

**LAS ACTIVIDADES DERIVADAS DEL PARKOUR COMO HERRAMIENTA
DIDÁCTICA PARA EL MEJORAMIENTO DE LA COORDINACIÓN DINÁMICA
GENERAL EN LOS ESTUDIANTES DEL GRADO 6-1 DE LA INSTITUCIÓN
EDUCATIVA MUNICIPAL CIUDAD DE PASTO**

**JHOAN SEBASTIÁN ARCE BUCHELI
JUAN DIEGO GARCÍA ROJAS
RUBÉN DARÍO GUERRERO MORENO
BRAYAN ESTEBAN URBANO ORDOÑEZ**

**UNIVERSIDAD CESMAG
FACULTAD DE EDUCACIÓN
PROGRAMA DE LICENCIATURA EN EDUCACIÓN FÍSICA
SAN JUAN DE PASTO
2022**

**LAS ACTIVIDADES DERIVADAS DEL PARKOUR COMO HERRAMIENTA
DIDÁCTICA PARA EL MEJORAMIENTO DE LA COORDINACIÓN DINÁMICA
GENERAL EN LOS ESTUDIANTES DEL GRADO 6-1 DE LA INSTITUCIÓN
EDUCATIVA MUNICIPAL CIUDAD DE PASTO**

**JHOAN SEBASTIÁN ARCE BUCHELI
JUAN DIEGO GARCÍA ROJAS
RUBÉN DARÍO GUERRERO MORENO
BRAYAN ESTEBAN URBANO ORDOÑEZ**

INFORME FINAL

**UNIVERSIDAD CESMAG
FACULTAD DE EDUCACIÓN
PROGRAMA DE LICENCIATURA EN EDUCACIÓN FÍSICA
SAN JUAN DE PASTO
2022**

NOTA DE ACEPTACIÓN

Firma presidente de jurado

Firma de Jurado

Firma de jurado

San Juan de Pasto, junio, 2022

NOTA DE EXCLUSIÓN DE RESPONSABILIDAD INTELECTUAL

El pensamiento que se expresa en esta obra es de exclusiva responsabilidad de sus autores y no compromete la ideología de la universidad CESMAG.

DEDICATORIA

Doy infinitas gracias a Dios mi patria por ser mi guía en este camino, por darme la fortaleza el coraje y la fe necesaria para no decaer, a mi madre por ser ese pilar central en mi vida, a mi padre por ser la base firme y el empujón que necesitaba por no dejarme desfallecer, acompañándome a continuar y por sus oraciones. Y más que todo por sus esfuerzos diarios con los factores económicos, A mi abuela por siempre darme un plato de comida cuando más lo necesitaba y estaba alcanzado por trabajos de la universidad y demás labores cotidianas, que con sus abrazos me hace sentir el amor incondicional de una madre más en mi vida, que me ayuda a luchar cada día. A mi novia que estuvo siempre con su amor apoyándome y siempre me dio fuerza para seguir en esta hermosa etapa y por último mi grupo de investigación unos compañeros desde el primer momento fueron muy responsables para llevar a cabo nuestro proyecto y unas excelentes personas que siempre llevare en mi corazón y agradezco tantas risas, enojos y buenos momentos y hasta mal genios de todos porque todo fue maravilloso y parte de la vida me formo y me hizo ser el hombre que soy ahora con mucho cariño les agradezco a todos los que fueron responsables de mi crecimiento y de mi enseñanza hasta el momento Gracias.

JHOAN SEBASTIÁN ARCE BUCHELI

DEDICATORIA

Quiero darle las gracias primero que todo a Dios, por permitirme llegar a donde estoy, por regalarme lo más sagrado que es la vida y la salud y por permitirme ser quien soy el día de hoy. También quiero agradecer a mis padres y a mi familia en general quienes siempre han estado apoyándome y dándome ánimos para atravesar cada obstáculo y continuar el camino de la vida y no decaer. Asimismo, le dedico este triunfo a mi esposa Claudia Marcela Pasaje y a mi hijo Emiliano Urbano por ser ese puntal que ha estado siempre disponible para mí, por apoyarme y brindarme su amor y compañía, como también por estar presentes en aquellos momentos de alegría y tristeza y de quienes son mi mayor motivación para lograr conseguir este gran triunfo lo cual es ser un gran Licenciado en Educación Física. Para finalizar doy las gracias a mis compañeros de trabajo, porque han sido un equipo unido, compañeritas y que han estado a mi lado desde inicio a fin persiguiendo el mismo sueño.

BRAYAN ESTEBAN URBANO ORDOÑEZ

DEDICATORIA

Quiero darle las gracias primero que todo a Dios, por permitirme llegar a donde estoy, por regalarme lo más sagrado que es la vida y por permitirme ser quien soy el día de hoy. También quiero agradecer a mi madre y a mi familia en general quienes siempre han estado apoyándome y dándome ánimos para atravesar cada obstáculo y continuar el camino de la vida y no decaer. Asimismo, le dedico este triunfo a mi sobrina Laura Violeta López por ser ese puntal que ha estado siempre disponible para mí, como también por estar presentes en aquellos momentos de alegría y tristeza y de quienes son mi mayor motivación para lograr conseguir este gran triunfo lo cual es ser un gran Licenciado en Educación Física.

JUAN DIEGO GARCIA ROJAS

DEDICATORIA

Doy infinitas gracias a Dios por ser mi guía en este camino, por darme la fortaleza y la fe necesaria para no decaer, a mi madre por ser ese pilar central en mi vida, por no dejarme desfallecer, acompañándome a continuar y por sus oraciones. A mi hija que con sus abrazos me hace sentir el amor incondicional de vida que me ayuda a luchar cada día. A mi novia que estuvo siempre con su amor apoyándome y siempre me dio fuerza para seguir en esta hermosa etapa y por último mi grupo de investigación unos compañeros desde el primer momento fueron muy responsables para llevar a cabo nuestro proyecto y unas excelentes personas que siempre llevare en mi corazón. Gracias.

RUBEN DARÍO GUERRERO MORENO

AGRADECIMIENTOS

Queremos dar un profundo agradecimiento a:

A nuestro señor Jesús por guiarnos en el camino hacia la consecución de este sueño hecho realidad.

La universidad cesmag, por brindarnos la oportunidad de tener acceso al conocimiento y formarnos como humanos dispuestos a servir a la comunidad.

Nuestros docentes y en especial al magister Jaime Erazo, por su colaboración, compromiso y orientación oportuna que fue posible lograr culminar con éxito este trabajo.

A nuestro familiares y amigos que con sus valiosos aportes hicieron posible llegar a feliz término este trabajo.

Los autores

RESUMEN ANALÍTICO DE ESTUDIO RAE

CODIGO

--	--	--	--	--	--	--	--	--

PROGRAMA ACADEMICO: Licenciatura en Educación Física.

FECHA DE ELABORACIÓN DEL RAE.

AUTORES DE LA INVESTIGACIÓN: JHOAN SEBASTIÁN ARCE BUCHELI
JUAN DIEGO GARCÍA ROJAS
RUBÉN DARÍO GUERRERO MORENO
BRAYAN ESTEBAN URBANO ORDOÑEZ

ASESOR: Mag. Jaime Orlando Rodríguez Chaves

TITULO: Las actividades derivadas del parkour como herramienta didáctica para el mejoramiento de la coordinación dinámica general en los estudiantes del grado 6-1 de la Institución Educativa Municipal Ciudad De Pasto.

PALABRAS CLAVE: Coordinación, equilibrio, salto.

DESCRIPCION: En esta investigación se llevó a cabo un proceso de búsqueda para identificar el motivo de algunas dificultades que se encontró en los niños y niñas al realizar ciertas acciones motrices que requerían de coordinación dinámica general una vez obtenida la información sobre cierta deficiencia se propone una herramienta didáctica, en este caso el Parkour con el objetivo de poder darle solución al grupo sujeto de estudio y poder fortalecer la coordinación dinámica general en los niños y niñas del grado sexto de dicha institución.

CONTENIDO: El informe está estructurado en doce capítulos que se determinan a continuación: En el primer capítulo se puede identificar el objeto o tema de investigación que va dirigido a la coordinación dinámica general; en el segundo capítulo se ubica la contextualización que contiene el Macro-Contexto , el cual describe el lugar donde se sitúa la Institución y datos generales de la misma y por otra parte el Micro-Contexto donde se da la información específica del grupo sujeto de estudio y las relaciones pedagógicas ; en el tercer capítulo está el problema de investigación identificando los síntomas y causas encontrándose además la formulación del problema.

El cuarto capítulo comprende la justificación y habla de la importancia del porque realizar dicha investigación; como quinto capítulo, están los objetivos tanto el general como los específicos que se pretende alcanzar para el éxito de la

investigación; así mismo; en el sexto capítulo se explica la línea de investigación correspondiente a la corporal, como séptimo capítulo se menciona la metodología, en el octavo referente teórico conceptual, en el capítulo noveno la propuesta de intervención pedagógica; el décimo desarrolla el Análisis e Interpretación de resultados y los capítulos finales once y doce explican respectivamente las conclusiones y las recomendaciones. Teniendo unos Complementarios de la Bibliografía Consultada y anexos.

METODOLOGIA: Para el desarrollo de la investigación se asumió el Paradigma Mixto enfocado más a lo cualitativo. Este paradigma se está consolidando en las investigaciones de las universidades, se lo reconoce porque presenta varias perspectivas para ser utilizado. Integra de una manera sistemática los métodos de los paradigmas Cuantitativo y Cualitativo en un solo estudio, lo que posibilita obtener un conocimiento más completo de los fenómenos a estudiar. Cuando se desarrolla un estudio orientado bajo este Paradigma se adelantan un conjunto de procesos integrales, sistemáticos, empíricos y críticos, e implica la recolección y el análisis de datos cualitativos y cuantitativos, así como su integración y discusión conjunta y complementaria, logrando un mayor entendimiento del fenómeno en estudio.

El método es la Investigación- acción, que permitió estudiar la problemática relacionada en un contexto determinado, de manera que se logró de manera simultánea conocimientos y cambios en los comportamientos del grupo sujeto de estudio.

Dentro de este trabajo final se iban a utilizar técnicas de los dos paradigmas, como son la observación participante, batería de test y los instrumentos de formato de registro, diario de campo, cámara fotográfica y de video. Debido a la situación generada por la pandemia del Covid no se pudo realizar trabajo de campo, lo cual impidió adelantar la batería de test y hacer uso de los instrumentos señalados que todas maneras se los adjuntan en los anexos.

CONCLUSIONES

De la consulta de varias fuentes bibliográficas y el análisis de cada una de estas se puede concluir que cualquier tipo de juego o actividad de educación física trae diversos beneficios al desarrollo de su etapa en cuanto a la coordinación dinámica general en este caso mejorar el equilibrio dinámico y estático, el salto vertical y horizontal acciones que requieren de la misma para su ejecución.

Por otra parte, es importante estimular con espacios pedagógicos, ya que, gracias a este se generan mejoras en el crecimiento de los estudiantes, ayudando a que tengan nuevas experiencias ampliando su conocimiento dándoles la oportunidad de cometer muchos aciertos y desaciertos y así poder analizar al resolver un problema que se presente en el diario vivir estimulando su capacidad de pensar y analizar antes de poner en práctica la coordinación dinámica general.

Por lo tanto, es de gran importancia decir que entre más variadas sean las intervenciones de los estudiantes por medio de espacios pedagógicos o cualquier actividad lúdica o recreativa, esto posibilita que salgan del sedentarismo volviéndolos pro- activos, esto permitirán que estén en periodos prolongados de tiempo en movimiento, fomentando además una mayor participación integral con el resto de compañeros y compañeras, esto aportara a potenciar sus destrezas motrices para mejorar su condición física y cognitiva.

RECOMENDACIONES

Se recomienda que los docentes, busquen alternativas correspondientes en dinámicas que se pueden desarrollar con los estudiantes, y una herramienta funcional que involucre la Coordinación Dinámica General es realizar prácticas de Parkour en donde se motiva al estudiante y a la misma vez aporta al desarrollo físico y mental. Además de esto, también ayuda a fomentar la superación personal a todos los niveles, en el cual cada uno ve manifestados sus límites físicos y mentales y al mismo tiempo ofrece vías para superarlos.

Por tal razón, es de suma importancia que los estudiantes puedan desarrollar todas sus habilidades mediante este deporte, en el cual se exige al cuerpo de una manera saludable y así mismo se desarrolla la fuerza funcional, condición física, equilibrio, conciencia espacial, coordinación dinámica general, precisión con control y visión creativa.

A su vez, es necesario que los docentes se estén capacitando frecuentemente, con respecto a estas prácticas deportivas alternativas en donde se fomente la mejora de la coordinación dinámica general en los estudiantes.

BIBLIOGRAFÍA

ALCOCER, M. Investigación acción participativa, Técnicas de investigación en sociedad, cultura y comunicación (en línea). En: Revista de estudios en sociedad (México): 2018 (Consultada: 26, septiembre, 2020). Disponible en la dirección electrónica: <https://core.ac.uk/download/pdf/2363670>.

BÁRBARA B. Kawulich. La observación participante como método de recolección de datos. Forum: Qualitative social research sozialforschung. 2015, Vol. 6, No. 2.

CARDENAS, L. Estrategia metodológica para mejorar la coordinación dinámica general en el curso 302 del colegio tabora sede b jornada mañana. (en línea). Tesis de grado, Universidad Libre de (Bogota): 2017. (consultada: 05, abril. 2021). Disponible en la dirección electrónica: <https://n9.cl/51lvj>

HERNÁNDEZ, Anahí. El paradigma socio-crítico en la educación ambiental formal para el manejo de los residuos sólidos urbanos. Congreso nacional de educación ambiental para la sustentabilidad. 2016.

RIVERA, Daniel. La coordinación y el equilibrio en el área de Educación Física. Actividades para su desarrollo (en línea). En: Revista EF deportes (Buenos Aires): 2011 (consultada: 24, septiembre. 2020). Disponible en la dirección electrónica: <http://www.efdeportes.com/>.

LE BOUCH. La psicomotricidad en la educación infantil. (en línea). En: Revista electrónica csifrevistab (España): 2009 (consultada: 5, diciembre, 2021). Disponible en dirección electrónica: <https://n9.cl/bzrox>

SANCHEZ, L. Estrategia metodológica para mejorar la coordinación dinámica general en el curso 302 del colegio tabora sede b jornada mañana. (en línea). Proyecto de grado, Universidad Libre de Colombia (Bogotá): 2019. (Consultada: 5, abril de, 2021) . Disponible en la dirección electrónica: <https://n9.cl/zgdy0>

OBISPO, J. Manual de psicomotricidad. Teoría, exploración, programación y práctica. Editorial La Tierra hoy S.L. Madrid España. 2007. p. 111.

RODRÍGUEZ, W. BURGOS, J. 7653 Mejoramiento De La Coordinación Dinámica General Por Medio De Actividades Circenses, (En línea). Tesis de grado, Universidad Libre de (Bogotá): 2015. (Consultada: 08, abril. 2021). Disponible en la dirección electrónica: <https://n9.cl/5lbip>

VILLAMARIN, M. LÓPEZ, J. Valoración del equilibrio dinámico y estático en la población de adultos mayores pertenecientes al grupo adulto mayor estrellitas mañaneras y gimnasia al parque. (en línea). Tesis de grado, Universidad Santo Tomas (Bucaramanga): 2019. (Consultada: 5, abril de, 2021). Disponible en la dirección electrónica: <https://n9.cl/t0d3s>

CONTENIDO

	Pág.
INTRODUCCIÓN	19
1 TEMA OBJETO DE INVESTIGACIÓN	21
2 CONTEXTUALIZACIÓN	22
2.1 MACROCONTEXTO	22
2.2 MICROCONTEXTO	23
3 PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN	26
3.1 DESCRIPCIÓN DEL PROBLEMA	26
3.2 FORMULACIÓN DEL PROBLEMA	28
4 JUSTIFICACIÓN	29
5 OBJETIVOS	30
5.1 OBJETIVO GENERAL	30
5.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS	30
6 LÍNEA DE INVESTIGACIÓN	31
6.1 LÍNEA CORPORAL	31
7 METODOLOGÍA	32
7.1 PARADIGMA	32
7.2 ENFOQUE.	33
7.3 MÉTODO	33
7.4 TÉCNICAS E INSTRUMENTOS PARA LA RECOLECCIÓN DE INFORMACION	34
7.5 UNIDAD DE ANÁLISIS	36
8 REFERENTE TEÓRICO CONCEPTUAL DEL PROBLEMA	37
8.1 CATEGORIZACIÓN	37
8.2 REFERENTE INVESTIGATIVO	43
8.3 REFERENTE LEGAL	49
8.4 REFERENTE TEÓRICO CONCEPTUAL DE CATEGORÍAS Y SUBCATEGORÍAS	53
9 PROPUESTA DE INTERVENCIÓN PEDAGÓGICA	64
9.1 TÍTULO	64
9.2 CARACTERIZACIÓN	64
9.3 PENSAMIENTO PEDAGÓGICO	65
9.4 REFERENTE TEÓRICO CONCEPTUAL DE LA PROPUESTA DE INTERVENCIÓN PEDAGÓGICA	66
9.5 PLAN DE ACTIVIDADES Y PROCEDIMIENTOS	69

10	ANALISIS E INTERPRETACION DE RESULTADOS	111
11	CONCLUSIONES	113
12	RECOMENDACIONES	115
	BIBLIOGRAFÍA	
	ANEXOS	

LISTA DE CUADROS

Cuadro 1. Síntomas y causas

Pág.
27

LISTA DE FIGURAS

	Pág.
Figura 1: Institución Educativa Municipal Ciudad de Pasto	23
Figura 2: Categorización de la investigación	37

LISTA DE ANEXOS

	Pág.
Anexo A. Batería de test : Patrones básicos del movimiento	120

INTRODUCCIÓN

El presente informe final hace referencia al Parkour, como estrategia didáctica para el mejoramiento de la coordinación dinámica general de los estudiantes del grado 6-1 de la Institución Educativa Municipal Ciudad de Pasto, jornada de la mañana, el cual tiene un papel fundamental en mejorar la coordinación de los segmentos corporales, permitiendo una buena ejecución de movimientos conjuntos en una misma acción.

En la actualidad, la coordinación dinámica general ha sido una capacidad de vital importancia para los estudiantes, está permite tener un control y dominio de acciones específicas, se conoce que por lo general gran cantidad de niños y adolescentes crecen con dificultades y falencias de carácter coordinativo, permitiendo así que, el parkour sea la herramienta más viable, debido a sus actividades derivadas que conforman movimientos de eficiencia al desplazarse de un punto al otro, permitiendo que el grupo sujeto de estudio realicen los movimientos de forma eficiente y de manera adecuada.

Con base a lo anterior, el informe final se lleva a cabo mediante los siguientes capítulos: el primero, contiene el Objeto o tema de investigación, el cual es la coordinación dinámica general, que se considera primordial para todos los estudiantes; esta investigación hizo énfasis en mejorar dicho tema en los niños y niñas del grupo sujeto de estudio. Continuando con el segundo capítulo, la contextualización, donde se distingue el macro contexto, en el cual está el sitio donde se adelantó a investigación y el micro contexto donde se informa sobre el grupo sujeto de estudio y las relaciones pedagógicas.

Continuando, está el tercer capítulo, el cual describe el problema de investigación dando claridad a los posibles síntomas y causas que generaron el problema; de la misma manera esta la pregunta orientadora de la investigación. Así mismo, se puntualiza el capítulo cuarto la justificación, donde se da respuesta a interrogantes que respaldan el presente estudio de investigación.

El capítulo quinto se refiere al objetivo general que es el que orienta el cumplimiento y el desarrollo de la investigación y concluye con los objetivos específicos que presentan de forma detallada los resultados que se pretenden alcanzar a través del desarrollo del presente informe final.

Del mismo modo, como sexto capítulo, está ubicada la línea de investigación, que en este caso es la corporal, conociendo que los niños y niñas están en una etapa de mayor aprendizaje, y por medio de los procesos pedagógicos se trabajará el desarrollo motor.

El capítulo séptimo sobre la metodología, que se fundamenta sobre el Paradigma Mixto, el cual apoya de manera directa la intención de los investigadores al buscar captar datos para interpretar y comprender las acciones humanas, orientadas hacia las actividades motoras. El método es el de investigación- acción que permite a los los investigadores vivenciar de la misma forma como lo hacen los estudiantes durante todo el estudio, y se concluye con la explicación de las técnicas e instrumentos de recolección de información, que son la base para obtener resultados de la investigación.

Continuando, en el capítulo octavo, donde se desarrolla el referente teórico conceptual del problema el cual da al soporte conceptual al problema de investigación.

De la misma manera el capítulo nueve desarrolla la propuesta de intervención pedagógica que se utiliza con el grupo sujeto de estudio, dando continuidad al informe, el capítulo diez de Análisis e interpretación de resultados, se sustenta que por motivo de la pandemia del covid no se pudo realizar el trabajo de campo en la institución educativa optándose por realizar el artículo científico. En el capítulo once están las conclusiones que los investigadores plantean como resultado del presente estudio y el capítulo doce las recomendaciones. Hay unos elementos complementarios sobre la bibliografía consultada y unos anexos. Debido a la situación generada por la pandemia del covid no se pudo realizar trabajo de campo, lo cual impidió adelantar la batería de test y hacer uso de los instrumentos señalados que todas maneras se los adjuntan en los anexos.

Para concluir, como ya se mencionó anteriormente la finalidad del informe, ubica la mirada en la coordinación dinámica general de los estudiantes de la Institución Educativa Municipal Ciudad de Pasto grado 6-1, para contribuir con la formación motora.

1 TEMA OBJETO DE INVESTIGACIÓN

La coordinación dinámica general.

2 CONTEXTUALIZACIÓN

2.1 MACROCONTEXTO

Al sur occidente de Colombia, se encuentra el departamento de Nariño con su capital San Juan de Pasto donde hay un gran número de colegios públicos, así mismo colegios con bastante reconocimiento en nivel educativo, que en este caso de estudio le corresponde a la Institución Educativa Municipal Ciudad de Pasto ubicada en el barrio potrerrillo, la cual cuenta con tres sedes que serían, la central que está ubicada en la Carrera 4 N.º 16 – 170, frente del mercado que lleva el mismo nombre del barrio, y las otras sedes ubicadas en los barrios Lorenzo de Aldana y Miraflores.

Por otra parte, brinda educación básica primaria y básica secundaria especialmente a estratos de nivel 1, 2 y presenta una gran cantidad de espacio territorial para el desenvolvimiento de sus estudiantes. Su constitución la relata Guancha así:

Aproximadamente por el año de 1957, nació la excelente idea de crear un colegio para la ciudad de Pasto, idea que surgió de don José Senén Ordóñez Bravo, en aquel tiempo se desempeñaba como Fiscal del Sindicato de Carpinteros de Pasto; apoyado por esa organización, emprende la gestión en procura de la creación de un colegio que llevara el nombre de la muy noble Ciudad de Pasto. Para ese entonces, el contexto educativo en la capital de Nariño, se caracterizaba por el alto costo de las matrículas, pensiones y textos; la falta de centros educativos, injustificados requisitos para el ingreso a la educación, la escasez de trabajo, carestía de alimentos, aumento exagerado de precios y la indiferencia absoluta de las autoridades. Fue así como mediante ordenanza N° 51 de noviembre 30 de 1.958, emanada de la Honorable Asamblea Departamental de Nariño, la misma que fuera sancionada por el entonces Gobernador, Dr. Jorge Rasero Pastrana, se crea el Colegio Ciudad de Pasto, para atender la educación secundaria a estudiantes de ambos sexos¹.

¹ GUANCHA, Vicente. Dirección institucional ante el manual de convivencia. Editorial I.E.M. Ciudad de Pasto. 2015. p.

Figura 1: Institución Educativa Municipal Ciudad de Pasto



Fuente: Colegio Ciudad De Pasto (IEMCP) – Facebook.

2.2 MICROCONTEXTO

Dentro de la Institución Educativa Municipal Ciudad De Pasto, fue escogido un grupo sujeto de estudio, el cual es el grado (6-1), que está constituido por 38 estudiantes, 18 son mujeres y 20 son hombres, que oscilan en un rango de edad entre once a trece años, quienes se encuentran viviendo en los diferentes barrios de la ciudad de San Juan de Pasto más cercanos a la institución, como son: barrio Chambú, Barrio la Minga, Miraflores y Rosario, etc.

Entre las características más evidentes del grupo, se puede observar que los estudiantes son muy puntuales y demuestran su compromiso con la realización de este deporte tan interesante y atractivo como lo es el Parkour, ellos demuestran entusiasmo, debido a que pueden tomar este deporte como una actividad de distracción, ya que pueden divertirse, haciendo lo que más les gusta como: saltar, correr y girar entre otros movimientos.

Misión

Es de entender según Guancha que: “la misión es el ‘deber ser’, definido por la I.E.M.C.P, como educar en altos niveles de competencias académicas, sociales, culturales y formamos para la convivencia”². Se concibe que por medio de esta misión la institución se plantea un objetivo muy claro de llegar hasta ciertos grados elevados de enseñanza, aprendizaje y de una formación integral. Mencionado lo anterior es una institución que brinda las características apropiadas para realizar este proyecto ya que su infraestructura es muy propicia para trabajar el Parkour.

Visión

De la misma manera, Guancha concibe que: “la visión, es la perspectiva del ‘querer ser’ institucional que se declara así: ‘lideraremos el desarrollo de los procesos

² GUANCHA, Vicente. Dirección institucional ante el manual de convivencia. Editorial I.E.M. Ciudad de Pasto. 2015. p. 5.

académicos y convivenciales, para mejorar la calidad de vida de la región”³. Se puede entender que los procesos ejecutados con la institución van de una forma progresiva, paso a paso para así, poder brindar unos procesos de construcción educativa, de la mano con la generación de espacios donde radique la convivencia.

RELACIONES PEDAGÓGICAS

RELACIÓN ESTUDIANTE – ESTUDIANTE

Se puede ver que la relación entre estudiante – estudiante es muy positiva, ya que, intercambian de la mejor manera utilizando valores como el respeto, la amistad, la tolerancia y eso hace que tengan una buena relación entre ellos, por otra parte, actualmente la comunicación no es la apropiada debido al aislamiento social por pandemia, exigiendo el uso de plataformas de videollamadas, las cuales solo permite la interacción verbal de una sola persona a la vez, haciendo que las practicas virtuales sean monótonas y restringidas en movimientos guiados.

