PROGRAMA DE EDUCACION FISICA

Para La Educación Básica Primaria

PROGRAMAS DE EDUCACION FISICA PARA LA EDUCACION BASICA PRIMARIA

ARMANDO IZQUIERDO VILLOTA - ALVARO RIVERA BURBANO

PROFESORES ADSCRITOS A LA UNIDAD DE EDUCACION FISICA CESMAG

DISEÑO: IVAN DE JESUS BRAVO ORTEGA

PASTO - 1993

REPUBLICA DE COLOMBIA
MINISTERIO DE EDUCACION NACIONAL
CENTRO EXPERIMENTAL PILOTO NARIÑO
PASTO

PRESENTACION

Propiciar una politica de apertura conducente a mayores niveles de participación el proceso curricular, es uno de los grandes propóditos del ministerio de Educación Nacional.

Este propósito que es manifiesto dentro del espiritu de la Ley 24 de 1988 y que fué recogido en la circular del Despacho del Ministro, de Febrero de 1989, sobre "flexibilización curricular", ya tenía antecedentes en la História educativa del país, en lo que respecta a la educación primaria con el Decreto 1710 de 1963 que adopta un plan de Estudios único y en cuanto a la educación media através del Decreto 045 de 1962 en el que se manifiesta el concepto de estructura curricular. Con posterioridad los Decretos 1419 de 1978 y 1002 de 1984 complementan la estructura curricular y de ellos se infiere además de sus componentes, el currículo, debe evidenciar características de flexibilidad, articulación, graduación, integración, secuencia unidad y equilibrio, de acuerdo con los objetivos educacionales que se persiguen en cada nivel de área.
El concepto de flexibilidad que subyace sen todos los decretos mencionados, y se entiende como posibilidad de adecuación del currículo a características y actitudes del alumno y a carácteristicas de las Instituciones y de las regiones.

De esta manera, a través de la flexibilización del proceso curricular el nivel central, no hace otra cosa que reconocer la capacidad que tienen los niveles regional, local e institucional para tomar sus propias decisiones.

En razón de lo anterior, el trabajo elaborado por los profesores Armando Izquierdo y Alvaro Rivera, sobre los programas de Educación Física para la educación básica primaria, se enmarcan en gran medida dentro de los alineamientos a que hemos hecho referencia.

Debe reconocer en consecuencia, esta Dirección. el loable afán de superación de los profesores mencionados, su amplio conocimiento del área de la Educación Física y la gran voluntad de servicio para que sus conocimientos se masifiquen, contribuyendo así notablemente a la formación integral de los niños y jovenes de Nariño y de Colombia.

Finalmente, invitamos al Magisterio de Nariño imitar el ejemplo de los profesores Izquierdo y Rivera, recordando que la educación es un proceso que no se limita a tramitir una serie de contenidos y a producir y a mantener las condiciones de vida vigentes, sino como proceso a través del cual se puede contribuir a la transformación de las mismas, en orden de su mejoramiento; que la educación es un proceso que concibe el conocimiento y especialmente la verdad, no como algo definitivo o como posesión de unos pocos, sino como proyectos que deben ser elaborados y corregidos permanentemente en colaboración con los demás.

MODESTO RIVAS MONTERO
Director "CEP" Nariño.

MRM/ mca.

PROLOGO

"El cuerpo sano es una mente sana, es una descripción corta, pero completa de un estado feliz en este mundo; quien posee ambos atributos tiene muy poco que desear"

Jhon Locke

La educación como manifestación cultural por exelencia de toda la sociedad, es un servicio público que busca el bien común, orientando hacia el desarrollo de la persona como totalidad; disposición que se fundamenta en el derecho a recibir educación, cuya finalidad es crear las condiciones para hacer viable la vida social y la realización individual y colectiva.

Vivímos la culminación de una era de 20 siglos; como educadores, nos compete el deber de revisar la educación impartida y los efectos reveladores de su propia crisis; crisis educativa, crisis social. La causa fundamental del caos y la desubicación del hombre en el mundo es el enfoque errado de la educación, no ha mirado la integralidad humana; solo se ha atendido su parte mental, y de ésta manera sólo la racionalidad. No se ha cultivado su dimensión espiritual, emocional y física.

Es también nuestra responsabilidad proponer através de la educación la historia del siglo XXI; atendiendo al hombre desde los primeros niveles de escolaridad, con una orientación pedagógica que deje de ser racionalista y memoristica, para dar paso al desarrollo de todas sus potencialidades y facultades que ayude al individuo a ubicarse én el mundo, sin egoísmos que comprenda y acepte que su formación como ser la realizará a lo largo de la vida.

El estado Colombiano, a través del Instituto Colombiano de Educación Superior ICFES, imprimió profundas reformas en la educación superior, que tienen que ver con todos los niveles de la educación, cuando establece la necesidad de incorporar el sentido humanista del HOMBRE INTEGRAL al sistema educativo, para que cumpla su misión de ser verdadera formadora del hombre para la vida.

En esta región Sur-Colombiana, el Centro de Estudios Superiores María Goretti -CESMAG-, a través de sus carreras tenológicas, ofrece a las nuevas generaciones la alternativa de formación profesional entre otras carreras, unas que propugnan por la capacitación de futuros educadores con esa dimensión humanística; como la Unidad de Educación Física que desde sus primeras promociones ha contribuido a que poco a poco se reoriente la enseñanza de la Educación Física desde el nivel pre-escolar hasta el nivel superior.

En primer lugar desarrollando la conciencia entre las autoridades educativas que quien oriente esta área en las instituciones, ya que no será el docente menos competente, sino un profesional de la educación especializado en esta área, por otra parte, ha propiciado la dotación de escenarios deportivos y recreativos en los diferentes colegios y escuelas, como también en entidades de otro carácter y en parque urbanos.

El establecimiento de la Educación Física como área de estudio en todos los niveles educativos a nivel nacional y regional, busca fomentar la educación integral del hombre, lo cual exige una integración de programas curriculares.

Armando Izquierdo y Alvaro Rivera, profesionales de la Educación Física y docentes del CESMAG, presentan en este texto una propuesta de programas de Educación Física para la Educación Básica primaria. Trabajo de investigación que se hace merecedor de toda exaltación, que plantea una actitud ejemplarizante, y a la vez muestra que en el CESMAG, empezamos a trazar un definido proceso evolutivo del verdadero quehacer universitario, la investigación, que aporta al mejoramiento de la especialidad, a la integración de programas y metodologías que contribuirán a una educación realmente integral del nuevo hombre Colombiano.

RVDO PADRE ANSELMO CARDONNA VULTAGIO
Rector Centro de Estudios Superiores María Goretti.

INTRODUCCION

Hace ya varios años y observando la poca importancia y el escaso aporte que la educación física ha tenido en la formación del niño Nariñense, los autores del libro, se dierón a la tarea de investigar las causas del problema.

Descriptivo, investigativo en unos casos experimental y en otros descriptivo nos llevó a determinar entre otras causas las siguientes:

1- Las instituciones educativas de básica primaria de nuestro Departamento carecen de infraestructura deportiva (canchas, material didáctico) necesarios para ejecutar los programas que el Ministerio de Educación propone.

2- El personal docente responsable de la educación física no tiene la formación y capacitación necesaria que garantice idoneidad en su desempeño.

3- Los programas que el Ministerio de educación nacional propone no obedecen a las caracteristicas sicomotoras y de desarrollo del niño nariñense.

4- Existe apatía de parte de algunos directivos de las instituciones educativas para solucionar esta apremiante situación.

Una vez determinada la realidad objetiva en la que vive la educación física en Nariño era necesario presentar una propuesta de solución al problema, de allí surge la idea de elaborar el libro, que básicamente pretende presentar los programas de educación física para la educación primaria, que obedezcan a las características y necesidades del niño Nariñense, y a la realidad del medio educativo local.

Los programas pretenden también retomar los conceptos y tendencias que buscan la globalidad del conocimiento, en donde la educación física sea parte importante de esa globalidad.

El libro presenta los contenidos a desarrollar, clases guías o modelos combinacionales temáticas para cada uno de los grados y lo más importante, la sustentación basada en el desarrollo sicológico y motor del niño en cada edad y en cada grado de educación.

Se propone también la metodología a utilizar para cada grado y ejemplos prácticos sobre la utilización de los métodos de enseñanza más conocidos.

Las sugerencias prácticas para el profesor en cuanto elaboración del material no escapa a la inquietud de los autores.

CONTENIDO

PAG

capítulo I

Evaluación de la Educación Física 1

Capítulo II
Bases generales del desarrollo Motor Humano 9

Capítulo III
Enseñanza-aprendizaje de Habilidades 23

Capítulo IV
Concepción Metodológica de la Educación Física 28

Capítulo V
La Planeación en la Educación Física 41

Capítulo VI
Justificación Psicomotora de los contenidos para las edades entre los 6 y los 8 años 45

Capítulo VII
Programa para el grado primero 54

Capítulo VIII
Programa para el grado segundo 71

Capítulo IX
Programa para el grado tercero 88

Capítulo X
Programa para el grado cuarto 98

capítulo XI
Programa para el grado quinto 122

Capítulo XI
La clase de Educación Física 143

Capítulo XIII
Evaluación 148

Capítulo XIV
Recursos y Materiales 158

Glosario 162

Anexos

Bibliografia

CAPITULO 1

EVOLUCION DE LA EDUCACION FISICA

La educación física ha sido considerada como algo innato en el hombre. Muy rudimentariamente dió sus primeros pasos y evolucionó con el tiempo, siendo al comienzo instintiva y perfeccionándose luego día a día.

Los griegos fueron los primeros cultores de una actividad física con fines educativos. Promulgaron su teoría sobre dos bases fundamentales del saber humano: El físico y el intelectual, concibiendo de esta manera el ideal del hombre integral.

A raíz de esta nueva concepción de la educación física, se presentan una serie de actividades deportivas (deportes) que constituyen el centro de las actividades sociales, culturales y religiosas, convirtiéndose más adelante en los famosos juegos olímpicos, denominados así por llevar el nombre del pueblo donde se desarrollaban.

La historia registra esta época como la edad de oro de la cultura universal y de la educación física que nace entonces como profesión.

Luego aparece la cultura romana, dando su propio enfoque a la educación física, es decir más con fines militares, de pasatiempos y tipificando el espectáculo, sin ninguna planificación para la formación integral y la salud del ser humano.

Siglos más tarde se observa en países de Europa el valor de los ejercicios y ya en el siglo XIX, se logra vislumbrar una real situación de la educación física, según los postulados modernos. (GOMEZ, PARRA).

LA EDUCACION FISICA EN COLOMBIA

Para hacer una retrospección sobre la evolución histórica de la educación física en Colombia, tenemos que remontarnos a la época de nuestros primeros pobladores, ellos se caracterizaron por realizar actividades físicas arduas. La enseñanza se encaminaba a preparar a sus hijos para el trabajo agrícola y fortalecimiento físico como forma de poder.

Sus ratos libres los ocupaban en actividades rituales y festivas.

Durante toda la época de la historia Colombiana, iniciando con el período Precolombino pasando por el descubrimiento, la conquista y la colonia, posteriormente la independencia y la república, la educación física ha tenido un devenir muy pobre en su desarrollo.

A partir del presente siglo surgen los primeros vestigios de una educación física en Colombia con carácter educativo.

Los primeros decretos que le dan horizonte a la educación física Colombiana como actividad educativa son: DECRETO 491 DE 1.904 Que reglamenta la ley 39 de 1.903, sobre instrucción pública y que entre sus apartes dice:

CAPITULO 5 : De la educación física y de la enseñanza en general.

PARAGRAFO 9 : Educación física.

ARTICULO 60. – La corrección en el vestido y un aseo riguroso son obligatorios para todos los niños.

ARTICULO 61. – Los primeros maestros deben habituar a sus discípulos a que guarden posición natural y correcta durante las lecciones. Después de cada una de estas es necesario que los niños ejecuten algunos ejercicios gimnásticos, flexiones y extensiones de las piernas, de los brazos, de la cabeza, del tronco.

ARTICULO 62. – La calistenia y la gimnasia, como parte indispensable de un sistema completo de educación, se enseñará en todas las escuelas, en las horas destinadas a la recreación, según las reglas sencillas y favorables al desarrollo de la salud y de las fuerzas de los niños.

En las escuelas de varones se agregarán a los ejercicios gimnásticos, ejercicios y evoluciones militares, con arreglo a los métodos de instrucción del ejército.

ARTICULO 63 .– Cada dos semanas se destinará medio día a paseo higiénico y recreativo. El instructor organizará juegos gimnásticos entre los alumnos.

Este decreto enfoca la educación física, sobre una base organizativa, como actividad educativa. Es importante resaltar cómo desde esa época ya se percibe el movimiento y por ende la educación física, como un medio de educación multilateral para el niño.

Si comparamos la educación física de ese entonces, con la educación física de nuestro departamento por ejemplo, se puede deducir fácilmente que la de antes

estuvo mejor estructurada, ya que en estos momentos en muchas escuelas de básica primaria y secundaria no se contemplan siquiera los preceptos que este decreto presenta. Luego la ley 80 de 1.925 es la piedra angular de la Educación Física Colombiana, que entre sus apartes más importantes dice:

ARTICULO 1.– Créase la Comisión Nacional de Educación Física, que estará compuesta de tres miembros nombrados por el poder ejecutivo.

ARTICULO 3.– La Comisión Nacional de Educación Física se consagrará de preferencia a los siguientes fines:

a – Organizar todo lo referente a los concursos anuales de atletismo en la República, a los que son llamados todos los habitantes del país no profesionales en el ramo.

b – Crear y fomentar funciones de las plazas de deportes, proporcionar planos para su construcción y el reglamento que en ellas debe cumplirse.

c – Crear y fomentar asociaciones de cultura física.

d – Relacionar las Asociaciones Nacionales entre sí y con las extranjeras, y procurar en cuanto fuere posible la uniformidad de su acción y de sus métodos.

e – Proyectar y poner en práctica un plan racional de educación física obligatorio en las escuelas de educación primaria, y en los establecimientos de educación secundaria y universitaria.

Las anteriores disposiciones muestran claramente que teóricamente existió la voluntad gubernamental para impulsar el desarrollo de la educación física a nivel nacional, pero la realidad es totalmente diferente. En primer lugar porque la comisión de educación física, que entre otras cosas aún existe, jamás puso en ejecución sus funciones y si lo hizo estas no se cumplieron en el departamento de Nariño.

La ley 80 reglamentaba también la ejecución de un plan racional de educación física obligatorio en las escuelas de primaria, secundaria y en las universidades. En el momento se ha cumplido parcialmente porque hasta muy poco tiempo, no existían programas de educación física unificados para todo el país, y los que aparecieron eran copias textuales de otros países, entre ellos los de la misión Alemana que chocaban con las realidades y necesidades de nuestra región, y con un marcado enfoque tecnocrático o deportivo, haciéndolos de difícil aplicación en el país.

La misma ley 80 obligaba al gobierno a construir escenarios deportivos, lo cual se cumplió parcialmente, ya que se construyeron escenarios en las grandes ciudades para al servicio general de la comunidad; pero los establecimientos educativos no fueron tenidos en cuenta, de ahí que es fácil observar como en un gran porcentaje de escuelas y colegios, hasta el momento no cuentan con escenarios mínimos para la práctica del deporte y la recreación.

Otro de los aportes importantes de la ley 80 de 1925 y que no se ha cumplido es la exigencia de ciertos requisitos para el personal encargado de impartir la educación física, y al respecto dice:

ARTICULO 6.– Las principales atribuciones del técnico son:

a – Dar cursos intensivos para la preparación de maestros que se han de colocar al frente de las plazas de deportes.

b – Elaborar los reglamentos para el funcionamiento de las plazas y para los concursos anuales de atletismo los cuales deberán ser aprobados por la Comisión Nacional de Educación Física.

c – Mantener comunicaciones frecuentes con las comisiones departamentales de educación física, a fin de conocer en todo momento el estado actual de los deportes, de vigilar el cumplimiento de la ley y de hacer las indicaciones conducentes.

Así mismo esta ley reglamenta que el ejecutivo podrá contratar en el país o en el exterior un técnico que inicie los cursos intensivos para la preparación de los maestros y que sea el jefe de la sección de Educación Física Nacional.

En el artículo 15, la ley 80 dice: Los instructores y maestros a medida que se vayan construyendo las plazas de deporte, serán nombrados por concurso en las respectivas comisiones departamentales de Educación Física.

Más adelante y luego de creada la Comisión Nacional de Educación Física, ésta redobla sus actividades y enfoca su trabajo al complejo tema de la educación física, particularmente hacia las necesidades escolares a los niños y al deporte juvenil.

