formación motora, siendo esta la base de todos los movimientos, es por ello que desde tempranas edades se debe impartir estos conocimientos de manera adecuada.
- Se exhorta a los docentes de educación física, entrenadores desarrollen estas cualidades físicas de manera divertida, por medio de juegos pre deportivos, sin llegar a la especialización deportiva, más bien se debe realizar por medio de actividades multilaterales.

- Se confía a los docentes dar mayor énfasis al desarrollo de las capacidades coordinativas en estas edades tempranas ya que es muy fundamental, porque ayuda a la coordinación de los movimientos corporales, que son la base de los demás movimientos.
- Es muy importante que se elabore este tipo de trabajo, por cuanto se seguirá un orden lógico de los procedimientos de los métodos y también existirá una metodología adecuada para el desarrollo de los movimientos humanos, mejor dicho de la formación motora, que se refiere al desarrollo de sus esquema corporal, motricidad gruesa, fina, lateralidad y habilidades motrices, todos estos movimientos son básicos, para aplicarles en la vida cotidiana.

#### **4.11 Contestación a las preguntas de investigación**

**¿Cuál es el grado de conocimiento que tienen los docentes acerca de los procesos metodológicos de la enseñanza de la formación motora de las niñas de 8 años de la Unidad Educativa Sagrado Corazón de Jesús Hermanas “Bethlemitas”?**

Se evidencia que el 67% de los docentes investigados manifiestan que el grado de conocimiento que tienen los docentes acerca de los procesos metodológicos de la enseñanza de la formación motora es buena, en menor porcentaje están la alternativa muy bueno lo que equivale al 33%. El dominio y conocimiento de los procesos metodológicos es una gran tarea que todo docente debe conocer y aplicar con sus estudiantes para que desarrollen su movimiento corporal o formación motora, que es la base de todo movimiento.

**¿El docente dentro de los procesos de formación motora selecciona los contenidos de acuerdo a las necesidades e intereses de las niñas de 8 años de la Unidad Educativa Sagrado Corazón de Jesús Hermanas “Bethlemitas”?**

Se concluye que el 50% de los docentes investigados manifiestan que de los procesos de formación motora a veces selecciona los contenidos de acuerdo a las necesidades e intereses de las niñas, en menor porcentaje están la alternativa si selecciona lo que equivale al 33% y no selecciona lo que equivale al 17%. En estas edades tempranas es importante seleccionar los contenidos de acuerdo a las necesidades e intereses de los niños, es decir que sean actividades significativas las que se les proponga, con el objetivo de que tengan aplicabilidad en la vida cotidiana y se desarrolle su movimiento.

**¿Cuál es el nivel de desarrollo las capacidades físico motrices de las niñas 8 años de la Unidad Educativa Sagrado Corazón de Jesús Hermanas “Bethlemitas”?**

El nivel de desarrollo de las capacidades motrices básicas con respecto a la velocidad, fuerza, resistencia y resistencia tienen una condición física de buena, en menores porcentajes están las condiciones excelente, muy buena y regular, es muy importante que en estas edades se trabaje estas cualidades con el objetivo de mejorar, pero se debe desarrollar a base de juegos pre deportivos.

**¿Cuál es el nivel de desarrollo las capacidades coordinativas de las niñas 8 años de la Unidad Educativa Sagrado Corazón de Jesús Hermanas “Bethlemitas”?**

El nivel de desarrollo de las capacidades coordinativas con respecto a la diferenciación, orientación, equilibrio, anticipación, rítmica, combinación motora tienen una condición física de buena, en menores porcentajes están las condiciones excelente, muy buena y

regular, es muy importante que en estas edades se trabaje estas cualidades con el objetivo de mejorar, pero se debe desarrollar a base de juegos pre deportivos y actividades multilaterales sin llegar a la especialidad deportiva.

### **¿La aplicación de una propuesta alternativa de procesos metodológicos ayudara al desarrollo de la formación motora para las niñas 8 años?**

Se concluye que el 67% de los docentes investigados manifiestan que siempre la aplicación de una propuesta alternativa ayudará a mejorar los procesos metodológicos de las niñas y por ende el desarrollo de la formación motora en menor porcentaje está la alternativa casi siempre lo que equivale al 33%. Pues es muy necesario la aplicación de esta guía didáctica por cuanto los maestros de educación física contarán con documento base que ayude en su desarrollo de los diferentes movimientos corporales, para ello deben considerar variedad de ejercicios y grupos de juegos para cumplir con este objetivo fundamental.