RELACIÓN ESTUDIANTE – DOCENTE TITULAR

Se puede ver que las clases se tornan de la manera respetuosa sumado a los lazos de confianza, los cuales son positivos y eso permite que la clase tome dinamismo y el aprendizaje de los estudiantes sea más concreto, a pesar que las clases se realicen de forma virtual, ya que, como bien sabemos debido a la crisis sanitaria no es posible realizar una práctica presencial.

RELACIÓN ESTUDIANTE – ESTUDIANTE MAESTRO

Se puede decir, que los lazos de confianza tanto entre estudiante y estudiante-maestro son positivos, puesto que se ven reflejados valores de convivencia que se consideran como un factor importante a la hora de realizar las prácticas. De igual forma, cabe resaltar que la participación virtual se limita al acceso a internet y a herramientas tecnológicas de comunicación, pero a pesar de esto, se logra la participación oportuna y comprometida de los estudiantes.

RELACIÓN ESTUDIANTE – MAESTRO – DOCENTE TITULAR

La relación entre estudiante-maestro y docente titular, es la base de toda la temática a trabajar con el sujeto de estudio, ya que, esto genera la orientación objetiva para construir una metodología de trabajo con los estudiantes de grado sexto, todo esto organizado mediante reuniones virtuales haciendo uso de las plataformas tecnológicas actuales.

³ Ibíd., p. 6.

ESTUDIANTES – DIRECTIVOS – ESTUDIANTES MAESTROS

Se entiende que, la relación entre el estudiante-maestro y los directivos de la institución a la cual pertenecen el sujeto de estudio, son cruciales, pues se articulan con el Proyecto Educativo Institucional P.E.I. o el manual de convivencia permitiendo construir un verdadero proceso pedagógico, con un fin común de desarrollar la misión institucional, en torno a la población estudiantil, que debe ser organizado permanentemente a través de reuniones en las diferentes plataformas virtuales.

DIRECTIVOS – ESTUDIANTES – PADRES DE FAMILIA – ESTUDIANTES MAESTROS

Primordialmente, es necesario contar con la autorización de los directivos de la institución educativa, seguido a esto, se debe escoger a los estudiantes que cumplan con las características definidas para el estudio, en este caso serán estudiantes de sexto grado y que estén dentro del rango de edad. Luego, se debe avanzar en la consecución de la autorización por parte de los padres/madres de familia, para el caso de los estudiantes menores de edad, permitiendo la participación en esta práctica. Todo esto a través de reuniones, informativas, de concertación y conclusión por medio de herramientas digitales.

3 PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

3.1 DESCRIPCIÓN DEL PROBLEMA

A partir del informe final elaborado con el grupo sujeto de estudio en la Institución Educativa Municipal Ciudad de Pasto, ubicada en el barrio Potrerillo en la ciudad de San Juan de Pasto, con los estudiantes del grado (6-1), que cuenta con 38 estudiantes de los cuales 18 son mujeres y 20 son hombres cuyas edades oscilan entre 11 a 13 años de edad, se evidenció dificultades en la coordinación dinámica general, lo cual, es notable a la hora de ejecutar los diferentes movimientos en las actividades desarrolladas.

Asimismo, en las prácticas virtuales con el grupo objeto de estudio, se pudo observar dificultades en cuanto sus deficiencias motoras, en la coordinación dinámica general, presente por la falta de organización segmentaria en acciones y movimientos en un tiempo que permita la realización de una acción en conjunto. De la misma manera, teniendo en cuenta que, esta población escolar puede tener rasgos culturales, sociales y académicos que pueden inferir con factores físicos, cognitivos y anímicos, que influyan en el desarrollo y fortalecimiento de la coordinación dinámica general.

De igual importancia, al realizar las actividades con los estudiantes del grado sexto de la Institución Educativa Municipal Ciudad de Pasto, se observó un síntoma al momento de realizar la acción de la marcha, donde los estudiantes presentan dificultades en la movilidad de sus brazos con sus pies, producto de la insuficiente coordinación de extremidades del tren superior con extremidades del tren inferior para conformar un ciclo de acciones.

Por otra parte, se vio como síntoma cuando los estudiantes realizan otra de las actividades que consiste en hacer saltos, observando que no se tiene una buena ejecución de esta acción, es decir, no ejecutaban de manera correcta el despegue, vuelo y caída, es por esto, que al momento de hacer el salto ellos se iban hacia un lado, hacia atrás, caían en un solo pie o en su defecto sentados.

Siguiendo con la temática central, un síntoma frecuente en lo temporo-espacial es cuando los estudiantes no coordinan los giros adelante, atrás, afuera, adentro, etc., presentando así, una dificultad de carácter coordinativo como las inclinaciones de tren superior hacia un lado específico y del tren inferior hacia el otro lado, generando una desorientación; por otra parte, como síntoma se evidenció al momento de amortiguar una caída, la falla de coordinaciones de los segmentos superiores e inferiores, ya que, si no se coordinan las piernas con los brazos se presentará una caída fuerte que conlleve a una posible lesión.

Igualmente, como último síntoma se observó que al momento de realizar la acción de cuadrupedia los estudiantes no coordinaban las extremidades de tren superior

con las extremidades de tren inferior como lo serian manos con pies, ya que para desplazarse en esta posición se requiere intercalar mano izquierda con pie derecho y mano derecha con pie izquierdo con el fin de unificar esta acción.

Las causas relacionadas con los síntomas se han identificado en cuatro (4) acciones de movimiento, como: la marcha donde su causa se refiere a la no coordinación segmentaria en relación a los movimientos de brazos y pies. Por otro lado, la acción de salto, evidencia como causa la no coordinación segmentaria de brazos y pies en dicha acción de movimiento.

Del mismo modo, se observó una causa en el ámbito temporo-espacial, ya que, se presenta un déficit en la ejecución de esta misma al realizar giros en un espacio y tiempo determinado, también, en la misma acción del salto hay una causa que se relaciona con el hecho de no practicar el gesto de amortiguación de la caída.

Para concluir, en lo referido al movimiento de cuadrupedia, la causa se asocia a que el gesto y la postura necesarios en este tipo de movimientos no se utilizan de manera frecuente en las prácticas deportivas comunes como: fútbol, baloncesto, voleibol, atletismo, etc.

Por tanto, esta problemática en el contexto escolar, se funda en la carencia de coordinación dinámica general, afectando algunas acciones motoras de carácter adaptativo y acciones motoras de desplazamiento en los estudiantes de la Institución Educativa Municipal Ciudad de Pasto.

Cuadro 1. Síntomas y causas

SÍNTOMAS	CAUSAS
1. Poca coordinación del tren superior e inferior en la marcha.	1. Coordinación segmentaria: no coordina brazos y pies en la marcha.
2. Mala ejecución del salto.	2. Debilidad en la técnica de salto.
3. Mala ubicación tiempo espacio.	3. Déficit en la coordinación temporo-espacial.
4. Mal desplazamiento en posición de cuadrupedia.	4. No coordina extremidades del tren inferior con las extremidades del tren superior al momento de desplazarse en cuatro apoyos.

Fuente: Este estudio.

3.2 FORMULACIÓN DEL PROBLEMA

¿De qué manera las actividades derivadas del Parkour sirven como herramienta de mejoramiento a la coordinación dinámica general en los estudiantes del grado 6-1 de la Institución Educativa Municipal Ciudad de Pasto?

4 JUSTIFICACIÓN

Es fundamental trabajar con esta población educativa, debido a que fortalece unas bases sociales concretas en el desarrollo y formación de estos estudiantes para brindar una mejor calidad de vida y la consolidación de la coordinación dinámica general en cada uno de ellos, buscando así fortalecer los diferentes movimientos corporales de tal manera, que se puedan obtener resultados óptimos en lo que concierne a la flexibilidad, coordinación y equilibrio en el grupo sujeto de estudio.

En este sentido, la trascendencia de dichas problemáticas sirve para entender él porque es considerable profundizar en esta investigación, de acuerdo al argumento anterior se pretende por medio de la Educación Física aportar en la forma que se brindaran herramientas enfocadas en los movimientos coordinativos y en el fortalecimiento de su aspecto motor, ya que, es fundamental, dar a conocer el valor de tener buenas prácticas de estas acciones. Por lo tanto, cabe resaltar que durante este proceso el individuo involucra todas sus potencialidades, las cuales se expresan en las diversas dimensiones que la conforman, afectiva, cognitiva, saludable, lúdica, entre otras.

Este trabajo se realiza con el propósito de proponer al parkour como una estrategia metodológica para que los estudiantes de esta institución educativa mejoren sus destrezas deportivas y lo realicen en cualquier otro tipo de espacio lúdico o pedagógico en su vida cotidiana. Esta práctica ha sido considerada como una de las disciplinas más completas que utiliza el cuerpo como una herramienta para adelantar desplazamientos y recorridos, rebasando diferentes obstáculos que se presente en los recorridos y en el entorno, teniendo en cuenta que este tipo de deportes se pueden adelantar en cualquier contexto, sea social, urbano, rural o educativo.

En lo referente a las mejoras de los patrones fundamentales de movimiento, ubicar al salto como eje motor y principal movimiento que posibilite realizar cualquier tipo de actividad física o deporte que les permitirá un mejor desarrollo en su parte motriz, el equilibrio, la coordinación y la postura, son elementos fundamentales que se potenciarían y mejorarían en el proceso y aprendizaje de los estudiantes.

5 OBJETIVOS

5.1 OBJETIVO GENERAL

Mejorar la coordinación dinámica general a través de las actividades derivadas del Parkour, en los estudiantes del grado 6-1 de la Institución Educativa Municipal Ciudad de Pasto.

5.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

Diagnosticar los factores que limitan a los estudiantes del grado 6-1 de la Institución Educativa Municipal Ciudad de Pasto a tener una buena coordinación dinámica general.

Implementar un plan de actividades derivadas del Parkour que permitan el mejoramiento de la coordinación dinámica general de los estudiantes de la Institución Educativa Municipal Ciudad de Pasto del grado 6-1.

Analizar el impacto en la aplicación de las actividades derivadas del Parkour para el mejoramiento de la coordinación dinámica general de los estudiantes del Institución Educativa Municipal Ciudad de Pasto Del grado 6-1.

6 LÍNEA DE INVESTIGACIÓN

6.1 LÍNEA CORPORAL

La línea de investigación corporal pretende superar desde la complejidad la visión del concepto instrumental que se le ha asignado al cuerpo y el movimiento, lo cual implica acogerse a los fines pedagógicos orientados a potenciar el desarrollo humano. Por ello, es evidente que la salud tiene que ver con la forma como el ser humano se adapta a los desafíos que implica la motricidad, de la misma manera, como lo afirma el coordinador de la línea de investigación corporal José López:

La línea, plantea un modelo para la investigación y desarrollo orientado en el área de la Educación Física, el deporte, la actividad física y la salud. De ahí que la Educación Corporal se diferencia de la Educación Física en que esta última se caracteriza más hacia lo procedimental como función instrumental con el cuerpo. En otras palabras, el movimiento corporal representa acciones desde componentes y esquemas técnicos y prácticas corporales como el deporte, la actividad física, el juego, las capacidades físicas las cuales son esenciales dentro de la salud, la recreación y de la misma educación del ser humano⁴.

De acuerdo a lo anterior, el presente informe final tiene un enfoque corporal, porque a través de las actividades alternativas del Parkour se pretende manifestar fortalecer, mejorar, estados de ánimo y acciones coordinativas segmentarias haciendo usos de movimientos y gestos de acciones con los cuales se afiance la coordinación dinámica general. De igual manera, con la ayuda de las actividades derivadas del Parkour se puede facilitar las herramientas necesarias para que los estudiantes del grado 6-1 de la Institución Educativa Municipal Ciudad de Pasto puedan expresar movimientos que les permitan tener mejores condiciones de salud, logrando evitar la falta de coordinación y tratando de aprovechar los beneficios que proporciona las actividades derivadas del Parkour para que esta etapa de la vida sea más satisfactoria.

⁴ LÓPEZ, José. Grupo de investigación interdisciplinario pedagogía. cuerpo y sociedad (GIPCS) Programa de Licenciatura en Educación Física – UNICESMAG. motricidad y desarrollo humano. San Juan de Pasto: Universidad CESMAG, 2019. p. 23.

7 METODOLOGÍA

7.1 PARADIGMA

Para el desarrollo de la investigación se ha tomado el paradigma cualitativo y cuantitativo con más énfasis en el cualitativo, como lo expresan Forero. “El paradigma cualitativo estudia los eventos, conductas, vivencias de las personas desde sus contextos, teniendo en cuenta su propio punto de vista, interpretaciones de por qué asumen determinadas conductas, y de los resultados en la forma que los perciben”⁵. El autor sostiene que el paradigma cualitativo es el estudio de situaciones vivencias experiencias del individuo en un contexto específico siendo muy subjetivos con cada persona, y de igual forma se obtienen resultados individualizados con las mismas.

Por otra parte, como lo afirma Ignacio José “La investigación cualitativa tiene acercamientos teóricos inicialmente temporales, ya que lo que comúnmente se conoce como marco o premisas teóricas son susceptibles de ser modificadas conforme se avanza en los hallazgos. Esto significa que la construcción de la teoría, además de que procede de los datos, es elaborada sistemáticamente en relación con ellos”⁶. Esto permite hacer referencia que la población estudiantil con la cual se trabajó la coordinación dinámica general permita, una mayor adaptabilidad en cuanto al proceso de aprendizaje, debido a que, conforme se avanza en la investigación se requiere hacer cambios y modificaciones pertinentes para los estudiantes.

La investigación requiere un determinado análisis mediante las actividades derivadas del parkour que se relacionen con las características de la población, permitiendo identificar sus acciones y reacciones frente a ellas, sin demeritar el tema principal de la coordinación dinámica general, y lo más importante como estas actividades mejorarían las causas de la problemática identificada en los estudiantes del grado 6-1 de la Institución Educativa Municipal Ciudad de Pasto.

Cabe resaltar, que el informe final debido al fenómeno de la pandemia no se pudo llevar a cabo actividades de campo y se optó por la realización de un artículo, tiene prevalencia el paradigma cualitativo porque, no solamente conlleva a un estudio o una medición motora, sino que también se interpreta el comportamiento social, cultural, educativo y psicológico del grupo objeto de estudio.

⁵ FORERO, C. La investigación en el aula como estrategia de acción docente: Aproximación desde el paradigma cualitativo. Revista: Docencia universitaria. 2010, Vol. 11, No. 4.

⁶ IGNACIO, José. Metodología de la investigación cualitativa. 3 ed. Deusto Bilbao: Editorial universidad de Deusto, 2012. Vol. 15, p. 65.

Para concluir, con la explicación del paradigma cualitativo, enfocado en las experiencias vividas por los estudiantes de una temática motriz, tanto en aspectos subjetivos como prácticos que aportan las acciones motoras desempeñadas y evaluadas, se resalta la importancia de este paradigma a causa de la no utilización de las técnicas e instrumentos diseñados bajo el paradigma cuantitativo.

7.2 ENFOQUE.

En el presente informe final el enfoque es mixto con más énfasis en el aspecto cualitativo. En ambos paradigmas los factores son importantes para identificar un problema, de manera clara y concreta, debido a que, se analiza desde un punto de vista objetivo (cuantitativa) y subjetivo (cualitativo), enriqueciendo todos los conceptos que puedan ayudar a resolver la problemática planteada, de la misma manera, como lo expresa Creswell, quien: “argumenta que la investigación mixta permite integrar, en un mismo estudio, metodologías cuantitativas y cualitativas, con el propósito de que exista mayor comprensión acerca del objeto de estudio. Aspecto que, en el caso de los diseños mixtos, puede ser una fuente de explicación a su surgimiento y al reiterado uso en ciencias que tienen relación directa con los comportamientos sociales”⁷. El autor da a entender que el enfoque mixto comprende aspectos tanto cualitativos como cuantitativos dentro de un solo objeto de estudio, que aunados, recolectan los datos para el análisis de cada uno de los factores propuestos.

7.3 MÉTODO

El método para esta investigación permite estudiar la problemática relacionada con la coordinación dinámica general, buscando una solución que afecta a un grupo de personas, en este caso los estudiantes de sexto grado de la Institución Educativa Municipal Ciudad de Pasto, por otra parte, Alcocer afirma que el método de investigación acción: “se asemeja a los métodos de investigación mixtos, dado que utiliza una colección de datos de tipo cuantitativo, cualitativo o de ambos, sólo que difiere de éstos al centrarse en la solución de un problema específico y práctico”⁸. En donde hay que tener en cuenta la práctica y ser parte de ella para que así haya un aprendizaje recíproco y más significativo con acciones formativas para los estudiantes, que realicen actividades específicas derivadas del Parkour, debido a que estas acciones presentan características progresivas con la utilización de todas las partes del cuerpo en una acción conjunta.

⁷ Creswell. Los diseños de método mixto en la investigación en educación: Una experiencia concreta (en línea). En: Revista electrónica educare (costa rica): 2011 (consultada: 16, diciembre, 2020). Disponible en dirección electrónica: <https://www.redalyc.org/pdf/1941/194118804003.pdf>.

⁸ Alcocer, M. Investigación acción participativa, Técnicas de investigación en sociedad, cultura y comunicación (en línea). En: Revista de estudios en sociedad (México): 2018 (Consultada: 26, septiembre, 2020). Disponible en la dirección electrónica: <https://core.ac.uk/download/pdf/2363670>.

7.4 TÉCNICAS E INSTRUMENTOS PARA LA RECOLECCIÓN DE INFORMACION

Para ejecutar y elaborar el informe final fue necesario utilizar diferentes técnicas e instrumentos de recolección de información que accedan a responder a las necesidades e interrogantes que surgen en la experiencia y recorrido de la misma, de acuerdo a esas necesidades se hace imprescindible el manejo de éstos; enfocado a donde se proporcione de manera positiva las respuestas a muchos interrogantes relacionados con la temática a indagar.

Dentro de las técnicas se plantearon las siguientes: observación participante

Ésta técnica brinda a los investigadores la probabilidad de interactuar con el grupo estudiantil con un fin investigativo, dentro y fuera de las sesiones de clase, archivando los acontecimientos que nacen y crecen de las acciones realizadas por cada uno de los integrantes de la población estudiantil, por consiguiente se da a conocer un concepto importante de la siguiente manera, como lo expresan Bárbara y Kawulich: “La observación participante permite a los investigadores conocer términos, observar eventos que los informantes son reacios a hacer conocer y compartir, lo cual posibilita que la información que se consigue sea veraz y no este sometida a distorsiones e imprecisiones”⁹.

El autor hace claridad que en esta posibilidad de interacción con la realidad es indispensable para la obtención y realización de los objetivos propuestos y se orienta hacia la comprensión de la problemática detectada, ya que permite ver la realidad desde diversos puntos de vista que favorecen a la investigación.

Batería de test

Esta técnica facilitó la recolección de información de manera fiable y rigurosa gracias a la implementación de pruebas con las cuales se mide el desempeño práctico de cada individuo. Como lo expresa Le Bouch la batería de test: “es un conjunto de acciones, problemas o ejercicios realizados para determinar el conocimiento, actitud y la calificación dependiendo a los criterios propuestos hacia los individuos. Es la interacción del buen funcionamiento del sistema nervioso central y la musculatura durante el movimiento”¹⁰. Esta batería se debe entender como verificaciones de las diferentes capacidades que se procesan con bases científicas y con la observación de los elementos de validez y también conllevan a interactuar de manera subjetivas al comportamiento de la población estudiantil hacia el entorno que los rodea.

⁹BARBARA B.Kawulich.La Observacion participante como método de recolección de datos.Forum:Qualitative Social researen sozialfoschung,2015,Vol 6,No 2

¹⁰ BOULCH, Jean Le. Hacia una ciencia del movimiento humano. Buenos Aires: Ediciones Paidós. 1992. p. 56.

Dentro de los instrumentos se plantearon las siguientes:

Formato de registro: este instrumento de recolección de información es particular de la batería de test, donde se registra los datos obtenidos de cada uno de los estudiantes que realizaron la prueba, para este caso corresponde un test de coordinación dinámica general.

Diario de campo: El diario de campo es un instrumento que se relaciona con un cuaderno de navegación el cual es definido por una estructura y una organización, un registro descriptivo de lo observado y un análisis de lo registrado. La estructura y construcción se divide en seis fases las que se complementan y dan forma al diario. Según Taylor, “El registro de datos es una anotación completa, ordenada y detallada que favorecerá a una revisión posterior. El análisis del diario de campo es un proceso introspectivo que facilita la observación de lo realizado en conjunto con el desarrollo de un sentido crítico”¹¹. El autor manifiesta que el registro de datos es muy importante, debido a que, favorece a una revisión más detallada y organizada, por lo tanto, con el diario de campo se tiene esa facilidad para tener un análisis crítico de los hechos que se estén realizando en este caso la coordinación dinámica general en las actividades derivadas del parkour.

Cámara fotográfica y de video: Para la recolección de información se debió recurrir a un registro fotográfico con videos y demás, de forma continua y permanente, permitiendo acompañar la observación participante, con el fin de llevar un control progresivo de la aplicación de las pruebas o test a realizar con la población estudiantil para así tener evidencias más concretas, veraces y tangibles sobre las diversas situaciones originadas durante el proceso de investigación. De esta forma comprobar con argumentos de la totalidad de los momentos en donde se interactúa con los investigados para ir dando respuesta a los interrogantes planteados.

FUENTES DE INFORMACIÓN

PRIMARIAS

Estas fuentes se concentran en los datos producto de la aplicación del test de coordinación dinámica general a la población objeto de estudio, que permite obtener un acercamiento objetivo sobre los factores de investigación.

¹¹ TAYLOR S, J y BOGDAN, R. Introducción a los métodos cualitativos de investigación. Barcelona: Ediciones Paidós Básica. 1987. p. 56

SECUNDARIAS

Para la presente investigación se tiene en cuenta las fuentes de información secundaria, que complementa y facilita la recolección y codificación de datos, como son los libros, enciclopedias, textos, páginas web, archivos pdf, organizada y estudiada durante la práctica pedagógica.

7.5 UNIDAD DE ANÁLISIS

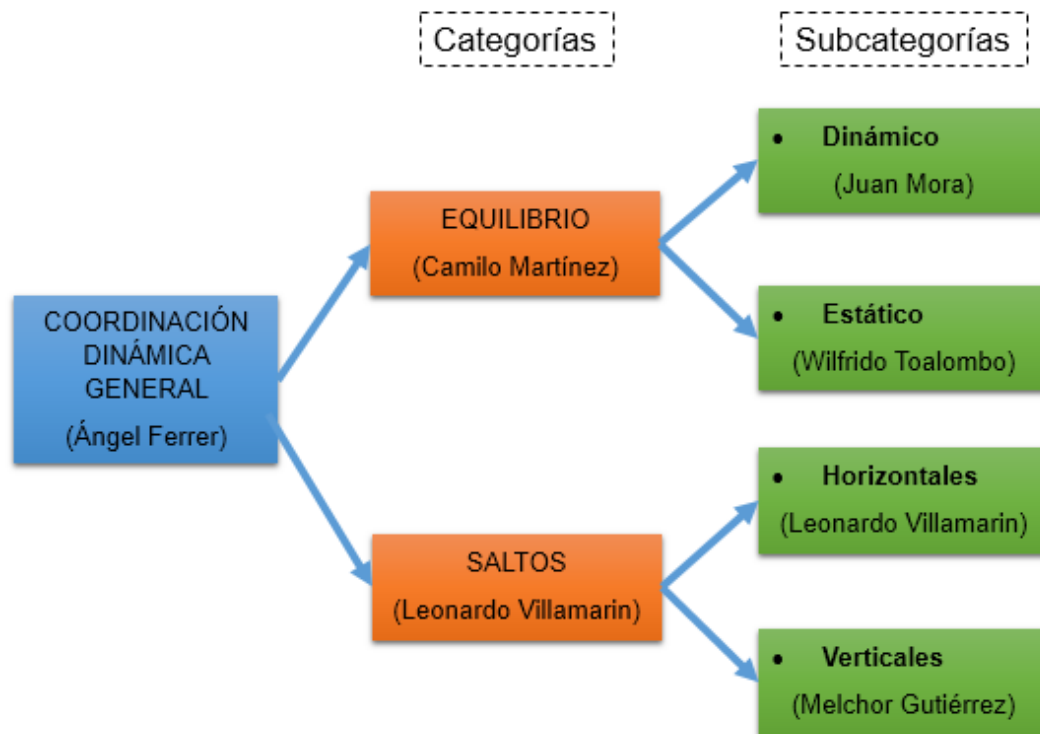
La población con la que se realizó esta investigación es con el grupo de estudiantes 6-1 de la Institución Educativa Municipal Ciudad de Pasto el cual cuenta con 38 estudiantes tanto mujeres como hombres, los cuales oscilan entre las edades de 11 a 12 años, personas que pertenecen a estratos 1 y 2 provenientes de los diferentes barrios cercanos a la Institución.

8 REFERENTE TEÓRICO CONCEPTUAL DEL PROBLEMA

8.1 CATEGORIZACIÓN

Para la categorización se parte de que este informe final es descriptivo de las acciones investigadas en una población objeto de estudio, las cuales incluyeron mediciones e interpretaciones de los resultados y comportamientos. Donde fue necesario la clasificación de los datos y para esta ocasión se hace un acercamiento hacia las categorías y subcategorías, sobre las cuales se originará el constructo teórico y conceptual inmerso en este informe final de investigación.

Figura 2: Categorización de la investigación



Fuente: Este estudio.

Se entiende la coordinación dinámica general, como aquellos movimientos que exigen recíproco ajuste de todas las partes del cuerpo y en la mayoría de los casos, implica locomoción y en la relación con las actividades derivadas del parkour como su expresión fundamental de lo que se constituye como un desplazamiento y la realización de actividades cotidianas que están presentes en la formulación de los movimientos del parkour (rastrear, gatear, rodar, caminar, correr, saltar, encaramarse, trepar etc.) como lo sería el método natural en el desarrollo del ser humano, en su crecimiento, con la diferencia que se potencia cada movimiento.

Así mismo, Ferrer sostiene que.