Esta nueva orientación dada a la Comisión Nacional de educación Física, trajo consigo, la visita al país de una misión Chilena, que tuvo como funciones, dictar el primer curso para maestros de educación física en todo el país.

Con este curso se despierta en el gobierno el interés por la educación física; el éxito del curso convenció a las autoridades educativas colombianas y crearon el Instituto

Nacional de Educación Física, que tuvo su inicio en 1937, con los mismos maestros que asistieron al curso de capacitación. Durante un año recibieron capacitación y se graduaron como los primeros expertos en educación física.

A pesar de la existencia de expertos de educación física, la concepción que se tenía del profesor de educación física y de su perfil profesional hizo que su labor fuera criticada por directivas educativas en todo el país.

Luego de los múltiples tropiezos que afrontó el Instituto Nacional de Educación Física, el gobierno le da vida jurídica mediante decreto 1528 de 1936 mas tarde y mediante decreto 868 de 1939 se incorpora el Instituto a la Universidad Nacional y 3 años mas tarde es clausurado, y pasa a constituirse en parte de la Normal Nacional; años después se termina el Instituto y se da paso mediante decreto 1052 de 1952 a la Escuela Nacional de Educación Física, que otorga título de Licenciado en Educación Física, con una duración de 3 años, y título de entrenador, con una duración de 2 años. Más tarde la escuela se denominaría la Facultad de Educación Física adscrita a la Universidad Pedagógica Nacional a partir de 1968, año en el cual la educación Física se convierte en una rama determinante en la educación; de allí en adelante empezaron a surgir nuevas instituciones de educación superior con programas de educación física. En el momento se cuenta con catorce instituciones que brindan el programa de educación física a nivel de licenciatura y tecnología.

La década de los setenta se caracteriza por el auge que sigue tomando la educación física a nivel nacional, aparte de que ya eran varias las instituciones de educación superior que graduaban a licenciados, el país se vió invadido de muchas corrientes extranjeras con enfoques diferentes sobre lo que debía ser la educación física.

Desafortunadamente los avances nacionales e internacionales en el campo de la educación física y el deporte, no se ven representados en las políticas del gobierno. Y si lo hicieron se transcribieron textualmente y se implantaron en el país sin realizar un diagnóstico previo.

El anterior planteamiento es fácilmente demostrable, al analizar los programas de educación física para la básica primaria, secundaria y media vocacional emanados del Ministerio de Educación Nacional, que en ningún momento consultan las necesidades en primer lugar, de los alumnos, en segundo lugar no existe la infraestructura deportiva (escenarios, material didáctico) y en tercer lugar los profesores en su gran mayoría no tienen la preparación académica específica para ejecutarlos.

En 1938 el gobierno expidió el decreto 0026, en el cual se reglamentan los requisitos que debían cumplir los profesores que deseaban desempeñarse en este campo y al respecto dice:

ARTICULO 1.- A partir del año en curso, los colegios de enseñanza secundaria para varones y para mujeres, tanto oficiales como particulares, no podrán designar profesores de educación física que no tengan grado expedido por el Instituto Nacional de Educación Física. En caso de no conseguirse profesores con grado podrán nombrar a aquellos que, sin tener título, hayan ejercido por lo menos durante dos años y estén capacitados ampliamente para desempeñar el profesorado.

Este decreto se expidió para las circunstancias y necesidades de esa época, fácilmente se entiende que hacia el año de 1938, el número de profesores titulados en educación física era muy limitado; para corroborar cómo la legislación colombiana es rica y muy amplia en todos los campos, pero escasamente se cumple, se transcribe la resolución número 46 de 1938, emanada del Ministerio de Educación Nacional: "como son hasta el momento insuficientes los profesores graduados en el instituto para atender debidamente y subsanar esta deficiencia, concediendo licencia a aquellas personas que sin tener título, han venido trabajando como profesores de educación física desde hace varios años cuando aun no existía el Instituto Nacional de Educación Física, las condiciones para obtener esta licencia son:

ARTICULO 1.- Las personas que sin tener título de profesores de educación física hayan ejercido el profesorado durante dos años, y desean continuar trabajando en el ramo, deben solicitar permiso a la Dirección Nacional de Educación Física, y someterse a las pruebas que esta ordene y que le permitan dar clases de educación física.

ARTICULO 2.- Los permisos para dictar clases de educación física que se expidan a individuos no graduados en esta especialización solamente tiene validez por el año escolar correspondiente al que se haya hecho la solicitud.

ARTICULO 3.- Los individuos favorecidos con el permiso de que tratan los artículos anteriores, solamente pueden ejercer el profesorado a falta de profesores titulados.

Existió pues una clara legislación sobre los requisitos que debían cumplir las personas que sin tener titulo de profesores deseaban desempeñarse en este ramo.

Hoy cuando se presenta una gran oferta de profesionales en esta área, no existe legislación alguna que permita vincularse para desarrollar estas actividades.

Estos argumentos acentúan aun más la difícil situación por la cual a venido atravesando la educación física.

Es conveniente resaltar las conclusiones que arrojó el segundo Congreso Colombiano de profesores de educación física, celebrado en Santa Fé de Bogotá en octubre de 1985, puesto que estas siguen vigentes y han contribuido en gran medida a que la educación física retome nuevamente el lugar que le corresponde dentro de la educación general.

1. La metodología debe descansar sobre la base de la importancia que tiene para nosotros el alumno, como un ser individual que debe, en lo posible, recibir nuestra particular atención, dirigida fundamentalmente a darle elementos para que mediante su activa y consciente participación sea artífice de su propia formación.

   Al alumno no solo hay qué decirle que hacer sino que hay que darle elementos que le ayuden a encontrar el para qué, el cómo, el por qué y cuando hacerlo, de tal manera, que su propia experiencia lo haga reflexionar acerca de la importancia del movimiento.

2. Es necesario que los profesores de educación física se integren a los grupos interdisciplinarios de docentes con el propósito de eliminar el atonismo de nuestra formación y corregir el propio proceso metodológico que manejamos, proceso que es limitante, pues representa esquemas que han sido creados para nuestra mentalidad de adultos y no para los niños o jóvenes que vamos a educar.

   El profesor de educación física debe participar directamente en la elaboración de los programas de manera que correspondan a las necesidades de los alumnos, en su propio medio y que tengan proyección a la comunidad extraescolar que poco o nada sabe de nuestra función.

3. El movimiento pedagógico debe ser un medio a través del cual se busque la identidad profesional del educador en Colombia y con la colaboración de la asociación Colombiana de profesores de educación física y los departamentos de educación física de las universidades, buscar la identidad profesional de la educación física.

Esta identidad no tiene que ver sólo con un reconocimiento como profesionales, sino que tiene una relación fundamental del educador con el currículo en general y con las necesidades de orden deportivo y recreativo a nivel nacional o regional, pues estos son campos en los cuales el profesor de educación física tiene y cumple una importante función.

Se debe buscar una integración entre los profesionales de la educación física, el deporte y la recreación, que tenga como objetivos determinar alternativas para la integración de programas que busquen educar al alumno dentro de una concepción integral del hombre.

4. El deporte y la recreación son medios y no fines de la educación física. Los tres ayudan con sus respectivo elementos a la educación integral del hombre, pero en el contexto de la clase de educación física se hace necesario entender que esos elementos son utilizados de manera integrada e integral y por lo tanto no se deben concebir como áreas aisladas de la clase.

5. En estos momentos no se puede considerar que la escasez de elementos espaciales sea un motivo para no trabajar eficientemente en la clase de educación física, pues la recursividad del profesor debe proporcionar al alumno, materiales con los cuales se pueden llegar a alcanzar los objetivos del programa.

La creatividad del alumno es de gran ayuda para la elaboración de materiales, con elementos de desecho y adaptación de algunos sitios que pueden ser soluciones funcionales para nuestras necesidades.

Igualmente dentro del mismo congreso se propuso :

- Asumir el estudio de los programas de educación física participando en forma crítica y dando alternativas sobre la renovación curricular.
- Adelantar un proceso de estudio y de acciones encaminadas a construir un sistema de educación física para nuestro país.
- Solicitar al gobierno el descongelamiento de plazas para la educación pública, y el nombramiento de profesores de educación física para la escuela primaria.
- La realidad presente en cuanto a diversidad y heterogeneidad profesional implica capacitación de los profesionales no universitarios, rechazando de plano a quienes no estén preparados para la educación física o el deporte, dada la existencia de profesionales egresados de diferentes universidades del país.
- Facilitar la participación de los profesores de educación física en la elaboración del currículo y estimular las innovaciones.

Los profesores de educación física, el deporte y la recreación deben impulsar su propia investigación, la que debe encaminarse a mejorar cualitativamente la profesión y a determinar alternativas para la integración de programas, metodologías que busquen educar al alumno dentro de una concepción integral del hombre.

El propósito de esta obra, es presentar un trabajo pedagógico, didáctico y metodológico de educación física, realizado a través de varios años de estudio de nuestro medio educativo, tanto a nivel de básica primaria, como de secundaria y media vocacional.

CAPITULO 2

BASES GENERALES DEL DESARROLLO MOTOR HUMANO

Todos los procesos educativos tienden a satisfacer las necesidades del ser humano y la educación física, como parte de ese proceso, debe contribuir a solucionar estas necesidades, principalmente formando multilateralmente, esto es, buscando un desarrollo armónico de los niveles cognoscitivo, afectivo, social, y motor.

Para lograrlo se debe partir del estudio de las características particulares del niño y del medio en el cual este se desenvuelve, logrando así estructurar adecuados programas de trabajo.

El anterior planteamiento conduce a que la educación física trabaje interdisciplinariamente con otras áreas del conocimiento, buscando integraciones que correspondan a contenidos e intereses comunes.

Al respecto, MUÑOZ (1990) afirma: "La educación física como área de aplicación se relaciona con la organización, sistematización de sus currículos y procesos instruccionales para que pueda atender adecuadamente las necesidades del alumno. La comprensión de estas necesidades se torna importante, principalmente en los años preescolares y escolares, ya que son considerados básicos para la vida.

El niño es ser muy complejo si tenemos en cuenta sus necesidades fisiológicas, afectivas, intelectuales, motoras, sociales y culturales; por la tanto la tarea de asistirlo merece ser bien analizada y estructurada.

Los estudios realizados hasta hoy basados en los principios de desarrollo motor son básicos para la formación de estructuras de movimiento cada vez más complejas y completas.

El desarrollo motor se halla ligado al desarrollo cognoscitivo, y estos a su vez con el desarrollo social del niño. Al respecto OBERTEUFFER y ULRICH (1977) afirman: "El alumno se comunica con las personas que están a su alrededor a través del movimiento. El movimiento es social. El niño se mueve, actúa, piensa para crear un ambiente con sentido de organización, seguridad y adaptación, modificando el

medio social donde se desarrolla, siendo la educación facilitadora de ese proceso". Los cambios siempre dinámicos en el comportamiento y en las relaciones interpersonales, son aspectos que ocurren diariamente en la vida del niño, ya sea en la familia, en la escuela o en la comunidad. La escuela debe reducir los conflictos y tensiones sociales del niño, como también creando los mecanismos para desarrollar la parte afectiva y social del alumno.

Según MUÑOZ (1990) un programa de educación física para el período comprendido entre los 4 y 14 años de edad, necesita contar con las siguiente caracterización mínima:

a – El establecimiento de objetivos bien definidos que faciliten la determinación del mejor camino para que el niño alcance un desarrollo coherente con sus características individuales.

b – Definición de los principios metodológicos de enseñanza-aprendizaje a ser adoptados, que interpreten el real significado del movimiento y proporcionen experiencias necesarias para el desarrollo global del alumno.

c – Selección y estructuración de tareas relacionadas con la secuencia de desarrollo motor del niño.

De esta forma, el conocimiento de las características de desarrollo motor humano se torna en elemento fundamental.

La educación física debe atender a las reales necesidades y expectativas del niño, para ello es indispensable que los profesores comprendan sus características, en cuanto a crecimiento físico, desarrollo fisiológico, motor, cognoscitivo y afectivo-social, aprendizaje motor y particularmente en las interacciones de estos procesos en niños cuyas edades oscilen entre los 4 y 14 años, y en función de estas características sugerir aspectos o elementos relevantes para la estructuración de la educación física preescolar y escolar.

Si existe una secuencia normal en el proceso de crecimiento, desarrollo y de los mecanismos de aprendizaje motor, entonces los niños necesitan ser orientados de acuerdo con estas características, teniendo en cuenta que solo así sus reales necesidades y expectativas serán alcanzadas.

La falta de atención a este tipo de orientación, conduce frecuentemente al establecimiento de objetivos, métodos y contenidos de enseñanza no apropiados, que provocan desmotivación y consecuentemente, pérdida de interés por la educación física.

DESARROLLO MOTOR EN LA EDAD ESCOLAR

Para GALLAHUE (1982) al ser citado por Muñoz (1990) el período escolar comprendido

entre los 6 a los 12 años es denominado de infancia tardía y caracteriza a los niños de este período como alegres, estables, ansiosos y capaces de asumir responsabilidades. Ellos pueden copiar nuevas situaciones y son ansiosos para aprender más sobre si mismos y su extenso mundo. Los niños de la escuela primaria dan el primer gran paso dentro de su extenso mundo cuando entran al grado primero.

Durante esta fase el niño necesita tener una buena orientación escolar, que mejore o corrija las experiencias anteriores, promueva la aceptación del mundo haciéndolo comprender la naturaleza y complejidad humana, estimulando las relaciones interpersonales como también la de prepararlo para el aprendizaje durante la vida, perfeccionar las capacidades motoras, dirigiéndolas hacia las manifestaciones culturales no verbales, de manera significativa y sana.

CARACTERISTICAS DEL COMPORTAMIENTO MOTOR DE 6 A 12 AÑOS

Varios autores sintetizan las características de los niños en la edad escolar de la siguiente manera:

- Es una edad propicia para los rápidos progresos en el aprendizaje motor.
- La formación y la educación en el deporte escolar y extraescolar se vuelven factores decisivos para el desarrollo motor de los niños.
- El niño manifiesta una gran vivacidad y flexibilidad.
- Todos los estímulos del medio son trasformados en movimiento de tal manera que los niños son constantemente móviles.
- Entre los 7 y los 10 años las habilidades de movimientos relacionadas con el deporte son simplemente patrones fundamentales de movimiento.
- Existe un alto interés en comparar las habilidades individuales y los patrones de rendimiento de sus compañeros.
- El niño esta interesado por todos los movimientos y no se siente limitado por factores fisiológicos, anatómicos o ambientales.
- Comienza a acentuarse la precisión y habilidad de los juegos de liderazgo.
- Durante este estadio (7 a 10 años) el niño trabaja para obtener la idea de cómo ejecutar las habilidades específicas, la capacidad y la eficiencia son limitadas.

Para WICKSTRON (1977) citado por MUÑOZ (1990) "La mayoría de los niños pueden estar en su desarrollo listo para ejecutar un patrón de movimiento maduro por la edad de los seis (6) años y comenzar la fase de transición para los movimientos deportivos. Después de que el niño a alcanzado el estadio maduro en un patrón fundamental, pocos cambios ocurren en las formas de movimiento durante la fase relacionada con el deporte. Se presentan variaciones en el estilo y refinamiento del patrón, además de seguridad, precisión y control, pero el patrón básico permanece inalterable. Factores individuales y condiciones ambientales estimulan al niño al moverse de un estadio a otro".

Los niños de una escuela primaria entre los 6 y los 12 años son caracterizados por GALLAHUE (1982) al ser citado por MUÑOZ (1990) en la siguiente forma: "La

estatura de los niños y niñas es aproximadamente de 110 a 150 cm, y el peso de 22 a 45 kg, el crecimiento es lento especialmente a partir de los 8 años hasta el término del período, los aumentos en las medidas son constantes aunque diferencias más rápidas en peso y estatura han sido observadas en los niños preescolares. El cuerpo comienza a crecer con un aumento anual de 5 a 9 cm, en relación con la estatura y de 1.5 a 3 kg, en relación con el peso. Los principios de desarrollo céfalo-caudal y próximo distal, ahora son más evidentes.

La preferencia manual es firmemente definida con cerca de 90% de preferencia en la mano derecha y 10 % en la izquierda. El tiempo de reacción es lento causando dificultades en la coordinación ojo - pie en el comienzo de este período. Para el final, es generalmente bien establecido, tanto las niñas como los niños son vigorosos pero su nivel de resistencia sufre bajones, y se cansan fácilmente.

Las habilidades son bien definidas ejecutando los movimientos de galopar, saltar en longitud, saltar en un pie y trepar. Se mejoran las capacidades de equilibrio en movimiento. En inmovilidad y las actividades básicas para el éxito de los movimientos relacionados con el deporte, tales como, recibir, patear y golpear que requieren bastante práctica. En esta fase comienza una transición desde el refinamiento de las habilidades fundamentales de movimiento para el establecimiento de juegos y actividades atléticas. El aprendizaje motor se torna bien claro entre los nueve y diez años (cuarto y quinto de primaria)".