### **Fuentes de información**

#### **Glosario de términos**

**Aprendizaje Motor:** En el mundo del deporte básicamente se refieren al proceso por el cual un niño o una niña aprenden una nueva técnica deportiva.

**Agilidad:** Es la cualidad física que permite, cambios de dirección rápida y en una forma eficiente.

**Actividad:** Condición de la persona u objeto que es activo, tarea u operación propia de un individuo.

**Adaptación:** Acción de aplicar una cosa a otra o al uso para el cual ha sido destinada.

**Capacidad.** Conjunto de aptitudes que permiten a una persona tener éxito en la realización de una actividad determinada.

**Concentración:** Cualidad y estado del sujeto que centra toda su atención en la actividad que se lleva a cabo

**Crecimiento:** Aumento del tamaño del cuerpo, aumento progresivo del organismo y de sus partes o también, es el aumento de la estructura del cuerpo, ocasionado por la multiplicación o aumento del tamaño de la célula.

**Desarrollo:** Se refiere a los cambios en el nivel de funcionamiento de los individuos. Es el apareamiento y ampliación de las capacidades del niño de funcionar en niveles cada vez más altos.

**Deducir:** Sacar consecuencias de un principio, proposición o supuesto

**Destreza:** Habilidad, arte o soltura que se tiene para realizar alguna tarea.

**Dinámica:** Parte de la mecánica que tiene como objeto el estudio de las leyes del movimiento y de las fuerzas que lo causan.

**Equilibrio:** Estado de una persona en el que las funciones, las fuerzas y la psique se encuentran con perfecta armonía.



**Estrategia:** Pal ideado para coordinar las acciones y maniobras necesarias para lograr un fin.

**Formación:** Objetivo de la educación que conduce al desarrollo de las facultades humanas, así como a la adquisición de hábitos y técnicas de actuación que permitan el aprendizaje de contenidos intelectuales y la práctica de profesiones concretas

**Habilidad Motriz:** en Educación Física considera una serie de acciones motrices que aparecen de modo filogenético en la evolución humana, tales como marchar, correr, girar, saltar, lanzar, recepcionar.

**Maduración:** Hace referencia a los cambios cualitativos que capacitan a una persona para pasar a niveles más altos de funcionamiento.

**Metodología:** Estudio de los métodos de conocimiento de investigación y de interpretación considerados en sí mismos.

**Motricidad:** Conjunto de movimientos que pueden realizar los seres vivos, tanto a nivel fisiológico como anatómico.

**Memoria motora:** la propiedad del sistema nervioso central de recordar movimientos y reproducirlos cuando sea necesario.

**Lateralidad:** es un predominio motor relacionado con las partes del cuerpo, que integran sus mitades derecha e izquierda. La lateralidad es el predominio funcional de un lado del cuerpo humano sobre el otro, determinado por la supremacía que un hemisferio cerebral ejerce sobre el otro.

**Ontogénesis:** Historia de los sucesos en las transformaciones que ocurre en el individuo, desde la fecundación hasta plena maduración.

**Orientación:** Institución cuya misión es la orientación personal y escolar de los alumnos, a quienes ofrece asesoramiento, material y coordinación en las acciones de tutoría.

**Patrón motor:** Organización de una serie de comandos (impulsos nerviosos de tipo eferente, que son enviados al sistema muscular.

**Proceso:** Conjunto de fases sucesivas de un fenómeno o una operación

**Ritmo:** Sucesión de ciertos fenómenos que se repiten de forma periódica en los procesos vitales.

### **Referencias bibliográficas**

Arce Rocío (2005) *Desarrollo motor grueso del niño* Costa Rica Editorial de la Universidad de Costa Rica

Berger (2007) *Psicología del desarrollo infancia y adolescencia* Madrid España Médica Panamericana

Cancio Rafael (2010) *Consideraciones a tener en cuenta para la iniciación deportiva* Efdportes

Carrillo Antonio (2004) *El básquet a su medida* Barcelona España Inde.com

Castañer Marta (2001) *La educación física en la enseñanza primaria* Barcelona España Inde.com