Por coordinación dinámica general se entiende la capacidad de poder mover todas las partes del cuerpo de una manera armónica y adaptada a diversas situaciones. Estos movimientos exigen un ajuste recíproco de todas las partes del cuerpo. La coordinación dinámica general abarca los movimientos globales que comportan un desplazamiento en el espacio de todas las partes del cuerpo: rastrear, gatear, rodar, caminar, correr, saltar, encaramarse, trepar etc. Y los movimientos segmentarios en los que interviene solo el desplazamiento de una parte o área corporal, inhibiendo los demás. Conseguir una buena coordinación dinámica requiere además de organización neurológica correcta dominio del tono muscular, control de la postura y equilibrio, y sensación de seguridad. Por ejemplo, a la hora de dar un salto, el niño ha de conseguir un grado de equilibrio que le permita mantenerse de pie, una capacidad de impulso suficiente para levantar los dos pies del suelo y una auto seguridad en sí mismo que le permita no necesitar ayuda externa para conseguirlo¹².

El autor manifiesta que en esta etapa es muy importante el desarrollo motor de cada uno de los niños, para que así vayan adquiriendo un control en su cuerpo para ejecutar sus acciones y de igual manera favorecer la postura, los patrones de locomoción, la atención y así enfatizar en los beneficios e importancia del ejercicio físico en la niñez, permitiendo así observar aquellas dificultades adquiridas por cada uno de los niños, por otro lado, ya tenidas estas observaciones aplicar metodologías con el fin de brindar herramientas que favorezcan la motricidad y la coordinación. Es importante que en el debido proceso se mire el cambio de cada niño y niña para así plantear actividades de un mayor nivel de dificultad para que de igual forma se observen los cambios y los resultados que cada niño y niña van obteniendo al desarrollar y ejecutar estas mismas.

Para avanzar en la articulación de conceptos se profundiza en el siguiente autor Camilo Martínez quien expone el equilibrio, “tiene como elemento fundamental las fuerzas que se compensan en el cuerpo para realizar la acción de equilibrio; en relación con las actividades derivadas del Parkour se entiende que la base fundamental en dichas actividades sería la estabilidad y el control del cuerpo en un espacio predeterminado”¹³.

Con ello, se puede avanzar hacia la subcategorización del equilibrio en dinámico y estático, para ello se ha fijado como autor del equilibrio dinámico a Mora, “que lo interpreta como la fuerza y el peso que se compensa con el fin de desplazar el

¹² FERRER. A. Educación psicomotriz 3 a 8 años. Barcelona: Ediciones grao 2007. p. 128

¹³ MARTINEZ. C. Propuesta didáctica para mejorar las condiciones de la cualidad motriz básica del equilibrio en niños y niñas de 6 a 8 años de grado segundo del colegio nidya quintero de Turbay. (En línea). Proyecto de grado. Universidad libre de Colombia. (Bogotá): 2019. (Consultada: 8, abril de, 2021). Disponible en la dirección electrónica: <https://acortar.link/6zRp0l>

cuerpo a un lugar específico; ahora bien, en relación con las actividades derivadas del parkour se observa que este tiene mayor semejanza, debido a que se requiere desplazar el cuerpo de un punto a otro en el menor tiempo posible”¹⁴.

Y finalizando estas subcategorías se atiende al autor Wilfrido Tolombo, “quien se acerca a lo referido con el equilibrio estático, que lo toma como la fuerza y el peso que se compensa con el fin de controlar y mantener el cuerpo en una posición específica sin perder la compensación y manejo del mismo”¹⁵. De la misma manera el autor resalta la relación que hay entre las actividades derivadas del parkour y el equilibrio estático, ya que existe una gran importancia en como el equilibrio estático debe ser aplicado al estudiante para controlar y manejar su cuerpo estando en una posición estática sin la necesidad de generar un desplazamiento y que a la vez sugiere siempre sea al final de cada trayecto llegar a una posición inmóvil en la acción del movimiento del parkour.

De otra forma, se expone la categoría de los saltos, que para el informe final de investigación toma a Leonardo Villamarín, “quien lo define como una acción más eficiente y rápida de llegar a un espacio o lugar ya premeditado”¹⁶. este se relaciona con las actividades derivadas del parkour porque, la base fundamental de todos los movimientos y acciones planteados en estas actividades requieren un salto, lo cual se considera como esencial en esta disciplina para poder cumplir con su propósito.

Los saltos se subcategorizan para este informe final de investigación en saltos horizontales y saltos verticales, siendo el primero el mismo autor de la categoría, Villamarín “que se refiere a esté como una acción coordinativa en la cual el cuerpo se despega del suelo y se desplaza hacia una distancia prudente basado en la aplicación de la fuerza, que se convierte en el impulso”¹⁷. por su parte, en relación con las actividades derivadas del parkour se ve reflejado en muchas acciones planteadas, ya que, el salto horizontal es fundamental para darle velocidad y agilidad a los desplazamientos desarrollados.

Y finalmente, se concluye con la subcategoría de saltos verticales que argumenta el autor Melchor Gutiérrez, “quien lo define como una acción coordinativa en la cual el

¹⁴ MORA. J. Los tipos de pie y su repercusión en el rendimiento motor. (En línea). Proyecto de grado. Universidad de Cadiz. (España): 2013. (Consultada: 8, abril de, 2021). Disponible en la dirección electrónica: <https://acortar.link/c0hX7u>

¹⁵ TOLOMBO. W. Los ejercicios de equilibrio estático en la capacidad temporo-espacial en los niños de tercer año de educación general básica de la unidad educativa república de venezuela de la ciudad de ambato provincia del Tungurahua. (En línea). Proyecto de grado. Universidad técnica de ambato. (Ecuador): 2016. (Consultada: 8, abril de, 2021). Disponible en la dirección electrónica: <https://acortar.link/YuMuZf>

¹⁶VILLAMARIN. L. Parkour como estrategia metodológica para mejorar el patrón fundamental del salto en los alumnos del grado 402 del colegio tabora sede b jornada mañana. (En línea). Proyecto de grado. Universidad libre de Colombia. (Bogotá): 2017. (Consultada: 8, abril de, 2021). Disponible en la dirección electrónica: <https://acortar.link/oYfpWI>

¹⁷ Ibíd., p. 38

cuerpo despegar del suelo para alcanzar su mayor velocidad que puede contraponerse o adecuarse a la línea gravitacional dependiendo la dirección que se tome”¹⁸. Según Melchor explica que Relacionándolo con las actividades derivadas del parkour se entiende que siempre existirán obstáculos que tienen la cualidad de ser altos o bajos, y que deberán alcanzarse con la colocación de energía en los movimientos verticales ya sean hacia abajo o hacia arriba.

REFERENTE DOCUMENTAL HISTORICO.

La necesidad de reconocer el origen, transformación y evolución del estudio del movimiento en general, permite reconocer la influencia dentro de la vida del hombre en todo su campo de acción motriz, como símbolo de su expresividad total para satisfacer sus necesidades e intereses que se manifiestan en sus características bio-psico-sociales.

Entendida la coordinación como la totalidad de los movimientos que puede realizar el cuerpo en completa armonía, precisión y control, por más simple que sea la acción, esta interviene mejorando los mandos nerviosos y espacios temporales; convirtiéndose en el elemento esencial que lo produce y reconoce su origen característico como el principal componente del cuerpo en movimiento.

Inicialmente, el hombre reflexionó sobre sus propios movimientos encaminándose al perfeccionamiento de estos, interrelacionando factores que pueden incidir en su efectividad, los cuales se centran en el desarrollo del cerebro humano, la percepción sensorial, las experiencias acumuladas, la influencia del lenguaje y de las relaciones establecida con el medio circundante, sobre estas bases se pudieron desarrollar los ejercicios físicos de diversa índole que inició con el conocimiento del movimiento, nominados en diferentes maneras según su época y objetivos a tratar, entre los cuales están los llamados movimientos naturales.

Desde entonces la coordinación dinámica general ha venido evolucionando desde la más básica dada por la Institución americana Aapher, el autor Frances Le Bouch y unas más modernas planteadas por Molina, Contreras y Escobar. En donde, Aapher en 1979 señala que la coordinación dinámica general son aquellos movimientos que exigen recíproco ajuste de todas las partes del cuerpo y, en la mayoría de los casos, implica locomoción. De igual forma, Le Bouch señala que la Coordinación Dinámica General es la interacción del buen funcionamiento del sistema nervioso central y la musculatura. También este mismo autor menciona que los movimientos coordinativos ejecutados por el esquema corporal, adelantan una acción de movimiento en el cual el cuerpo se desplaza de un punto a otro o ejecutando una acción motora o de manera estática haciendo cualquier movimiento, por otra parte la base de la coordinación dinámica general también se la podría dividir para la

¹⁸ GUTIÉRREZ. M. Intereses y actitudes hacia la Educación Física. Revista Española de Educación Física, 2003, vol. 11, no 2, p. 14-28.

consolidación y ejecución de un movimiento al hacer progresiones en las cuales el movimiento completo sería la unión de todos los segmentos corporales y la progresión sería ir uniendo segmento por segmento hasta completar la actividad en su totalidad.

Según Molina en 1982 considera que la coordinación dinámica general es acción donde intervienen gran cantidad de segmentos musculares ya sea extremidad superior, inferior o ambas a la vez. Este se basa en el movimiento con desplazamiento corporal en uno o ambos sentidos y que pueden ser rápidos o lentos.

De igual forma Para Contreras en 1984 indica que la coordinación dinámica general refleja el buen funcionamiento existente entre el S.N.C y la musculatura esquelética en movimiento. Se caracteriza porque hay una gran participación muscular.

Escobar entiende la coordinación dinámica general como aquella que agrupa los movimientos que requieren una acción conjunta de todas las partes del cuerpo. Intervienen gran cantidad de segmentos y músculos y por tanto gran cantidad de unidades neuromotoras

Asimismo, desde el punto de vista de Fetz sostiene que “La coordinación es el fundamento óptimo de los músculos durante la ejecución de los gestos motores”¹⁹. Se puede entender que Fetz tiene en cuenta la coordinación como la herramienta fundamental de los movimientos previamente preparados mentalmente, para después ejecutarlos con un fin o un objetivo en concreto, ya que, si la acción no cumple con la ejecución de los movimientos coordinados muy difícilmente podrá cumplir el objetivo o la acción que previa mente se planeó mentalmente.

Continuando con lo anterior, Lebouch en 1986 considera “la coordinación como dinámica general y como coordinaciones más especializadas. la coordinación dinámica general concebida como la confluencia de movimientos parciales en la realización de acciones motoras en que participa en cuerpo como totalidad”²⁰.

Del mismo modo, Meinel 1999 plantea “La coordinación viene dada concretamente por el control que tiene el sistema nervioso central sobre la musculatura, este control proporciona un movimiento más o menos preciso dependiendo de lo deseado, así como un control del movimiento y su implantación en el espacio y la adecuación

¹⁹ SANCHEZ, L. Estrategia metodológica para mejorar la coordinación dinámica general en el curso 302 del colegio tabora sede b jornada mañana. (en línea). Proyecto de grado, Universidad Libre de Colombia (Bogotá): 2019. (Consultada: 5, abril de, 2021). Disponible en la dirección electrónica: <https://n9.cl/zgdy0>

²⁰ *Ibíd.*, p. 19.

temporal.”²¹ Se entiende según el argumento de Meinel que este enfoca la coordinación dinámica general con lo tiempo espacial, debido a que, el segmento corporal al realizar los movimientos coordinativos deberá el cuerpo saber ubicar estos esquemas en el espacio, ya que, si no tiene una buena orientación espacial lo más probable es que se presente una desubicación en el tiempo espacio.

Sin embargo, Como afirma Weineck “La coordinación es muy importante a la hora de aprender nuevos movimientos en cualquier tipo de actividad, tanto en el deporte como en el mundo del baile, a la hora de ejercer una profesión como técnico de aparato electrónicos, médicos, etc., cuanto más elevado sea el nivel de coordinación, más rápidos y precisos serán nuestros movimientos, y más fácil nos resultara aprender otros nuevos.”²². Lo que Weineck da a entender en la anterior cita es que la coordinación dinámica general en cualquier actividad o acción deportiva para mejorarse o fortalecerse se debe tener movimientos coordinativos precisos, rápidos y eficaces debido a que si los movimientos son acordes entre sí en la misma acción de manera precisa y veraz en actividades de carácter deportivo.

De manera semejante, el punto de vista de Castañer y Camerino sustentan que “La coordinación se da cuando un movimiento se ajusta totalmente a los criterios de eficacia, armonía y economía”²³. Las palabras concretas con las que los autores explican la coordinación fueron: “capacidad de regular de forma precisa la intervención del propio cuerpo en la ejecución de la acción justa y necesaria según la idea motriz prefijada”²⁴ dando a entender que para ellos la coordinación dinámica general tiene sus fases y su procedimiento ya sea de carácter mental y biológico, primero empezando por una idea para así volverlo un hecho o una acción real que genere movimiento.

Por otra parte, teniendo en cuenta a Schreiner “refiere que la coordinación es la acción combinada del sistema nervioso central y de la musculatura esquelética encaminada al desarrollo de un movimiento planificado”²⁵. Según el autor argumenta en la cita como la coordinación dinámica es el funcionamiento de sistemas del cuerpo que concuerdan en una misma acción presentando así realizar la acción de mover los músculos mediante impulsos neurales del sistema nervioso al hacer una acción específica.

Igualmente, Hafelinger & Schuba, la definen como “la acción conjunta del sistema nervioso central como órgano regulador y de la musculatura esquelética como órgano ejecutor en el transcurso de una secuencia motora determinada y dirigida a

²¹ *Ibíd.*, p. 35

²² WEINECK, J. Entrenamiento total. Alemania: Ediciones Paidotribo. 2019. p. 129.

²³ *Ibíd.*, p. 35

²⁴ *Ibíd.*, p. 35

²⁵ *Ibíd.*, p. 40

la consecución de un objetivo”²⁶. Según estos autores mencionan como la coordinación dinámica general como órgano regulador y promotor de las directrices del sistema nervioso central en el cual dentro de ello también está el funcionamiento del sistema esquelético y del muscular en una secuencia motora consecución de un objetivo.

Todas estas observaciones se relacionan también con lo que afirman Hafelinger & Schuba: “La coordinación define la capacidad de reaccionar de forma segura y económica ante las diversas situaciones sin perder la estabilidad articular ni el equilibrio corporal y es, por lo tanto, imprescindible para la realización de las actividades de la vida diaria”²⁷. Los mismos autores de la cita mencionan a la coordinación dinámica general como una forma segura, económica y rentable para poder desplazar el cuerpo con acciones coordinativas y sin perder la estabilidad corporal ni el equilibrio que permite tener un control y dominio del cuerpo.

Así mismo, Mélich señala que “La coordinación motriz ayuda a ejecutar acciones que implican diferentes movimientos del cuerpo en donde intervienen varios órganos o grupos musculares, es decir la coordinación motriz tiene un crecimiento mental y corporal para el desarrollo óptimo de la persona”²⁸. Esto quiere decir que la coordinación motriz interviene varios grupos musculares del cuerpo y también órganos como lo es el cerebro por lo que funcionando en conjunto desarrolla un óptimo desarrollo motriz de la persona.

Del mismo modo, Paulina Sánchez sostiene que “La coordinación motora es realizar acciones que involucren variedad de deportes que implican las actividades de ciertas partes de músculos, órganos o grupos, y la inhibición de otras partes del cuerpo”²⁹. El autor sostiene que la coordinación motriz es la variedad de movimientos y acciones que involucre realizar algún deporte en el cual agrupa ciertas partes de músculos, órganos y otras partes del cuerpo que permiten realizar una acción requerida.

8.2 REFERENTE INVESTIGATIVO

Referentes internacionales

²⁶ Ibid. p. 40

²⁷ Ibid. p. 40.

²⁸ SÁNCHEZ, P. La gimnasia recreativa en la coordinación motriz del club de adultos mayores del hospital básico Pelileo. Tesis de posgrado, Universidad Técnica de Ambato (Ecuador): 2021. (consultada: 05, abril. 2021). Disponible en la dirección electrónica:

²⁹ Ibid. p. 37.

Salas Madrid Daniel Alejandro en el trabajo de grado que lleva como nombre la inteligencia espacial y coordinación dinámica general en los niños de 9 a 11 años de la Universidad central del Ecuador, argumenta que:

La coordinación dinámica general no la dejan atrás puesto que es la coordinación global de todos los movimientos y locomoción que puede realizar el cuerpo, es decir que ayuda en gran manera al desarrollo de coordinaciones más específicas, tales como la coordinación óculo – manual u óculo – pedal, la coordinación motriz, etc., y así podemos percibir que la coordinación dinámica general es esencial para el desarrollo de lo que encierra la locomoción, coordinación e incluso equilibrio³⁰.

Del mismo modo salas Madrid en su cita explica como la coordinación dinámica general es la reciprocidad global de la movilidad y la locomoción del cuerpo, porque ayuda a fortalecer o enfatizar mucho en coordinaciones más específicas de cada parte del cuerpo para, que así cada una de estas coordinación de todos los segmentos al momentos de realizar un movimiento global y armónico se vaya ejecutando progresivamente y al mismo tiempo esto se lo considera como coordinación dinámica general.

Teniendo en cuenta lo anterior, Cadena Lizeth sostiene que. “Una buena coordinación dinámica general ofrece al niño las condiciones óptimas de estimulación para el “ensayo error” permitiendo un clima agradable de tanteo para lograr objetivos como lanzar una pelota o saltar un obstáculo etc”³¹.

De igual forma Cadena Lizeth argumenta que una buena coordinación dinámica general permite que el estudiante o niño pueda aprender de sus errores y sus acciones de movimiento para que así luego del error pueda potencializar esta estímulo, y la palabra utilizada por Cadena es el tanteo, debido a que esta palabra es un sinónimo del ensayo y error.

De la misma manera Ruiz Juan en el trabajo de grado llamado estudio de la coordinación dinámica y su incidencia en el entrenamiento de los fundamentos técnicos del fútbol en los niños/as de los sextos y séptimos años de la escuela “padre doménico leonati” durante el periodo 2014- 2015. Define la coordinación dinámica general como “la capacidad que permite dominar las acciones motrices con precisión y economía en situaciones determinadas, que pueden ser previstas o imprevistas y aprender de modo relativamente más rápido los gestos esto supone

³⁰SALAS, D. La inteligencia espacial y coordinación dinámica general en los niños de 9 a 11 años. (en línea). Tesis de grado, Universidad Central de (Ecuador): 2021. (consultada: 08, abril. 2022). Disponible en la dirección electrónica: <https://acortar.link/Q3kFJ7>

³¹CADENA, L. La cueca boliviana como estrategia didáctica para mejorar la coordinación dinámica general en niñas y niños de quinto año de primaria. Tesis de grado, Universidad Mayor de san Andrés de (Bolivia): 2018. (consultada: 08, abril. 2022). Disponible en la dirección electrónica: <https://acortar.link/MjgliP>

la posibilidad de asociar patrones motores independientes para formar otros más complejos”³².

También Doménico leonati define la coordinación dinámica general como el dominio de acciones de movimiento con eficacia y precisión en situaciones requeridas que se dividen en previstas y en imprevistas, con la finalidad de asociar patrones de movimiento diferentes para luego procesar a la conformación de otros mas complejos, y de igual manera es super importante el economizar energía en la realización de estas acciones.

Por otra parte, Cárdenas en el trabajo de grado cuyo nombre es, estrategia metodológica para mejorar la coordinación dinámica general en el curso 302 del colegio tabora sede b jornada mañana, en el cual, explica que “los movimientos de coordinación dinámica general centrados en el ajuste global del cuerpo, implican la realización de ejercicios de locomoción y desplazamiento (marcha, carrera, saltos, cuadrupedia, franqueos, gestos naturales (halar, trepar, empujar, transportar, levantar, lanzar, arrastrar, gestos culturales (apoyos, agilidades, destrezas, suspensiones etc)”³³.

Igualmente Cárdenas argumenta en su cita que son movimientos de ajuste global centrados en el cuerpo, en las cuales se aplican los movimiento de desplazamiento y locomoción en las acciones cotidianas que generen un desenvolvimiento en el ambiente y adecuación al espacio al momento de desplazarse con movimientos coordinativos.

Referentes nacionales

Arenas en su proyecto de investigación llamado, Programa de educación física rural para el abordaje de la coordinación dinámica general Manizales Colombia, sostiene que “si no tuviéramos coordinación, nuestros gestos serían imprecisos, nuestros movimientos torpes, unas acciones anularían a otras, y los esfuerzos que realizaríamos para conseguir pequeños objetivos resultarían enormes”³⁴. El autor hace énfasis en que si no se tiene coordinación dinámica general los gestos

³²Ruiz, J. estudio de la coordinación dinámica y su incidencia en el entrenamiento de los fundamentos técnicos del fútbol en los niños/as de los sextos y séptimos años de la escuela “padre doménico leonati” durante el periodo 2014- 2015. propuesta alternativa. (en línea). Tesis de grado, Universidad Tecnica del norte de (Ecuador): 2015. (consultada: 08, abril. 2022). Disponible en la dirección electrónica: <https://acortar.link/tRn0ZB>

³³ CÁRDENAS, L. Estrategia metodológica para mejorar la coordinación dinámica general en el curso 302 del colegio tabora sede b jornada mañana. (en línea). Tesis de grado, Universidad Libre de (Bogotá): 2017. (consultada: 05, abril. 2021). Disponible en la dirección electrónica: <https://n9.cl/51lvj>

³⁴ ARENAS, Albeiro. Programa de educación física rural para el abordaje de la coordinación dinámica general. (en línea). Tesis de maestría, Universidad Católica de (Manizales): 2018. (consultada: 08, abril. 2021). Disponible en la dirección electrónica: <http://repositorio.ucm.edu.co:8080>.

corporales serian imprecisos y a la hora de realizar una acción motora los movimientos serian bruscos y no tuvieran una buena ejecución por lo que para conseguir los objetivos de algún movimiento con técnica sería muy difícil su realización.

Por otro lado, se encontró un estudio el cual es llamado " Propuesta pedagógica como medio para fortalecer la coordinación dinámica general a partir de la práctica del patinaje en los niños y niñas del grado transición del jardín infantil Andy Panda" por José Yamir Mayorga Marín Y Zaida Mejía Lugo, el cual fue desarrollado en Universidad Libre Bogotá, en el año 2020. La cual tiene como objetivo.

Implementar una propuesta pedagógica fundamentada en la práctica del patinaje para fortalecerla coordinación dinámica general en los niños y niñas del grado transición del Jardín Infantil Andy Panda. Esta investigación es de tipo acción participación porque se enfoca en los cambios para mejorar el nivel de vida y desarrollo humano de los individuos, al momento de iniciar con la práctica deportiva del patinaje los niños mejoran en las deficiencias encontradas, La metodología que se utiliza en este proyecto para iniciar con la investigación es mixta porque es la combinación de la investigación cualitativa y cuantitativa , porque describe el echo en el que se desarrolla el acontecimiento, y también porque utiliza la recolección de datos sin medición numérica para descubrir el proceso de interpretación en los resultados. Los resultados obtenidos en la aplicación del segundo test, obteniendo mejoras en la coordinación dinámica general del grupo de los niños y niñas del Jardín infantil Andy panda, destacando al grupo de los niños con una mejora relevante frente a las niñas, pero en ambos casos todo el grupo obtuvo mejores resultados en tiempos y habilidad al momento de desarrollar el test. Este estudio permite concluir que Se logró identificar que los niños y niñas del grado transición del jardín infantil Andy panda presentaron muy poca coordinación dinámica general a partir del test de diagnóstico de coordinación corporal de Kiphard y Schilling.³⁵

De forma similar el autor explica en su cita que los pruebas de incidencia en una acción coordinativa permite una mejoría a los niños estudiantes a los que se las hayan aplicado ya que la practica excesiva de estos estímulos de movimiento presenta una mejoría en el desempeño de su coordinación dinámica general al momento de realizar cualquier acción de desplazamiento.

Asimismo, se encontró un estudio el cual es llamado "Mejoramiento De La Coordinación Dinámica General Por Medio De Actividades Circenses" Por Wilson Rodríguez Guio, Diego Javier Burgos Alba, David Santiago Parrado Rodríguez, el

³⁵ MAYORGA, y. MEJÍA, Z. Propuesta pedagógica como medio para fortalecer la coordinación dinámica general a partir de la práctica del patinaje en los niños y niñas del grado transición del jardín infantil Andy panda, (En línea). Tesis de grado, Universidad Libre de (Bogotá): 2020. (consultada: 08, abril. 2021). Disponible en la dirección electrónica: <http://hdl.handle.net/10901/7653>

cual fue desarrollado en Universidad Libre Bogotá, en el año 2015. El objetivo de esta investigación es:

Diseñar una propuesta pedagógica basada en actividades circenses con el fin de mejorar la coordinación dinámica general en los niños de tercer grado (308) de básica primaria, del I.T.I Francisco José de Caldas, jornada tarde, de Bogotá. Esta investigación es acción Educativa, porque hace referencia a las “características propias en producción del conocimiento propositivo y transformador, mediante dinámicas de reflexión y construcción colectiva donde los participantes son los principales actores en la adquisición de nuevos aprendizajes basados en la experiencia y en su contexto inmediato, La metodología que se utiliza en este proyecto es Investigación mixta cuantitativa y un enfoque experimental. Los resultados obtenidos arrojan que Los test realizados sirvieron como parte de estudio para analizar, las diferentes falencias en la parte coordinativa como también en la parte de equilibrio, Concluyendo que hay que trabajar y reforzar la parte de la coordinación y el equilibrio. Este estudio permite concluir que las actividades circenses tuvieron una gran incidencia en el mejoramiento de la coordinación dinámica general en los niños y niñas de tercer grado del colegio Francisco José de Caldas³⁶.

Asimismo, el autor José De Caldas explica que los estudiantes presentan falencias al momento de coordinar y de realizar acciones de equilibrio, y que estas mismas generan una falencia o dificultad a largo plazo cuando ellos quieran realizar una acción cotidiana de adaptación en cualquier entorno esto se les dificultara, pero con la practica de artes circenses se noto una mejoría en estos estudiantes en los aspectos del equilibrio y la coordinación dinámica general.

Referente regional

En el ámbito regional y más específico en Pasto Nariño se han hecho varias investigaciones al desarrollo de la coordinación dinámica general de las cuales, se encuentran los trabajos de grado realizados por Getial Luis, Mejía Daniel y Mora Jonathan en el trabajo de grado llamado el ejercicio físico funcional para fortalecer la coordinación dinámica general en el adulto mayor grupo nuevo amanecer barrio porvenir san juan de pasto Nariño 2017, universidad Cesmag , sostiene que la “coordinación dinámica general mantiene un concepto que involucra la acción de movimientos ordenados y dirigidos frente a las disposiciones del ser humano, la actividad física despierta la curiosidad sobre el manejo en la clasificación de la

³⁶ RODRÍGUEZ, W. BURGOS, J. Mejoramiento De La Coordinación Dinámica General Por Medio De Actividades Circenses, (En línea). Tesis de grado, Universidad Libre de (Bogotá): 2015. (consultada: 08, abril. 2021). Disponible en la dirección electrónica: <https://n9.cl/5lbip>

coordinación, es de vital importancia incluir que se presentan una relación con las distintas cualidades físicas³⁷.