Según MUÑOZ (1990) "Es conveniente resaltar que el desarrollo de mecanismos pertenecientes al dominio cognoscitivo sirven de fundamento para el desarrollo de los procesos de aprendizaje de las habilidades motoras. Operaciones tales como clasificación, seriación, verbalización pueden ser aplicados también al desarrollo de tareas motoras, para la organización seriada de movimientos, clasificación según la complejidad, representación verbal de un movimiento, los cuales llevan al niño al comprender con mayor facilidad su desempeño en las habilidades motoras.

GALLAHUE (1982) explica cómo el mejoramiento de la atención es generalmente lento al inicio del período, progresando gradualmente. Entre tanto, niños y niñas de ésta edad podrán mantenerse por varias horas en actividades que son de interés para ellos. Son ansiosos por aprender como adultos necesitando de asistencia y guía en la toma de decisiones.

Los niños presentan buena imaginación y exhiben creatividad de pensamiento, la auto-conciencia parece ser un factor nuevo al final de período. La música, televisión, cine, juegos rítmicos y actividades gimnásticas son de interés para los niños. No son capaces de pensar en forma abstracta, sin embargo, habilidades cognoscitivas abstractas son evidenciadas al término de esta fase y los niños son intelectualmente curiosos en saber el "por qué".

Muchos conceptos claves pueden ser aprendidos por el niño a través del uso del movimiento como una modalidad de aprendizaje. De manera general los conceptos de la educación formal y académica pueden ser aprendidos a través de actividades motoras. La retención cognoscitiva y el comportamiento eficiente pueden ser alcanzados por el refuerzo en el dominio psicomotor. Una comunicación de esos conceptos para los niños, muchas veces puede ser mejor expresada a través del movimiento. El conocimiento que incluye la percepción, la conceptualización y la práctica, son procesos favorecidos por el movimiento proporcionando otra dimensión de estímulos.

Las principales características del desarrollo afectivo de los 7 a los 10 años son resumidas por HUMPHREY (1980) al ser citado por MUÑOZ (1990) de la siguiente manera:

7 AÑOS: La curiosidad y la creatividad condicionan las respuestas del niño quien presenta dificultades para hacer críticas a los adultos. Quiere ser más independiente para conseguir nuevas experiencias en relación a su mundo. Está ansioso por alcanzar el conjunto de metas establecidas por parientes y profesores. Critica sus fallas y tiene más control de sus rabias, siendo menos impulsivo.

8 AÑOS: Muchas veces se vuelve antipático, recibiendo la crítica por parte de los adultos. Critica su grupo desarrollando enemistades. No gusta ser tratado como niño.

Presenta marcado sentido del humor y el primer impulso es censurar a los demás. Quiere ser más realista y se juzga a sí mismo.

9 AÑOS: Algunas veces es franco y critica a los adultos, sobre lo que el cree conocer, aunque sienta mucho cariño por ellos. Responde mejor cuando son tratados como personas con criterio de enfoque dentro de una línea adulta.

Busca reconocimiento por lo que hace o por lo que responde, mereciendo elogios. Se puede sentir contrariado por el reconocimiento en público, gustando más de los elogios en privado. Desarrolla principios de lealtad y simpatías para con los otros. No tiene intensión de castigar o criticar si él percibe que es justo, aunque se indigna cuando es injusto. Desprecia con orgullo el peligro y seguridad propia, como resultado del aumento del interés por la actividad que incluye desafíos y aventuras.

10 AÑOS: Aumenta la tendencia a revelarse contra la dominación del adulto. Está apto para inspirar en sus compañeros lealtad y heroísmo, queriendo ser líder del grupo.

El sentido de solidaridad le hace guardar los secretos por considerarse miembro de

él. Cada sexo tiene una tendencia a mostrar falta de comprensión y afecto con el otro. El comportamiento de niños y niñas puede ser crecientemente diferente.

En los últimos grados de la escuela primaria, entre los 10 y los 12 años, los niños están aptos para adquirir habilidades específicas (Fundamentos).

Algunas tareas de desarrollo que caracterizan este período son enunciadas por PIKUNAS (1979) de la siguiente manera:

- **Control del Cuerpo:** El crecimiento púberal contribuye indirectamente para la falta de ajuste, escasa postura y poca coordinación fina. Volver a obtener control sobre el cuerpo se vuelve una tarea continua para el niño.

  Constantemente hay necesidad de esfuerzo y ejercicio para conseguir vigor suficiente y madurez atlética. La mala postura de la región dorsal, como consecuencia de las actividades sedentarias, puede ser corregida con la carrera, natación y ejercicios afines.

- **Identificación de Pares:** En la pubertad, el adolescente parece enfrentarse con dos conjuntos de motivos: Los egoístas de la pubertad, se dirigen a satisfacer los impulsos que buscan placer, y los sociales, con los cuales el lucha por afiliación, aprobación e intimidad interpersonal. El deseo de causar buena impresión a los otros, especialmente a los pares de ambos sexos, se vuelve intenso. Lograr éxitos en esta tarea de desarrollo es uno de los grandes pasos para la identificación social y emocional con otras personas y grupos diferentes a los Padres.

Según GALLAHUE (1982) enunciado por MUÑOZ (1990) "Estos últimos años de la escuela primaria y los años pertenecientes a la escuela secundaria corresponden a la fase de movimientos relacionados con el deporte, en los estadios específico, y especializado.

El estadio específico hace referencia a que el individuo durante esta fase se da cuenta de sus ventajas y limitaciones físicas. Comienza a dirigir su interés hacia un solo deporte.

Es el momento de enfatizar el desarrollo de altos niveles de eficiencia y la clave es la práctica. Los patrones de movimiento característico del principiante durante el estadio previo (estadio general) se va produciendo. Las habilidades son refinadas y comienzan a ser utilizadas en los deportes oficiales para recreación y competición.

El estadio especializado es caracterizado por la limitación que tiene el individuo para participar en pocas actividades, frecuentemente comprometidas por períodos anuales. Las actividades a desarrollar durante la vida son escogidas con base en las capacidades, las ambiciones, las disponibilidades y las experiencias pasadas.

DESARROLLO PSICOMOTOR DEL NIÑO DE 7 AÑOS

Son niños aparentemente despreocupados y se puede no dar importancia a la maduración en esta edad, sobre todo la de su yo, cuando empieza a ser más consciente. Ahora tiene más conciencia de si mismo, más capacidad de entender, de saberse distinto a los demás y de compararse, lo cual implica que su esquema corporal es puesto a prueba. Cuando este niño dice yo, tiene una idea más clara y rica de si mismo, que el niño de 6 años y esto urge a que el medio ambiente y los refuerzos sean positivos ya que el niño necesita desarrollar más confianza en sí mismo siendo el dinamismo traducido en movimiento el que lo lleva a tener conciencia y confianza en si mismo. La misión del educador es ayudarlo y si se opone a esa búsqueda hará sufrir al niño. De la sumatoria entre conciencia y confianza nace el dominio de si mismo, proceso que avanza sobre el yo tosco, áspero del niño, lo que conduce a centrarse en su yo, siendo el eje de todo su psiquismo. El niño ve todo en función de su yo y de sus intereses y ese yo es centrar en sus pensamientos y conversaciones.

El niño quiere ganar siempre, ser el primero, necesita saber que lo prefieren, que es distinguido, que le dan la más alta calificación. Le atrae la idea de llamar la atención y le gusta sorprender, le duele perder, ser menos apreciado o criticado. Es en síntesis un mal perdedor. Esto se observa cuando niños de ésta edad trabajan nociones de orden. Al finalizar en un concurso todos dicen...primero, o uno es primero y los demás guardan silencio. El niño cree cualquier exageración que lo resalte sobre los demás y aunque fuese justo, le molesta cualquier situación que lo rebaje con el grupo.

El niño es un celoso maximal, quiere a su profesor, a su madre con él y para él, ellos están a su disposición.

Esto conduce a que estos niños rodeen a su profesor cada vez que la situación lo permita, quieren tocarlo, se cuelgan de él y sienten intuitivamente si ese cariño es retribuido, si lo sienten como ellos lo entregan, el maestro es querido y de aquí nace una fuerte influencia educativa.

El niño no necesita en esta edad de tristeza, regaños, ofensas, rigidez, autoritarismos, incomprensión, pesimismos, por lo que el maestro debe ser alegre, bondadoso y comprensivo.

El profesor que busca el saber, sin importar lo que cueste, fracasa con ellos.

A esta edad las responsabilidades que el niño necesita son el saber que es útil, que lo estiman y que le tienen confianza, pero si se le exige, sin sentido, sin objetivos propios a su alcance, con abstracciones lejanas a su comprensión, se siente herido.

Es grave hacer sentir vergüenza a un niño en esta edad y más delante de un grupo.

Las alternativas y la solución de problemas requieren de libertad, que el maestro debe otorgar con mucho sentido común, teniendo presente que el niño es objetivamente recíproco, traducido en su afectividad como; si tú, entonces yo, siendo la amistad un contrato de utilidades y si el sentido de la amistad supone un sacrificio o molestia, la respuesta es negativa. La reciprocidad se extiende a la imitación, a la cual tienen una alta tendencia; si el docente dice o hace una cosa asequible al niño, son muchos los que quieren decir o hacer lo mismo.

Los sentimientos de los otros para ellos, en general, no cuentan, así se insultan, se atacan, se acusan, se burlan y aunque buscan a los de su edad para jugar, sus peleas y luchas terminan casi siempre hostiles. La tendencia a dominar y a buscar que otros los sigan es manifiesta y los celos se manifiestan cuando se nota la preferencia por otros, que buscan más distinción o privilegios. (1).

DESARROLLO PSICOMOTOR DEL NIÑO DE 8 AÑOS

Los niños son más integrados y la personalidad de cada niño resalta sin comparación a la de los niños de 7 años.

La atención, comprensión, valoración y la apreciación, es decir las conductas perceptivas son notables. Estos niños captan y formulan por sobre lo abstracto y son más sólidos en sus relaciones y en su ser.

Se controla más en sus impulsos, es más autónomo y responsable. Se sitúa ya muy seguro ante realidades humanas fundamentales, es capaz de tomar una posición frente a los hechos, es sincero al dejarse orientar y corregir.

Este niño tiene conciencia de que una persona vale, sabe, puede, tiene, siente, ama y es reconocida. Se miran a si mismos y son capaces de mirar su reflejo en sus ideas, por ello entienden su sensibilidad ante sus valores aparte del reconocimiento de los otros, lo que trae consigo la satisfacción o insatisfacción consigo mismos. Al valorarse y compararse con otros, pueden decir quién es el mejor en los saltos, quien en el voleibol, en fútbol, etc.

Necesitan cantidades desmesuradas de reconocimiento, aprecio, admiración, autoestima y tienen miedo a no gustar, a no ser aceptados a fracasar, a ser despreciados y regañados, a ser criticados y a la mala impresión que otros tengan de ellos.

El se cree el dueño de todo el saber y cree que es capaz de hacer más de lo que puede.

Cuando hace peripecias o audacias en su casa o en las clases de educación física no busca exagerar méritos o demostrarse a sí mismo que puede, sino atraer la

(1) LEVY. EDUARDO. S.J. PSICOLOGIA EVOLUTIVA. PREFECTURA GENERAL DE ESTUDIOS. 1983.

atención y ser admirado, y es más fuerte este sentimiento que el temor a ser regañado.

Tiene más conciencia de la capacidad de poder y cumplir, de la responsabilidad y de la calidad en el obrar, más sentido del prestigio y del desprestigio.

En lo relacionado con el esquema corporal y con la percepción motora se nota un gran paso adelante sobre todo en la conciencia de si mismos, valoran más lo que les sucede y lo que sucede por acciones realizadas por ellos, valoran lo que hacen bien y lo que hacen mal, son más conscientes de la situación en su casa, en su colegio, en su grupo y del aprecio y afecto que se les tiene. Son capaces de formular ideas y principios sencillos por ello, no deben dárseles ideas ya estructuradas, sino dirigirlos hacia la formación de las ideas, pero se debe partir de los concreto, lo objetivo o de fantasías que partan de lo que se puede sentir. Si en cambio, se parte de lo abstracto, de ideas ya formadas, surge el aburrimiento y las molestias. Cuando las explicaciones son necesarias, el educador debe captar lo más rápido posible, si ellas son entendibles y si son significativas; si ese camino no se capta, hay que alterar, buscando otros senderos, si no es como si hablaran dos personas en distintos idiomas.

Los niños de 9 años tienen una gran fantasía e imaginación, que necesitan ser activadas. Para los niños fantasear es, imaginar sintiendo y sentir imaginando. El educador debe ser muy cauto ya que los niños usan esa imaginación para excusarse y coartar el trabajo.

Los niños sienten gran satisfacción aprendiendo cantos, juegos, poesías, adivinanzas ya que su saber se sintetiza en entender lo que se les explica y recordar solo lo que se les pide; aún así, el educador no debe limitarse a la memorización, pero dejarla de lado, es privar de la satisfacción de saber y poder repetir lo que se memorizó.

Esto se puede explotar en las clases de educación física al repetir cantos, rondas y porras, así al irradiar, el gozo es doble. Los niños son sensibles y hay que tener en cuenta esa sensibilidad respetándola, y ayudándole al niño a definirla, diferenciarla y expresarla en sentimientos.

A esta edad, hay ciertas conductas perceptivas que pueden irradiarse específicamente, así el niño es capaz de sentir y apreciar los sentimientos de otros, su afectividad en cuanto a simpatía no es mucha, pero ya se puede iniciar una línea de formación en este aspecto. Los niños en el aspecto perceptivo responden pronto pero por poco tiempo, por eso no se debe agotar en el aspecto de la afectividad, pero si dejar al niño con la inquietud y sensación de que es bonito dejar hablar al corazón. A los niños les gusta la movilidad, aman el movimiento, necesitando una gran variedad en cuanto a fondo y forma; la inmovilidad física de objetivos e intereses les aburre y disgusta. El educador debe saber la limitación de estos niños, recordando que no son adultos y sin correr tras un solo objetivo pues esto les cansa. Aquí la variedad en la movilidad, en el juego, en la actividad, deben conducir a una meta única.

El grupo es básico en esta edad, ya que cada uno se siente inseguro al realizar algunas actividades; al ser atacados verbal o físicamente sienten miedo y hasta terror, por eso, el ser ayudados y defendidos por un tercero les causa alegría y descanso. Les disgusta que les critiquen, que se burlen de ellos o que el desprecio sea la forma de tratarlos. Ellos quieren, defienden y responden al educador que les manifiesta aprecio, estima y admiración, que los trata como a niños, pero con respeto a sus ideas a su voluntad y a sus sentimientos; el educador debe encauzar esto hacia la disciplina grupal y hacia el respeto a los demás. El educador debe estar tan cercano a los niños que pueda fácilmente vislumbrar brotes de desprecio, burla u ofensa, ya que si permite actitudes crueles relacionadas con burlas o desprecios es dañino para aquellos que la sufren y para los que la manifiestan. El educador debe ser un líder en el grupo y hacer manifestaciones alusivas a estas actitudes cuando en el grupo no esté el niño que sufra el rechazo y nunca dar rienda a actitudes más negativas. El niño tiene más conciencia de si mismo para si mismo pero también de si mismo para los demás, por eso se interesan más en el grupo, desarrollándose el sentido de pertenencia y solidaridad, ya despierto desde el preescolar, pero surge ahora la concepción de concebirse como ser humano para amar.

La conducta perceptiva de estructuración adquiere su desarrollo al ser capaz de oír y apreciar lo que otros dicen y objetivar otros puntos de vista. El docente, nunca debe considerar a niños de esta edad como receptores pasivos, debe ser activador estimulando todas las posibilidades mentales, imaginativas, emocionales, volitivas y corporales, conociendo bien sus posibilidades motoras. Los problemas motores deben conducir hacia la toma de decisiones teniendo presentes las alternativas; escogiendo la que más conviene, defendiendo su posición y su argumento aún contra la decisión del grupo, alentando la expresión que en esta edad es algo natural. Desafortunadamente los niños son espontáneos en lo positivo y en lo negativo, así su cariño lo vuelcan todo pero también con crueldad, antipatía, burla y hasta hosquedad, siendo la tarea del educador canalizarla.