Clavijo Rocío (2006) *Personal Laboral Psicólogo* Sevilla España Editorial MAD

- Craing, Grace (2004) *Desarrollo Psicológico* México Pearson Educación
- Cidoncha Vanesa (2010) *Habilidades motrices básicas coordinación y equilibrio*  
Efdportes
- Diaz Juan (2000) *La enseñanza y el aprendizaje de las habilidades y destrezas*  
Barcelona España Inde.com
- Gonzalez Carlos (2005) *Educación Física complementos de la formación disciplinar*  
Barcelona España GRAO de IRIF S.L
- Hernández José (20002) *La iniciación a los deportes desde su estructura dinámica*  
Barcelona España Inde Publicaciones
- Gil Pedro (2008) *Habilidades motrices en la infancia y su desarrollo desde una educación física animada* revista Iberoamericana
- Igora (2015) *Incidencia de la lateralidad* Espe Bubok Publishing S.A
- Makea (2010) *Capacidades motrices (formación motora)* España Depotes
- Mosston Muska (1996) *La enseñanza de la Educación Física* Barcelona España Hispanoeuropea
- Muñoz Alejandro (2008) *Didáctica de la Educación Física* España Inde Publicaciones
- Muñoz Luis (2005) *Educación Psicomotriz* Colombia Kinesis.com
- Navarro Vicente (2002) *Teoría y práctica, los juegos motores* Barcelona España Inde Publicaciones Inde.com
- Pacheco Guadalupe (2015) *Psicomotricidad en Educación inicial* Quito
- Pérez Recalde (2005) *Psicomotricidad Teoría y Práctica* Inde Ideas propias
- Perello Inmaculada (20002) *Educación Física* España Editorial MAD

Pila Teleña Augusto (1999) *Educación Física deportiva* Madrid España Editorial Pila

Teleña

Ranzola Alfredo (2012) *Métodos de enseñanza de las acciones motrices* Unacar México

Rodriguez José (2011) *Las habilidades y destrezas motrices en educación física*

Docencia USTEDEA

Rigal Roberto (2006) *Educación motriz y educación psicomotriz en preescolar y*

*primaria* Inde.com

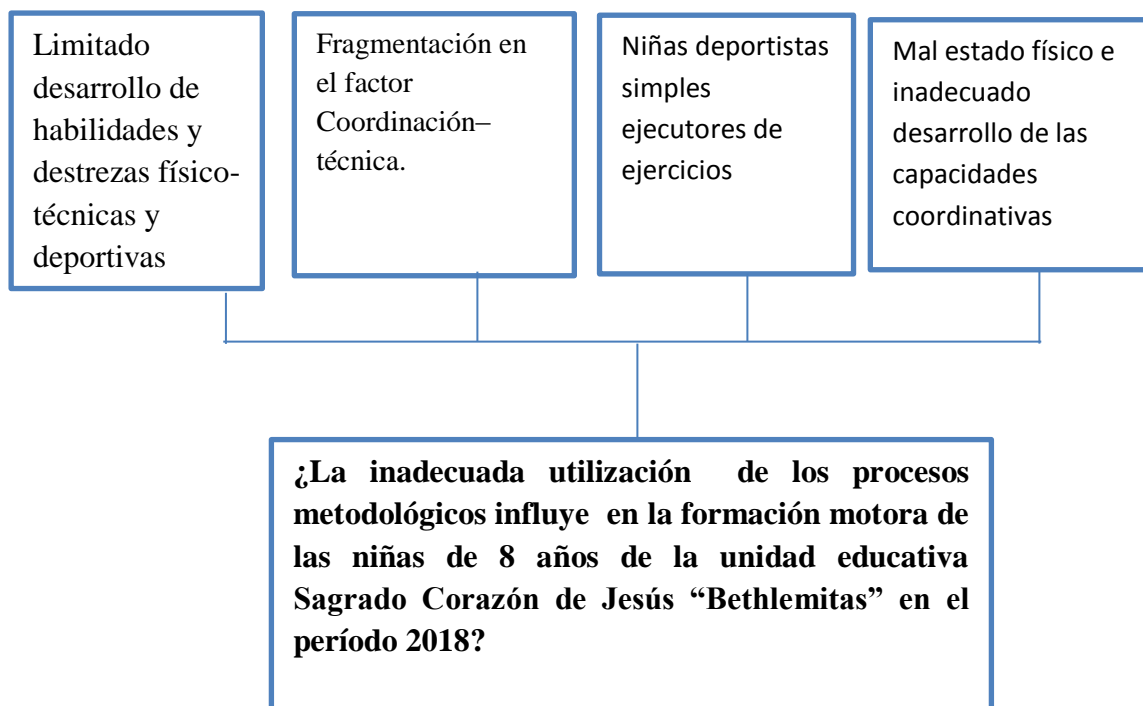
Sebastiani Enric (2000) *Cualidades físicas* Barcelona España Inde Publicaciones