De la misma manera en esta cita los autores nos mencionan que la coordinación dinámica general es el estímulo de realizar movimientos ordenados y enfocados frente a las necesidades del ser humano, y también la curiosidad permite la clasificación de la coordinación para poder entenderla y dominarla mejor.

Por otra parte Córdoba Alexander, Erazo Edinson y Obando Diana en el trabajo de grado llamado los juegos con pelota como estrategia metodológica para mejorar la coordinación dinámica general de los estudiantes del grado quinto de la institución educativa municipal san Jose bethlemitas de san Juan de Pasto Nariño 2006, afirman que “ la puesta en practica de todos los elementos del cuerpo requiere una coordinación de ellos para la consecución de su objetivo, se trata del movimiento global que se realiza en el que intervienen la motricidad, el tono muscular, percepción visual y organización espacial”³⁸.

De igual forma los anteriores autores expresan que la coordinación dinámica general es una acción o estímulo puesto en marcha en donde todos los segmentos del cuerpo realizan una acción coordinada para el cumplimiento de su objetivo, y así también sería los movimientos generales realizados por la persona o el cuerpo humano en la cual intervienen motricidad, tono muscular y organización espacial.

el aprendizaje de la coordinación dinámica general es de suma importancia hasta los 11 y 12 años, ya que, permite la adquisición de una serie de habilidades motrices cuyo carácter no es estrictamente automático y en los que el movimiento se puede adaptar de modo general al objetivo, por lo que se incide fundamentalmente en la fase de toma de conciencia y en la fase de ajustes de movimiento³⁹.

De forma similar el autor entiende que la coordinación dinámica general es la adición o suma de una serie de habilidades motrices cuyo propósito es adaptar de modo general el objetivo, por lo cual se hace un énfasis en la fase de toma de conciencia y la de ajustes de movimiento.

Del mismo modo Portilla Hernán y Zamora Mario en el trabajo que lleva como nombre el calentamiento como medio para mejorar la coordinación dinámica general en los niños de doce y trece años de los grupos deportivos de futbol del colegio santo Sepulcro, Pasto Nariño 2003, universidad cesmag, definen “ que la

³⁷Getial, L. Mejía, D. Mora, J. El ejercicio físico funcional para fortalecer la coordinación dinámica general en el adulto mayor grupo nuevo amanecer barrio porvenir. Tesis de grado, Universidad Cesmag de (Pasto Nariño): 2017.

³⁸Córdoba, A. Erazo E. Obando, D. los juegos con pelota como estrategia metodológica para mejorar la coordinación dinámica general de los estudiantes del grado quinto de la institución educativa municipal san José bethlemitas. Tesis de grado, Universidad Cesmag de (Pasto Nariño): 2006.

³⁹Ibid. p. 45

coordinación está vinculada no solo con los movimientos que realiza el deportista sino también con los estímulos externos que recibe, debido a que, cuando una persona realiza cualquier acción debe coordinar su velocidad su potencia y todas sus cualidades en función de la situación que se le presente”⁴⁰.

8.3 REFERENTE LEGAL

Ley del deporte en Colombia – ley 181 de enero 18 de 1995

Esta ley da a conocer la importancia que tiene el deporte para toda la sociedad en Colombia, por el cual con esto se dictan disposiciones para así fomentar el deporte, la recreación, el aprovechamiento del tiempo libre y la Educación Física y se crea el Sistema Nacional del Deporte. Esto tiene como un gran objetivo especial de la presente Ley, es la creación del Sistema Nacional del Deporte, la recreación, la educación extraescolar y la educación física, Integrar la educación y las actividades físicas, deportivas y recreativas en el sistema educativo general en todos sus niveles.

La recreación. Es un proceso de acción participativa y dinámica, que facilita entender la vida como una vivencia de disfrute, creación y libertad, en el pleno desarrollo de las potencialidades del ser humano para su realización y mejoramiento de la calidad de vida individual y social, mediante la práctica de actividades físicas o intelectuales de esparcimiento. El aprovechamiento del tiempo libre. Es el uso constructivo que el ser humano hace de él, en beneficio de su enriquecimiento personal y del disfrute de la vida en forma individual o colectiva. Tiene como funciones básicas el descanso, la diversión, el complemento de la formación, la socialización, la creatividad, el desarrollo personal, la liberación en el trabajo y la recuperación Sico biológica. La educación extraescolar. Es la que utiliza el tiempo libre, la recreación y el deporte como instrumentos fundamentales para la formación integral de la niñez y de los jóvenes y para la transformación del mundo juvenil con el propósito de que éste incorpore sus ideas, valores y su propio dinamismo interno al proceso de desarrollo de la Nación. Esta educación complementa la brindada por la familia y la escuela y se realiza por medio de organizaciones, asociaciones o movimientos para la niñez o de la juventud e instituciones sin ánimo de lucro que tengan como objetivo prestar este servicio a las nuevas generaciones⁴¹.

⁴⁰Portilla, H. Zamora, M. El calentamiento como medio para mejorar la coordinación dinámica general en los niños de doce y trece años de los grupos deportivos de fútbol del colegio santo Sepulcro. Tesis de grado, Universidad Cesmag de (Pasto Nariño): 2003.

⁴¹ Congreso de Colombia. Ley 181 de enero 18 de 1995. Disposiciones para el fomento del deporte, la recreación, el aprovechamiento del tiempo libre y la Educación Física y se crea el Sistema Nacional del Deporte. Capítulo 2, Título 2. De la recreación, el aprovechamiento del tiempo libre y la educación extraescolar. [Consultado: diciembre 6 de 2020]. Disponible en:

Entiéndase por Educación Física la disciplina científica cuyo objeto de estudio es la expresión corporal del hombre y la incidencia del movimiento en el desarrollo integral y en el mejoramiento de la salud y calidad de vida de los individuos con sujeción a lo dispuesto en la Ley 115 de 1994⁴².

Artículo 11. Corresponde al Ministerio de Educación Nacional, la responsabilidad de dirigir, orientar, capacitar y controlar el desarrollo de los currículos del área de Educación Física de los niveles de Pre-escolar, Básica Primaria, Educación Secundaria e instituciones escolares especializadas para personas con discapacidades físicas, síquicas y sensoriales, y determinar las estrategias de capacitación y perfeccionamiento profesional del recurso humano⁴³.

En el artículo menciona como se cualifica la labor pedagógica del estudiante maestro de educación física, debido a que, todas las temáticas y procesos metodológicos deberán organizarse, controlarse y verificarse dependiendo a la población específica que se vaya a trabajar, por lo general son estudiantes de instituciones educativas.

Artículo 12. Corresponde al Instituto Colombiano del Deporte, Coldeportes, la responsabilidad de dirigir orientar, coordinar y controlar el desarrollo de la Educación Física extraescolar como factor social y determinar las políticas, planes, programas y estrategias para su desarrollo, con fines de salud, bienestar y condición física para niños, jóvenes, adultos, personas con limitaciones y personas de la tercera edad.

En el artículo se menciona como la educación física es un factor fundamental para el desarrollo pedagógico y físico en cuanto a la salud y al bienestar del cuerpo, ya que, este es el factor más importante que se debe tener en cuenta en la comunidad de instituciones educativas.

“Artículo 13. El Instituto Colombiano del Deporte, Coldeportes, promoverá la investigación científica y la producción intelectual, para un mejor desarrollo de la Educación Física en Colombia. De igual forma promoverá el desarrollo de programas nacionales de mejoramiento de la condición física, así como de eventos de actualización y capacitación”⁴⁴. El artículo expresa como el factor de investigación en la educación física es un procedimiento obligatorio y permanente debido a que esto genera actualización y modernidad tanto en temáticas como en personal cualificado, un claro ejemplo son los proyectos investigativos presentados

https://www.mindeporte.gov.co/recursos_user/2019/Juridica/Normograma/Leyes/Ley-181-de-1995.pdf

⁴²Ibid. p. 46.

⁴³ Ibid. p. 46.

⁴⁴ Ibid. p. 46.

para trabajos de grado en diferentes centros educativos y universidades que generen profesionalismo en sus estudiantes.

Artículo 14. Los entes deportivos departamentales y municipales diseñarán conjuntamente con las secretarías de educación correspondientes los programas necesarios para lograr el cumplimiento de los objetivos de la Ley de Educación General y concurrirán financieramente para el adelanto de programas específicos, tales como centros de educación física centros de iniciación y formación deportiva, festivales recreativos escolares y juegos Intercolegiados⁴⁵.

El artículo da a entender como las estructuras, espacios, implementos deportivos y apoyo financiero genera una aprensión de conocimientos muy óptima, porque, los estudiantes generarían confianza, motivación y de más experiencias frente al momento de aprender cualquier rama de la educación física.

“Artículo 46. El Sistema Nacional del Deporte es el conjunto de organismos, articulados entre sí, para permitir el acceso de la comunidad al deporte, la recreación, el aprovechamiento del tiempo libre, la educación extraescolar y la educación física”⁴⁶. El artículo argumenta la importancia de consolidar un sistema que dirija y organice todo el proceso deportivo que se ejecute en una población, debido a que, si no se tiene presente una organización coherente de este mencionado el deporte y la educación física no serían tomados con el mismo profesionalismo y seriedad con el que está planteado actualmente.

Artículo 47. El Sistema Nacional del Deporte tiene como objetivo generar y brindar a la comunidad oportunidades de participación en procesos de iniciación, formación, fomento y práctica del deporte, la recreación y el aprovechamiento del tiempo libre, como contribución al desarrollo integral del individuo y a la creación de una cultura física para el mejoramiento de la calidad de vida de los colombianos⁴⁷.

El artículo explica como la educación y la realización de prácticas deportivas tiene que estar enfocadas en el desarrollo y mejoramiento integral de cada estudiante, ya que, la educación física no solamente son prácticas físicas, porque también se tiene en cuenta un carácter social, mental y personal de cada estudiante.

Artículo 49. El Sistema Nacional del Deporte desarrolla su objeto a través de actividades del deporte formativo, el deporte social comunitario, el deporte universitario, el deporte competitivo, el deporte de alto rendimiento, el deporte aficionado, el deporte profesional, la recreación y el aprovechamiento del

⁴⁵ Ibid. p. 46.

⁴⁶ Ibid. p. 46.

⁴⁷ Ibid. p. 46.

tiempo libre, mediante las entidades públicas y privadas que hacen parte del Sistema⁴⁸.

El artículo da a conocer los diferentes tipos de ampliación de la educación física, y en que espacios son más óptimos para una determinada población, y aparte de eso de las temáticas y procesos metodológicos que se trabajen y se manejen en estas diferentes aplicaciones.

Artículo 57. El plan de inversiones indicará la inversión directa e indirecta y los proyectos a ejecutar clasificados por sectores, organismos, entidades y programas, con indicación de las prioridades y vigencias comprometidas, especificando su valor. El plan de inversiones es el instrumento para el cumplimiento de los planes y programas destinados al fomento del deporte, la recreación, el aprovechamiento del tiempo libre y la educación física.”⁴⁹ En el anterior artículo se expresa como se constituye la inversión efectuada a un sistema deportivo, debido a que, no solamente son inversiones de carácter económico sino también de carácter general frente a las necesidades y circunstancias en la cual necesiten los estudiantes un apoyo o una organización al sistema deportivo.

Ley general de educación – ley 115 de febrero 8 de 1994

La presente Ley señala las normas generales para regular el Servicio Público de la Educación que cumple una función social acorde con las necesidades e intereses de las personas, de la familia y de la sociedad. Se fundamenta en los principios de la Constitución Política sobre el derecho a la educación que tiene toda persona, en las libertades de enseñanza, aprendizaje, investigación y cátedra y en su carácter de servicio público.

Artículo 3. Prestación del servicio educativo. El servicio educativo será prestado en las instituciones educativas del Estado. Igualmente los particulares podrán fundar establecimientos educativos en las condiciones que para su creación y gestión establezcan las normas pertinentes y la reglamentación del Gobierno Nacional. El artículo da a conocer como los estudiantes de dicha institución deberán seguir al pie de la letra todas las normas y reglamentos establecidos por el gobierno nacional, estado y por su institución debido a que, así lo decreta la constitución y demás documentos que dirijan a un estado.

Artículo 9. El desarrollo del derecho a la educación se regirá por ley especial de carácter estatutario”⁵⁰. El artículo anterior se relaciona de gran forma con el artículo

⁴⁸ Ibid. p. 46.

⁴⁹Ibid. p. 46.

⁵⁰ Ibid. p. 46.

tres, ya que, en estos dos se menciona el deber del cumplimiento de leyes propuestas para el mejor desarrollo del deporte y de la educación física.

Artículo 14. Enseñanza obligatoria. En todos los establecimientos oficiales o privados que ofrezcan educación formal es obligatorio en los niveles de la educación preescolar, básica y media⁵¹. El artículo explica específicamente como es el procedimiento de la aplicación educativa en una determinada población que en este caso serían estudiantes de la educación media siguiendo unas reglas e instrucciones dependiendo si la institución es privada o de carácter pública.

Artículo 25. Formación ética y moral. La formación ética y moral se promoverá en el establecimiento educativo a través del currículo, de los contenidos académicos pertinentes, del ambiente, del comportamiento honesto de directivos, educadores, y personal administrativo, de la aplicación recta y justa de las normas de la institución, y demás mecanismos que contemple el Proyecto Educativo Institucional⁵².

El artículo da a entender como la fundamentación del currículo tiene que desarrollar la parte ética y moral de los estudiantes de dicha institución, debido a que, sigue un orden jerárquico en el cual todos estos entes educativos conforman un orden para la aplicación pedagógica en la institución.

8.4 REFERENTE TEÓRICO CONCEPTUAL DE CATEGORÍAS Y SUBCATEGORÍAS

Coordinación dinámica general

La definición que da Escobar señalada anteriormente, pone de presente que la Coordinación Dinámica General asocia y congrega todos los movimientos y obliga a que todas las partes del cuerpo intervengan de una manera asociada, participando segmentos y músculos, lo mismo importante cantidad de unidades neuromotoras.

Por otro lado, como lo afirma Arenas, “si no tuviéramos coordinación, nuestros gestos serían imprecisos, nuestros movimientos torpes, unas acciones anularían a otras, y los esfuerzos que realizaríamos para conseguir pequeños objetivos

⁵¹ Ibid. p. 46.

⁵² Ibid. p. 46.

resultarían enormes”⁵³ La conformación de movimientos segmentados se remonta a un desarrollo muy ágil del sistema nervioso, ya que los impulsos nerviosos entre más rápido se ejecuten, más fácil y más veraz será la acción del movimiento de carácter coordinativo ya que un buen nivel de coordinación dependerá de la maduración del sistema nervioso y del nivel de aprendizaje motor. De la misma manera Ángel Ferrer sostiene que:

Por coordinación dinámica general se entiende la capacidad de poder mover todas las partes del cuerpo de una manera armónica y adaptada a diversas situaciones. Estos movimientos exigen un ajuste recíproco de todas las partes del cuerpo. La coordinación dinámica general abarca los movimientos globales que comportan un desplazamiento en el espacio de todas las partes del cuerpo: rastrear, gatear, rodar, caminar, correr, saltar, encaramarse, trepar etc. Y los movimientos segmentarios en los que interviene solo el desplazamiento de una parte o área corporal, inhibiendo los demás. Conseguir una buena coordinación dinámica requiere además de organización neurológica correcta dominio del tono muscular, control de la postura y equilibrio, y sensación de seguridad. Por ejemplo, a la hora de dar un salto, el niño ha de conseguir un grado de equilibrio que le permita mantenerse de pie, una capacidad de impulso suficiente para levantar los dos pies del suelo y una auto seguridad en sí mismo que le permita no necesitar ayuda externa para conseguirlo⁵⁴.

Según lo mencionado por Ferrer, se puede entender que la coordinación dinámica general vendría siendo la unión de diferentes funciones que permiten el movimiento de los segmentos corporales que permite conseguir una organización neurológica correcta con acompañamiento del equilibrio su postura y demás acciones motoras.

Equilibrio

Siguiendo esta temática, Castañer y Camerino analizan el equilibrio como: “Un elemento básico del funcionamiento perceptivo-motor y lo define como la capacidad de controlar su propio cuerpo en el espacio y poder recuperar la postura tras un factor desequilibrante”⁵⁵. Se puede entender que el contexto corporal para su perfección y armonía de movimientos requiere una complementación de la coordinación dinámica general con el control del equilibrio, debido a que si no se puede controlar o estabilizar el cuerpo en un espacio determinado será

⁵³ ARENAS, Albeiro. Programa de educación física rural para el abordaje de la coordinación dinámica general. (en línea). Tesis de maestría, Universidad Católica de (Manizales): 2018. (consultada: 24, septiembre. 2020). Disponible en la dirección electrónica: <http://repositorio.ucm.edu.co:8080>.

⁵⁴ FERRER. M. Ángel. Educación psicomotriz (3 a 8 años), Edición marzo 2007 editorial grao P:118

⁵⁵ MARTÍNEZ, A. Propuesta didáctica para mejorar las condiciones de la cualidad motriz básica del equilibrio en niños y niñas de 6 a 8 años de grado segundo del colegio Nidya quintero de Turbay. (en línea). Proyecto de grado, Universidad Libre de Colombia (Bogotá): 2019. (Consultada: 5, abril de, 2021). Disponible en la dirección electrónica: <https://n9.cl/zgdy0>

prácticamente imposible realizar coordinaciones más complejas y por ende se dificultaría la realización de acciones cotidianas, de la misma forma, el autor nos habla de un desequilibrio que es presentado por un desbalance o una inclinación del esquema corporal exagerada y mediante una buen balance del cuerpo puede contrarrestar el desequilibrio con equilibrio.

Por otro lado, Antoraz y Villada sostienen “Que el objetivo del desarrollo en relación a la postura y el equilibrio es el control postural. El desarrollo del equilibrio parte de una etapa de exploración y a traviesa una segunda fase, aproximadamente a partir de los 8 años de edad, de 8 consciencia, en donde se produce un auténtico control del equilibrio en cualquier situación, superficie o posición en reposo o en movimiento”⁵⁶. El autor menciona que lo fundamental para un buen desarrollo del equilibrio se remonta a una buena postura, en la cual, cada segmento corporal tiene que tener un determinado espacio y lugar de ubicación al momento de realizar una acción, la postura también, puede abordar factores biológicos y de la misma forma factores psicológicos en los cuales, generen en el cuerpo un desbalance ya sea teniendo un déficit en el equilibrio dinámico o estático debido a su postura.

De la misma manera Martínez León sostiene “que el equilibrio es de vital importancia para el niño ya que le permitirá realizar cualquier acción sencilla o compleja de forma precisa, por eso es necesario brindar una adecuada formación corporal base. Que permita desarrollar al niño conductas y cualidades motrices que permitirán en un futuro un buen desempeño en el deporte y en el diario vivir”⁵⁷. Se puede entender que el equilibrio en las poblaciones infantiles y juveniles es muy importante en el desarrollo motor de dicha población, debido a que, todas las acciones de movimientos e intervenciones físicas tienen que tener como base y fundamento el equilibrio, ya que, si este no estuviera presente en los movimientos se presentarían muchas falencias y dificultades a la hora de desplazarse o hacer cualquier acción.

Equilibrio dinámico

El equilibrio dinámico se relaciona con los movimientos bruscos y súbitos, como por ejemplo iniciar la marcha o levantarse rápidamente como lo afirma Mora.

Es la capacidad de mantener el cuerpo en una posición estable cuando se van a realizar desplazamientos contrarrestando la ley de la gravedad. En el equilibrio dinámico se produce una translación del cuerpo por el espacio, la

⁵⁷ MARTÍNEZ. L. Propuesta didáctica para mejorar las condiciones de la cualidad motriz básica del equilibrio, en niños y niñas de 6 a 8 años de segundo grado de la IED Nydia Quintero de Turbay. . (en línea). Proyecto de grado, Universidad Libre de Colombia (Bogotá): 2019. (Consultada: 5, abril de, 2021). Disponible en la dirección electrónica: <https://acortar.link/6zRp0l>

cual implica que el sujeto realice un desplazamiento de un lado a otro y durante ese movimiento se modifica constantemente su base de sustentación y centro de gravedad. En este tipo de equilibrio es necesaria la adecuada regulación postural en los diferentes movimientos. Se observa constantemente un estado de equilibrio y desequilibrio, como sucede al correr o al caminar. Cuando se camine o se corre se parte de una posición de equilibrio luego se desplaza el cuerpo a una posición de desequilibrio, a continuación, se presenta un estado de reequilibrio que lleva a un nuevo equilibrio lo que evita que nos podamos caer y luego se vuelve a repetir todo el proceso anterior para iniciar el siguiente paso. En el equilibrio dinámico la persona puede desplazarse por el espacio según la indicación que se dé, evitando caer al suelo o colocar el otro pie de apoyo. La propuesta didáctica cuenta con diferentes test a realizar con el objetivo de fortalecer las fases nombradas anterior mente (equilibrio, desequilibrio y equilibrio) mejorando gestos técnicos y posturas que permita realizar ejecuciones de manera eficaz⁵⁸.

El autor da a entender que en el equilibrio dinámico se presentan muchos factores que como base principal habla de un movimiento que el cuerpo se desplace de un lugar a otro ya sea haciendo uso de una carrera o un trote, salto y cuadrupedia lo cual como requisito fundamental se tiene que tener presente el equilibrio dinámico, ya que, cuando el cuerpo está en acción de desplazamiento es mucho más complicado tener control y dominio del equilibrio en el cuerpo, debido a que, son muy variables los espacios o entornos en el cual el deportista realiza su acción de movimiento.

Así mismo, Villamarin afirma “que el equilibrio dinámico es “la capacidad del cuerpo de modificar de manera constante el centro de gravedad en movimiento o en desplazamiento”⁵⁹. El autor da a entender que el equilibrio dinámico es la variabilidad y la modificación del centro de gravedad, ya que, el cuerpo adapta diferentes posturas y las maneja en relación a la fuerza ejercida por la tierra, igualmente, se menciona en las diferentes espacios que se encuentre el cuerpo porque, no es lo mismo tener un equilibrio debajo del agua a tenerlo en una caída libre y por ende normalmente tenerlo en la acción cotidiana,

Siguiendo con la temática, Choquegonza sostiene que “es la capacidad de mantener el cuerpo erguido y estable mientras estamos en movimiento o

⁵⁸ Ibid. p. 40.

⁵⁹ VILAMARIN, M. LOPEZ, J. Valoración del equilibrio dinámico y estático en la población de adultos mayores pertenecientes al grupo adulto mayor estrellitas mañaneras y gimnasia al parque. (en línea). Tesis de grado, Universidad Santo Tomas (Bucaramanga): 2019. (Consultada: 5, abril de, 2021). Disponible en la dirección electrónica: <https://n9.cl/t0d3s>

desplazándonos de un lugar a otro”⁶⁰. El autor da a entender, que en este caso el equilibrio tiene que ver con una buena postura y una excelente ubicación de los segmentos corporales, debido a que si esto no se ejecuta de esta forma presentara un desequilibrio o una falta de control del cuerpo en una acción de desplazamiento, generando así, una posible caída y de la misma forma una lesión.

Por otra parte, María Cornejo afirma que “El equilibrio conocido también como estabilidad postural, se produce cuando todas las fuerzas y los momentos de fuerza que actúan sobre un cuerpo suman cero, es decir, mantiene el centro de masa corporal dentro de la base de sustentación”⁶¹. El autor hace énfasis a la relación de mantener el control y la posición muscular ayudando a regular la dirección y rango de movimiento permitiendo la reacción y repuesta en el desarrollo corporal.

Del mismo modo, Cornejo menciona que “El equilibrio dinámico llamado control postural dinámico es la capacidad que tiene un individuo de mantener una posición estable mientras realiza acciones o movimientos en el cual modifica constantemente el centro de gravedad y base de sustentación”⁶². El autor da a entender como es la forma correcta de equilibrar el cuerpo al estar realizando una acción de movimiento, debido a que el cuerpo juega bastante con el centro de gravedad para juntar todos los segmentos corporales en movimiento en el espacio, y así buscar un equilibrio al desplazar el cuerpo en una acción predeterminada.

Siguiendo con la temática del anterior autor “En el ámbito deportivo el equilibrio dinámico es importante ya que disciplinas deportivas exigen diversas demandas. El equilibrio dinámico ayuda al desarrollo óptimo de técnicas-habilidades y disminuye el riesgo de lesiones”⁶³. El autor menciona que mediante el equilibrio dinámico se mejora diferentes características y acciones de movimiento del cuerpo como lo serían las técnicas, las habilidades porque debido al equilibrio estas se mejoran en gran forma, ya que, el equilibrio también viene dentro de lo que es el control y el dominio del mismo.

⁶⁰ CHOQUEGONZA, J. Relación de la hiperlaxitud articular y el equilibrio dinámico en niños de 8 y 9 años de edad en la i.e.p. cima. (en línea). Tesis de grado, Universidad Privada de Tacna (Perú): 2020. (Consultada: 9, abril de, 2021). Disponible en la dirección electrónica: <https://n9.cl/5qqf6>

⁶¹ CORNEJO, M. Equilibrio dinámico en el equipo de fútbol femenino de primera del club deportivo cuenca. (en línea). Proyecto de grado, Universidad de Cuenca (Ecuador): 2020. (Consultada: 5, abril de, 2021). Disponible en la dirección electrónica: <https://n9.cl/1hva8>

⁶² Ibid. p. 45

⁶³ Ibid. p. 45

Equilibrio estático

El equilibrio estático se relaciona con mantener el cuerpo en equilibrio en un espacio delimitado como lo afirma Toalombo Wilfrido.

Capacidad de mantener el cuerpo en una posición determinada contra la ley de la gravedad y sin desplazarse. Esta clase de equilibrio mantiene una posición postural determinada sin necesidad de desplazarse, es decir puede haber movimientos segmentarios, pero no se produce ninguna traslación del cuerpo en el espacio. Esta clase de equilibrio interviene en acciones técnicas y muy concretas en el ámbito deportivo, como por ejemplo la posición de partida de un salto de trampolín, al realizar el apoyo en una sola pierna en una barra de equilibrio en gimnasia artística o lanzamiento de una flecha en tiro con arco. En el equilibrio estático el centro de gravedad se proyecta en un espacio delimitado por la base de sustentación⁶⁴.