A los niños les gusta la expresividad, son creativos, imaginativos, les encanta dibujar, hacer figuras, representaciones y los bailes. Algunos ya captan la moda con cierto aporte personal. Es la época ideal para el desarrollo coordinativo general ya que les encanta arrastrarse, gatear, caminar, correr saltar, los juegos y excursiones son propios para canalizar energía. El esquema corporal con base en teatro, gritos y movimiento corporal son recibidos con gozo, las recuerdan mejor y llaman más su atención. Las sensaciones musculares traducidas en movimientos de manos, aplausos, pequeñas marchas, respiración a nivel global son ideales. Las competencias pueden ser perjudiciales y son más favorables los concursos, los festivales y minifestivales ya que en ellos el perdedor y el ganador se confunden. Si estos niños compiten y frecuentemente se hallan entre los perdedores puede ser dañino y si solamente están entre los triunfadores tendrán una visión parcial y peligrosa de la vida. (2).

---

(2) LEVY. EDUARDO. S.J. PSICOLOGIA EVOLUTIVA. 1983.

DESARROLLO PSICOMOTOR DEL NIÑO DE 9 AÑOS

A esta edad aumenta su capacidad de abstraer y de formar ideas universales pero se debe ayudarles partiendo de lo concreto, ya que al igual que los niños de 7 – 8 años, si se parte de lo abstracto, llegando a lo abstracto el niño se aburre y se molesta. Esta es una forma de llevarlos por un sendero concreto hacia los principios morales básicos. Los ejemplos y las comparaciones son formas para ganar la atención del niño de 9 años. Aunque la capacidad de sintetizar activamente es pobre en estos niños, el educador debe no solamente sintetizar en forma clara y breve, sino incrustarlos en comparaciones o en historias. La capacidad de relacionar y buscar ideas nuevas a partir de datos dados encontrando soluciones a problemas sencillos hay que fortificarla y desarrollarla, ya que ellas vienen con un progreso desde la edad preescolar.

La capacidad intuitiva para juzgar con sencillez, con profundidad, sobre la verdad y el bien que se dan en lo concreto, halla un juicio bastante claro. Nunca se debe confundir la sencillez con superficialidad; aquí lo profundo es sencillo. La atención es notable, sobre todo si lo que se dice está al alcance de los niños y más, si es apoyado por historias o comparaciones; su entusiasmo es notable si los trabajos son prácticos y este interés se extiende a sus trabajos personales de dibujos y lecturas. La fijación en la memoria se da acudiendo a la imaginación que en esta edad es viva; su mundo es rico en fantasías, pero lógicamente más real que en los años anteriores, ya que es capaz de captar la realidad y situarse en ella. El saber de estos chicos se basa en entender lo que se les dice y luego en recordarlo, por eso el docente debe explicar con brevedad, con seriedad, y sobre todo con precisión. La memoria necesita de lo concreto para recordar más y sostenerse en historias y comparaciones, la conciencia de si mismo es mayor, ya que despierta a un mayor realismo en todos los sentidos, su racionalidad es mayor, igual su capacidad de crítica no sólo respecto de si mismo sino de los demás. En el espíritu del niño las preguntas Quién soy?, para qué?, cómo? adquieren importancia en esta edad. Su capacidad de independencia es mayor, al igual que la seguridad en ellos mismos, existe más dominio de la personalidad, y de las reacciones, y más capacidad de responsabilidad. En esta edad es importante la valoración positiva de si mismos.

Hay mayor capacidad del juicio moral. El niño en esta edad capta el bien y el mal, para luego juzgar y ordenar. El negativismo insano en esta edad es fácil de grabarse ya que los chicos son sensibles al mal, se debe ayudar a los niños a que expresen lo que sienten en el trato diario con sus compañeros, los cuales tienen tendencia a no considerar los sentimientos de los demás por lo cual los pleitos son muy frecuentes, aquí brota la semilla fecunda para las relaciones humanas.
La competencia en esta edad no debe ser un arma única de apoyo ya que puede menoscabar la unidad del grupo y el espíritu de respeto y colaboración. Las niñas en esta edad tienen ideales más realistas y de más entrega a los demás que los niños, pero el sentido de justicia se desarrolla igual en ambos sexos, debido a la mayor

capacidad de crítica y a la mayor conciencia de si mismos y de lo que deben ser, siendo un sentimiento que urge formación, ya que es polarizado por culpabilidades; los niños aceptan así su parte pero se enojan al cobrarles lo que deben, lo que manifiestan rezongando y refunfuñando. La relación sexual se divide, desprecian a las niñas, las rechazan, las ofenden y aún a veces las buscan para pegarles, colocarles apodos, respondiendo ellas igual, y en el grupo mixto el aire es de hostilidad, su mundo es sólo de niños o niñas.

Ya muchos chicos o chicas se turban frente a interrogantes del otro sexo y hablan ya con seriedad sobre el gusto de algún chico o chica.

Les es indispensable que alguien les organice su tiempo y si así sucede gozan con excursiones, pertenencias a clubes, y con juegos reglamentados. (3).

DESARROLLO PSICOMOTOR DEL NIÑO DE 10 AÑOS

A pesar de que su capacidad de abstracción está más desarrollada, ellos manejan y prefieren los casos concretos. La abstracción latente está, pero ellos no lo saben, entonces, al no manejarla, no buscan sus productos, apropiándose de lo claro y sencillo; paralelamente su capacidad de sintetizar es pobre y necesitan que se les resuma claramente lo que tienen que recordar, luego de explicaciones claras o de diálogos extensos.

Con esta capacidad de abstracción, ya es posible ahondar sobre problemas de índole metafísico y sobre abstracciones relacionadas con la sinceridad, la bondad, la felicidad, la caridad, la comprensión, etc. Es notoria su capacidad de situarse en el espacio y esto se observa en sus concepciones gráficas. Hay que ayudarles a ubicarse en los espacios concretos basados en la observación, la idea y la práctica, ya que su mente concreta les dirige hacia ella, hacia las normas prácticas y a la acción. Para estos niños el saber es el recordar y les gusta llamar la atención por su saber.

En esta edad hay que buscar y trabajar para la formación de la conciencia, sin dar muchos principios de índole moral, enseñando el sentido común y a escuchar la voz de la conciencia, unidos a la obediencia inteligente y no a la sumisión irracional. De la fantasía el niño pasa al realismo lo que ayuda a entender a la conciencia, siendo sinceros consigo mismos y con los demás.

Los niños son activos y gustan de variada actividad con lo cual son felices y ordenados, en este período no se debe reprimir sino activar.
Son desorganizados de hecho y hay que partir de esa desorganización para buscar alegría y entusiasmo, luego esto redunda en orden y organización.

Sexualmente no se gustan con el sexo opuesto, tienden a separarse y los niños

(3) LEVY. EDUARDO. S.J. PSICOLOGIA EVOLUTIVA. 1983.

desprecian a las niñas, y grupalmente hay que evitar morbosidades ya que las niñas tienen inquietudes sexuales. (4).

Este conocimiento del desarrollo motor humano no es algo por demás estático, es algo vivo, enriquecido diariamente por investigaciones y aportes de científicos de áreas afines.

Es en la edad preescolar en la cual aparece la posibilidad de irradiar al niño y sistemáticamente progresar hacia la enseñanza en diferentes movimientos. Las experiencias en cuanto a preparación de deportistas llevadas a cabo en diferentes países de la antigua área socialista y de muchos avanzados del área capitalista, demuestra que es en esta edad, en la cual el ser humano debe dominar los fundamentos de la técnica dentro de la complejidad de la fase irradiativa de muchos de los llamados movimientos deportivos.

Si la pedagogía, la metodología y los procesos se organizan en una forma correcta, dentro de la educación física hacia los 7 u 8 años; los niños deben poder patinar en patines de ruedas, patines para hielo, esquiar, correr con facilidad, lanzar y agarrar pelotas de diferentes tamaños, saltar, realizar ejercicios básicos de gimnasia, sostenerse en el agua (flotar), montar en bicicleta.

La especialización, conocimiento y dominio de los docentes en el área de la educación física debe dirigirse aún más allá de los simples procesos anatómicos y abarcar los fisiológicos y psicológicos. En la edad escolar que nos ocupa se cumple en el analizador motor de los jóvenes su culmen desde el punto de vista de maduración anatómica y fisiológica, situación que debe concluir con la utilización y explotación de todas las capacidades del joven, ya que ellos, sobre todo los adolescentes, pueden ejercitar movimientos con igual coordinación y agilidad que los adultos (Farbell, v. s), siendo en este momento el obstáculo, no la edad, sino la duración y complejidad del proceso irradiativo; aún más el tiempo requerido para el aprendizaje, por esa razón se observa que dentro del deporte, como medio de la educación física, en la actualidad la maestría la alcanzan deportistas con altos grados de irradiación pero prácticamente niños, sobre todo en aquellos que se necesitan movimientos con grados altísimos de coordinación compleja. Aún los jóvenes poseen la suficiente fuerza relativa para el dominio en esta edad, de las más complejas técnicas.

Se debe reconocer que muchos individuos no pasan a través del desarrollo y refinamiento de los movimientos relacionados con el deporte en la secuencia presentada.

Los niños son frecuentemente motivados a refinar las habilidades especializadas de un deporte particular a una edad temprana. No es dañina, pero también ésta búsqueda de la especialización, se hace a expensas del desarrollo de patrones

(4) LEVY. EDUARDO. S.J. PSICOLOGIA EVOLUTIVA. 1983

fundamentales y habilidades generales de movimiento en muchas formas. E
desarrollo especializado de una habilidad, puede ser de valor, si ésta no se hace
expensas o en lugar de un programa de educación física de calidad. Debe solament
complementar el programa regular de instrucción extraescolar o deporte juvenil.

CAPITULO 3

ENSEÑANZA - APRENDIZAJE DE HABILIDADES MOTORAS

Debido a la importancia que presenta el desarrollo de los patrones fundamentales de movimiento, estos reciben mayor atención en los programas escolares y por el contrario, las actividades relacionadas con la irradiación y enseñanza - aprendizaje de las habilidades motoras en los programas de educación física escolar, no reciben la debida importancia.

Esta situación es contradictoria, teniendo en cuenta que el rendimiento es el resultante, en gran parte, de cómo un niño intenta, ejecuta y automatiza las diferentes habilidades relacionadas con una determinada tarea motora.

Igualmente, la situación es contradictoria, si consideramos que los primeros años en la vida del niño, son períodos ideales para el aprendizaje de habilidades motoras y no son aprovechados convenientemente. (MUÑOZ, 1990).

El tiempo ideal para la adquisición del refinamiento en los patrones fundamentales es de los 3 a los 14 años de edad pertenecientes a los años del preescolar y la escuela. Una de las razones que lo justifica es la maduración del sistema nervioso, muscular y óseo, que favorecen la adquisición y combinación de un considerable conjunto de habilidades motoras.

El medio ambiente limita el desarrollo motor del niño, por lo tanto la educación física debe responsabilizarse de la realización de actividades motoras adecuadas como también de facilitar el aprendizaje de nuevas habilidades, mediante una enseñanza competente y planeada, relacionada con el desarrollo motor del niño.

Para WICKSTRON (1977) Citado por MUÑOZ (1990) "El andar es reconocido como el primer patrón fundamental de movimiento o habilidad básica a desarrollar. A él le siguen otros patrones fundamentales como correr, lanzar, brincar, golpear y patear. Se entiende por habilidad básica una actividad motora común con una meta general, siendo ella la base para actividades motoras más avanzadas altamente específicas.

En una etapa posterior, estos elementos del comportamiento como el andar, correr,

saltar y lanzar interactúan para formar estructuras más complejas. Por ejemplo, el elemento correr interactúa con el elemento rebotar una bola dando origen a una estructura más compleja del comportamiento motor llamada DRIBLING. Así, una gran variedad de combinaciones pueden ser hechas, dando origen a estructuras cada vez más complejas.

Esto quiere significar que todas las habilidades adquiridas durante los primeros años de vida (6 – 7 años) forman la base para el aprendizaje posterior de tareas más complejas y después de esto, probablemente nada de lo que aprendemos es totalmente nuevo. Todo está relacionado con algo que fue irradiado anteriormente.

La educación física en el preescolar y en los primeros años de la escuela primaria deben proporcionar a los niños la oportunidad de un desarrollo secuencial de su comportamiento motor. Por lo tanto, se debe permitir que el niño acreciente su repertorio de estructuras y que estas se vayan organizando, y complicando cada vez más, (Fase irradiativa).

Varios autores concluyen que los niños cuyas edades oscilen entre los 10 y los 12 años ya se encuentran en posibilidad de adquirir habilidades específicas, comunmente denominadas habilidades deportivas.

La educación física en los últimos años (4–5) de la escuela primaria puede trabajar con habilidades especificas deportivas. Primero es necesarió analizar seria y profundamente cuales son los beneficios educacionales del aprendizaje deportivo. El deporte es importante porque proporciona situaciones de movimiento que posibilitan el desarrollo de cada niño dentro de las actividades específicas.

Además, el deporte es una forma de patrimonio cultural de la humanidad y uno de los grandes objetivos de la educación es la transmisión cultural. Los niños tienen derecho a conocer y asimilar el patrimonio cultural desarrollado y acumulado por las generaciones anteriores. (MUÑOZ ,1990).

FASES DEL APRENDIZAJE MOTOR

Para complementar y concluir el presente capítulo, se resumen aquí las fases del aprendizaje motor.

Las fases caracterizan de modo general el desarrollo del aprendizaje motor; en los estadios que deben superarse para llegar a la capacidad, estas no deben ser tomadas esquemáticamente y estáticamente, pues entre las diversas fases no hay una clara línea divisoria.

El aprendizaje de un movimiento nuevo pasa por lo regular por tres fases o estadios característicos que según el predominio en su contenido, pueden ser denominados de la siguiente manera: (5)

---

(5) GARCIA, VALDEZ, MARTINEZ Y HERNANDEZ. TEORIA Y METODOLOGIA DE LA EDUFISICA PREESCOLAR. Pág 85.

FASE A: Adquisición de la forma tosca inicial:
Coordinación primitiva del movimiento.

FASE B: Corrección, afinamiento y diferenciación:
Coordinación elaborada del movimiento.

FASE C: Afinamiento y adaptación a condiciones cambiantes:
Estabilización del movimiento.

FASE D: Adquisición de la forma tosca inicial
Coordinación primitiva del movimiento.

IMPORTANCIA DEL EJEMPLO

Cada vez que en la clase se trata del aprendizaje de un movimiento nuevo, es usual realizarlo ante el alumno a modo de modelo, esto corresponde a una necesidad elemental del alumno, pues el quiere saber si es capaz de realizar el movimiento y de qué manera.

Por lo tanto el aprendizaje motor esta ligado a la imagen del movimiento real, pues el camino que lleva el aprendizaje del movimiento es en primer lugar visual.

La adquisición de nuevas destrezas, al principio, no se hacen de manera racional, sino que están regidas por fuertes impulsos emocionales, condicionadas casi siempre por una motivación muy personal.

Por otro lado el alumno capta globalmente la ejecución del movimiento observado de manera general y externa. Por lo tanto solo tiene una tosca impresión, captando qué se hace, pero no, cómo se hace.

La adquisición y el aprendizaje empiezan para él, en la ejecución, con los primeros intentos del nuevo movimiento.

La función y el mejor efecto del ejemplo (Demostración) consiste, en su estado inicial, en que se entusiasma, moviliza las energías, despierta su deseo de actuar, de seguir el ejemplo y de aprender. La disposición del alumno aumenta ante el buen ejemplo.

De esta manera el alumno va aprendiendo en forma creciente, empieza a ver con mayor exactitud y a distinguir detalles de lo que ve.
Y la idea del movimiento toma forma con la ejecución del mismo.

Algunas características que identifican esta fase son:

1. El movimiento es tosco y defectuoso, pero se puede apreciar la forma global del movimiento.
2. La realización es completa.
3. Exceso de gasto energético.
4. El movimiento es inexacto y de poca precisión.
5. Ausencia de reflexión sobre el movimiento.

Varios autores concluyen que el movimiento nuevo, es toscamente coordinado, antieconómico y produce rápido cansancio. El consumo de energía no está en la debida proporción con el rendimiento. El alumno todavía no sabe, aprovechar las llamadas energías exteriores, que tan importante papel desempeñan junto a las energías musculares propiamente dichas, durante todo movimiento o ejercicio deportivo.

Esta coordinación primitiva se caracteriza también por la inexactitud e imprecisión en el movimiento debido a que el radio es casi siempre mayor que el necesario.

ADQUISICION DE LAS FORMAS PRIMITIVAS DE MOVIMIENTO

Los inicios de la coordinación primitiva pueden producirse de maneras diversas; distinguiéndose dos posibilidades:

La Adquisición libre y la Adquisición dirigida.

La adquisición libre se caracteriza por una búsqueda activa y por pruebas de las posibles soluciones para llegar al éxito. Se buscan varias posibilidades, hasta encontrar la solución "adecuada", es decir mediante el ensayo y error, luego se repetirá y se fijará finalmente. De este modo se produce la adquisición de movimientos nuevos, sobre todo en los niños pequeños.