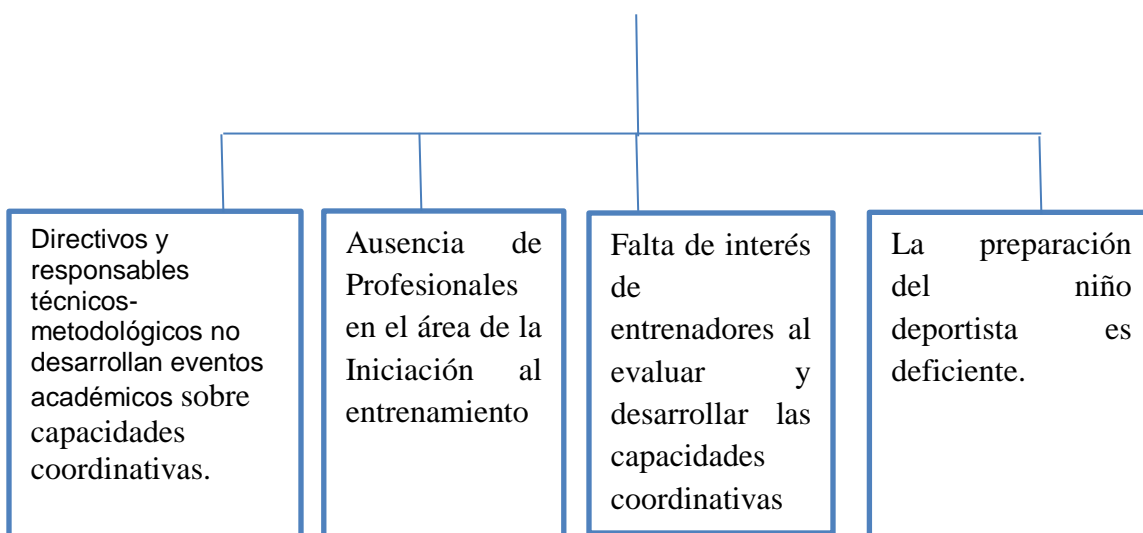
Woolfolk Anita (2006) *Psicología educativa* México Pearson Educación

# ANEXOS

## ANEXO 1 Árbol de problemas

### ÁRBOL DE PROBLEMAS





## ANEXO 2 MATRIZ DE COHERENCIA

FORMULACIÓN DEL PROBLEMA	OBJETIVO GENERAL
¿La inadecuada utilización de los procesos metodológicos influye en el desarrollo de la formación motora en las niñas de 8 años de la Unidad Educativa Sagrado Corazón de Jesús Hermanas “Bethlemitas”?	Establecer los procesos metodológicos que emplean los docentes en el desarrollo de la formación motora en las niñas de 8 años de la Unidad Educativa Sagrado Corazón de Jesús Hermanas “Bethlemitas”
INTERROGANTES DE INVESTIGACIÓN	OBJETIVOS ESPECÍFICOS
¿Cuál es el grado de conocimiento que tienen los docentes acerca de los procesos metodológicos de la enseñanza de la formación motora de las niñas de 8 años de la Unidad Educativa Sagrado Corazón de Jesús Hermanas “Bethlemitas”?	Diagnosticar el grado de conocimiento que tienen los docentes acerca de los procesos metodológicos de la enseñanza de la formación motora de las niñas de 8 años de la Unidad Educativa Sagrado

<p>¿El docente dentro de los procesos de formación motora selecciona los contenidos de acuerdo a las necesidades e intereses de las niñas de 8 años de la Unidad Educativa Sagrado Corazón de Jesús Hermanas “Bethlemitas”?</p> <p>¿Cuál es el nivel de desarrollo las capacidades físico motrices de las niñas 8 años de la Unidad Educativa Sagrado Corazón de Jesús Hermanas “Bethlemitas”?</p> <p>¿Cuál es el nivel de desarrollo las capacidades coordinativas de las niñas 8 años de la Unidad Educativa Sagrado Corazón de Jesús Hermanas “Bethlemitas”?</p> <p>¿La aplicación de una propuesta alternativa de procesos metodológicos ayudara al desarrollo de la formación motora para las niñas 8 años?</p>	<p>Corazón de Jesús.</p> <p>Analizar si el docente dentro de los procesos de formación motora selecciona los contenidos de acuerdo a las necesidades e intereses de las niñas de 8 años de la Unidad Educativa Sagrado Corazón</p> <p>Evaluar las capacidades físico motrices de las niñas 8 años de la Unidad Educativa Sagrado Corazón de Jesús.</p> <p>Valorar las capacidades coordinativas de las niñas 8 años de la Unidad Educativa Sagrado Corazón de Jesús.</p> <p>Elaborar una propuesta alternativa de procesos metodológicos para el desarrollo de la formación motora en las niñas 8 años.</p>
--	---