El autor da a entender que en el equilibrio estático se presentan muchos factores que, como base principal habla que el cuerpo de una manera estática realice movimientos y posturas en el mismo sitio ya sea bajando o subiendo el centro de gravedad y también utilizando algunos segmentos corporales en la distribución del peso corporal.

También, Choquegonza define “como la habilidad de mantener el cuerpo y estable frente a la gravedad”⁶⁵. El autor menciona que el equilibrio estático no solamente se encuentra en el control y el dominio del cuerpo, ya que, la gravedad realiza una presión que es ejercida al deportista o al sujeto en la realización de acciones de movimiento. De igual manera un factor importante por resaltar es que el estudiante se adapta al espacio y la presión que ejerce la tierra.

De la misma manera, Farfán sostiene que es el “proceso perceptivo que busca un ajuste postural y una información sensorial exteroceptiva en el momento en el que no hay presencia de locomoción; logrando conseguir el control de una postura por tiempo un definido”⁶⁶. El autor hace énfasis a dos campos que trabaja la educación física que serían el esquema corporal y la habilidad temporo-espacial, debido a que, a hablar de postura locomoción y de más conceptos mencionados en la cita son

⁶⁴ TOALOMBO, Wilfrido. Los ejercicios de equilibrio estático en la capacidad temporo-espacial en los niños de tercer año de educación general básica de la unidad educativa república de Venezuela de la ciudad de Ambato provincia del Tungurahua. (en línea). Proyecto de grado, Universidad técnica de Ambato (Ecuador): 2019. (Consultada: 5, abril de, 2021). Disponible en la dirección electrónica: <https://n9.cl/q54qv>

⁶⁵ LUNA, P. RODRÍGUEZ, V. SANDOVAL, M. CARREÑO, M. Análisis de patrones motores fundamentales en niños de 4 y 5 años de colegios particulares subvencionados. (en línea). en: revista electrónica ciencias de la actividad física U.C.M (Chile): 2016 (consultada: 9, abril, 2021). Disponible en dirección electrónica: <http://revistacaf.ucm.cl/>

⁶⁶ Ibid. p. 50

temas que se encuentran dentro de estos campos con relación y estudio hacia el equilibrio de las estudiantes.

LORES Marcos, TELLO, D, AUGUSTO, J. en su investigación sostiene que la “Evaluación de la acción del equilibrio estático mediante el test de Tinetti modificado e intervención kinética para disminuir el riesgo de caídas en las personas adultas mayores del centro gerontológico”⁶⁷. como lo afirma pintado en la cita, la realización de una batería de test en la cual hace énfasis en el equilibrio estático, en donde, se realizan diferentes observaciones y pruebas de cómo se ejecuta este equilibrio y también como se ve reflejado en acciones físicas como lo sería correr, caminar, gatear, entre otras acciones.

Salto

Rarick. G., habla sobre “una ejecución del salto algo más compleja la carrera y los patrones de la marcha, el desarrollo de la fuerza en ambas piernas para un mejor vuelo y estabilidad al momento de realizar el salto y mantener el equilibrio durante el acto de saltar”⁶⁸. En la anterior cita se extiende que el salto es visualizado como una acción coordinativa y técnica, porque, es la unión de diferentes acciones de movimiento como lo es la marcha, la carrera, impulso, salida y de despegue y esto da a entender que el salto es una acción conjuntamente coordinativa.

También el salto se puede ver desde diferentes tipos de vista como lo han mostrado varios autores para este caso, Paumier manifiesta que el salto:

Es el resultado de saltar. Un movimiento que un individuo lleva a cabo para salir de la zona del terreno y en seguida obviamente hacer un buen salto. Largo, por su parte, es algo que dispone de una distancia considerable. El salto largo, de igual forma conocido como salto de longitud, es la cualificación de un deporte que hace parte del atletismo. La competencia es de hacer un salto después de una corta carrera tratando de lograr una distancia considerable en sentido horizontal. El atleta debe escoger por convicción su técnica que le oriente a tener el mejor rendimiento. Así mismo desarrollando su habilidad propia dependiendo de sus características psíquicas y físicas.⁶⁹

⁶⁷ LORES Marcos, TELLO, D, AUGUSTO, J. Efectividad de un programa de ejercicio físico en el equilibrio estático y dinámico en adultos mayores en el centro del adulto mayor en canto grande – san juan de Lurigancho. (en línea). Tesis de grado, Universidad privada Norbert Wiener Lima (Peru): 2017. (Consultada: 5, abril de, 2021). Disponible en la dirección electrónica: <https://n9.cl/lqss>

⁶⁸ RARICK, G. Motor Development During Infancy and childhood. Madison Wis College Printing and Typing Cop. Mexico. Editorial Médica Panamericana, 2001. p.48 a 52

⁶⁹ LAZO, V, Salto largo. (en línea). Tesis de grado, Universidad nacional de educación Enrique Guzmán y valle (lima): 2018. (consultada: 5, abril. 2021). Disponible en la dirección electrónica: <https://n9.cl/5iage>

Siguiendo con la temática, Villamarin sostiene que “El salto como uno de los patrones fundamentales del movimiento es un patrón locomotor en el cual el espacio hay un impulso y una extensión en las piernas que le permiten una elevación, y cual señalan que hay cuatro etapas: la posición de agachado preliminar, el despegue, el vuelo, y el aterrizaje”⁷⁰. El autor da a entender que se clasifica el salto en cuatro etapas y en cada etapa se presenta una serie de acciones de movimiento, de igual forma, acciones coordinativas que permitan una mejor ejecución del movimiento del salto en un espacio predeterminado buscando así la adaptación de este mismo, porque, lo que se buscaría mejorar sería la acción técnica y coordinativa al influir consecutivamente en la acción de desplazamiento.

El anterior autor también plantea que “El patrón del salto de una u otra forma es muy uniforme, pero es más complejo de lo que se ejecuta y la realidad es que es una habilidad muy completa como sus saltos verticales y horizontales. El cual lo utilizan como medida y test para evaluar su fuerza y desplazamiento”⁷¹. El autor en esta cita da a conocer que cuando las personas aplican el patrón de salto, les parece que es muy uniforme, según los conceptos de ellos resultó ser más complejo en la ejecución, así como comprobaron que dependía en mayor parte de una habilidad innata; ya que les resultó una técnica mucho más completa y compleja por sus saltos con desplazamientos verticales y horizontales. También lo utilizan como medida para contrastar y autoevaluar la fuerza y desplazamiento tras ejercer este deporte.

El salto puede verse desde diferentes puntos de vista como lo han mostrado varios autores en esta ocasión, Hillebrandt “observan desde su perspectiva que hay que obtener un rango de fuerza para impulsarse hacia el vuelo”⁷². El autor aporta desde sus conocimientos que se hace necesario alcanzar y obtener un determinado rango de fuerza para lograr impulsarse de manera adecuada hacia el vuelo. También pudieron comprobar que la habilidad del salto depende de la edad y condición física de las personas que lo vayan a practicar del mismo modo observaron y comprobaron la existencia de diferentes aspectos para realizar el salto, de los cuales pueden destacar principalmente tres: fuerza, coordinación dinámica general y equilibrio.

⁷⁰ VILLAMARÍN, L. Parkour como estrategia metodológica para mejorar el patrón fundamental del salto en los alumnos del grado 402 del colegio tabora sede b jornada mañana. (en línea). Tesis de grado, Universidad libre (Bogotá): 2017. (consultada: 5, abril, 2021). Disponible en la dirección electrónica: <https://n9.cl/8dsol>

⁷¹ Ibid. p. 47

⁷² LUNA, P. RODRÍGUEZ, V. SANDOVAL, M. CARREÑO, M. Análisis de patrones motores fundamentales en niños de 4 y 5 años de colegios particulares subvencionados. (en línea). en: revista electrónica ciencias de la actividad física U.C.M (Chile): 2016 (consultada: 9, abril, 2021). Disponible en dirección electrónica: <http://revistacaf.ucm.cl/>

Saltos horizontales

Se podría definir como una acción coordinada de segmentos superiores e inferiores del cuerpo humano con un fin de desplazamiento en el cual haciendo uso de un impulso o sin él, el deportista realiza el salto hacia adelante teniendo en cuenta la distancia saltada midiéndola en centímetros y metros el cual tiene una progresión de movimientos en donde abarca postura y coordinación como lo explica Leonardo Villamarin:

La postura y sus extremidades no se encuentran en un mejor posicionamiento los brazos deberán mantener una altura para que sea más extenso el salto. Pero la resección no es la mejor porque mantiene el tren superior erguido y no le permite absorber el golpe de modo eficiente. Lo fundamental de los brazos es ir al frente al inicio del despegue para una mejor ubicación, la postura y la ubicación de cuclillas va a ser más prominente y desciende con mayor fluidez en el componente horizontal del salto. Los pies caen al piso simultáneamente y si los brazos están hacia adelante y tiende a evitar la caída hacia atrás con los brazos⁷³.

El autor hace énfasis en el procedimiento técnico y coordinativo del salto, debido a que menciona en qué posición o en qué altura deberán ubicarse los segmentos corporales para así llevar un proceso continuo y permanente de la acción de salto. De la misma forma, cabe resaltar un factor importante del salto horizontal que sería el desplazamiento, ya que, su objetivo primordial es tener la mayor distancia posible en el salto largo.

De igual forma, Geoffrey y Kephart mencionan que en “el salto horizontal la semi-flexión que ocurre desde los tobillos y las rodillas hasta la parte de la cadera, es notorio un pie dominante y el salto puede ser ejecutado con ambas piernas, para adquirir mayor distancia”⁷⁴. El autor menciona que para realizar el salto horizontal se tiene que realizar un proceso progresivo en el cual los segmentos de las extremidades inferiores realicen una unión de movimientos coordinativos para así realizar la carrera que contendría el impulso del salto en su despegue y lógicamente la recepción con los segmentos inferiores.

Saltos verticales

Se podría definir como una acción coordinada de segmentos superiores e inferiores del esquema corporal con un fin de elevar el cuerpo en una acción de salto lo cual su prioridad es elevarse haciendo uso de mediciones de centímetros y metros. Otros autores como Dudley Sargent sostienen que el salto vertical es.

⁷³ VILLAMARIN, Op. cit., p. 48.

⁷⁴ GODFREY B. Y KEPHART, N. Movement patterns and motor education. New York: Appleton Century Crofts. Editorial New York, Appleton-Century-Crofts 1996. p.60

El acto de saltar hacia arriba en el aire con el fin de ganar altura por lo que este salto vertical se divide en dos tipos de salto vertical parado y salto vertical en carrera.

Salto vertical parado: esto se refiere a un salto vertical realizado desde parado sin ningún paso involucrado en absoluto, suele ir precedido de una rápida acción de agacharse.

Salto vertical en carrera: se refiere a un salto vertical después de una carrera donde, el último paso de la carrera se utiliza para lanzarse al salto. Esto puede a agregar energía adicional al salto y mejorar el resultado del salto vertical⁷⁵.

El autor hace énfasis en la parte técnica y coordinativa de la acción de salto vertical debido a que lo divide en dos tipos de acciones como sería salto vertical parado y el salto vertical con carrera enfatizando en las acciones de movimiento que se diferencian en cada acción, porque, en uno de estos saltos la persona adquiere fuerza y más impulso para realizar el salto mencionado y con esta reflexión se refiere al salto vertical con carrera que permite más prolongación y altura del salto vertical, por otra parte, en el salto vertical parado lo que se permite trabajar en gran medida es el proceso técnico de la realización del movimiento, ya que, su progresión es más progresiva y calmada.

En esa misma contribución GUTIÉRREZ, M. y GARRIDO, Z., exponen que:

El salto vertical ha sido considerado como un movimiento simétrico que se desarrolla en el plano, lo que nos ha permitido utilizar un modelo coordinado simplificado de 8 segmentos, definidos por 12 marcadores situados en el cuerpo del saltador (Extremos anterior y posterior del pie, centros articulares del tobillo, rodilla, cadera, codo y muñeca, metacarpiano de la mano, hueco supraesternal, ángulo del maxilar y vertex). La posición de los marcadores se estableció según el modelo y los parámetros inerciales⁷⁶.

En la anterior, cita se menciona, como la coordinación simplificada de los segmentos corporales realiza una serie de movimientos en conjunto para así crear y conformar la acción del salto vertical, debido a que, cada extremidad anterior y posterior y en general la unión del tren superior con el tren inferior cooperan para realizar el salto, de igual forma, si faltara y no hicieran sus respectivas funciones

⁷⁵ SARGENT, D. Variables cinéticas de la batida relacionadas con el rendimiento del salto horizontal a pies juntos. (en línea). Tesis de grado, Universidad de León (Castilla): 2005. (consultada: 24, septiembre. 2020). Disponible en la dirección electrónica: <https://n9.cl/dgggl>

⁷⁶ GUTIÉRREZ, M. GARRIDO, Z. Método para determinar la contribución segmentaria en los saltos. su aplicación en el salto vertical con contra movimiento Motricidad. (en línea). en: revista electrónica European Journal of Human Movement (Español): 2012 (consultada: 9, abril, 2021). Disponible en dirección electrónica: <https://www.redalyc.org/pdf/2742/274224827001.pdf>

los segmentos corporales no sería eficiente esta acción del salto vertical o no de la misma forma si lo realizan coordinadamente.

Por otra parte Abalakov en un análisis de test sostiene que “Los saltos estudiados fueron el squat jump salto vertical patinando de flexión de rodilla de 90° sin impulso de piernas previo y situando las manos en la cadera, salto con impulso previo de piernas partiendo de la extensión total con impulso previo de piernas”⁷⁷. Abalakov da a entender en la cita que mediante un test o una prueba el estudiante pueda medir y observar su capacidad de salto vertical, porque, en su test nos presenta unas ciertas formas de medición de carácter gradual y del esquema corporal, ya que, cada parte del cuerpo tendrá que adoptar o tomar una posición perfectamente coordinada para que el salto sea muy eficiente y logre su objetivo principal que es que el salto tenga más elevación.

⁷⁷ LUARTE, C. GONZÁLEZ, M Y AGUAYO, O. Evaluación de la fuerza de salto vertical en voleibol femenino en relación a la posición de juego. (en línea). en: revista Ciencias de la Actividad Física UCM (Chile): 2014 (consultada: 10, abril, 2021). Disponible en dirección electrónica: <https://n9.cl/hbuil>

9 PROPUESTA DE INTERVENCIÓN PEDAGÓGICA

9.1 TITULO

El parkour una alternativa didáctica para fortalecer la coordinación dinámica general desde la clase de educación física en etapas escolares.

9.2 CARACTERIZACIÓN

En el presente informe final, da cuentas del trabajo con los estudiantes del grado (6-1), el cual está conformado por 38 estudiantes, entre ellos hay 18 mujeres y 20 hombres cuyas edades oscilan entre 11 a 13 años. Además, estos estudiantes son pertenecientes a la Institución Educativa Municipal Ciudad de Pasto, ubicada en el barrio Potrerillo en la ciudad de San Juan de Pasto.

Debido a la situación de la pandemia no se pudo adelantar el trabajo de campo y se optó por realizar el artículo científico, donde en base a la revisión bibliográfica de estudios realizados a nivel nacional e internacional sobre la materia, se puso de presente que el Parkour es una gran didáctica para el mejoramiento de la coordinación dinámica general ya que en esta etapa es muy importante el desarrollo motor de cada uno de los niños, en donde van adquiriendo un control en su cuerpo para ejecutar las acciones, de igual manera favorece la postura, los patrones de locomoción, la atención y dar a conocer los beneficios e importancia del ejercicio físico en la niñez.

Estudios nacionales e internacionales sobre el Parkour, ponen de presente que es una herramienta didáctica para el mejoramiento de la coordinación dinámica general ya que en esta etapa es muy importante el desarrollo motor de cada uno de los niños, en donde van adquiriendo un control en su cuerpo para ejecutar las acciones, esta práctica favorece la postura, los patrones de locomoción, la atención y dar a conocer los beneficios e importancia del ejercicio físico en la niñez, todo esto con un fin formativo ya que el parkour se utilizó como una herramienta de apoyo para así fortalecer acciones y actividades coordinativas beneficiando en primera instancia a la coordinación dinámica general de los estudiantes en acciones cotidianas de movimiento.

El proceso de mejoramiento coordinativo posibilita que los alumnos logren desenvolverse mejor en su aspecto motriz con acciones presentadas en su vida cotidiana y asimismo aporte en el futuro otros procesos enfocados en la sincronización de segmentos corporales, que de manera particular invite a una mejor coordinación de sus extremidades superiores o inferiores e incluso los dos segmentos al mismo tiempo, indicando mayor efectividad en dichos movimientos, los cuales pueden ir acompañados de complementos relacionados con el objeto de aplicación de los segmentos, que puede repercutir en mayor complejidad. Todo esto

se hizo bajo un control y un seguimiento permanente de su proceso coordinativo dinámico presentado, que se iba demostrado con un proceso de pruebas y actividades de test.

Para concluir, cabe aclarar como las actividades derivadas del Parkour ya mencionadas son específicamente pensadas para dicho movimiento o acción ya que todas las actividades se aplicaron de acuerdo con las dificultades que presente cada niño o niña perteneciente al grado sexto uno de la Institución Educativa Municipal Ciudad de Pasto, nivel o estado de partida que se identificó al momento de iniciar las acciones, de tal forma que se puede correlacionar luego con los resultados, los cuales fueron entregados a el rector de la institución educativa y a los docentes correspondientes de la Universidad CESMAG, para que sean observados, analizados, debatidos y aprobados para la aplicación en el desarrollo pedagógico y practico de la licenciatura en Educación Física.

9.3 PENSAMIENTO PEDAGÓGICO

Siguiendo a Suárez y Fernández “el parkour en la escuela busca recuperar la motricidad natural y espontánea de los estudiantes, robada por la urbanización despiadada del entorno en el que se mueven, que les condena a ser excesivamente sedentarios.”⁷⁸ También López y Cols afirma que “el incremento de práctica de actividad físico deportiva está estrechamente relacionado con el grado de coordinación motora. De esta forma, con el trabajo de las diferentes habilidades motrices (equilibrio, agilidad y coordinación) implicadas en el Parkour, se podría favorecer ese incremento de la competencia motriz auto percibida con la posible consecuencia de que incrementen la práctica de actividad físico-deportiva”⁷⁹.

Igualmente como lo plantea Carmen López “otra de las ventajas que encontramos en los ejercicios propios del Parkour, desde un punto de vista de la sistemática del ejercicio, es que se trabajan los tres ejes corporales. De ese modo, el eje longitudinal, el eje transversal y el sagital. En ese sentido se trabajan de forma útil y mediante el juego un contenido de conocimiento de las posibilidades de movimiento del cuerpo en el espacio”⁸⁰.

Por otra parte, para Le Boulch, quien asegura que "la ciencia del movimiento humano no puede homologarse con el estudio de una máquina compuesta de

⁷⁸ REDONDO, ¿Qué es el parkour?: Origen. Habilidades, educación física en primaria como base para esta nueva modalidad deportiva. (en línea). En: Revista digital: Innovación y Experiencias Educativas: 2011 (consultada: 30, marzo, 2021). Disponible en dirección electrónica: <https://n9.cl/ez3gl>

⁷⁹ SOTO, J. Desarrollo de las capacidades coordinativas a través del juego parkour. (en línea). En: Revista digital: emasf revista digital de educación física: 2013 (consultada: 30, marzo, 2021). Disponible en dirección electrónica: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4197086>

⁸⁰ Ibid. p. 57.

palancas, bisagras y músculos"⁸¹. Para él, es evidente que esta ciencia no sería otra cosa que la Biomecánica. Por el contrario, la Psicocinética pone énfasis en la necesidad de considerar el movimiento como una forma de manifestación significativa de la conducta del hombre. La unidad del ser sólo puede realizarse en el acto que él inventa. En consecuencia, la ciencia del movimiento humano debe partir de la evidencia corporal como totalidad y que en la etapa del cuerpo vivido y el de sus funciones, para lograr otros pasos en la práctica psicomotriz y fundamentos teóricos, es necesario proporcionar sesiones didácticas de acuerdo a niveles de educación básica, con juegos específicos de acuerdo a la edad, que le ayuden a dominar el funcionamiento corporal del cuerpo. De la misma manera Jean Piaget sostiene.

El desarrollo casi espontáneo de una inteligencia práctica que se sustenta en la acción sensorial y motriz, así como la interacción con el medio sociocultural. Sus estudios acerca de la epistemología genética o teoría del conocimiento válido, tratan de dar una explicación de cómo llegamos a conocer el mundo externo por medio de los sentidos. Por la integralidad de su teoría se convirtió en un importante referente para los estudios de investigación psicológica y para el desarrollo de las diferentes teorías del aprendizaje⁸².

Así mismo, este autor también sostiene que “a través de procesos de asimilación y acomodación se da el equilibrio, este es la capacidad que tiene el individuo de incorporar esquemas nuevos a los existentes y modificarlos según condiciones biológicas y ambientales, llegando a la maduración”⁸³.

9.4 REFERENTE TEÓRICO CONCEPTUAL DE LA PROPUESTA DE INTERVENCIÓN PEDAGÓGICA

George Hebert en su definición: “el método natural es una forma de entrenamiento deportivo metódica y completa en la naturaleza. Fue enseñado y desarrollado al observar a una comunidad de indígenas africanos, en “acción”, y decidió entrenarse y desarrollar un método de entrenamiento que consistiera en saltos, equilibrio, carreras, trepar, nadar etc., todo esto dando origen a las raíces del Parkour y de donde nace esta disciplina”⁸⁴. El autor da a entender el proceso y la definición del origen de la disciplina llamada parkour, ya que, tiene su origen basado en un método establecido y desarrollado por el autor mencionado, presentando así herramientas

⁸¹ LE BOUCH. La psicomotricidad en la educación infantil. Editorial Paidós. Ibérica . 1991. p . 59.

⁸² PIAGET, J. La teoría constructivista de Jean Piaget y su significación para la pedagogía contemporánea. . (en línea). En: Revista digital: Revista científica dominio de las ciencias: 2016. (consultada: 30,marzo, 2021). Disponible en dirección electrónica: <https://dominiodelasciencias.com/ojs/index.php/es/article/view/298/355>

⁸³ Ibid. p. 60

⁸⁴ HEBERT, George. Guide pratique d'éducation physique. París Francia: Vuibert. París editions. 1916. p. 52.

y acciones de movimiento, que permiten una mejor adaptación y control del cuerpo en un ambiente predeterminado. Igualmente cabe resaltar todo el proceso de observación que se efectuó a esta comunidad africana indígena ya que esta tribu desarrollo y adquirió este método por su necesidad de un instinto de supervivencia para poder facilitar sus labores cotidianas. Como lo afirma David Belle:

Se denomina Parkour a una actividad física no competitiva basada en la capacidad motriz de las personas. La disciplina consiste en avanzar en línea recta dependiendo la perspectiva del practicante, superando los obstáculos del terreno sin el uso de complementos, soportes ni accesorios de ningún tipo, todo esto con la finalidad de avanzar de un punto A hacia un punto B en el menor tiempo posible sobrepasando todos los obstáculos urbanos con el cuerpo⁸⁵.

Así mismo el autor menciona una serie de movimientos aplicados en la práctica del parkour como lo sería:

- Plancha: Movimiento de transición que se realiza entre la posición de colgado, y la persona se impulsa verticalmente con los pies para hacer una entrada de pecho como lo realizan los gimnastas o los que practican barras apoyado en el obstáculo. Puede realizarse en una barra horizontal o un muro. A las mujeres les resulta más complicado por el hecho de tener pecho.
- Gato: Movimiento rápido para saltar un obstáculo, que es uno, si no el más importante para todo practicante consistente en apoyar únicamente las manos en su parte superior, y usar ese impulso para saltarlo. Muy parecido al salto interior de potro en gimnasia. La creencia común es la de intentar pasar las piernas entre las manos, ya que al ser un movimiento rápido es justamente lo que parece. En realidad, las manos impulsan todo el cuerpo, y se sueltan del obstáculo antes de que pasen las piernas. Este movimiento es el más común y ejecutado por los que practican esta disciplina, con la que se realizan diferentes combinaciones.
- Plancha: Movimiento de transición que se realiza entre la posición de colgado, y la persona se impulsa verticalmente con los pies para hacer una entrada de pecho como lo realizan los gimnastas o los que practican barras apoyado en el obstáculo. Puede realizarse en una barra horizontal o un muro. A las mujeres les resulta más complicado por el hecho de tener pecho.
- Reverse / Reverso: Movimiento rápido para saltar un obstáculo que se presente de lado o en oblicuo, consistente en apoyar una o dos manos en él para efectuar un giro en el eje sagital por encima.
- Salto de Precisión / Presi: Aterrizaje en una superficie estrecha (Borde, andén muro, baranda). Puede ejecutarse como la técnica de un salto de longitud o un salto a dos pies desde una superficie a otra, o enlazado con otro movimiento como un gato. El movimiento resultante se llama gato-precisión, o gato-presi.

⁸⁵ BELL, David. Parkour. Francia: Septième choc editions, 2003. p. 26.

- Salto de brazo: Recepción en muro vertical, que puede ejecutarse desde un salto a dos pies, como el salto de precisión, o partiendo desde una carrera previa. Tras el agarre en el muro, puede continuarse con una plancha hacia arriba, o un descuelgue hacia abajo.
- Grimpear/pop: Efectuar un movimiento de trepa rápida en un muro de no más de 3 metros, generalmente con uno o dos apoyos solamente⁸⁶.

Por otra parte como lo afirma Herborn “es muy posible que en unos años el Parkour sea programable en la etapa secundaria, dentro del área de Educación Física, ya que aporta al alumnado una mejora considerable en su desarrollo motor, a la vez que es una actividad muy motivadora para todo el alumnado adolescente”⁸⁷. Según el autor da a entender como una educación pedagógica al relacionarse con el parkour automáticamente se vuelve un aprendizaje progresivo y continuo, debido a que en la parte metodológica se hablan de ciertos fundamentos que se ejecutan paso a paso hasta llegar al objetivo deseado que sería el entendimiento más completo de dicho conocimiento, lo cual en la estructura del parkour es exactamente igual.