La Adquisición dirigida de nuevos movimientos, se diferencia de la libre, de manera parecida a la variación en el aprendizaje de la lengua materna en la vida diaria. Al alumno se le quitan muchas cosas de las que tendrá que enterarse en el curso de la adquisición libre, por medio de pruebas. Por ejemplo en una clase de baloncesto se le coloca una tarea ante la cual debe buscar una solución o se le muestra la solución y se le explica que debe hacer. Ampliando el concepto, la adquisición dirigida se da a través del entrenamiento, de un patrón técnico definido y de un método determinado, esta adquisición es más económica y permite el aprendizaje del movimiento en forma progresiva.

2. FASE B. CORRECCION, AFINAMIENTO Y DIFERENCIACION:

Coordinación elaborada del movimiento.

a) Característica General de la Fase B.

En esta fase del aprendizaje motor, las formas toscas adquiridas son desarrolladas por diversos medios y métodos hasta llegar paulatinamente a adquirir una forma refinada.

Por lo regular, todo este desarrollo tiene lugar en forma planificada y dirigida. Los movimientos naturales, no aprendidos, adquieren, obra de influencias conscientes, ennoblecimiento, un cultivo en la dirección, una mayor economía, funcionalidad y belleza.

El movimiento, en el transcurso de este estadio de elaboración y corrección conscientes, se convierte en algo más seguro, más controlado, preciso y constante.

En esta fase, se produce también una diferenciación y una especialización de las formas básicas adquiridas. El correr pasa a ser, por medio de la enseñanza regular la elaboración de las diferentes formas de salto o técnicas del salto de altura, de longitud etc. El lanzamiento se diferencia en lanzamiento de pelota, balón, disco, jabalina, etc. Y en cada caso varía la forma del lanzamiento, de acuerdo con la índole del objeto lanzado, de su peso, forma etc.

En ésta fase el movimiento se hace en su totalidad más armónico y unitario.

Los movimientos innecesarios y fuera de control desaparecen. La dirección de los movimientos se hace controlada, más precisa, más dirigida a su objetivo.

Se puede afirmar que en esta fase se van perfilando cada vez más las características ya conocidas de una ejecución adecuadamente coordinada.

El inicio de la coordinación elaborada y de la paulatina diferenciación, es un proceso muy complicado que a menudo requiere mucho tiempo. Esto tanto vale para la génesis de la forma, como para el desarrollo de las condiciones fisiológicas de su inicio. La metódica de la formación física y del entrenamiento conoce muchos medios que sirven para el desarrollo de la coordinación elaborada. Por ejemplo, la corrección, por medio de la palabra, por medio de recursos audiovisuales, además está la explicación del movimiento que orienta al alumno sobre detalles de la estructura del movimiento y sobre cuestiones fisiológicas, anatómicas, físicas, en tanto éstas sean asequibles al alumno. Por último, se trata de una práctica bien proyectada y estructurada sistemáticamente. La exposición de todos estos medios es cosa de la metodología, que lo hace con detalle.

CAPITULO 4

CONCEPCION METODOLOGICA EN LA EDUCACION FISICA

El presente capítulo, proporciona conceptos relacionados con el cómo enseñar en las clases de educación física.

METODO: Formas organizadas y sistemáticas para crear un ambiente favorable que ayude a lograr los objetivos en el aprendizaje.

Dentro de esa conceptualización moderna de la didáctica, es importante que el profesor de educación física tenga presentes los criterios que a continuación se exponen en lo referente a los métodos de enseñanza.

METODOS DE ENSEÑANZA EN EDUCACION FISICA

La mayoría de los métodos utilizados en la enseñanza de la educación física actualmente, tienen origen en otras áreas afines.

Partiendo de directrices metodológicas actualizadas, de la concepción y el contenido pedagógico que se tengan sobre la educación física y sus finalidades educativas, se debe organizar métodos de enseñanza. El buen maestro es aquel que diariamente se preocupa por buscar lo mejor para facilitar el aprendizaje de sus alumnos.

Un método es efectivo cuando cumple ciertos principios que garantizan una acción educativa, esto es cuando forman en el alumno hábitos y actitudes que enriquezcan su personalidad, y le proporcionen nuevas posibilidades de vida.
THORNDIKE (1931) Al ser citado por TELMO PAGANA (1986) enuncia unos principios sobre los cuales se fundamenta los métodos:

- Como educativo, el método debe reducir las perturbaciones y adaptar armónicamente al alumno a su entorno social, despertando en el su autonomía, autocrítica, y responsabilidad individual y de grupo.
- Como activo, el método debe permitir la realización de actividades dinámicas, que despierten una gran motivación.
- Como simple y útil, el método debe permitir la acción y reacción del alumno y

del profesor en forma calculada y segura. No debe complicar el desarrollo y cumplimiento del rol que a cada uno le corresponde.

- Como interesante, el método debe relacionar, satisfacer y estar acorde con los intereses y gustos de los alumnos.
- Como integral, el método debe provocar reacciones intelectuales, emocionales y volitivas simultáneamente.
- Como práctico, el método debe provocar reacciones favorables y aplicables a diferentes realidades, procurando encontrar resultados concretos y útiles.
- Como económico, el método debe evitar la pérdida innecesaria de tiempo, de esfuerzo tanto del alumno como del profesor y basarse en términos de eficacia.
- Como psicológico, el método debe adaptarse al crecimiento progresivo, a las capacidades, intereses, disposición emocional y a la personalidad de los alumnos.
- Como socializador, el método debe utilizar actividades y crear condiciones aprovechando el interés y toda la colaboración del alumno.
- Como gradual en los diferentes niveles, el método debe adaptarse a las diferencias individuales, a los intereses y capacidades de los alumnos, a la organización racional de los contenidos, a los medios auxiliares y a los procedimientos que se utilizan en el proceso de enseñanza-aprendizaje, con el fin de lograr mejores y más eficaces resultados.

Así mismo el profesor debe tener presente, que para seleccionar un método de enseñanza es importante determinar ciertas características que orientan su selección, entre ellas podemos enunciar las siguientes:

- Tipo de destreza a enseñar: De la complejidad de la destreza motora, dependerá en gran medida la selección del método. En destrezas motoras de fácil ejecución se recurrirá a métodos que permitan la enseñanza en forma global o en su conjunto; si la destreza a enseñar o el ejercicio a realizar es demasiado complejo, se utilizarán los métodos que permitan descomponer la destreza en sus partes más importantes y dedicarle a cada una de ellas un estudio detenido.
- Número de alumnos: Dependiendo de la cantidad de alumnos que participan del proceso de enseñanza - aprendizaje se podrá seleccionar el método en varias experiencias realizadas se ha podido concluir que cuando el grupo es numeroso se recomienda recurrir a métodos que permitan el aprendizaje en forma global y viceversa. Esto como es lógico estará supeditado también a la cantidad de materiales disponibles, con pocos materiales y muchos alumnos, la mejor opción se encuentra en el método que permita la enseñanza de la destreza o ejercicio en forma global.
- Objetivo que pretende lograr: El profesor debe tener bien clara la meta a lograr con los estudiantes, ya que de ello dependerá el método a seleccionar. Si el objetivo es el de irradiar o posibilitar la vivencia de un gesto o destreza, fácilmente se puede utilizar la enseñanza en forma global; pero si el objetivo es el de asimilar o ejecutar la destreza, la enseñanza y el aprendizaje debe ser

más profundo, de mayor análisis, por lo tanto se recurrirá a la descomposición del aprendizaje en partes, lo que permitirá un estudio a fondo de cada una de ellas.

- Experiencia psicomotora y deportiva de los alumnos: Es determinante conocer, por parte del profesor, las características y el desarrollo psicomotor de los niños, para dosificar, ordenar secuencial, pedagógica y técnicamente los contenidos a enseñar y graduar la exigencia o la dificultad de los mismos. Igual sucede con la experiencia deportiva, con alumnos aventajados o muy hábiles, el grado de rendimiento y de exigencia será mayor con respecto a los menos aventajados.

Varios estudios se han realizado sobre las diferentes formas de enseñar; dichos estudios han arrojado datos en favor y en contra de los métodos, por lo tanto es difícil generalizar al respecto. Lo importante es destacar que no existe un método infalible o ideal para trabajar, en el momento hay métodos que brindan más ventajas didácticas que otros, pero ello no los hace únicos o exclusivos.

El presente trabajo describe algunos métodos que a través de los tiempos se han utilizado en la educación física, dejando a criterio del profesor la selección del método que más se adapte a las características de los alumnos y a los principios sobre los cuales debe fundamentarse el método. (Figura 1).

FIGURA N. 1

METODO GLOBAL

Consiste en enseñar una destreza motora en su conjunto (XAVIER ,1981). Inicia el aprendizaje de un movimiento directamente sobre la totalidad del mismo, de ser posible, o sobre situaciones de movimiento dinámico lo más cercano al movimiento motivo de aprendizaje (BONILLA, 1991).

Lo más importante del método global es que permite al estudiante una ubicación real en la situación de aprendizaje, lo motiva y tiene la oportunidad de desarrollar la creatividad.

VENTAJAS DEL METODO GLOBAL

- Admite una participación total del cuerpo.
- Facilita la continuidad para pasar de un ejercicio a otro.
- Mejora el ritmo.
- Se presenta mayor motivación.
- No divide la destreza en movimientos parciales, sino que estas conservan su integridad, su totalidad y como tal se aprenden.

DESVENTAJAS METODO GLOBAL

- No facilita el estudio del gesto o destreza que se enseña.
- No se presenta un aprendizaje puro, se aprende superficialmente.
- No hay una participación amplia del estudiante durante el aprendizaje.
- Al demostrar el profesor o un alumno aventajado se puede aprender errores.

EJEMPLOS DE LA APLICACION GLOBAL

FUNDAMENTO: CONDUCCION EN FUTBOL

- El alumno conduce el balón libremente.
- El alumno conduce el balón, un compañero le muestra banderolas para que identifique el color.
- El alumno conduce el balón con borde interno y externo.
- El alumno conduce el balón con cambio de ritmo y dirección.

FUNDAMENTO: GOLPE ANTEBRAZOS EN VOLEIBOL

- Por parejas: uno lanza el balón, el compañero golpea con antebrazos.
- Individualmente golpear el balón con antebrazos a la pared.
- Individualmente golpear el balón con antebrazos en forma continua.

DESTREZA GIMNASTICA: POSICION INVERTIDA SOBRE LA CABEZA

- Posición invertida sobre la cabeza con ayuda de la pared.
- Posición invertida sobre la cabeza con ayuda de dos compañeros.
- Posición invertida sobre la cabeza con ayuda mínima de un compañero.

METODO PARCIAL

Consiste en enseñar una destreza motora por partes, para luego unirlas entre si. (XAVIER 1981)

El método parcial divide una destreza motora en partes de movimientos que tienen secuencia y durante el proceso de aprendizaje va acoplando las partes de aprendizaje hasta formar la destreza total.

Para BONILLA el método parcial consiste en descomponer el tema de enseñanza en las partes consideradas decisivas para su aprendizaje. Para cada parte el profesor selecciona un conjunto de actividades secuenciales que reunidas conforman la clase en sí y el fundamento técnico (tema) motivo de enseñanza. El alumno asimilará gradualmente cada parte hasta integrarlas en el todo final.

El método parcial se recomienda utilizarlo cuando la destreza o gesto motor es de difícil ejecución.

VENTAJAS DEL METODO PARCIAL

- Se presenta un rápido mejoramiento de la técnica.
- Requiere o exige una concentración reducida.
- A medida que el alumno ejecuta cada una de las partes lo motiva a seguir esforzándose.
- El aprendizaje por partes da seguridad al estudiante.
- Al descomponer el gesto o destreza en partes permite una mayor graduación en la dificultad.

DESVENTAJAS METODO PARCIAL

- Poca participación del alumno durante el proceso de aprendizaje.
- La clase pierde motivación, ya que los movimientos son estereotipados.
- La clase pierde alegría, libertad y creatividad.
- Desconocimiento por parte del alumno del objetivo de los movimientos (desconoce lo que aprenderá).

EJEMPLOS DE LA APLICACION PARCIAL

FUNDAMENTO: CONDUCCION EN FUTBOL

- El alumno frente al balón se desplaza y adopta la posición inicial del cuerpo.
- El alumno sin balón corre libremente con cambios de velocidad.
- El alumno conduce el balón adoptando la posición correcta del cuerpo.
- El alumno conduce el balón con cambio de velocidad y de dirección.

FUNDAMENTO: GOLPE ANTEBRAZOS EN VOLEIBOL

- Individualmente el alumno se desplaza y se toma las manos según indica el profesor.
- Por tríos y con un balón, cada alumno se desplaza llevando el balón con los antebrazos. (zona de contacto).
- Individualmente realizar el agarre propuesto por el profesor y golpear de antebrazos luego que el balón toque el piso.

- Idem, al anterior pero realizar dos, tres, cuatro golpes consecutivos.
- Individualmente golpear de antebrazos consecutivamente.
- Por parejas golpear de antebrazos consecutivamente.

DESTREZA GIMNASTICA: POSICION INVERTIDA SOBRE LA CABEZA

- Ubicación de la frente y manos, sobre el piso.
- Elevación de la cadera y adopción de la posición "mosca" o "pulga".
- Desde la posición "pulga" elevación y extensión de una pierna, con ayuda de un compañero.
- Idem, al anterior con elevación y extensión de las dos piernas.
- Ejecución de la posición invertida sobre la cabeza con apoyo en la pared.
- Ejecución de la posición invertida sobre la cabeza con ayuda de un compañero.
- Idem. al anterior sin ayuda.

METODO MIXTO

Consiste en enseñar una destreza motora en su totalidad o en su conjunto y se ejecuta hasta alcanzar la forma rudimentaria. Luego se descompone la destreza en sus partes más importantes o en aquellas donde el alumno presentó mayor dificultad; el profesor selecciona un conjunto de actividades para corregir los errores y a continuación se vuelve a ejecutar la destreza en su totalidad.

El método mixto es recomendado por algunos autores para ser aplicado en los juegos predeportivos o en los deportes en general.

Su aplicación en los deportes debe seguir las siguientes etapas (XAVIER 1981) por medio del método global el alumno tiene una visión general o de conjunto sobre el fundamento o técnica a realizar, usualmente a través de la demostración presentada por el profesor o por experiencias anteriores de los alumnos.

Más adelante se recurre al método parcial para ejecutar cada parte del gesto o fundamento y perfeccionar dichos movimientos.

Finalmente y una vez dominadas cada una de las partes del gesto o fundamento se retorna a la ejecución completa. De ésta manera se obtiene un gran dominio del gesto o fundamento.

VENTAJAS DEL METODO MIXTO

- Rápida orientación técnica de los alumnos.
- Fácil corrección de errores durante la ejecución.
- Motiva fácilmente.
- Dominio más rápido de la técnica.

DESVENTAJAS METODO MIXTO

No se han encontrado desventajas en la aplicación del método mixto en educación física, como tampoco en la enseñanza de los deportes.

EJEMPLOS DE LA APLICACION DEL METODO MIXTO

FUNDAMENTO: CONDUCCION EN FUTBOL

- Conducir el balón libremente variando la velocidad y la dirección. Realizar (forma rudimentaria) varias repeticiones.
- Corrección sobre la posición inicial del cuerpo y las superficies que hacen contacto con el balón. Ejecutar el ejercicio sin balón y sin desplazamiento.
- Caminar y señalar objetos que el profesor indica en diferentes posiciones.
- Idem. al anterior pero corriendo en diferentes direcciones y velocidades.
- Conducir el balón observando cada aspecto tratado particularmente. (cuerpo semiflexionado, mirada al frente, golpear el balón con borde interno y externo).

FUNDAMENTO: GOLPE ANTEBRAZOS EN VOLEIBOL

- Por parejas uno lanza el balón, el compañero golpea de antebrazos y pasa.
- Individualmente golpear el balón con antebrazos en forma continua (forma rudimentaria) método global.
- Individualmente desplazarse y se toma las manos según indica el profesor.
- Idem. al anterior pero ahora llevando el balón en los antebrazos (zona de contacto) sin golpear el balón (método parcial).
- Individualmente realizar el agarre propuesto por el profesor y golpear de antebrazos luego que el balón rebote en el piso. Extender piernas al momento de golpear.
- Idem. al anterior pero realizar cuatro, cinco golpes consecutivos.
- Por parejas golpear de antebrazos consecutivamente. (método global).