### ANEXO 3 MATRIZ CATEGORIAL

CONCEPTO	CATEGORÍAS	DIMENSIONES	INDICADORES
Los procesos metodológicos constituyen las prácticas educativas que promueven la participación activa de todas las categorías personales y que son realizadas por los y las estudiantes con el fin de facilitar la construcción	Procesos metodológicos	Factores que condicionan la técnica metodológica	Entorno Características de los alumnos Recursos materiales Humanos
		Fases de planteamiento y elaboración	Objetivos Contenidos Estrategias didácticas Diseño de actividades
		Fase de ejecución	La sesión Fase inicial Fase de desarrollo Fase final
		Fase de Evaluación y toma de	Evaluación inicial Evaluación continúa

		decisiones	Evaluación final
			Autoevaluación
Son aquellas que se relacionan con los movimientos de locomoción, manipulación y equilibrio, las cuales van avanzando naturalmente relacionadas a la edad de la persona.	Formación motora	Habilidades motrices.	Dominio de boteo derecha
			Dominio boteo izquierda
			Dribling mano derecho
			Dribling mano izquierda
			Dominio el pie derecha
			Dominio el pie izquierda
			Conducción pie derecho
			Conducción pie izquierdo
		Capacidades físico motrices	Resistencia
			Fuerza
			Velocidad
			Flexibilidad
		Capacidades coordinativas	Diferenciación
			Acoplamiento
			Orientación
			Equilibrio
			Anticipación
			Ritmo
		Combinación motora	

#### ANEXO 4 MATRIZ DE RELACIÓN

Objetivos del diagnostico	VARIABLES del diagnostico	Indicadores	Técnicas	Fuentes de información
Diagnosticar           Analizar	Procesos metodológicos	Entorno	Encuesta	Docentes
		Características de los alumnos		
		Recursos materiales		
		Humanos		
		Objetivos		
		Contenidos		
		Estrategias didácticas		
		Diseño de actividades		
		La sesión		
		Fase inicial		
		Fase de desarrollo		
		Fase final		
Evaluación inicial				



		Evaluación continúa		
		Evaluación final		
		Autoevaluación		
Valorar	Formación motora	Dominio boteo derecha	Ficha de observación	Niñas
		Dominio izquierda		
		Dribling mano derecho		
		Dribling mano izquierda		
		Dominio el pie derecha		
		Dominio el pie izquierda		
		Conducción pie derecho	Test físico	Niñas
		Conducción pie izquierdo		
		Resistencia		
		Fuerza		
		Velocidad		
		Flexibilidad		
		Diferenciación	Ficha de observación	Niñas
		Acoplamiento		
		Orientación		
		Equilibrio		
		Anticipación		
		Ritmo		
Combinación motora				

## ANEXO 5 ENCUESTA



**UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE**

**FACULTAD DE EDUCACIÓN CIENCIA Y TECNOLOGÍA**

**INSTRUMENTO DIRIGIDO A LOS DOCENTES**

El presente cuestionario ha sido diseñado para conocer el tipo de procesos metodológicos que utilizan para el desarrollo de la formación motora en los estudiantes de la Unidad Educativa Sagrado Corazón de Jesús “Betlemitas”. Le solicitamos

responder con toda sinceridad, ya que de su colaboración depende el éxito, para formular una propuesta de solución al problema planteado, desde ya le anticipamos los nuestro sincero agradecimiento.