Así mismo Bravinton sostiene “que el Parkour ofrece creatividad e independencia a los jóvenes, y también promueve las habilidades motrices y sociales, que incluye disciplina, control y amistad”⁸⁸. El autor da a entender con esta cita que las ventajas del parkour van desde el control coordinativo hasta el control mental que tenga el practicante, debido a que, la unión de estos dos factores potencializa la interacción motriz del practicante con el medio que lo rodea, generando así muchas ventajas en el momento en el cual se le presenten obstáculos y problemas al momento de realizar una acción motriz.

De igual forma, Gonzales manifiesta “que el Parkour tiene una ideología única, una dinámica de grupo con sus propias reglas y conductas, una estética relacionada a la manera de explorar el espacio de práctica”⁸⁹. El autor da a entender que el practicante de parkour tiene una forma diferente de ver y explorar el espacio urbano, ya que para él es su espacio de práctica en donde puede desenvolverse en este con sus propias reglas y conductas. Igualmente, Puddle afirma “que las recepciones de precisión y rotación en el Parkour son más seguras que la técnica tradicional de

⁸⁶ Ibid.p. 61

⁸⁷ HERBORN, M. Parkour: an escape route for the youth. ACHPER Active & Healthy Magazine. (en línea).2010 (consultada:30,marzo,2021). Disponible en dirección electrónica: <https://www.achper.org.au/products/special-editions/volume-23-issue-23-2016>

⁸⁸ GONZÁLEZ, R. Parkour, del origen a la actualidad desde una perspectiva de género.(En línea). Universidade da Coruña. 2013. (consultada: 30, marzo, 2021). Disponible en dirección electrónica: <https://ruc.udc.es/dspace/handle/2183/11514>

⁸⁹ DE CARVALHO, R. Percursos alternativos – o Parkour enquanto fenómeno (sub)cultural. (En línea). En: Revista digital: Portuguesa de Ciências do Desporto. 2008 (consultada: 30, marzo, 2021). Disponible en dirección electrónica: <https://www.researchgate.net/publication/37657559>

recepción en suelo, con un resultado de fuerzas verticales menores, con un tiempo de amortiguación menor”⁹⁰.

9.5 PLAN DE ACTIVIDADES Y PROCEDIMIENTOS

9.5.1 Proceso metodológico

Integra la parte metodológica del informe final con la parte práctica para ellos el ciclo del paso a paso que se realiza en la ejecución de las actividades planteadas en las diferentes etapas como lo sería el inicio con sus calentamientos, en la fase central con la realización y ejecución de la temática que se va a tratar, para poder mejorar y fortalecer diferentes dificultades motrices, y como último esta la fase final que sería el espacio para reflexionar relajar el cuerpo y de entrar en calma.

De la misma forma entender que las clases aplicadas son progresivas, pensando en la capacidad y en el tipo de población con la cual se trabaja, también importante resaltar el plan de área estipulado en la ley 115 donde se encuentran ya definidas las temáticas para estos grados y poblaciones, igualmente se tienen planeado un número de clases y de intervenciones pedagógicas planeadas con los planes de clase en los cuales se realiza una observación antes de aplicar las clases y se realiza el respectivo plan y también teniendo en cuenta las situaciones que presenten y de la misma forma teniendo en cuenta los espacios implementos y lugares donde se ejecuten las clases, debido a las situación sanitaria toda la realización y ejecución de las clases serían de manera virtual y haciendo aplicaciones de todos los implementos que cada estudiante tenga a la mano y de igual forma teniendo en cuenta su luz y el internet.

9.5.2 Proceso didáctico

En la fase inicial **“Activando el Cuerpo”**: los estudiantes comenzarán realizando la acción de preparando y cargando mi cuerpo para la carga del día en la cual se realizarán ejercicios y acciones que permitirán que el estudiante pueda adaptarse fácilmente a realizar una actividad física y ellos se sientan más ágiles y más fluidos al momento de realizar las actividades del desarrollo de la clase.

De la misma forma también comentar que en la realización de estos ejercicios se tienen 3 factores importantes, siendo el primero el ejercicio de acoplamiento que permiten lubricar las articulaciones del cuerpo, el otro factor serían los estiramientos para así evitar cualquier tipo de tirón muscular etc., y el tercer y último factor serían los movimientos fuertes de activación para cargar y tener el cuerpo listo para movimientos de exigencia física.

⁹⁰ PUDDLE, DL y MAULDER. Ground Reaction Forces and Loading Rates Associated with Parkour and Traditional Drop Landing Techniques. (En línea). En revista digital: Journal of Sports Science and Medicine 2013 (consultada: 30, marzo, 2021). Disponible en dirección electrónica: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3761764/>

En la fase central “**Aplicación Dinámica**”: fluiremos saltando como monos, debido que existen variedades de movimientos de parkour, aunque en esta propuesta se escogieron los principales que a medida de las actividades van a resultar por explorar múltiples de movimientos y esto hace que sea una práctica en que día a día se aprende algo nuevo. El parkour es una práctica física que ayuda, y de qué manera, a superar ciertos miedos y superar alguna que otra barrera mental. Esto favorece la motricidad del niño que descubre al romper esos prejuicios, nuevas posibilidades motrices de su cuerpo. Es muy importante crear una sana competencia para que los estudiantes y sus mismos compañeros se motiven y se exijan a realizar más movimientos, que se dejen llevar de su creatividad y explore todo lo que nos brinda esta práctica deportiva.

En la fase final de “**Distensión**” se descargan entran en relajación absoluta en la cual los estudiantes volverán a la calma de manera pasiva con actividades sosegadas que permitan meditar sus acciones, de la misma forma que retroalimenten la clase al finalizar, haciendo el conocido feed back en cual se habla de qué procesos o qué métodos se aplicarán para solucionar un problema presentado en la clase y de la misma forma, para que tanto, estudiantes maestros y estudiantes reflexionen de los aprendido y de lo que hace falta por aprender.


9.5.3 Planes de actividades



NOMBRE ESTUDIANTES –MAESTROS: JUAN DIEGO GARCÍA ROJAS, JHOAN SEBASTIÁN ARCE, RUBÉN DARÍO GUERRERO, BRAYAN URBANO ORDOÑEZ		
	NOMBRE DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA: I.E.M- CIUDAD DE PASTO	
	DIRECCIÓN INSTITUCIÓN EDUCATIVA: CARRERA 4 No 16-170 BARRIO POTRERILLO SEDE CENTRAL	TELÉFONO: (092)720 21 15
PREPARACIÓN PARA EL APRENDIZAJE		
<p>SALUDO: Se iniciará la clase con un buen día fuerte donde los estudiantes responderán con la mejor energía.</p> <p>DESCRIPCIÓN DEL TEMA A TRABAJAR EN LA SESIÓN: Villamarin afirma “que el equilibrio dinámico es “la capacidad del cuerpo de modificar de manera constante el centro de gravedad en movimiento o en desplazamiento”</p>	<p>PROYECTO DE ESCUCHA: SE HABLARÁ DEL RESPETO</p> <p>MATERIALES: palos de escoba, ladrillos, cuerda, cinta</p>	
CONTEXTUALIZACIÓN Y PLANTEAMIENTO DEL CONOCIMIENTO PREVIO		
UNIDAD DIDÁCTICA O NÚCLEO TEMÁTICO: HABILIDADES MOTRICES BÁSICAS	TIPO DE CLASE: PRACTICA	FECHA: HORA:
SUBTEMA O TEMÁTICA A DESARROLLAR: EQUILIBRIO ESTÁTICO	GRADO: 6-1	SESIÓN No. 1
COMPETENCIAS PARA LA SESIÓN DE CLASE		
COMPETENCIA MOTRIZ	COMPETENCIA AXIOLÓGICA	COMPETENCIA EXPRESIVA


DESARROLLO MOTOR: Controlo el movimiento en diversos espacios al desplazarme y manipular objetos	CUIDADO DE SÍ: Identifico mis fortalezas y debilidades en la actividad física, para lograr mis metas y conservar la salud	LENGUAJES CORPORALES: Comprendo diferentes técnicas de expresión corporal para la manifestación de mis emociones en situaciones de juego y actividad física.
---	--	---

ACTIVIDADES SELECCIONADAS PARA LA CLASE

FASE	TIEMPO	ACTIVIDADES	ESTILOS DE ENSEÑANZA	GRÁFICA
F.I 20	10	<p>Se iniciara la clase con un buenos días fuerte en donde los estudiantes responderán “buenos días con la mejor actitud.”</p> <p>De la misma manera se realizará un calentamiento en donde se aplicarán movimientos articulares empezando por los hombros, muñecas cadera rodillas y tobillos. Posterior a eso se realizara un trote suave en el cual se realizara ejercicios como elevación de rodillas y de talones.</p>	MANDO DIRECTO	
F.C 70	30	<p>En la primera actividad se ubicará una cinta en el suelo en donde los estudiantes tendrán que caminar por la cinta delgada sin salirse de la misma asi se mejorara su equilibrio dinámico, ya que estudiante</p>	MANDO DIRECTO MODIFICADO	

		<p>tendrá que concentrarse para y procurar no salirse del contorno y así desarrollar bien el ejercicio.</p> <p>Variantes:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Realizar saltos con un pie sin salirse de la cinta 2. Realizar saltos sobre la cinta con un pie pero esta vez con cualquiera de las dos manos intentara tocar el suelo sin apoyar el otro pie. <p>En la segunda actividad se ubicara en cualquier espacio de sus casas dos palos de escoba en los cuales los ubicaran el suelo de forma horizontal y separados con 20 cm de distancia en donde los estudiantes realizaran saltos de un lado a otro, en donde el estudiante tendrá que sostener su cuerpo sin tocar los palos manteniendo el equilibrio.</p> <p>Variantes:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Se realizará los saltos con un solo pie ya sea izquierdo o derecho. 	<p>ENSEÑANZA CREATIVA</p>	
--	--	--	----------------------------------	--

		<p>2. Se realizara los saltos con un solo pie sosteniendo 7 segundos en cada lado.</p> <p>3. Se realizarán los saltos con los pies juntos en punta de pie.</p> <p>En la tercera actividad con ayuda de una cuerda el estudiante realizara saltos con la cuerda, pero utilizando un solo pie ya sea el izquierdo o derecho en donde los estudiantes tendrán que concentrarse para procurar que no apoye el otro pie.</p> <p>Variantes:</p> <p>1. Se realizarán los saltos sosteniendo 5 segundos en cada pie.</p> <p>2. Se realizarán los saltos con pies juntos en punta de pie sosteniendo 5 segundos en cada salto</p> <p>En la cuarta actividad con ayuda de dos ladrillos los cuales estarán separados a una distancia de aproximadamente 15 cm, de tal manera que los estudiantes realizarán saltos para empezar con los pies juntos, pero</p>	<p>ENSEÑANZA RECÍPROCA</p>	 
--	--	---	-----------------------------------	--

		<p>solamente utilizando punta de pies. Al llegar a la superficie del ladrillo los estudiantes tendrán que mantener el equilibrio por un momento.</p> <p>Variantes:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Se realizará el mismo ejercicio, pero esta vez con un solo pie. 2. Se realizará el mismo ejercicio, pero esta vez tendrá que mantener el equilibrio por 5 segundos en cada pie. 	
F.F 10	10	Se realizará un estiramiento y también se dará una retroalimentación del tema realizado	

EVALUACIÓN DE LA SESIÓN DE CLASE

CRITERIOS DE DESEMPEÑO

CONCEPTUAL	PROCEDIMENTAL	ACTITUDINAL
Los estudiantes tienen claro el concepto de equilibrio y equilibrio dinámico	Los estudiantes ejecutan las actividades de la mejor manera posible.	Los estudiantes tienen un buen comportamiento y desarrollan las actividades con mucho respeto.

ACCIONES DE MEJORA PARA LA PRÓXIMA CLASE:

OBSERVACIONES:

FIRMA ESTUDIANTE- MAESTRO


FIRMA ASESOR -TUTOR

NOMBRE ESTUDIANTES –MAESTROS: JUAN DIEGO GARCÍA ROJAS, JHOAN SEBASTIÁN ARCE, RUBÉN DARÍO GUERRERO, BRAYAN URBANO ORDOÑEZ		
	NOMBRE DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA: I.E.M- CIUDAD DE PASTO	
	DIRECCIÓN INSTITUCIÓN EDUCATIVA CARRERA 4 No 16-170 BARRIO POTRERILLO SEDE CENTRAL	TELÉFONO: (092)720 21 15
PREPARACIÓN PARA EL APRENDIZAJE		
SALUDO: Se iniciará la clase con unos buenos días fuerte donde los estudiantes responderán con la mejor energía. DESCRIPCIÓN DEL TEMA A TRABAJAR EN LA SESIÓN Villamarin afirma “que el equilibrio dinámico es “la capacidad del cuerpo de modificar de manera constante el centro de gravedad en movimiento o en desplazamiento”	PROYECTO DE ESCUCHA: RESPETO MATERIALES: ESPACIO DE SU CASA	
CONTEXTUALIZACIÓN Y PLANTEAMIENTO DEL CONOCIMIENTO PREVIO		
UNIDAD DIDÁCTICA O NÚCLEO TEMÁTICO: HABILIDADES MOTRICES BÁSICAS	TIPO DE CLASE: PRACTICA	FECHA:
		HORA:
SUBTEMA O TEMÁTICA A DESARROLLAR: EQUILIBRIO DINÁMICO	GRADO: PRIMERO 1	SESIÓN No. 2
COMPETENCIAS PARA LA SESIÓN DE CLASE		
COMPETENCIA MOTRIZ	COMPETENCIA AXIOLÓGICA	COMPETENCIA EXPRESIVA

DESARROLLO MOTOR: Controlo el movimiento en diversos espacios al desplazarme y manipular objetos	CUIDADO DE SÍ: Identifico mis fortalezas y debilidades en la actividad física, para lograr mis metas y conservar la salud	LENGUAJES CORPORALES: Comprendo diferentes técnicas de expresión corporal para la manifestación de mis emociones en situaciones de juego y actividad física.
---	--	---

ACTIVIDADES SELECCIONADAS PARA LA CLASE

FASE	TIEMPO	ACTIVIDADES	ESTILOS DE ENSEÑANZA	GRÁFICA
F.I 20	 15	Se iniciara la clase con un buenos días fuerte en donde los estudiantes responderán “buenos días con la mejor actitud. De la misma manera se realizará un calentamiento en donde se aplicarán movimientos articulares empezando por los hombros, muñecas cadera rodillas y tobillos. Posterior a eso se realizara un trote suave en el cual se realizara ejercicios como elevación de rodillas y de talones.	MANDO DIRECTO MANDO DIRECTO MODIFICADO	
F.C 70	 35	<ul style="list-style-type: none"> En la primera actividad se realizará equilibrio en un movimiento de el parkour que se llama gato en donde el estudiante tendrá 	ENSEÑANZA CREATIVA	

	<p>que ubicarse en el suelo y trazar una línea imaginaria o con ayuda de una cinta, en donde los estudiantes tendrán que caminar en esa posición sin salirse de la línea y siempre manteniendo el equilibrio para que el cuerpo no se vaya para los lados.</p> <p>Variantes:</p> <ol style="list-style-type: none">1. en la posición dada anteriormente los estudiantes tendrán que levantar cualquiera de los dos brazos y mantener el equilibrio en esa posición2. en esa posición los estudiantes tendrán que elevar el brazo izquierdo y la pierna derecha en donde tendrá que mantener el equilibrio por un momento. <ul style="list-style-type: none">• En la segunda actividad con ayuda de una superficie no tan alta como una grada los estudiantes tendrán que	<p>ENSEÑANZA CREATIVA</p>	 <p>The illustration shows a person from the side, in a starting crouch position for a race. They are leaning forward with their buttocks resting on their heels, arms extended straight down to the ground, and feet positioned close together. Two horizontal arrows point to the right, one under the front foot and one under the back foot, indicating the direction of movement.</p>
		<p>ENSEÑANZA RECIPROCA</p>	

realizar un salto denominado en el parkour como salto de precisión o presi, en el cual tendrán que saltar desde el suelo hacia el filo de la grada con puntas de pie para equilibrar el cuerpo y que no se vaya para atrás ni para adelante.

Variantes:


- 1. realizar los saltos con el pie derecho
- 2. realizar los saltos con pie izquierdo
- 3. se irá aumentando la altura según el avance de los estudiantes.

- En la tercera actividad en un filo o borde que se le faciliten en su casa como los filos o bordes de las camas o los muebles en donde van a intentar caminar sobre los bordes sin caerse manteniendo el equilibrio.

Variantes:

- 1. intentar sostenerse en el



		borde por 5 segundos 2. caminar hacia atrás por el borde de los bordes de la cama o de los muebles.	
F.F 10	15	Se realizará un estiramiento y también se dará una retroalimentación del tema realizado y se pondrá en práctica el proyecto de escucha.	

EVALUACIÓN DE LA SESIÓN DE CLASE

CRITERIOS DE DESEMPEÑO

CONCEPTUAL	PROCEDIMENTAL	ACTITUDINAL
Los estudiantes tienen claro el concepto de equilibrio y equilibrio dinámico	Los estudiantes ejecutan las actividades de la mejor manera posible.	Los estudiantes tienen un buen comportamiento y desarrollan las actividades con mucho respeto.


ACCIONES DE MEJORA PARA LA PRÓXIMA CLASE:

OBSERVACIONES:


FIRMA ESTUDIANTE- MAESTRO



FIRMA ASESOR -TUTOR


NOMBRE ESTUDIANTES –MAESTROS: JHOAN ARCE BUCHELLI, JUAN DIEGO GARCÍA, RUBÉN DARÍO GUERRERO, BRAYAN ESTEBAN URBANO.


	NOMBRE DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA: I.E.M- CIUDAD DE PASTO	
	DIRECCIÓN INSTITUCIÓN EDUCATIVA Ci 17 3 E-45 Pasto - Nariño	TELÉFONO: (+57) 2 7307202

PREPARACIÓN PARA EL APRENDIZAJE		
<p>SALUDO DE BIENVENIDA: Se dará inicio a la actividad primeramente incentivando a los participantes para que participen con ánimo y energía en la siguiente canción: "Buenos días amiguitos como están".</p> <p>DESCRIPCIÓN DEL TEMA A TRABAJAR EN LA SESIÓN: El tema seleccionado para esta actividad es el equilibrio estático, Según García y Fernández (2002): el equilibrio corporal consiste en las modificaciones tónicas que los músculos y articulaciones elaboran a fin de garantizar la relación estable entre el eje corporal y eje de gravedad.</p>	<p>PROYECTO DE ESCUCHA: Los participantes y el estudiante maestro deberán ser respetuosos durante la actividad, asimismo ser responsables, tener actitud y ser participativos.</p> <p>MATERIALES: el espacio de la casa</p>	
CONTEXTUALIZACIÓN Y PLANTEAMIENTO DEL CONOCIMIENTO PREVIO		
<p>UNIDAD DIDÁCTICA O NÚCLEO TEMÁTICO: Habilidades motrices básicas</p>	<p>TIPO DE CLASE: Teórica-Practica</p>	<p>FECHA:</p> <hr/> <p>HORA:</p>
<p>SUBTEMA O TEMÁTICA A DESARROLLAR: Equilibrio estático.</p>	<p>GRADO: Sexto</p>	<p>SESIÓN No. 3</p>
COMPETENCIAS PARA LA SESIÓN DE CLASE		
COMPETENCIA MOTRIZ	COMPETENCIA AXIOLÓGICA	COMPETENCIA EXPRESIVA
<p>DESARROLLO MOTOR: Relaciono las variaciones del crecimiento de mi cuerpo con la</p>	<p>CUIDADO DE SÍ: Comprendo que la práctica física se refleja en mi calidad de vida.</p>	<p>LENGUAJES CORPORALES: Comprendo diferentes técnicas de expresión corporal para la manifestación de mis emociones en situaciones de juego y actividad física.</p>

realización de movimientos.			
ACTIVIDADES SELECCIONADAS PARA LA CLASE			
FASE	TIEMPO	ACTIVIDADES	ESTILOS DE ENSEÑANZA
F.I	20	<p>Como primer paso procedemos hacer el calentamiento que consiste en realizar una serie de estiramientos. Rotación de tobillos: con el pie en punta, levantado en el aire o apoyado en el suelo, se rota la articulación hacia la izquierda y hacia la derecha. Lo ideal es hacer este desplazamiento 30 segundos para cada lado. Movimiento de rodillas: con los pies y las rodillas juntas y un poco flexionadas, se hará un movimiento de adelante atrás. Para que sea más cómodo se pueden apoyar las manos en los muslos o en las rodillas. Círculos con la cadera: Con las manos en la cintura, rotamos la cadera a un lado y a otro. Basta con 30 segundos en cada dirección. Elevación de brazos: se trata de levantar el brazo todo lo que se pueda mientras se baja el otro. Afirmación y negación: para calentar los músculos del cuello, nada mejor</p>	<p>MANDO DIRECTO</p>
		<p>GRÁFICA</p>  <p>El diagrama muestra tres filas de ejercicios de calentamiento. La primera fila, etiquetada como 'TRONCO', muestra cuatro ilustraciones de un hombre realizando movimientos de rotación del tronco hacia la izquierda y hacia la derecha. La segunda fila, etiquetada como 'CUELLO', muestra cuatro ilustraciones de un hombre realizando movimientos de rotación del cuello hacia la izquierda y hacia la derecha. La tercera fila, etiquetada como 'EXTREMIDAD INFERIOR', muestra cuatro ilustraciones de un hombre realizando movimientos de elevación y descenso de los brazos, así como movimientos de flexión y extensión de las rodillas.</p>	

		que decir que sí y que no. Con suavidad, se hará el gesto de la negación y la afirmación. Primero uno y luego el otro, o viceversa.	
F.C	30	<p>Como primer ejercicio se perpetrara una sentadilla en posición inestable la cual radica en estar en una posición erguida con ambos pies sobre una almohada o cojín, nos agacharemos hasta el suelo y recogeremos un objeto colocado delante nuestro, para a continuación volver a extendernos y acabar en la posición inicial. Si agacharse hasta el suelo fuera de gran dificultad, podremos poner el objeto sobre una caja de zapatos o un libro, para que no quede tan abajo.</p> <p>Variante: mismo ejercicio, solo que esta vez añadiremos la posición vela cuando sea necesaria, este ejercicio consiste en tener el cuerpo extendido y apoyando las manos en cada cadera y así poder formar una vela.</p> <p>Como segundo paso daremos marcha a los siguientes juegos, para un mejor desempeño en cuanto al equilibrio estático, inicialmente se efectuara el juego de</p>	 

		<p>la estatua, consiste en que los alumnos deben avanzar en un pie por todo el espacio al ritmo de los aplausos. En el instante en que las palmas dejen de sonar, los niños permanecen inmóviles, como una estatua, adoptando la postura que tenían justo antes de parar de sonar las palmas y si se cae pierde.</p> <p>Variante: se ejecutara algo similar a la anterior actividad, solo que esta vez aumentara el grado de dificultad puesto que deberán mantener un objeto en la cabeza sin moverse y solo habrá movimiento cuando haya un aplauso.</p> <p>Como tercer juego realizaremos el flamenco: Este juego radica en que el niño se coloca de pie con los pies juntos. A la señal del ordenador, el niño flexionará la pierna para poder ser agarrada por la mano del mismo lado del cuerpo del niño. Primero lo haremos con una pierna y luego con la otra.</p> <p>Variantes: El niño se coloca en posición erguida, con un pie en el suelo y el otro apoyado sobre una</p>		
--	--	--	--	---

		<p>tabla de 4 cm de ancho, a la señal del ordenador, el niño pasará el peso del cuerpo a la pierna elevada sobre la tabla, flexionando la pierna libre hasta poder ser agarrada por la mano del mismo lado del cuerpo del niño. Hacerlo con los ojos cerrados.</p>		
F.F 10	10	<p>Para finalizar realizaremos una actividad de estiramiento la cual se ejecutara de la siguiente manera, apoyar el cuerpo en una pared o una barra y realizar un movimiento ondulatorio, del siguiente modo, flexión de las rodillas, la cadera hacia adelante, los hombros y la cabeza hacia atrás, las rodillas y el cuello extendidos y acompañamos con un movimiento circular de brazos.</p>		
EVALUACIÓN DE LA SESIÓN DE CLASE				
CRITERIOS DE DESEMPEÑO				
CONCEPTUAL	PROCEDIMENTAL	ACTITUDINAL		
Que el niño tenga claro cuál es la definición de equilibrio estático.	Que el niño tenga claro cuál es la correcta ejecución de los ejercicios.	Como el niño reacciona a dichos ejercicios que se vienen realizando.		

ACCIONES DE MEJORA PARA LA PRÓXIMA CLASE:	
OBSERVACIONES:	
FIRMA ESTUDIANTE- MAESTRO	FIRMA ASESOR -TUTOR

NOMBRE ESTUDIANTES –MAESTROS: Jhoan Sebastián Arce Buchelli, Juan Diego García, Rubén Darío Guerrero, Brayan Esteban Urbano.



NOMBRE DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA: I.E.M- CIUDAD DE PASTO

DIRECCIÓN INSTITUCIÓN EDUCATIVA

TELEFONO:

(+57) 2 7307202

CI 17 3 E-45
Pasto - Nariño

PREPARACIÓN PARA EL APRENDIZAJE

SALUDO DE BIENVENIDA:
Se dará inicio a la actividad primeramente incentivando a los participantes para que participen con ánimo y energía en la siguiente canción:
“Buenos días amiguitos como están”.



PROYECTO DE ESCUCHA: Los participantes y el estudiante maestro deberán ser respetuosos durante la actividad, asimismo ser responsables, tener actitud y ser participativos.

MATERIALES: Bancos, ladrillos y cubetas.

DESCRIPCIÓN DEL TEMA A TRABAJAR EN LA SESIÓN: El tema seleccionado para esta actividad es el equilibrio estático, según Álvarez del Villar (1987), el equilibrio es la habilidad de mantener el cuerpo en la posición erguida gracias a los movimientos compensatorios que implican la motricidad global y la motricidad fina, que es cuando el individuo está quieto (equilibrio estático) o desplazándose (equilibrio dinámico).