DESTREZA GIMNASTICA: POSICION INVERTIDA SOBRE LA CABEZA

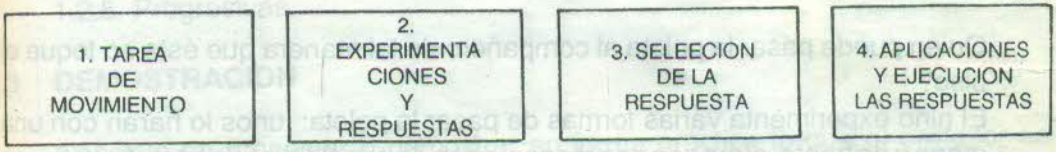
- Posición invertida sobre la cabeza con ayuda de dos compañeros forma rudimentaria (método global).
- Individualmente ubicar la frente y las manos sobre el piso. (manos a lo ancho de los hombros).
- Elevación de la cadera y adopción de la posición "pulga", mantener dicha posición durante unos segundos. (método parcial).
- Idem al anterior, pero elevando una pierna, mantener el equilibrio con ayuda de un compañero.
- Idem al anterior, elevando las dos piernas, mantener el equilibrio con ayuda de un compañero.
- Ejecución de la posición invertida sobre la cabeza con ayuda de un compañero.

- Ejecución de la posición invertida sobre la cabeza con ayuda en la pared.
- Idem. al anterior sin ayuda. (método global).

METODO DE TAREAS DE MOVIMIENTO

El profesor organiza la clase mediante un conjunto graduado de tareas que serán presentadas al alumno en forma de pregunta: Quién puede girar en un pie? Quién puede girar avanzando?. La selección de la tarea por parte del profesor así como el manejo de la pregunta son decisivas para el éxito de la clase. El profesor debe ser muy recursivo y hábil para estimular las mejores respuestas y corregir las que impliquen peligros o defectos motores. (BONILLA 1991).

El método de tareas de movimiento debe seguir las siguientes fases:



1. La tarea de movimiento la propone el profesor a través de preguntas, tales como: Quién puede? Quién es capaz de? Con qué puede hacer? etc. La importancia radica en la claridad con que el profesor lanza la pregunta.

2. Experimentación y respuesta: luego que el alumno escuchó la tarea de movimiento a través de la pregunta, tiene la oportunidad de crear sus propias respuestas ya sea individualmente o por grupos, es decir puede experimentar y presentar al profesor su respuesta en movimiento.

3. Selección de la respuesta: El profesor una vez observadas las diferentes respuestas, escoge las más recomendables, teniendo en cuenta que estas se relacionen con el tema de clase y que no ofrezcan peligro o defectos motores para los alumnos.

4. Aplicación y ejecución de la respuesta más acertada, el profesor permite que todos los alumnos ejecuten el movimiento propuesto por uno o varios compañeros.

El método de tareas de movimiento es recomendable en la fase de irradiación general o también denominada educación física de base, grados uno y dos de básica primaria.

VENTAJAS DEL METODO TAREAS DE MOVIMIENTO:

- Permite desarrollar la creatividad e imaginación en el alumno.

- Permite fomentar la autonomía y responsabilidad en el alumno.
- Fomenta el trabajo en grupo.

DESVENTAJAS DEL METODO TAREAS DE MOVIMIENTO

No se han encontrado desventajas en la aplicación del método de tareas de movimiento en la educación física de base, sin embargo es de resaltar que si el profesor no es recursivo y hábil para lanzar la pregunta y para estimular las mejores respuestas, se puede dispersar la atención de los alumnos y hay pérdida innecesaria de tiempo.

EJEMPLOS DE LA APLICACION DEL METODO TAREAS DE MOVIMIENTO

TEMA: COORDINACION VISOMANUAL (PASES)

- Quién puede pasar la pelota al compañero de tal manera que ésta no toque el piso?
- El niño experimenta varias formas de pasar la pelota: unos lo harán con una mano y de frente, otros con dos manos, otros de espalda, otros lateralmente con una mano, etc.
- De las respuestas presentadas, el profesor selecciona la más acertada, por ejemplo: pasar la pelota de frente y con dos manos.
- Luego el profesor permite que todos los niños ejecuten la respuesta presentada por sus dos compañeros. (pasar la pelota de frente y con dos manos).

El método por sí solo no garantiza un buen aprendizaje, por lo tanto debe utilizar procedimientos didácticos, técnicas de enseñanza y recursos.

A continuación se describen dichos elementos para que el profesor los utilice adecuadamente en el desarrollo de la clase:

1. PROCEDIMIENTOS DIDACTICOS

Son actividades docentes realizadas en el desarrollo de la clase, para orientar acertadamente el proceso de enseñanza-aprendizaje. Los procedimientos más utilizados en la educación física son:

1.1 ORGANIZACION

Consiste en ordenar pedagógica, secuencial y técnicamente las actividades de la clase, de la siguiente manera

1.1.1 De lo más fácil a lo más difícil.
1.1.2 De lo más simple a lo más complejo.
1.1.3 De lo más próximo e inmediato a lo más remoto e inmediato.

1.1.4 De lo concreto a lo abstracto.

1.2 EXPLICACION

Consiste en proporcionar a los alumnos la información teórico-práctica sobre la destreza motora a enseñar o del ejercicio a realizar; es importante que el profesor recurra a ejemplos prácticos, antes que a explicaciones prolongadas.

Toda explicación debe tener las siguientes características:

1.2.1 Cortas.
1.2.2 Claras.
1.2.3 Exactas.
1.2.4 Sugestivas.
1.2.5 Progresivas.

1.3 DEMOSTRACION

Consiste en presentar o demostrar en forma práctica lo que el profesor se propone enseñar.

La demostración ayuda a que el alumno concrete y entienda lo que se enseña; así mismo refuerza lo que se esta tratando teóricamente. (explicación).

La demostración puede ser:

1.3.1 DIRECTA

Cuando la demostración la realiza el propio profesor.

1.3.2 INDIRECTA

Cuando la demostración la realiza un alumno con ayuda del profesor. O cuando el profesor recurre a la utilización de medios audiovisuales (películas, fotos, filminas. etc).

1.4 REPETICION

Oportunidad que tiene el alumno de ejecutar repetidamente y continuamente, la destreza motora.
Es importante que el profesor de educación física, permita a los alumnos asimilar la tarea motora y practicarla hasta lograr una automatización.

Para ello el profesor debe tener presente los siguientes aspectos:

1.4.1 Los alumnos deben tener una idea clara y precisa de la destreza o tarea motora a ejecutar, esto se logra utilizando buenas explicaciones y especialmente a través de la demostración.

1.4.2 La repetición, es decir el número de veces que el alumno realiza el movimiento, tratando de materializar la idea del movimiento.

1.4.3 Automatización, a medida que el alumno asimila la técnica del movimiento, lo va puliendo y dominando hasta convertirse en destreza de alta precisión.

1.5 CORRECCION

Consiste en la atención permanente que el profesor brinda a los alumnos mientras ejecutan la tarea de movimiento o la destreza motora.

Las correcciones las puede realizar el profesor en forma individual o colectiva.

La corrección individual se debe utilizar cuando uno o dos alumnos presentan errores en la ejecución de la tarea de movimiento o destreza motora.

La colectiva va dirigida a todos los alumnos y debe utilizarse cuando la mayoría de ellos están cometiendo errores en la ejecución de la tarea o destreza motora.

Cualquiera sea la forma de corrección, ésta deberá ser justa y positiva.

Nunca la corrección será encaminada a destruir la motivación de los alumnos.

2. TECNICAS DE ENSEÑANZA

Son formas racionales de organizar y conducir el desarrollo de las actividades de un grupo (conducir el aprendizaje del grupo).

Las técnicas de enseñanza comúnmente utilizadas en educación física pueden ser:

2.1 Técnica de enseñanza individual.
2.2 Técnica de enseñanza en pequeños grupos.
2.3 Técnica de enseñanza de grandes grupos.

El profesor de educación física deberá utilizar las tres clases de técnicas de enseñanza, dependiendo del espacio físico disponible.

En la ejecución de una determinada técnica de enseñanza, se pueden utilizar diversos procedimientos didácticos. Ej: técnica de enseñanza individual procedimientos a utilizar: explicación, demostración, corrección, etc.

EXPLORACION DEL MOVIMIENTO (6)

Son muchos los principios metodológicos generales a través de las cuales la educación física llega a la comunidad, así tenemos: comando directo, enseñanza por asignación, enseñanza mutua, enseñanza mediante grupos pequeños, enseñanza por medio de un programa individual, enseñanza por descubrimiento dirigido, enseñanza por ensayo y error y enseñanza por exploración del movimiento, las anteriores pueden beneficiar en cualquiera de las fases. Más recomendables sobre todo para los grados I y II de Educación Básica-Primaria, es el método conocido como exploración del movimiento. El movimiento del ser humano ha sido objeto de interés por mucho tiempo, sobre todo cuando ya experimentalmente se han comprobado los primeros movimientos registrados en la octava semana de vida del desarrollo embrionario, comprobando además la formación de los reflejos incondicionados fundamentales a partir del quinto mes en el feto (DONSKOI, 1988).

Es el movimiento antes y luego del nacimiento la forma de exploración del ambiente, es la forma además de acumular experiencias y de recordarlas luego mediante la aplicación en la vida. Todo lo que una persona reciba y haga desde el nacimiento y aún antes, afectará sus habilidades. La gran mayoría de las conductas del tipo perceptivo motor y sobre ellas los fundamentos de las percepciones y nociones espaciales, temporales y las causalidades se forman hasta el año y medio gracias a la experiencia motora. Lógicamente no es posible irradiar y menos enseñar todos los movimientos al niño y por ello ha sido estudiado en muchas formas y desde muchos puntos de vista; ingenieros, matemáticos, físicos, fisiológicos, fisiatras, médicos, biólogos, biomecánicos, ortopedistas, psicólogos, educadores físicos y otros, han intentado combinar información acerca de músculos, huesos, tendones, articulaciones, palancas, acciones, reacciones, método que las abarque y que implique comprensión del movimiento, y una luz que ilumina el sendero tan complejo y aún peligroso de la síntesis de todo nuestro conocimiento y experiencias sobre el movimiento parece ser el método que dentro del área conocida como educación física se ha dado en llamar Exploración del movimiento, que puede conceptuarse como una serie de experiencias organizadas y progresivas en cuanto a dificultad, que conducen al esquema corporal como medio de ejecución de habilidades motoras.
La educación física tiene unos objetivos que son posibles de lograr gracias a la educación del movimiento.

La educación del movimiento no es otra cosa que la habilidad general de manejar el cuerpo para la vida, partiendo de las condiciones que el medio nos brinda, manejo que debe conducir a solucionar problemas y a escoger alternativas favorables según las diferentes situaciones.

El objetivo de la educación del movimiento debería ser el movimiento básico o sea los fundamentos y entendimientos de como manejar el cuerpo con ayuda de esos fundamentos.

---

(6) PACHELO LOPEZ RODRIGO. EDUCACION FISICA V. RECREACION INFANTIL. E.U.E.D. San José. Costa Rica. 1983

Con la exploración del movimiento la fase irradiativa de aumento de experiencias en cuanto a posibilidades motoras, adquiere otra significación más allá de la simple vivencia, cumpliendo la función de creadora y descubridora, ya que el docente es solo un guía y los niños descubren por sí mismos los movimientos básicos y sus principios.

La observación, conocimiento y comprensión según el nivel de irradiación y el objetivo a trabajar, son logrados mediante la guía y las sugerencias individuales y colectivas que conducen a un mejoramiento mediante la evaluación positiva.

3. RECURSOS O MATERIALES

Los recursos son medios disponibles para conducir el aprendizaje.

La forma de presentar la información o el contenido del aprendizaje tiene una gran influencia; de allí que el profesor debe conocer los recursos más apropiados para utilizarlos en cada situación.

La utilización de materiales permite concentrar el interés y la atención de los alumnos, estimulando la expresión corporal y verbal; así mismo permiten estimular la imaginación y sintetizar el conocimiento.

Algunos autores clasifican los recursos en Humanos y Materiales. En los primeros se incluyen el profesor, los alumnos, los padres de familia y la comunidad en general.

En los recursos materiales llamados generalmente, material didáctico, se tienen en cuenta:

- Recursos naturales: todos los recursos que proporciona el medio, tales como: ríos, colinas, montañas, bosques, etc.
- Recursos de la escuela: todo el material didáctico que la institución pone a disposición del profesor de educación física, o que este conjuntamente con los alumnos puedan dotarse, tales como: aros, bastones, pelotas, cuerdas, colchones, etc.

CAPITULO 5

LA PLANEACION EN LA EDUCACION FISICA

La planeación como una de las etapas más importantes dentro de la actividad docente, se concibe como la elaboración de un plan de trabajo el cual reúne armónicamente, los diversos componentes del quehacer didáctico.

Por lo tanto la planeación debe articular racionalmente, objetivos, contenidos, métodos, recursos y tiempo en obediencia a las necesidades del alumno.

El programa de educación física y sus contenidos parten de las necesidades del alumno, respondiendo a los objetivos basados en esas necesidades. Para determinar sus alcances se debe recurrir a la evaluación, que proporciona la información necesaria para reajustarla total o parcialmente. Así la planeación se convierte en un proceso dinámico, en el cual permanentemente se hace un estudio de cada uno de los componentes, y se evalúa su eficacia; esto facilita la labor docente y mejora el proceso de Enseñanza- Aprendizaje.

Dentro de la planeación de la educación física se deben contemplar los siguientes pasos:

1. **INTERPRETACION**: Significa que el profesor debe realizar un análisis de todos los elementos del programa, de tal manera que estos conserven una secuencia lógica, pedagógica y técnica. Dicho análisis debe partir del conocimiento lo más exacto posible de los alumnos, quienes serán los beneficiarios del mismo; es decir que los objetivos, contenidos y métodos deben adecuarse a las características y necesidades de los alumnos.

   Para que el programa sea objetivo y se ajuste a las características de desarrollo motor, desarrollo afectivo y social del niño, es necesario que el profesor aplique una conducta de entrada, con el fin de determinar el desarrollo del alumno, y con base en dicha información elaborar el programa para cada uno de los grados.

2. **INTEGRACION**: Consiste en detectar en el programa los objetivos y contenidos afines, elaborados para cada grado. Por ejemplo: para los dos primeros grados de la básica primaria, el profesor debe determinar los contenidos afines con las

unidades del esquema corporal, conductas motrices de base y conductas perceptivo-motoras, seleccionando temas que se puedan trabajar simultáneamente durante el desarrollo de cada clase.

En este trabajo se presentan integraciones a manera de ejemplo, los que el profesor deberá ajustar o modificar de acuerdo al desarrollo de los alumnos.

3. **CORRELACION:** Se refiere al enfoque interdisciplinario de la educación física con otras áreas curriculares, principalmente en el primero y segundo grado, la correlación implica que el profesor debe seleccionar los temas de educación física que se pueden desarrollar simultáneamente con temas de otras áreas, tales como: matemáticas, ciencias sociales, ciencias naturales, música, etc, debe presentar unidades integradas; para ello es necesario conocer los contenidos de las áreas y seleccionar los contenidos a correlacionar.

4. **PARCELACION:** Consiste en establecer una relación directa entre la intensidad horaria asignada y las unidades de aprendizaje que se elaboren.

La parcelación significa asignar un tiempo de trabajo a los contenidos elaborados, para cuya realización se requiere de la interpretación, integración y la correlación.

OBJETIVOS GENERALES DE LA EDUCACION FISICA DE BASE

- Proporcionar experiencias de movimiento para el desarrollo global del niño.
- Proporcionar tareas relacionadas con la secuencia de desarrollo motor del alumno.
- Preparar al alumno para el aprendizaje durante la vida.
- Mejorar y perfeccionar las capacidades motoras, dirigiéndolas para las manifestaciones culturales no verbales.
- Proporcionar actividades de movimiento que mejoren el proceso cognoscitivo.
- Estimular las relaciones interpersonales.
- Contribuir al mejoramiento perceptivo como base del desarrollo cognoscitivo, socioafectivo y motor.
- Contribuir a la adaptación e interacción social y al desempeño eficiente en las actividades diarias.

CONTENIDOS

Los contenidos de la educación física en el nivel de básica primaria se proyectan hacia el desarrollo motor dado por experiencias directas que se inician con la concientización del esquema corporal, y coordinación general, que al ser aplicados mejoran las capacidades motrices básicas e inducen al aprendizaje de los fundamentos en la iniciación deportiva escolar y expresión estética, como medios para alcanzar el mejoramiento de experiencias motrices que le permitan al niño ejercitar su pensamiento concreto.

Los programas de educación física presentan la siguiente estructura:

En los grados primero y segundo de primaria, el niño pasa del pensamiento preoperacional al concreto, lo cual se caracteriza físicamente por el derroche de movimientos superfluos, debido al cambio comprensivo que exige adaptación de los centros corticales a las nuevas características del cuerpo en crecimiento.