**1. ¿Según su opinión cual es grado de conocimiento que tienen acerca de los procesos metodológicos de la enseñanza de la formación motora?**

Excelente	Muy bueno	Bueno	Regular

**2. ¿Según su criterio conoce las características cognoscitivas, motrices y afectivas de las niñas de 8 años?**

Mucho	Poco	Nada

**3. ¿Existen los recursos materiales suficientes para el desarrollo de la formación motora de las niñas?**

Mucho	Poco	Nada

**4. ¿Dentro de los procesos de formación motora selecciona los contenidos de acuerdo a las necesidades e intereses de los estudiantes?**

Sí	No	A veces

**5. ¿Usted utiliza variedad de métodos didácticos en una misma sesión para el desarrollo de la formación motora de las niñas?**

Siempre	Casi siempre	Rara vez	Nunca

**6. ¿Usted conoce y aplica las fases de los procesos didácticos de cada método de enseñanza?**

Sí	No	A veces

**7. ¿Usted diseña diariamente su plan de clase, respetando sus fases para el desarrollo de la formación motora de las niñas?**

Siempre	Casi siempre	Rara vez	Nunca

**8. ¿Según su criterio usted conoce como se clasifica la motricidad para el desarrollo del movimiento?**

Mucho	Poco	Nada

**9. ¿Según su opinión usted desarrolla y evalúa las capacidades físicas motoras de las niñas con ejercicios propios de la edad?**

Siempre	Casi siempre	Rara vez	Nunca

**10. ¿En las clases de Educación física usted enseña variedad de ejercicios para el desarrollo de las capacidades coordinativas?**

Siempre	Casi siempre	Rara vez	Nunca

**11. ¿Según su consideración considera importante que el autor del trabajo de grado elabore una propuesta alternativa de procesos metodológicos para el desarrollo de la formación motora?**

Muy importante	Importante	Poco importante	Nada importante







**UNIDAD EDUCATIVA "SAGRADO CORAZÓN DE JESÚS"**  
 Hermanas Bethlemitas – Ibarra

LA SUSCRITA RECTORA DE LA UNIDAD EDUCATIVA "SAGRADO CORAZÓN DE JESÚS", A PETICIÓN VERBAL DEL INTERESADO Y EN HONOR A LA VERDAD,

**CERTIFICA:**

Que, el señor PÉREZ GÓMEZ CHRISTIAN ALEXANDER, con cédula de ciudadanía N° 1728408319, estudiante de la Universidad Técnica del Norte, Facultad FECYT, aplicó fichas de observación a las niñas estudiantes y encuestas a ciertos docentes de la Unidad Educativa para la elaboración de la *GUÍA METODOLÓGICA PARA EL DESARROLLO DE LA FORMACIÓN MOTORA EN NIÑAS Y NIÑOS DE 8 AÑOS*.

Faculto al interesado conceder a esta certificación el uso que estime conveniente, excepto para trámites legales.

Ibarra, 05 de diciembre 2018

Graciela Osorio P.  
 Hña. Graciela Osorio P.  
 RECTORA





**UNIDAD EDUCATIVA "SAGRADO CORAZÓN DE JESÚS"**  
 Hermanas Bethlemitas - Ibarra

LA SUSCRITA RECTORA DE LA UNIDAD EDUCATIVA "SAGRADO CORAZÓN DE JESÚS", A PETICIÓN VERBAL DEL INTERESADO Y EN HONOR A LA VERDAD,

**CERTIFICA:**

Que, el señor PÉREZ GÓMEZ CHRISTIAN ALEXANDER, con cédula de ciudadanía N° 1728408319, estudiante de la Universidad Técnica del Norte, Facultad FECYT, realizó la socialización de la *GUÍA METODOLÓGICA PARA EL DESARROLLO DE LA FORMACIÓN MOTORA EN NIÑAS Y NIÑOS DE 8 AÑOS*.

Faculto al interesado conceder a esta certificación el uso que estime conveniente, excepto para trámites legales.

Ibarra, 05 de diciembre 2018

*Graciela Osorio Beth*  
 Hña. Graciela Osorio P.  
 RECTORA



# JRKUND

## Jrkund Analysis Result

**Analysed Document:** CHRISTIAN URKUND.docx (D45074295)  
**Submitted:** 12/5/2018 2:47:00 PM  
**Submitted By:** cristianrolo2009@hotmail.com  
**Significance:** 4 %

### Sources included in the report:

ESQUEMA URKUND.docx (D44931325)  
ircun.docx (D31635439)  
ESQUEMA URKUND.docx (D26644052)  
PROYECTO 2015.docx (D17405924)  
<http://www.efdeportes.com/efd147/habilidades-motrices-basicas-coordinacion-y-equilibrio.htm>

### Instances where selected sources appear:

6