CONTEXTUALIZACIÓN Y PLANTEAMIENTO DEL CONOCIMIENTO PREVIO

UNIDAD DIDÁCTICA O NÚCLEO TEMÁTICO: Habilidades motrices básicas		TIPO DE CLASE: Teórica-Practica	FECHA:	
SUBTEMA O TEMÁTICA A DESARROLLAR: Equilibrio estatico.		GRADO: Sexto	HORA:	
COMPETENCIAS PARA LA SESIÓN DE CLASE				
COMPETENCIA MOTRIZ	COMPETENCIA AXIOLÓGICA	COMPETENCIA EXPRESIVA		
DESARROLLO MOTOR: Relaciono las variaciones del crecimiento de mi cuerpo con la realización de movimientos.	CUIDADO DE SÍ: Comprendo que la práctica física se refleja en mi calidad de vida.	LENGUAJES CORPORALES: Comprendo diferentes técnicas de expresión corporal para la manifestación de mis emociones en situaciones de juego y actividad física.		
ACTIVIDADES SELECCIONADAS PARA LA CLASE				
FASE	TIEMPO	ACTIVIDADES	ESTILOS DE ENSEÑANZA	GRÁFICA
F.I	20 minutos	Inicialmente se realizara una serie de calentamientos como la rotación de nuestra cabeza de izquierda a derecha con una serie de 6 repeticiones, luego pasamos a nuestros hombros empezamos con el hombro derecho y giramos de izquierda a derecha y luego de la	Mando directo	

		<p>misma manera con hombro izquierdo con una serie de 6 repeticiones, luego pasamos a nuestra cintura y haremos círculos en nuestro puesto solo con nuestra cintura, luego hacemos lo mismo con nuestras rodilla y nuestros pies y terminamos con un trote de 5 minutos por todo el espacio en el cual se está trabajando.</p>	<p>MANDO DIRECTO</p>	
		<p>Primeramente se iniciara con unos ejercicios de equilibrio estático, que se realizaran en superficies reducidas de apoyo, de difícil control. Como primer ejercicio iniciaremos con colocarse de pies, con las piernas separadas a la anchura de los hombros. Después se elevan los talones, es importante que los talones no se junten y que se separen bien del suelo, también se puede realizar este ejercicio subiendo los brazos al mismo tiempo que los talones. Para incrementar la dificultad del ejercicio, mantener arriba. Y sí quieres aumentar aún más la intensidad, prueba a realizar sentadillas con los talones arriba.</p>		

F.C	<p>1 hora y 30 minutos</p>	<p>Variación: cambiar de posiciones sin perder el equilibrio.</p> <p>Una vez terminado el primer ejercicio daremos paso al siguiente ejercicio, el cual consiste en realizar desplazamientos sobre superficies reducidas se recomienda la utilización de bancos, ladrillos y cuerdas, se trabajara primero con los bancos encima de ellos realizando unos pequeños saltos y cayendo en un solo pie y se realizaran diferentes movimientos encima del banco. Con los ladrillos se realizarán algo similar en cuanto a movimientos ya sean equilibrio de pies, piernas o brazos, solo que esta vez implicará un aumento de dificultad, ya que son más inestables que los otros materiales. Luego pasamos a utilizar la cuerda y realizar pequeños saltos en el mismo puesto con pierna izquierda y con movimientos similares a los del ballet.</p> <p>Variación: ubicar el cuerpo frente al banco y colocar las dos manos como apoyo en el banco, saltar y elevar las dos piernas para llegar a posición de cuclillas.</p>		 <p>The image shows a person in a red shirt and black pants performing a balance exercise. They are standing on a small wooden block with their hands resting on a larger wooden bench or table in front of them. The person is leaning forward, demonstrating a balance challenge. The setting appears to be an outdoor or semi-outdoor area with a bicycle and some potted plants visible in the background.</p>
-----	-----------------------------------	--	--	---

		<p>Finalmente se efectuara el siguiente ejercicio el cual consiste en utilizar dos cubetas que ya no sirvan y convertirlas en zancos y poder ejecutar un buen equilibrio, por ejemplo, un circuito. El primero de cada fila realiza el recorrido con los zancos y al llegar se los entrega al siguiente, a modo de testigo.</p> <p>Variante: realizar un sic sac en forma lateral con las cubetas de zancos, en una línea enmarcada en el patio de tu casa.</p>		
--	--	---	--	--

				
Fase Final	10	<p>Luego de terminar nuestra serie de ejercicios procederemos a llevar a cabo una serie de ejercicios de relajación, lo cual consiste en una buena respiración que consiste en inhalar y exhalar el aire, luego haremos una serie de movimientos los cuales nos permitirán relajar nuestros músculos y articulaciones, luego pasamos a ejecutar una serie de ejercicios que consisten en mover nuestra cadera de izquierda y luego por derecha, mover nuestros brazos en forma de círculo y nuestras piernas de igual manera y terminaremos inhalando y exhalando aire para mantener una buena aceleración cardiaca al terminar nuestros ejercicios.</p>		

EVALUACIÓN DE LA SESIÓN DE CLASE		
CRITERIOS DE DESEMPEÑO		
CONCEPTUAL	PROCEDIMENTAL	ACTITUDINAL
Que el niño tenga claro en que consiste el equilibrio estático y como ayudaría en el parkour	Que el niño ejecute la forma correcta de realizar los ejercicios de equilibrio estático.	Como el niño se comporta y en qué actividades participa de manera voluntaria.
ACCIONES DE MEJORA PARA LA PRÓXIMA CLASE:		

OBSERVACIONES:

FIRMA ESTUDIANTE- MAESTRO

FIRMA ASESOR -TUTOR

NOMBRE ESTUDIANTES –MAESTROS: Jhoan Sebastián Arce Buchelli, Juan Diego García, Rubén Darío Guerrero, Brayan Esteban Urbano.



NOMBRE DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA:
INSTITUCION EDUCTIVA CIUDAD DE PASTO

DIRECCIÓN INSTITUCIÓN EDUCATIVA:
CARRERA 4 N°
16 – 170
BARRIO
POTRERILLO

TELEFONO: 7202115

PREPARACIÓN PARA EL APRENDIZAJE

SALUDO: RONDA INFANTIL

PROYECTO DE ESCUCHA: RESPETO

DESCRIPCIÓN DEL TEMA A TRABAJAR EN LA SESIÓN: “Los saltos implican un despegue de la superficie con o sin carrera previa y, de esta manera, la existencia de una fase aérea o de suspensión más o menos duradera y en la que normalmente se consigue el objetivo del salto y, finalmente, una caída o retorno a la superficie.” (díaz, 1999, pág. 133)

MATERIALES: CONOS, PLATILOS, BASTONES

CONTEXTUALIZACIÓN Y PLANTEAMIENTO DEL CONOCIMIENTO PREVIO

UNIDAD DIDÁCTICA O NÚCLEO TEMÁTICO:
SALTO

TIPO DE CLASE:
PRACTICA



FECHA:



HORA: 10:30AM a 12:30 PM


SUBTEMA O TEMÁTICA A DESARROLLAR:
HORIZONTAL


GRADO:

SESIÓN No.
5

			PRIMERO 6-1		
COMPETENCIAS PARA LA SESIÓN DE CLASE					
COMPETENCIA MOTRIZ		COMPETENCIA AXIOLÓGICA		COMPETENCIA EXPRESIVA	
Desarrollo motor: exploro posibilidades de movimiento en mi cuerpo a nivel global y segmentario.		Cuidado de sí: aplico las recomendaciones sobre higiene corporal antes, durante y después de la actividad física.		Lenguajes corporales: para comunicar mis emociones (tristeza, alegría, ira, entre otras (en situaciones de juego y actividad física).	
ACTIVIDADES SELECCIONADAS PARA LA CLASE					
FASE	TIEMPO	ACTIVIDADES	ESTILOS DE ENSEÑANZA	GRÁFICA	
F.I	30	<p>actividad 1: en tríos o cuartetos, y con un objeto de referencia en el centro. uno de los alumnos se desplaza hacia delante o hacia atrás y el resto debe situarse a la misma distancia del centro que lo ha hecho su compañero y cuando el docente de la orden de tocar el objeto que se encuentra en el centro deben ellos tocarlo el último pagara penitencia.</p> <p>juego2: los estudiantes deberán correr y meterse en los aros que indica el</p>	<p>MANDO DIRECTO</p> <p>ENSEÑANZA RECIPROCA</p>	 	

		<p>profesor antes que el resto de compañeros, el estudiante que va quedando sin aro va saliendo.</p> <p>juego3: desplazarse por el terreno de juego como los cangrejos sin chocar y a la velocidad que indica el profesor.</p>	MANDO DIRECTO	
F.C	60	<p>Actividad 1: se realizará un circuito donde os estudiantes deberán saltar unos obstáculos donde en frente suyo estará ubicados tres cajones con diferente altura pequeño, mediano y grande ellos deberán iniciar con los pies abiertos a la altura de los hombros y dar un salto y deberán subirse arriba del cajón, más adelante hay tres bastones ubicados en el suelo donde deben saltarlos con los pies juntos y para finalizar hay unos platos en zigzag con distancia deben saltar cono a cono.</p> <p>variante: lo realizaran el mismo circulo, pero ahora ellos deben hacerlo en un tiempo</p>	MANDO DIRECTO	 

	<p>determinado que el docente dirá.</p> <p>actividad 2: se realizará unos ejercicios donde se ubicará conos con bastones donde se ubican 6 conos y 6 bastones “valla altura” los estudiantes deben saltarlos con buen impulso con los dos pies horizontalmente y deben regresar de la misma manera.</p> <p>variante: esta vez lo ejecutaran ellos deben salir de un punto de salida en velocidad y cuando lleguen al punto del ejercicio deben realizar los saltos.</p> <p>actividad 3: en esta actividad será divertida donde los estudiantes deberán correr por toda la cancha y cuando el profesor de una palmada ellos deberán dar un salto hacia adelante, cuando de dos palmadas ellos deberán dar dos saltos y cuando de tres palmadas ellos deberán saltar hacia los lados, siempre ellos deben coger un buen impulso para lograr dar un salto largo y lo</p>	<p>ENSEÑNZA RECIPROCA</p>	
--	--	---------------------------	---


		<p>ejecuten con buena postura.</p> <p>variante: ahora ellos deben realizar lo mismo pero esta vez lo harán salta y haciendo una figura cuando hagan el despegue.</p>	
F.F	30	<p>para finalizar la clase realizaremos una actividad de vuelta a la calma, consiste al ponchado donde el estudiante que sea ponchado va saliendo hasta que quede uno solo.</p> <p>haremos un estiramiento y por último hablaremos sobre el proyecto de escucha, también se hablará sobre la clase realizada.</p>	
EVALUACIÓN DE LA SESIÓN DE CLASE			
CRITERIOS DE DESEMPEÑO			
CONCEPTUAL	PROCEDIMENTAL	ACTITUDINAL	
que el niño tenga claro en que consiste los saltos horizontales.	que el niño ejecute la forma correcta como realizar un salto horizontal.	como el niño se comporta con sus compañeros y la participación en cada una de las actividades.	

ACCIONES DE MEJORA PARA LA PRÓXIMA CLASE


OBSERVACIONES:

**FIRMA ESTUDIANTE- MAESTRO
ASESOR -TUTOR**

FIRMA

NOMBRE ESTUDIANTES –MAESTROS:		
	NOMBRE DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA: INSTITUCION EDUCATIVA CIUDAD DE PASTO	
	DIRECCIÓN INSTITUCIÓN EDUCATIVA: CARRERA 4 N° 16 – 170 BARRIO POTRERILLO	TELEFONO: 7202115
PREPARACIÓN PARA EL APRENDIZAJE		
SALUDO: CANTAREMOS BUENOS DIAS AMIGUITOS COMO ESTAN DESCRIPCIÓN DEL TEMA A TRABAJAR EN LA SESIÓN: según Williams (1983) y Haywood (1993): estos autores distinguen dos tipos de salto: o salto horizontal: es aquel en el que nos impulsamos hacia arriba, pretendiendo llegar a una altura determinada, y cayendo en el mismo punto del que partimos.	PROYECTO DE ESCUCHA: PUNTUALIDAD MATERIALES: CONOS, AROS, BASTONES	
CONTEXTUALIZACIÓN Y PLANTEAMIENTO DEL CONOCIMIENTO PREVIO		
UNIDAD DIDÁCTICA O NÚCLEO TEMÁTICO: Habilidades motrices básicas	TIPO DE CLASE: PRACTICA	FECHA:
		HORA: 10:30AM a 12:30 PM
SUBTEMA O TEMÁTICA A DESARROLLAR: Salto horizontal	GRADO: PRIMERO 6-1	SESIÓN No. 6

<p>F.C</p>	<p>60</p>	<p>Actividad 1: vamos a realizar un ejercicio el cual los estudiantes encontraran unos 5 aros con una distancia de un metro y ellos deben saltarlos y caer dentro del aro, para ello los estudiantes deben situar de pie, con las piernas abiertas a la altura de los hombros, con una flexión de rodillas que les permita coger impulso para así caer dentro del aro.</p> <p>Variante: esta vez ellos lo realizan pero va ver unos obstáculos el cual ellos deberán esquivarlos y así lograr saltar al aro.</p> <p>Actividad 2: se realizara un ejercicio el cual los estudiantes deben dar salto con solo pie de ida con pie derecho y de vuelta con pie izquierdo con cada pie deben dar 6 saltos, deben coger impulso ayudándose de los brazos y saltar hacia delante para caer y volverlo a hacer 6 veces.</p> <p>Variante: se ejecuta la misma activad, pero esta vez abra unas marcas donde ellos deben caer.</p> <p>Actividad 3: se realizará un ejercicio e cual todos los estudiantes deben ir corriendo cuando ellos encuentren en su camino objetos como bastones, aros, conos ellos deberán saltarlos cogiendo un buen impulso.</p>	<p>ENSEÑANZA RECIPROCA</p>	  
------------	-----------	---	----------------------------	---

		Variante: se ejecuta la misma actividad, pero esta vez ellos deberán dar el salto y así mismo dar un giro hacia delante y ponerse de pie lo más rápido para dar los siguientes saltos.		
F.F	30	Para finalizar la clase realizaremos un activad de vuelta a la calma, consiste al ponchado donde el estudiante que sea ponchado va saliendo hasta que quede uno solo. Haremos un estiramiento y por último hablaremos sobre el proyecto de escucha, también se hablara sobre la clase realizada.		
EVALUACIÓN DE LA SESIÓN DE CLASE				
CRITERIOS DE DESEMPEÑO				
CONCEPTUAL	PROCEDIMENTAL	ACTITUDINAL		
QUE EL NIÑO TENGA CLARO COMO EJECUTAR UN BEUN SALTO.	QUE EL NIÑO EJECUTE LA FORMA CORRECTA DE SALTAR.	COMO EL NIÑO SE COMPORTA COSN SUS COAMÑEROS Y LA PARTICIPACIÓN EN CADA UNA DE LAS ACTIVIDADES.		
ACCIONES DE MEJORA PARA LA PRÓXIMA CLASE:				

OBSERVACIONES:

FIRMA ESTUDIANTE- MAESTRO

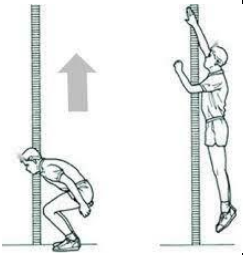
FIRMA ASESOR -TUTOR

NOMBRE ESTUDIANTES –MAESTROS:		
	NOMBRE DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA: IEMCP	
	DIRECCIÓN INSTITUCIÓN EDUCATIVA MUNICIPAL CIUDAD DE PASTO SEDE CENTRAL	TELEFONO: 7304043
PREPARACIÓN PARA EL APRENDIZAJE		
SALUDO: ROMPE HIELO DESCRIPCIÓN DEL TEMA A TRABAJAR EN LA SESIÓN: Se define como un paso en el cual en un determinado momento ninguna de las extremidades motrices se encuentra en contacto con el suelo Diccionario de la Real Academia Española	PROYECTO DE ESCUCHA: RESPETO, DICIPLINA MATERIALES: HOJAS DE PAPEL, COLORES, LAPICERO PRENDAS DE VESTIR, SOGAS, BASTON, PITO Y SILLAS.	
CONTEXTUALIZACIÓN Y PLANTEAMIENTO DEL CONOCIMIENTO PREVIO		
UNIDAD DIDÁCTICA O NÚCLEO TEMÁTICO: CONDUCTAS MOTORAS DE BASE	TIPO DE CLASE: PRACTICA	FECHA: HORA: 7:00- 9:30
SUBTEMA O TEMÁTICA A DESARROLLAR: SALTO VERTICAL	GRADO: SEXTO- 1	SESIÓN No. 7
COMPETENCIAS PARA LA SESIÓN DE CLASE		
COMPETENCIA MOTRIZ	COMPETENCIA AXIOLÓGICA	COMPETENCIA EXPRESIVA


DESARROLLO MOTOR: Controlo el movimiento en diversos espacios al desplazarme y manipular objetos	CUIDADO DE SÍ: Identifico mis fortalezas y debilidades en la actividad física para lograr mis metas y conservar la salud.	LENGUAJES CORPORALES: Comprendo diferentes técnicas de expresión corporal para la manifestación en situaciones de juego y actividad física.
---	--	--

ACTIVIDADES SELECCIONADAS PARA LA CLASE

FASE	TIEMPO	ACTIVIDADES	ESTILOS DE ENSEÑANZA	GRÁFICA
F.I 20	10	Lo primero a realizar sería saludar a los profes y estudiantes dando la bienvenida a la clase y dando la explicación de los materiales que se utilizaran en la y la respectiva temática que se abordara, procedente de eso se hará la solicitud de que enciendan sus cámaras y silencien sus micrófonos, se realizara un calentamiento dirigido por uno de nuestros estudiantes maestros que activara su cámara y su micrófono y los otros 3 profes solo activaran su cámara para	Mando directo MANDO DIRECTO MODICADO	

		servir de guía a los estudiantes en lo cual se realizara un trote con movimientos articulares de pies a cabeza para después proceder a realizar saltos a pie junto a un pie y después cuadrupedia para activar el cuerpo para la la temática de salto que se va a trabaja.	
F.C 70	30	Como primera actividad de la fase central haremos uso de unos materiales que en este caso serían una dos sillas que se colocarían como bases el bastón y este se colocara de lado a lado así dándole una altura por la cual los estudiantes deberán pasar por encima de este bastón realizando un salto de manera vertical sobrepasando el basto ya sea pie junto o y con corrida y el impulso con un pie con el sonido del pito (variantes hacerlo de por	

		<p>sus lados, con un solo pie y girando.) Como segunda actividad haremos uso de una hoja de papel la vamos a pegar en cualquier pared de nuestra casa y a esta hoja le haremos de abajo hacia arriba una secuencia de colores rojo amarillo azul y verde el verde estará más alto que los demás colores pintado en la hoja y ellos con la mano derecha y luego con la izquierda teniendo un lapicero en sus manos saltaran y harán un punto cerca de estos colores y demostrando así su capacidad de salto vertical. (Cambio de mano, en un solo pie.) Como ultima tercera y última actividad construiremos un circuito haciendo uso de sillas bastones con tal de realizar una pista de salto amarrando unas</p>		
--	--	---	--	--

		prendas de vestir a las sillas y sobrepasarlas por encima realizando la aplicación de salto vertical a pie junto y a un solo pie.(variantes en un pie de espaldas, girando).		
F.F 10	10	Como fase final realizaremos unos ejercicios de vuelta a la calma con ciclos de respiración para relajar el cuerpo de igual manera se realizar unos estiramientos que van de pies a cabeza de manera progresiva y tranquilizante, y finalmente la pequeña reflexión de cómo les pareció la clase a los estudiantes.		
EVALUACIÓN DE LA SESIÓN DE CLASE				
CRITERIOS DE DESEMPEÑO				
CONCEPTUAL	PROCEDIMENTAL	ACTITUDINAL		

Que el niño tenga claro en que consiste el saltar, su técnica y su ejecución táctica del movimiento.	Que el niño ejecute la forma adecuada y correcta del saltar y como ejecutarlo en una acción y actividad.	Como el niño se comporta con sus compañeros y la participación en cada una de las actividades.
<p>ACCIONES DE MEJORA PARA LA PRÓXIMA CLASE: La próxima clase se trabajara nuevamente este tema debido a que se necesita reforzar esta acción salto vertical</p>		

Observaciones:

**FIRMA ESTUDIANTE- MAESTRO
 ASESOR –TUTOR**

FIRMA

9.5.4 EVALUACIÓN

Abordando la evaluación del informe final de investigación se tiene en cuenta los métodos y estrategias que se hicieron con los estudiantes, las cuales fueron permanentes, identificando ciertas dificultades en aspectos claves de motricidad. Permitiendo proponer acciones que inviten a cambiar y aprender algo nuevo, que deben de variarse desde los aspectos técnicos de la materia y los propios de motivación como es el caso de los juegos rompe hielo, los cuales se consideran relevantes para avanzar en el desempeño del grupo de estudio. Dentro de este campo evaluativo se procedió según la siguiente tipología:

Evaluación conceptual: aquí se aplicó la evaluación acorde a conceptos que se hayan explicado con relación a las actividades derivadas del parkour de tal forma que los estudiantes den a conocer su aprendizaje logrado en cada una de las clases.

Evaluación procedimental: en este punto se realizó la evaluación de acuerdo a sus patrones de movimientos en relación de los movimientos derivados del parkour evaluando así la aplicación de las técnicas y evolución motriz en los diferentes segmentos, acorde a las actividades planeadas.

Evaluación actitudinal: en este punto se llevó a cabo la evaluación de los comportamientos y valores de cada estudiante inmerso en las actividades estipuladas, las cuales deben elevarse al conjunto de los valores éticos como el respeto, responsabilidad, presentación personal y puntualidad.

9.5.5 RECURSOS

Para la ejecución de la investigación se tuvo en cuenta varios recursos, iniciando por el más valioso considerado como el Talento Humano, que se integra en la participación de los estudiantes en las diferentes actividades propuestas por el investigador. Esto implicó mantener un total control desde los estudiantes maestros quienes por medio de los conocimientos adquiridos durante la carrera lograron desarrollar la investigación que dé respuesta al mejoramiento de la coordinación dinámica general a través de las actividades derivadas del parkour.

Otro recurso primordial hoy en día, haciendo énfasis en la situación sanitaria que se está presentando en la actualidad, derivada de la Pandemia Covid -19 es la tecnología, lo cual generó cambios en el modo de interacción con el grupo de estudio, obligando a realizar las acciones de manera virtual a través de las diferentes plataformas de comunicación, aplicando material didáctico propio del modo de acercamiento con el grupo de estudio y que tengan a disposición en sus hogares.

10 ANALISIS E INTERPRETACION DE RESULTADOS

El presente trabajo, debido a que por circunstancias relacionadas con temas sanitarios y de confinamiento que se tuvo a raíz de la pandemia por Covid -19, no se pudo realizar de manera directa las intervención de tipo exploratorio con los estudiantes del grado 6-1 de la Institución Educativa Municipal Ciudad de Pasto, lo que impidió el desarrollo del trabajo de campo con los estudiantes objetos de estudio, por tal razón y viendo la pertinencia del mismo, se optó por un análisis descriptivo, realizando un artículo, donde se hizo uso de varios referentes teóricos, en donde concluyen que la implementación de actividades relacionadas con el parkour fomentan la Coordinación Dinámica General en los estudiantes, debido a que se hace uso de la parte motriz y locomotora.

ARTICULO: La coordinación dinámica general a través de la herramienta didáctica parkour

RESUMEN

Este documento tiene por objetivo analizar el impacto de las actividades derivadas del parkour para el mejoramiento de la Coordinación Dinámica General, para lo cual se utilizó una metodología con enfoque descriptivo, en donde se toma como referencia varios autores destacados en el área, en donde se evidencia la importancia del mejoramiento de la coordinación motriz de todas las extremidades del cuerpo en los niños en etapa escolar, para esto, los resultados teóricos evidencian que dicho deporte desarrolla la parte motriz y locomotora de los estudiantes, debido a que se hace uso de todas las partes del cuerpo potenciando las capacidades para el desarrollo de la Coordinación Dinámica General. Por tal razón es de suma importancia la inclusión de dicho deporte en los planes de clase del área de educación física, mediante la implementación de diversas actividades que involucren en parkour y fomenten el desarrollo y mejoramiento de las capacidades de los estudiantes.

PALABRAS CLAVE

Coordinación, equilibrio, salto.

ABSTRAC

The objective of this document is to analyze the impact of the activities derived from parkour for the improvement of the General Dynamic Coordination, for which a descriptive approach methodology was used, where several prominent authors in the area are taken as a reference, where the importance of improving the motor coordination of all the extremities of the body in school children is evidenced, for this, the theoretical results show that this sport develops the motor and locomotor part of the children, because it makes use of all parts of the body enhancing the capabilities for the development of the General Dynamic Coordination. For this reason it is of

utmost importance the inclusion of this sport in the lesson plans of the physical education area, through the implementation of diverse activities that involve parkour and promote the development and improvement of the students' capacities

KEYWORDS

Coordination, balance, jump

11 CONCLUSIONES

De la consulta de varias fuentes bibliográficas y el análisis de cada una de estas se puede concluir que cualquier tipo de juego o actividad de educación física trae diversos beneficios al desarrollo de su etapa en cuanto a la coordinación dinámica general en este caso mejorar el equilibrio dinámico y estático, el salto vertical y horizontal acciones que requieren de la misma para su ejecución.

Por otra parte, es importante estimular con espacios pedagógicos, ya que, gracias a este se generan mejoras en el crecimiento de los estudiantes, ayudando a que tengan nuevas experiencias ampliando su conocimiento dándoles la oportunidad de cometer muchos aciertos y desaciertos y así poder analizar al resolver un problema que se presente en el diario vivir estimulando su capacidad de pensar y analizar antes de poner en práctica la coordinación dinámica general.

Por lo tanto, es de gran importancia decir que entre más intervenciones tengan los estudiantes por medio de espacios pedagógicos o cualquier actividad lúdica o recreativa, los estudiantes salgan de sedentarismo volviéndolos más activos, esto permitirán que se lleven más tiempo en movimiento, también fomentar a tener una mayor participación integral con los de más estudiantes, esto aportara a potenciar sus destrezas motrices para mejorar su condición física y cognitiva.

Se puede concluir que el parkour es considerado como una estrategia didáctica para el mejoramiento de la coordinación dinámica general para los estudiantes del grado 6-1 de la Institución Educativa Municipal Ciudad de Pasto, porque a través de este deporte se permite ejecutar diferentes tipos de movimientos del cuerpo humano a la hora de realizar una acción, como también permite el control de postura y equilibrio, buen funcionamiento del Sistema Nervioso Central y dominio del tono muscular, asimismo, el fortalecimiento de la motricidad fina y gruesa.