Partiendo de esta concepción el programa de educación física para estos dos grados, ofrece experiencias integradas del aprendizaje motor, con el fin de llevar al niño al conocimiento de sí mismo y de su relación con el medio.

Básicamente el programa para estos grados presenta contenidos que en forma integrada hacen referencia al: esquema corporal, conductas motoras básicas y conductas perceptivo motoras.

El programa para el grado tercero de primaria se fundamenta en que una vez que el niño haya adquirido los patrones fundamentales de movimiento (andar, correr, lanzar, saltar, gatear, golpear y patear) se le presentan actividades motoras un poco más avanzadas, pero sin llegar a buscar una especialización en las mismas.

Se pretende proporcionar al alumno actividades motoras en donde pueda combinar los patrones fundamentales de movimiento, debido a la facilidad de captación y a sus características morfológicas, (cuerpo proporcionado, pensamiento concreto), se continúa el desarrollo perceptivo y las funciones motrices de base, y se inicia en las capacidades motrices, ofreciendo como tema al alumno, orientación para el desarrollo de habilidades y destrezas básicas de tipo deportivo e iniciación en la expresión estética, teniendo en cuenta actividades y deficiencias que al ser superadas, contribuyen al mejoramiento del acervo motor, por medio de la gimnasia, bailes, juegos y minideportes.

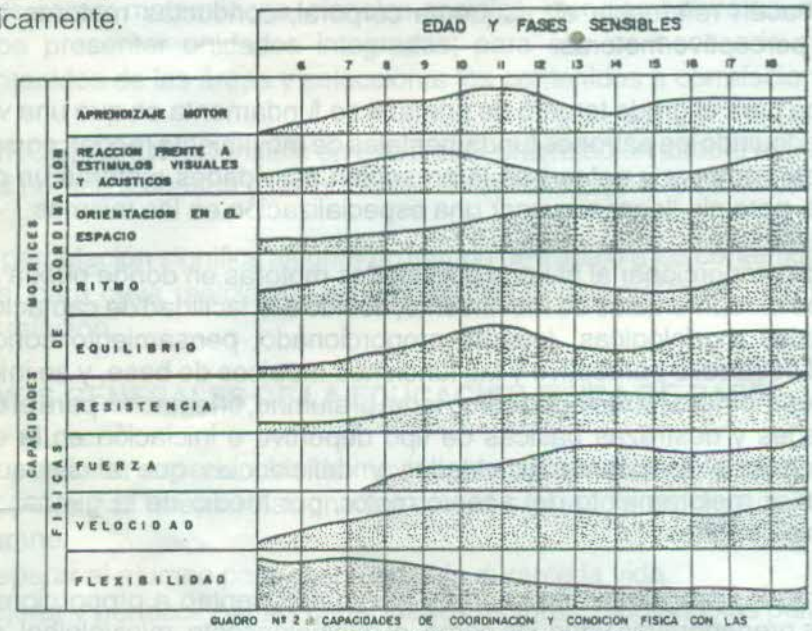
Básicamente los programas de cuarto y quinto se orientan a proporcionar al niño actividades predeportivas variadas como, el minibaloncesto, minivoleibol, minifútbol y las actividades artísticas, como la gimnasia rítmica y los bailes nacionales.

Por lo tanto los contenidos se dirigen a la fundamentación predeportiva y a los minideportes.

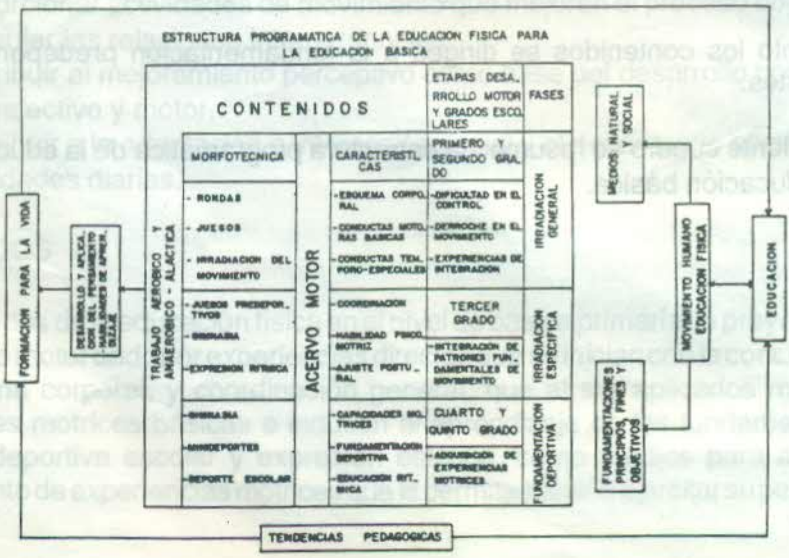
En el siguiente cuadro se resume: la estructura programática de la educación física para la educación básica.

La progresión en el desarrollo de los contenidos, en cuanto a las actividades debe ajustarse a los principios que fundamentan la dosificación del trabajo en razón al tipo de energía utilizada que en primaria corresponde a trabajos en esfuerzos aeróbicos (baja intensidad, larga duración), anaeróbica, (alactácidos de mayor esfuerzo y corta duración), menos de diez segundos sin producir dolor, representan la carga de trabajo, número de ejercicios o series, tiempo de duración, descanso o recuperación, creatividad y naturalidad del alumno y recursos del medio.

Es importante analizar las edades y las fases sensibles en que se deben trabajar las capacidades de coordinación y de condición física, esto con el fin de no exigir al niño tareas motoras para las cuales aún no se encuentra preparado ni fisiológica ni psicológicamente.



CUADRO Nº 2 CAPACIDADES DE COORDINACION Y CONDICION FISICA CON LAS CORRESPONDIENTES FASES SENSIBLES POSIBLES (BASADO EN MARTIN, 1982)



CAPITULO 6

JUSTIFICACION PSICOMOTOR DE LOS CONTENIDOS PARA LAS EDADES COMPRENDIDAS ENTRE LOS 6 Y LOS 8 AÑOS

La motricidad de estos niños se caracteriza por los contrastes: por un lado llama la atención, la fuerte movilidad, la transformación violenta de todos los estímulos, impresiones y percepciones ambientales en movimiento, lo que hace que el niño esté continuamente móvil y por otro lado, es sorprendente la motricidad pensada, una cierta lentitud, una experimentación cuidadosa en las ejecuciones. Por muy rápida que sea, la transformación de los estímulos ambientales en movimientos, ellos son realizados con premeditación, con lentitud y con circunspección, a lo cual se agrega una indeterminación en el movimiento que por añadidura en vez de volver torpes los mismos los hace aparecer elegantes y gráciles. Si nos dirigimos hacia los movimientos altamente funcionales, rápidos, exactos y al mismo tiempo calificamos la motricidad de estos niños como derrochadora, despilfarradora, desordenada, indeterminada, prudente, mesurada, discreta y lenta nos evidencia que los docentes de estos primeros años escolares deben tener en cuenta la madurez motriz, y reconocer en el movimiento la forma pueril o infantil y hasta inocente y dejar pacientemente madurar el movimiento y no imponer antes de tiempo estilos de movimiento deportivo.

Es primordial en estos dos primeros años, antes que cualquier otra cosa, elaborar el núcleo cinético como medio de preparación hacia un futuro rendimiento y más importante aún hacia el movimiento para la vida.

El niño de grado I y II busca jugar y la forma social de estos niños continúa siendo el grupo de juego, él busca a sus "amigos" o "compañeros" para jugar, aunque estas palabras carecen de una significación propia para él ya que la relación niño, niño es aún muy débil, así el maestro es rebaño o manada, unido por hilos invisibles pero de una resistencia inverosímil que conducen al centro, o sea al maestro, quien va a chocar con un instintivo anarquismo de la personalidad infantil, lo que en un comienzo dificulta la convivencia.

En la clase de Educación física son las tareas, los problemas y los intereses del juego quienes ligan a los niños entre sí, ya no se puede esperar una auténtica coordinación comunitaria, lo cual se manifiesta en su incapacidad para elegir líderes o capitanes comunes.

Para estos niños las competencias tienen significación solamente formal y si luego de una carrera les pregunta el maestro quien llegó primero cada uno contesta "yo", ésta convicción de ser cada uno el primero y el mejor no es aún ambición, sino un sentimiento vital que está asegurado por toda una estructura de rendimiento, de ser capaces de todo y de la ilimitada confianza en sí mismos que guía a los niños a afrontar un mundo nuevo y un medio ambiente amigable o inhóspito, y le protege contra las vivencias del fracaso, lo cual se echa por tierra destruyendo su personalidad, si el maestro empieza a medir el rendimiento infantil con normas objetivas.

JUSTIFICACION PSICOMOTORA DE LOS CONTENIDOS PARA LAS EDADES COMPRENDIDAS ENTRE LOS 8 Y LOS 10 AÑOS

Edad diferenciada entre niños y niñas, y el cambio de estructura corporal en cuanto contextura del párvulo que concluye y cede el sitio a la del escolar.

El crecimiento es favorable ahora a lo ancho lo que trae aparejadas relaciones de fuerza relativa y favorables proporciones físicas, que es revelado en excedentes de energía que busca "rendimiento" y comparación.

La motricidad en los niños entre 8 y 9 años se caracteriza aún por una fluidez grácil, suavidad y riqueza en los movimientos y manifiesta cada vez mayor economía el lujo del movimiento se reduce en favor de la exactitud y la funcionalidad. Así poco a poco la madurez motriz ofrece premisas para el estilo predeportivo y su forma en bruto, aumenta su capacidad coordinativa y ofrece posibilidades de combinaciones de las conductas motoras básicas y las coordinaciones óculo manuales y pediales; es la época adecuada para las percepciones rítmicas y las nociones mismas ya que su sensibilidad a ritmos más diferenciados es propia de esta edad; lo mismo que la incorporación de ellos a diferentes movimientos (tempo). Aparece la fase de lo que observa a primera vista, lo cual significa más allá de la copia el hecho de que muchos desarrollos cinéticos complejos son ejecutados en cuanto a facilitación y acomodación sin mucha ejercitación previa. Aquí empieza la "cosecha" de las percepciones vividas en la fase anterior, además de la experiencia cinética y de los modelos cinéticos adquiridos en la irradiación general. El hecho de que el niño se interesa por el objeto no por una necesidad interior a jugar, ni tampoco por un capricho, lo cual conduce a separar paulatinamente la actitud seria del trabajo y la del juego, la mayor intensidad de la energía volitiva, la atención fija hacen que el niño persista en una prueba ofrecida a él ó elegida voluntariamente hasta que logre un resultado objetivo son las justificaciones para el difuso paso entre la irradiación a nivel específico y la del aprendizaje, y así es la edad más importante para la mecanización, facilitación y acomodación de las habilidades.

CONTENIDOS GENERALES PARA LOS GRADOS PRIMERO Y SEGUNDO

La sensomotricidad continúa primando en el niño, en donde la "integración" entendida como una correlación, articulación y unificación, ofrece experiencias mediante la

irradiación global o general que incluye aspectos cognoscitivos, informativos, de comprensión, aspectos motores y psíquicos relacionados con habilidades, hábitos y destrezas; aspectos sociales, afectivos de actitudes, valores y aspectos ecológicos de conservación, todos concretos, objetivos y de la vida cotidiana observando exigencias psicológicas del niño, que utiliza preferentemente un manejo relativamente indiferenciado y global de la realidad como maniobra infantil, esto le conduce a percibir totalidades de las cuales, sólo por razones de utilidad o curiosidad se van separando componentes o aspectos, a los que se destinan peculiaridades muy generales.

Si se desea lograr provecho en las clases hay que partir de este principio, e interesar al niño ayudándole en su desarrollo analítico sin apartarse de la globalidad, así, y en concordancia con las fases, la irradiación global va con lo sincrético al empezar, luego el aprendizaje paralelo con lo analítico y al final el dominio con lo sintético.

Aunque poco a poco se puede mermar el tiempo incluido en las actividades integradas, nunca significa que se abandone completamente. La sicología del preescolar y del escolar en sus primeros niveles, gravita sobre la integración currícular y lo amerita también desde el punto de vista social para resolver situaciones alternativas de escogencia en cuanto a capacitación social.

"ESQUEMA CORPORAL": La expresión corporal tiene aquí su momento explosivo ya que los niños en esta edad necesitan expresión más que de sus ideas, de sus sentimientos, lo que da animosidad y plástica al cuerpo y sobre todo al rostro, el niño bueno, sumiso amigable de repente es insoportable.

El esquema se irradia ahora mediante todo tipo de actividades, juego, ronda, canciones, adivinanzas, acertijos, dinámicas con base en: tocar, indicar segmentos del cuerpo en general y luego específicos de un segmento o parte del cuerpo. Este tipo de irradiación no necesita espejo por parte del docente y de manera individual prosigue hasta la forma de trabajo grupal.

Diferenciar segmentos y partes del cuerpo en general y luego específicamente segmentos o partes de segmentos. Aquí el espejo es necesario por parte del maestro y la forma global procede de lo individual hasta lo grupal.

La transposición de los segmentos corporales es una forma de involucrar al niño en la relación grupal que ya es de reciprocidad, aunque la amistad es algo utilitario para ellos. En estos momentos de juego comparten, siendo un momento ideal para canalizar sus luchas poco amistosas, hostiles mediante tendencia a la imitación, lo mismo que la naturalidad para jugar en grupos mixtos a los cuales se integran naturalmente sin mostrar un interés sexual desde el punto de vista del desarrollo. El refuerzo del sentimiento abstracto de colaboración y de ayuda se integran aquí, pudiendo emplear este tema con las percepciones motoras de estructuración al utilizar la percepción del par, dos, tríos, percepciones espaciales etc.

La transfiguración o transcripción del esquema es un aparte valioso y casi ilimitado en cuanto a su aplicación práctica integrando la mayoría de conductas perceptivas motoras, relaciones topológicas, sensaciones estereognósicas, percepciones espaciales que deben irradiarse aún pese a su capacidad no muy alta de síntesis y seguir razonamientos. La transfiguración proporciona instrucción, juego y creatividad formal rica en contenidos que se aprenden prácticamente y no necesitan repetirse como lecciones. La atención de los niños se atrae ya que ellos realizan figuras, correlacionando desde ya su coordinación ojo mano con texturas, materiales, trayectorias y distancias. La capacidad breve de atención mediante el esquema corporal se atrae gracias a que la misma se dirige respetando esa brevedad en una misma actividad vista desde diferentes puntos de vista lo cual complementa la necesidad de novedad, y procura la experiencia feliz que exige esfuerzo mental a la medida de cada niño.

Las posiciones fundamentales y derivadas tienen aquí potencialidades sin límite por el gusto de transformar las impresiones del mundo, sensaciones, y percepciones en movimientos, facilitando irradiarlas a través de la imaginación y la fantasía centradas en historias que urgen menor esfuerzo y más diversión, implicando principios sencillos de exploración del movimiento llevando a los niños a explorar su capacidad de entendimiento, mediante las mismas cosas interesantes para el niño que mantengan su atención el tiempo suficiente.

Las sensaciones musculares elementales pueden ser irradiadas solamente a través de aquellas actividades lúdicas que relacionen concursos, ya que este tipo de trabajos involucra rápidamente la disminución temporal de la capacidad de trabajo, y al niño de esta edad la limitación o la incapacidad le contrarían, y si no logra asumirlas abandona el intento o hace lo propuesto por salir del paso. El docente debe utilizar la necesidad de autoestima y autovaloración para explotar este aparte, sembrando confianza en ellos, y alabar su trabajo sin llegar nunca a la adulación. El aspecto de la relajación debe enfocarse teniendo presente que el niño en el proceso de maduración corre a centrarse en su yo, siendo este el eje de todo su psiquismo. Todo es visto a través de un prisma en donde la descomposición de él al entrar al prisma sale refractado en sus intereses, en sus pensamientos y en sus charlas. El es El y quiere ganar, ser el primero, quiere sentir que lo prefieren siempre, que es distinguido, que su calificación es la más alta, que sus actos llaman la atención y le encanta sorprender, quiere ser el rey y el soberano, quiere ser no ya un superhéroe con un nombre diferente sino El su superhéroe. Así que la relajación debe dirigirse a nivel global, luego de actividades que impliquen un juego muy dinámico.
Igual aspecto merece la respiración que debe enfrentarse a nivel global y utilizando concursos, historias o leyendas que la desarrollen partiendo de situaciones con elementos concretos y objetivos que puedan ser palpados, tocados, soplados que intuitivamente conducen a interrelacionar este tema con la coordinación viso manual.

Las habilidades son bien definidas en esta edad y se expresan en movimientos de

arrastre, galopes, saltos en un pie y a pies juntos, saltos de longitud, siendo los más apetecidos los de trepar y suspensiones, presentándose una utilización bastante aceptable del tronco y de las piernas.