También se puede decir que el deporte de parkour tuvo una gran incidencia en el mejoramiento la coordinación dinámica general en los estudiantes de la Institución Educativa Municipal Ciudad de Pasto, dado que se refleja la participación activa que pudo existir desde el comienzo a fin en cada una de las actividades realizadas.

Asimismo, se toma el parkour es una disciplina que es vista de forma atractiva por los estudiantes, ya que se puede practicar sin tener como regla la edad de la persona, además se alcanza a observar aquellos beneficios que son adquiridos como por ejemplo la mejorara en cuanto a la calidad de vida, se obtiene una vida más saludable tanto en la parte física y psicología de cada practicante.

Por otra parte, se cumple con el objetivo principal el cual es mejorar la coordinación dinámica general a través de las actividades derivadas del parkour, en los estudiantes del grado 6-1 de la Institución Educativa Municipal Ciudad de Pasto.

Por otro lado, se puede percibir que dentro de las instalaciones de la Institución Educativa Municipal Ciudad de Pasto se vive un ambiente agradable, respetuoso, lleno de valores, donde manejan el trabajo en equipo, generando lazos de amistad, responsabilidad y facilitando una mayor apropiación del tema de coordinación dinámica general en el momento de ejecutar el deporte como lo es el Parkour.

En el momento de realizar las actividades de coordinación dinámica general, se evidencia que algunos estudiantes pueden presentar mayor dificultad en la realización de ciertos ejercicios como, por ejemplo, el salto, la marcha, despegue, vuelo, caída, coordinación extremidades inferiores e inferiores u otras, debido a que pueden presentar falencias en cuanto a la motricidad fina, gruesa y para ello se procede a realizar refuerzo en cada una de estas con el fin de que puedan existir resultados óptimos en lo que concierne a la flexibilidad, coordinación y equilibrio para mejorar la coordinación dinámica general en el deporte del parkour.

Asimismo, es de vital importancia desarrollar ejercicios de desplazamientos, saltos y giros, como también ejercicios de fuerza, resistencia, velocidad y flexibilidad. Porque todo lo anteriormente nombrado, es el principal requisito para practicar un buen deporte como lo es el Parkour, es más, con cada ejercicio que presente dificultad el estudiante será él mismo quien se encargue de ver sus errores o sus falencias y por iniciativa propia tendrá la responsabilidad de corregir y mejorar cada uno de ellos.

12 RECOMENDACIONES

Se recomienda a los docentes, busquen alternativas correspondientes en dinámicas a desarrollar con los educandos y una herramienta funcional que involucre la coordinación dinámica general y realizar prácticas de parkour donde se motiva al alumno y a la misma vez aporta al desarrollo físico y mental. Además de esto, también ayuda a fomentar la superación personal a todos los niveles, en el cual cada uno ve manifestados sus límites físicos y mentales y al mismo tiempo ofrece vías para superarlos.

Por tal razón, es de suma importancia que los estudiantes puedan desarrollar todas sus habilidades mediante este deporte, en el cual se exige al cuerpo de una manera saludable y así mismo se desarrolla la fuerza funcional, condición física, equilibrio, conciencia espacial, coordinación dinámica general, precisión con control y visión creativa.

A su vez, es necesario que los docentes que dictan la materia de educación física se estén capacitando frecuentemente, con respecto a estas prácticas deportivas alternativas en donde se fomente la mejora de la coordinación dinámica general en los estudiantes.

Para que los niños tengan un buen desarrollo psicomotor debe haber un trabajo eficiente de una persona calificada en la materia de educación física. Esta persona debe ser capaz de llevar un proceso de acuerdo a la edad e intereses del niño.

Las instituciones deben contar con el material idóneo para el trabajo de la psicomotricidad de los niños, estos implementos deportivos deben estar a disposición de los alumnos y docentes cuando ellos así lo necesiten.

Se debe evaluar el desempeño motor de los niños mediante una batería de test para conocer sus diferentes capacidades motrices y determinar a lo largo de la propuesta y al final de ella su evolución.

Se recomienda realizar actividades de tal forma que se incluyan en cada una acciones específicas de las diferentes subcategorías, trabajando en forma conjugada se puede lograr mejores resultados el menor tiempo.

BIBLIOGRAFÍA

ALCOCER, M. Investigación acción participativa, Técnicas de investigación en sociedad, cultura y comunicación (en línea). En: Revista de estudios en sociedad (México): 2018 (Consultada: 26, septiembre, 2020). Disponible en la dirección electrónica: <https://core.ac.uk/download/pdf/2363670>.

AMAYA, D. I., Aguilera, L. J. & Espitia, Proyecto de investigación de la línea de dimensión corporal, pedagogía y movimiento. (En línea). Proyecto de investigación. Universidad libre de (Bogotá) 2006. (Consultado: 24, noviembre, 2020). Disponible en la dirección electrónica: <http://hdl.handle.net/10901/4828>.

AMADIO, A. COSTA, P. Introdução à Biomecânica para analise do movimento humano: descrição e aplicação dos métodos de medição. (en línea). en: revista electrónica brasileña de fisioterapia, São Pablo (Brasil): 2011 (consultada: 9, abril, 2021). Disponible en dirección electrónica: <https://n9.cl/sm26x>

ARENAS, Albeiro. Programa de educación física rural para el abordaje de la coordinación dinámica general. (En línea). Tesis de maestría, Universidad Católica de (Manizales): 2018. (Consultada: 24, septiembre. 2020). Disponible en la dirección electrónica: <http://repositorio.ucm.edu.co:8080>.

BÁRBARA B. Kawulich. La observación participante como método de recolección de datos. Forum: Qualitative social research sozialforschung. 2015, Vol. 6, No. 2.

BELL, David. Parkour. Francia: Septième choc editions, 2003.

CASTAÑER, M. CAMERINO, O. La educación física en la enseñanza primaria. Editorial Inde. Barcelona España. 1996. p. 58.

CARDENAS, L. Estrategia metodológica para mejorar la coordinación dinámica general en el curso 302 del colegio tabora sede b jornada mañana. (en línea). Tesis de grado, Universidad Libre de (Bogota): 2017. (consultada: 05, abril. 2021). Disponible en la dirección electrónica: <https://n9.cl/51lvj>

Congreso de Colombia. Ley 181 de enero 18 de 1995. Disposiciones para el fomento del deporte, la recreación, el aprovechamiento del tiempo libre y la Educación Física y se crea el Sistema Nacional del Deporte. Capítulo 2, Título 2. De la recreación, el aprovechamiento del tiempo libre y la educación extraescolar. Artículo 1-14. [Consultado: diciembre 6 de 2020]. Disponible en: https://www.mindeporte.gov.co/recursos_user/2019/Juridica/Normograma/Leyes/Ley-181-de-1995.pdf

De Carvalho, R. Percursos alternativos – o Parkour enquanto fenómeno (sub)cultural. (En línea). En: Revista digital: Portuguesa de Ciências do Desporto. 2008 (consultada: 30, marzo, 2021). Disponible en dirección electrónica: <https://www.researchgate.net/publication/37657559>

FERRER, M. Ángel, Educación psicomotriz (3 a 8 años), Edición marzo 2007 editorial grao P:118

GODFREY B. Y KEPHART, N. Movement patterns and motor education. New York: Appleton Century Crofts. Editorial New York, Appleton-Century-Crofts 1996. p.60

GÓMEZ, M, RUIZ, Miguel y ESMERALDA, Mata. Los problemas evolutivos de coordinación en la adolescencia: Análisis de una dificultad oculta. Revista Internacional de Ciencias del Deporte Universidad de Castilla la Mancha. España, 2006, vol. 2, no. 3. p. 47

GONZÁLEZ, M, HERNÁNDEZ. Positivismo, dialéctica materialista y fenomenología: Tres enfoques filosóficos del método científico y la investigación educativa (en línea). En: Revista actualidades investigativas en educación (Costa rica): 2014 (consultada: 26, septiembre, 2020). Disponible en la dirección electrónica: <https://www.scielo.sa.cr/pdf/aie/v14n3/a21v14n3> .

GUTIÉRREZ, M. GARRIDO ,Z. Método para determinar la contribución segmentaria en los saltos. su aplicación en el salto vertical con contra movimiento Motricidad. (en línea). en: revista electrónica European Journal of Human Movement (Español): 2012 (consultada: 9, abril, 2021). Disponible en dirección electrónica: <https://www.redalyc.org/pdf/2742/274224827001.pdf>

GUANCHA, Vicente. Dirección institucional ante el manual de convivencia. Editorial I.E.M. Ciudad de Pasto. 2015. p. 3.

HEBERT, George. Guide pratique d'éducation physique. París Francia: Vuibert. París editions. 1916.

Herborn, M. Parkour: an escape route for the youth. ACHPER Active & Healthy Magazine. (en línea).2010(consultada:30,marzo,2021). Disponible en dirección electrónica: <https://www.achper.org.au/products/special-editions/volume-23-issue-23-2016>

HERNÁNDEZ, Anahí. El paradigma socio-crítico en la educación ambiental formal para el manejo de los residuos sólidos urbanos. Congreso nacional de educación ambiental para la sustentabilidad. 2016.

IGNACIO, José. Metodología de la investigación cualitativa. 3 ed. Deusto Bilbao: Editorial universidad de Deusto, 2012. Vol. 15, p. 65.

LE BOULCH, J. Hacia una ciencia del movimiento humanos. Buenos Aires: Paidós. 1978.

LAZO, V, Salto largo . (en línea). Tesis de grado, Universidad nacional de educación Enrique Guzmán y valle (lima): 2018. (consultada: 5, abril. 2021). Disponible en la dirección electrónica: <https://n9.cl/5iage>

LE BOUCH. La psicomotricidad en la educación infantil. (en línea). En: Revista electrónica csifrevistab (España): 2009 (consultada: 5, diciembre, 2021). Disponible en dirección electrónica: <https://n9.cl/bzrox>

LUARTE, C. GONZÁLEZ, M Y AGUAYO, O. Evaluación de la fuerza de salto vertical en voleibol femenino en relación a la posición de juego. (en línea). en: revista Ciencias de la Actividad Física UCM (Chile): 2014 (consultada: 10, abril, 2021). Disponible en dirección electrónica: <https://n9.cl/hbuil>

LUNA, P. RODRÍGUEZ, V. SANDOVAL, M. CARREÑO, M. Análisis de patrones motores fundamentales en niños de 4 y 5 años de colegios particulares subvencionados. (en línea). en: revista electrónica ciencias de la actividad física U.C.M (Chile): 2016 (consultada: 9, abril, 2021). Disponible en dirección electrónica: <http://revistacaf.ucm.cl/>

Ley 115 de febrero 8 de 1994. Ley general de educación. [Consultado: noviembre 23 de 2020]. Disponible en: https://www.mineducacion.gov.co/1621/articles-85906_archivo_pdf.pdf

MAYORGA, Y. MEJÍA, Z. Propuesta pedagógica como medio para fortalecer la coordinación dinámica general a partir de la práctica del patinaje en los niños y niñas del grado transición del jardín infantil Andy panda, (En línea). Tesis de grado, Universidad Libre de (Bogotá): 2020. (Consultada: 08, abril. 2021). Disponible en la dirección electrónica: <http://hdl.handle.net/10901/7653>

MARTINEZ, A. Propuesta didáctica para mejorar las condiciones de la cualidad motriz básica del equilibrio en niños y niñas de 6 a 8 años de grado segundo del colegio Nidya quintero de Turbay. (en línea). Proyecto de grado, Universidad Libre de Colombia (Bogotá): 2019. (Consultada: 5, abril de, 2021). Disponible en la dirección electrónica: <https://n9.cl/zgdy0>

MARCOS, L. Tello, D, Augusto, J. Efectividad de un programa de ejercicio físico en el equilibrio estático y dinámico en adultos mayores en el centro del adulto mayor en canto grande – san juan de Lurigancho. (en línea). Tesis de grado, Universidad privada Norbert Wiener Lima (Peru): 2017. (Consultada: 5, abril de, 2021) . Disponible en la dirección electrónica: <https://n9.cl/lqss>

OBISPO, J. J. Manual de Psicomotricidad. Teoría, exploración, programación y práctica. Barcelona España: Ediciones la tierra, 2007. p. 129.

PIAGET, J. La teoría constructivista de Jean Piaget y su significación para la pedagogía contemporánea. . (en línea). En: Revista digital: Revista científica dominio de las ciencias: 2016. (consultada: 30, marzo, 2021). Disponible en dirección electrónica: <https://dominiodelasciencias.com/ojs/index.php/es/article/view/298/355>

Puddle, DL y Maulder. Ground Reaction Forces and Loading Rates Associated with Parkour and Traditional Drop Landing Techniques. (En línea). En revista digital: Journal of Sports Science and Medicine 2013 (consultada: 30, marzo, 2021). Disponible en dirección electrónica: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3761764/>

RIVERA, Daniel. La coordinación y el equilibrio en el área de Educación Física. Actividades para su desarrollo (en línea). En: Revista EF deportes (Buenos Aires): 2011 (consultada: 24, septiembre. 2020). Disponible en la dirección electrónica: <http://www.efdeportes.com/>.

RODRÍGUEZ, W. BURGOS, J. 7653 Mejoramiento De La Coordinación Dinámica General Por Medio De Actividades Circenses, (En línea). Tesis de grado, Universidad Libre de (Bogotá): 2015. (Consultada: 08, abril. 2021). Disponible en la dirección electrónica: <https://n9.cl/5lbip>

RARICK, G. Motor Development During Infancy and childhood. Madison Wis College Printing and Typing Cop. Mexico. Editorial Médica Panamericana, 2001. p.48 a 52

Redondo, ¿Qué es el parkour?: Origen. Habilidades, educación física en primaria como base para esta nueva modalidad deportiva. (en línea). En: Revista digital: Innovación y Experiencias Educativas: 2011 (consultada: 30, marzo, 2021). Disponible en dirección electrónica: <https://n9.cl/ez3gl>

SARGENT, D. Variables cinéticas de la batida relacionadas con el rendimiento del salto horizontal a pies juntos. (en línea). Tesis de grado, Universidad de León (Castilla): 2005. (consultada: 24, septiembre. 2020). Disponible en la dirección electrónica: <https://n9.cl/dggl>

SOTO, J. Desarrollo de las capacidades coordinativas a través del juego parkour. (en línea). En: Revista digital: emasf revista digital de educación física: 2013 (consultada: 30, marzo, 2021). Disponible en dirección electrónica: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4197086>

SANCHEZ, L. Estrategia metodológica para mejorar la coordinación dinámica general en el curso 302 del colegio tabora sede b jornada mañana. (en línea). Proyecto de grado, Universidad Libre de Colombia (Bogotá): 2019. (Consultada: 5, abril de, 2021) . Disponible en la dirección electrónica: <https://n9.cl/zgdy0>

SÁNCHEZ, P. La gimnasia recreativa en la coordinación motriz del club de adultos mayores del hospital básico Pelileo. Tesis de posgrado, Universidad Técnica de Ambato (Ecuador): 2021. (consultada: 05, abril. 2021). Disponible en la dirección electrónica:

TAYLOR S, J y BOGDAN, R. Introducción a los métodos cualitativos de investigación. Barcelona: Ediciones Paidós Básica. 1987. p. 56.

TOALOMBO, Wilfrido. Los ejercicios de equilibrio estático en la capacidad temporo espacial en los niños de tercer año de educación general básica de la unidad educativa república de Venezuela de la ciudad de Ambato provincia del Tungurahua. (en línea). Proyecto de grado, Universidad técnica de Ambato (Ecuador): 2019. (Consultada: 5, abril de, 2021) . Disponible en la dirección electrónica: <https://n9.cl/q54qv>

VILLAMARIN, M. LÓPEZ, J. Valoración del equilibrio dinámico y estático en la población de adultos mayores pertenecientes al grupo adulto mayor estrellitas mañaneras y gimnasia al parque. (en línea). Tesis de grado, Universidad Santo Tomas (Bucaramanga): 2019. (Consultada: 5, abril de, 2021). Disponible en la dirección electrónica: <https://n9.cl/t0d3s>

VILLAMARIN, L. Parkour como estrategia metodológica para mejorar el patrón fundamental del salto en los alumnos del grado 402 del colegio tabora sede b jornada mañana. (en línea). Tesis de grado, Universidad libre (Bogotá): 2017. (consultada: 5, abril. 2021). Disponible en la dirección electrónica: <https://n9.cl/8dsol>

ANEXOS

Batería de test : Patrones básicos del movimiento. Lista de chequeo. SALTO

FECHA:		
NOMBRE :	EDAD :	SEXO:
ELEMENTOS PRESENTES:		

SI	NO
----	----

Salto desde un mismo punto a dos pies		
Flexión de piernas		
Balanceo de brazos hacia atrás		
Balanceo de brazos hacia adelante y extensión del cuerpo		

Rodillas, brazos y tronco se mueven

Hacia adelante y hacia abajo		
Aterriza hacia adelante		
Dirección en línea recta		

Desviaciones notadas

No despega con ambos pies		
No presenta balanceo de brazos		
Solo atrás		

Solo adelante		
Aterriza con un solo pie		
No usa los brazos		
Solo el izquierdo		
Solo el derecho		
Se inclina hacia un lado izquierdo		
Se inclina hacia el lado derecho		
Tropeza o cae desordenadamente al aterrizar		
No salta en línea recta		

Observaciones

Test. Patrones básicos del movimiento, realizado por Luis Armando Muñoz, libro Educación psicomotriz Editorial, Kinesis pg. 155

 <p>UNIVERSIDAD CESMAG NIT: 800.109.387-7 VIGILADA MINEDUCACIÓN</p>	<p>CARTA DE ENTREGA TRABAJO DE GRADO O TRABAJO DE APLICACIÓN – ASESOR(A)</p>	CÓDIGO: AAC-BL-FR-032
		VERSIÓN: 1
		FECHA: 09/JUN/2022

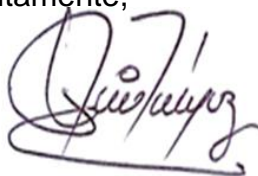
San Juan de Pasto, 29 de junio de 2022

Biblioteca
REMIGIO FIORE FORTEZZA OFM. CAP.
Universidad CESMAG
Pasto


Saludo de paz y bien.

Por medio de la presente se hace entrega del Trabajo de Grado / Trabajo de Aplicación denominado LAS ACTIVIDADES DERIVADAS DEL PARKOUR COMO HERRAMIENTA DIDACTICA PARA EL MEJORAMIENTO DE LA COORDINACION DINAMICA GENERAL EN LOS ESTUDIANTES DEL GRADO 6-1 DE LA INSTITUCION EDUCATIVA CIUDAD DE PASTO, presentado por el (los) autor(es) _JOHAN SEBASTIAN ARCE BUCHEI, JUAN DIEGO GARCIA ROJAS, RUBEN DARIO GUERRERO MORENO, y BRAYAN ESTEBAN URBANO ORDOÑEZ del Programa Académico LICENCIATURA EN EDUCACION FISICA al correo electrónico trabajosdegrado@unicesmag.edu.co. Manifiesto como asesor(a), que su contenido, resumen, anexos y formato PDF cumple con las especificaciones de calidad, guía de presentación de Trabajos de Grado o de Aplicación, establecidos por la Universidad CESMAG, por lo tanto, se solicita el paz y salvo respectivo.

Atentamente,




Jaime Orlando Rodríguez Chaves
C.c: 98392790
Programa de educación física
Cel:3176360868
Correo: jorodriguez@unicesmag.edu.co

 UNIVERSIDAD CESMAG <small>NIT: 800.109.387-7 VIGILADA MINEDUCACIÓN</small>	AUTORIZACIÓN PARA PUBLICACIÓN DE TRABAJOS DE GRADO O TRABAJOS DE APLICACIÓN EN REPOSITORIO INSTITUCIONAL	CÓDIGO: AAC-BL-FR-031
		VERSIÓN: 1
		FECHA: 09/JUN/2022

INFORMACIÓN DEL (LOS) AUTOR(ES)	
Nombres y apellidos del autor: Jhoan Sebastian Arce Bucheli	Documento de identidad: 1085345257
Correo electrónico: Jhoan12arce@gmail.com	Número de contacto: 315 6905104
Nombres y apellidos del autor: Juan Diego Garcia Rojas	Documento de identidad: 1085343384
Correo electrónico: garciasj079@gmail.com	Número de contacto: 3213091063
Nombres y apellidos del autor: Ruben Dario Guerrero Moreno	Documento de identidad: 1085291512
Correo electrónico: guerrerorubendario2@gmail.com	Número de contacto: 322 6474449
Nombres y apellidos del autor: Brayan esteban Urbano Ordoñez	Documento de identidad: 1081595242
Correo electrónico: Brayanestebanordonez@gmail.com	Número de contacto: 3183471596
Nombres y apellidos del asesor: Jaime Orlando Rodríguez Chaves	Documento de identidad:
Correo electrónico:	Número de contacto:
Título del trabajo de grado: Las actividades derivadas del parkour como herramienta didáctica para el mejoramiento de la coordinación dinámica general en los estudiantes del grado 6-1 de la institución educativa municipal ciudad de pasto.	
Facultad y Programa Académico: Facultad de educación, programa de educación física.	

En mi (nuestra) calidad de autor(es) y/o titular (es) del derecho de autor del Trabajo de Grado o de Aplicación señalado en el encabezado, confiero (conferimos) a la Universidad CESMAG una licencia no exclusiva, limitada y gratuita, para la inclusión del trabajo de grado en el repositorio institucional. Por consiguiente, el alcance de la licencia que se otorga a través del presente documento, abarca las siguientes características:

- a) La autorización se otorga desde la fecha de suscripción del presente documento y durante todo el termino en el que el (los) firmante(s) del presente documento conserve(mos) la titularidad de los derechos patrimoniales de autor. En el evento en el que deje(mos) de tener la titularidad de los derechos patrimoniales sobre el Trabajo de Grado o de Aplicación, me (nos) comprometo (comprometemos) a informar de manera inmediata sobre dicha situación a la Universidad CESMAG. Por consiguiente, hasta que no exista comunicación escrita de mi(nuestra) parte informando sobre dicha situación, la Universidad CESMAG se encontrará debidamente habilitada para continuar con la publicación del Trabajo de Grado o de Aplicación dentro del repositorio institucional. Conozco(conocemos) que esta autorización podrá revocarse en cualquier momento, siempre y cuando se eleve la solicitud por escrito para dicho fin ante la Universidad CESMAG. En estos eventos, la Universidad CESMAG cuenta con el plazo de un mes después de recibida la petición, para desmarcar la visualización del Trabajo de Grado o de Aplicación del repositorio institucional.

 <p>UNIVERSIDAD CESMAG NIT: 800.109.387-7 VIGILADA MINEDUCACIÓN</p>	AUTORIZACIÓN PARA PUBLICACIÓN DE TRABAJOS DE GRADO O TRABAJOS DE APLICACIÓN EN REPOSITORIO INSTITUCIONAL	CÓDIGO: AAC-BL-FR-031
		VERSIÓN: 1
		FECHA: 09/JUN/2022

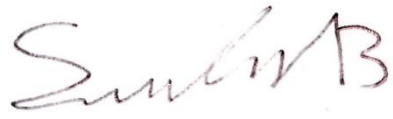
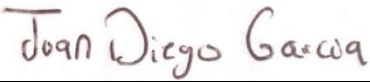
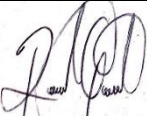

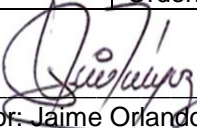
- b) Se autoriza a la Universidad CESMAG para publicar el Trabajo de Grado o de Aplicación en formato digital y teniendo en cuenta que uno de los medios de publicación del repositorio institucional es el internet, acepto(amos) que el Trabajo de Grado o de Aplicación circulará con un alcance mundial.
- c) Acepto (aceptamos) que la autorización que se otorga a través del presente documento se realiza a título gratuito, por lo tanto, renuncio(amos) a recibir emolumento alguno por la publicación, distribución, comunicación pública y/o cualquier otro uso que se haga en los términos de la presente autorización y de la licencia o programa a través del cual sea publicado el Trabajo de grado o de Aplicación.
- d) Manifiesto (manifestamos) que el Trabajo de Grado o de Aplicación es original realizado sin violar o usurpar derechos de autor de terceros y que ostento(amos) los derechos patrimoniales de autor sobre la misma. Por consiguiente, asumo(asumimos) toda la responsabilidad sobre su contenido ante la Universidad CESMAG y frente a terceros, manteniéndola indemne de cualquier reclamación que surja en virtud de la misma. En todo caso, la Universidad CESMAG se compromete a indicar siempre la autoría del escrito incluyendo nombre de(los) autor(es) y la fecha de publicación.
- e) Autorizo(autorizamos) a la Universidad CESMAG para incluir el Trabajo de Grado o de Aplicación en los índices y buscadores que se estimen necesarios para promover su difusión. Así mismo autorizo (autorizamos) a la Universidad CESMAG para que pueda convertir el documento a cualquier medio o formato para propósitos de preservación digital.

NOTA: En los eventos en los que el trabajo de grado o de aplicación haya sido trabajado con el apoyo o patrocinio de una agencia, organización o cualquier otra entidad diferente a la Universidad CESMAG. Como autor(es) garantizo(amos) que he(hemos) cumplido con los derechos y obligaciones asumidos con dicha entidad y como consecuencia de ello dejo(dejamos) constancia que la autorización que se concede a través del presente escrito no interfiere ni transgrede derechos de terceros.

Como consecuencia de lo anterior, autorizo(autorizamos) la publicación, difusión, consulta y uso del Trabajo de Grado o de Aplicación por parte de la Universidad CESMAG y sus usuarios así:

- Permiso(permitimos) que mi(nuestro) Trabajo de Grado o de Aplicación haga parte del catálogo de colección del repositorio digital de la Universidad CESMAG por lo tanto, su contenido será de acceso abierto donde podrá ser consultado, descargado y compartido con otras personas, siempre que se reconozca su autoría o reconocimiento con fines no comerciales.

En señal de conformidad, se suscribe este documento en San Juan de Pasto a los 29 días del mes de junio del año 2022.

	
Nombre del autor: Jhoan Sebastian Arce Bucheli	Nombre del autor: Juan Diego Gracia Rojas
	
Nombre del autor: Ruben Dario Guerrero Moreno	Nombre del autor: Brayan Esteban Urbano Ordoñez
	
Nombre del asesor: Jaime Orlando Rodríguez Chaves	