Ahora y conjuntamente en la coordinación viso manual y pedial en el momento de irradiar hacia la asimetría motora, explotando de hecho el predominio motor estable en aquellas actividades preferentes, dirigiendo la atención a la asimetría. Debido al desarrollo céfalo caudal y proximodistal se halla una preferencia en las actividades manuales y facilidad en su coordinación visual siendo en un comienzo difícil la viso pedial.

CONTENIDOS GENERALES PARA EL GRADO TERCERO

Entra poco a poco la educación física en la fase irradiativa específica y el esquema corporal de estos niños debe irradiarse basándose en el hecho de que son capaces de reflejarse en sus ideas, en su saber, tienen idea de sus propios valores, sienten ya lo que significa estar satisfechos o insatisfechos consigo mismos, y su capacidad fantasiosa e imaginativa es sorprendente si se les presiona adecuadamente. Su esquema ya se representa para gustar y así hablan de que a una niña le gusta tal o cual niño.

El niño al representar su esquema es un poco superficial en cuanto a pensamientos altruistas, sus sentimientos son burdos y bruscos. La representación de padres y madres poco les interesa y el origen de la vida poco interés despierta, al hablarles del papel de la mamá dejan de lado sin preguntar el papel del padre. Las historias románticas les aburren pero si un héroe de alguna historia halla a alguien que le gusta, su interés se dirige a ver que sucede.

Gozan con la expresión que poco a poco es controlada y menos imperiosa; ahora saben cuando callarse, pero al colocar problemas que urgen de su contribución para su solución, no pueden callarse. Les encanta dibujar, hacer figuras modelar y tallar, lo cual es un manantial para integrar el esquema corporal con la sensaciones esterognósicas, desarrollando más la autoestima y la confianza al hacerles exposiciones sobre sus obras.

En cuanto al esquema corporal el niño ya tiene conciencia y gran necesidad de una idea positiva de sí mismo.
Se siente más consolidado en su ser y se nota más capacidad de relacionarse, por ello la especificidad en el esquema corporal en cuanto a transposición grupal de segmentos corporales.

Hacia el final del período hay que explotar la capacidad de observación de la forma, que luego será sustituida por la observación del color.

Ahora la percepción rítmica puede correlacionarse específicamente con el esquema

corporal ya que hacia el octavo año aumenta su capacidad de diferenciar los ritmo incorporándolos al movimiento mediante la expresión teatral y las posicione fundamentales y derivadas ya que sienten fascinación por la variedad en cuanto posturas y gesticulaciones. La irradiación entra ahora en su fase global a nive específica y así las conductas motoras básicas recogen del niño su valor y atrevimiento para explotar y aumentar el bagaje motor en cuanto a adaptaciones a las alturas equilibración general, acrobacia y coordinaciones generales, pues al niño le gust trepar por cuanto objeto halle, saltar por todo obstáculo, sobre todo cuerdas, siend el método de exploración del movimiento el más adecuado, ya que estos niños hace las cosas bajo su propio criterio y solo después de ensayar hacen las cosas com deben ser.

El esquema corporal puede también ser irradiado específicamente debido a l diferencia notable en relación con el niño de 7 años en cuanto a su inquietud por sabe quién es y qué puede hacer, con alguna idea de sus propios valores.

Siente una gran necesidad de autoestima y sobre todo de reconocimiento, por lo cua busca ser el centro de toda actividad; esto facilita y guía el aumento del acervo moto y la experimentación hacia el movimiento ya que en su búsqueda de reconocimient y admiración, puede más el deseo de sorprender que el temor de hacer sufrir a la personas que le aman. El niño aprecia y siente cariño por lo que es y por lo que pued hacer, situación que el docente debe encauzar hacia el logro de todas la potencialidades motoras del niño, pero sin dirigirlas hacia las tareas motoras, ya qu ellos están aprendiendo a valorar lo que sucede por su causa y las tareas motoras como tales, exigen del niño la puesta en práctica de capacidades físicas y psíquica de las cuales aún no está armado.

El esquema debe ser conducido hacia la búsqueda de una idea posterior de sí mismo

Deben evitarse la burla, la crítica o el desprecio, cuando las posibilidades del niño n estén a la altura de los otros niños, teniendo en cuenta el educar por medio de toda las conductas y medios locomotores hacia el vencimiento del egoísmo.

CONTENIDOS GENERALES PARA EL GRADO CUARTO

Las conductas perceptivas motoras deben dirigirse contando con la capacidad pobr de los niños de 9 años para abstraer y sintetizar y su gusto por el manejo de idea concretas, de donde deben partir actividades que formen ideas universales, la cuales construyen en la mente de los niños los principios fundamentales morales éticos para la vida. Los problemas motores bien seleccionados, guiado convenientemente y correctamente planteados conducen a educar la facultad d relacionar y buscar ideas, pensamientos y a encontrar las alternativas de solucione a los problemas sencillos planteados.

Los pensamientos son sencillos y esta no es una edad para "obligar" a los niños pensar.

El esquema corporal debe ser irradiado acudiendo a juegos que exploten la imaginación ya que estos niños cuentan con una gran imaginación y ellos se portan muy alegres si se les ayuda a despertar esta fantasía, que poco a poco desemboca en un mundo un poco más real, haciendo que capten la realidad y se sitúen en ella.

La capacidad de esos niños relacionada con la atención, ayuda a la irradiación en cuanto el esquema referido a las actividades de transposición y al mismo tiempo sobre la relajación a nivel global. Si lo que se les dice, está al alcance de su capacidad de entendimiento y sobre todo se hace con claridad y se apoya en historias, cuentos o comparaciones, se puede desarrollar la actividad de relajación hasta de 20 minutos. Los juegos relacionados con las actividades coordinativas viso-manuales les fascinan y si el docente las hace interesantes y muy variadas, él se adentra en ellas sin cansancio y con todo entusiasmo, sobre todo en los de dibujos, pero su atención es mucho menos estable que las de los niños de 10 años.

El docente debe dirigir estas capacidades hacia el fortalecimiento de las actividades volitivas, hacia el encuentro de satisfacciones en los resultados del trabajo individual y grupal.
Si las condiciones, en el nacimiento de esta fase irradiativa específica, son desagradables se pueden crear condiciones negativas que de ser repetidas pueden formar focos y respuestas motoras reflejas para toda la vida. Estos niños necesitan experimentar y recuerdan aquello que les interesa y esto es lo que les parece valioso; su memoria recuerda lo concreto, y es como un papel escrito en ella, que se quita pronto, no queda nada.

Los niños aceptan ya las conductas perceptivas y no se debe abusar de algunas cualidades y sentimientos como por ejemplo su sensibilidad al mal, y el docente debe tener en cuenta que es una gran obra declarar y valorar las fuentes nacientes del bien y del mal y ligarlas estrictamente sobre los compañeros como personas y como grupo en el cual, él es un integrante vivo y responsable.

El niño es más hábil en lo relacionado con su motricidad y para él es importante vanagloriarse de sus habilidades, facultad que favorece la irradiación específica de las conductas motoras básicas sobre todo aquellas relacionadas con la carrera, el salto, el trepar y las suspensiones es decir las coordinaciones generales y los movimientos básicos locomotores.

Las transposiciones y las sensaciones musculares elementales se auxilian con la fascinación de estos niños por los juegos de lucha, la facilidad para adoptar posturas activas; con sus propias fuerzas y levantar objetos pesados. Su fascinación por la liberación de presión los conduce a veces a abalanzarse contra objetos o personas y esta aparente hostilidad debe encauzarse hacia las conductas motoras básicas coordinativas.

En la última fase de esta edad el niño toma conciencia de su postura, por lo cual debe nuevamente atenderse el esquema corporal en todas sus manifestaciones.

Las conductas perceptivas motoras pueden irradiarse en forma de integraciones, pero hay que partir de casos concretos ya que estos niños tienen en sus mentes casos concretos y su capacidad de abstracción está latente aún; no son superficiales en las mismas, pero si abstraen poco y con mucha simplicidad.

Epoca fructífera en cuanto a práctica ya que su mente concreta los conduce hacia la fascinación por los ejemplos y por las normas de carácter práctico. La idea como tal los conduce por el camino de la distracción y el aburrimiento o al contrario por el de la indisciplina y la altanería lo que trae consigo en el maestro inexperto, la represión, alejándolo de lo que el alumno busca en él, justicia, comprensión y exigencia.

El esquema corporal irradiado ahora a nivel específico debe conducirse por el hecho concreto de que el niño pasa de la fantasía al realismo y el educador debe insistir en irradiar sobre la observación ayudando a formar ideas que dirijan hacia conclusiones prácticas, de lo que observan, con lo cual adquiere el máximo de expresión el método de exploración del movimiento. Dentro del Esquema corporal las actividades relacionadas con transposiciones da buenas pautas para educar ya que los grupos (parejas, tríos, etc.) se juntan como sin un objeto fijo, solamente por estar juntos, para pasar un rato divertido, buscando seguridad personal en la del grupo y debe buscarse la formación del sentido de las relaciones interpersonales y poco a poco la reflexión en el actuar, a controlarse ante situaciones de pleitos y actuaciones de otras personas y las perspectivas motoras relacionadas con las estructuraciones. Las actividades del esquema corporal deben educar hacia el compartir evitando los abusos de los adelantados, de los aprovechados o de los irresponsables, irradiando el prestar y devolver, el ofrecer y dar, esto especialmente con las sensaciones musculares elementales. Los grupos conformados por niños en estas edades, tienen una fuerte mística en el núcleo grupal y esta necesita ser exteriorizada con señales y claves inventadas por ellos, construyendo guaridas, con consignas, lo cual ayuda a la irradiación del esquema corporal. En los juegos y actividades del esquema, hay que tener presente en la oposición que suele haber entre niños y niñas, no se gustan, tienden a separarse en todo, los niños desprecian a las niñas; no se puede obligar en las actividades de transcripción se irradia fácilmente la sensualidad, ya que sobre todo en los niños, hay inquietudes sexuales. Si al transcribir el esquema se presentan morbosidad se tiene que atender procurando respuestas naturales, evitando caer en tabúes.

Las conductas motoras básicas son aquí fundamentos dirigidos específicamente hacia ciertos predeportivos como el minibaloncesto, minivoleibol, minifútbol y expresión artística. Los chicos de esta edad son en alto grado dinámicos; para ellos la acción es la vida y si se les mantiene activos con actividades variadas, nunca se aburren, ni tampoco se desesperan, así pueden trabajar todo el día sin desordenarse. Inmediatamente se les dirige hacia la pasividad empiezan a molestar; así que las conductas motoras básicas, son un auxiliar poderoso para el maestro por sus

características específicas, que dirigen hacia la movilidad y hacia el juego. El docente debe educar mediante ellas la organización y aquí tener en cuenta, al ejecutar la equilibración general, que estos niños presentan una falta de capacidad para situarse en el espacio, lo cual debe haberse irradiado ya en el juego referente al esquema corporal y que encontrará su máxima limitación al hallarse el niño con las coordinaciones visomanual y pedial.

Para estos niños todo el espacio es algo que carece de importancia y un espacio pequeño, corto, limitado es algo que el puede dominar. La conductas perceptivas motoras deben dirigirse con actividades que conduzcan de la observación a la idea y luego a la práctica.

El hecho de que el niño de esta edad halle interés en el desarrollo físico, puede conllevar a generar una dinámica de mejoramiento personal y por extensión a la grupal.

La dirección del docente en cuanto a ejemplo y orientación debe ser clara y firme, ya que estos niños son pobres en autodeterminación.

Los jóvenes en esta edad necesitan aprobación y los docentes deben aprobar más y regañar al mínimo.

La actividad volitiva necesita consistencia en éste período, pero si se abusa de ella, se puede trastocar este sentimiento generando masoquismo, y el exceso de regaños, gritos y hostilidades, duplica el espejo formando acomplejados, peleones y gritones. Estos niños buscan afanosos el mundo del teatro y del cine facilitando la expresión, y sobre todo la reflexión con lo que ven, actuándolo y expresándolo grupalmente al finalizar los últimos meses del rango, en esta edad su atención se dirige hacia la organización de equipos y a pesar de su ya naciente interés sensual, reciben gustosos a aquellas niñas a quienes les gusta el deporte. El goce de la ejercitación les conduce al arrojo y a no medir las consecuencias sobre todo si se les trabaja mentalmente, la facultad de hallarse totalmente seguro de sí mismo.

CAPITULO 7

PROGRAMA PARA EL GRADO PRIMERO

INTRODUCCION

Los contenidos divididos en cuatro unidades con intensidad horaria, adecuada por el profesor según las características de los alumnos, son integradas por el esquema corporal, las conductas motoras básicas y las conductas perceptivas.

La programación se ha diseñado para 64 horas, tiempo que abarca todo el año escolar, con clases guías sobre algunas combinaciones temáticas.

OBJETIVO GENERAL

Proporcionar praxis generales relacionadas con el desarrollo motor del niño incrementando procesos congnoscitivos y socioafectivos.

UNIDADES A DESARROLLAR

N. UNIDAD	TITULO UNIDAD	HORAS
UNO	ESQUEMA CORPORAL	16
DOS	RESPIRACION	3
TRES	CONDUCTAS MOTRICES BASICAS	28
CUATRO	COORDINACIONES SEGMENTARIAS	17
	H.P.	64

TEMATICA A DESARROLLAR

UNIDAD UNO: ESQUEMA CORPORAL

OBJETIVOS ESPECIFICOS

- Posibilitar experiencias motoras que permitan la definición del esquema corporal.
- Expresar sentimientos a través de movimientos corporales.
- Fomentar actividades de movimiento grupal que favorezcan la autoestima y la autovaloración.
- Mejorar la sensibilidad perceptiva contribuyendo al mismo tiempo a los aprendizajes escolares.

CONTENIDOS GENERALES

	INTENSIDAD HORARIA
1. TRANSCRIPCION O TRANSFIGURACION	4
2. TRANSPOSICION	2
3. POSICIONES FUNDAMENTALES DERIVADAS	4
4. SENSACIONES MUSCULARES ELEMENTALES	2
4.1. APRETAR - MANTENER - SOLTAR	
4.2. MOVILIDAD - INMOVILIDAD	
4.3. RELAJACION	
5. INDEPENDENCIA FUNCIONAL SEGMENTARIA Y CONTROL DE LAS PARTES DEL CUERPO	2
6. EVALUACION	2
	H.P.16

ALGUNAS COMBINACIONES TEMATICAS

- Tocar - Indicar segmentos corporales - Percepción de duración.
- Tocar - Indicar - Percepciones de orden (puntos de referencia en un período de tiempo).
- Tocar segmentos - Percepción de sucesión de cambios.
- Indicar segmentos - Nociones temporales de sucesión.
- Diferenciar segmentos corporales - Percepción de duración.
- Diferenciar segmentos - Percepciones Propioceptivas (en relación con el propio cuerpo).
- Transcripción - Percepción Estereognósica General (intuición espacio gráfico y de formas).
- Transcripción - Percepción de Estructuración en cuanto a lectura de un plano escrito.
- Transcripción - percepción de Estructuración en cuanto a simetrías.
- Transcripción - Percepción de Estructuración en cuanto a imaginar lo que otros ven.

- Transcripción – Percepción de Estructuración en cuanto a inclusión.
- Transposición – Relaciones topológicas en cuanto a vecindad (proximidad de elementos).
- Transposición – Nociones temporales (rapidez – lentitud).
- Posiciones fundamentales – Relaciones Topológicas (Vecindad).
- Posiciones fundamentales – Noción Temporal (Rápido – Lento).
- Posiciones fundamentales – Percepción de orden – Contextos de vida.
- Posiciones fundamentales – Movilidad – inmovilidad.
- Sensaciones musculares elementales – Nociones temporales de rapidez – lentitud.
- Sensaciones musculares (apretar – Mantener – Soltar) – Transposición.
- Sensaciones musculares (Apretar – Mantener – Soltar) – Posiciones fundamentales.
- Sensaciones musculares – Movilidad – Inmovilidad – Transposición.
- Sensaciones musculares – Movilidad – Inmovilidad – Posiciones fundamentales.

CLASE GUIA 1

TEMA: TOCAR – INDICAR SEGMENTOS CORPORALES – PERCEPCION DE ORDEN.

OBJETIVOS

- Desarrollar hábitos de aseo, orden e higiene.
- Proporcionar juegos, rondas y actividades que faciliten la identificación de las partes del cuerpo, tocando e indicando sus segmentos.
- Desarrollar la capacidad de FLEXIBILIDAD, facilitando desempeños en la vida diaria.

ACTIVIDADES SUGERIDAS

- Los alumnos tocan en su cuerpo los segmentos en forma global y según el orden propuesto por el profesor; cabello, cara, tronco, piernas, etc.
- Tocar la frente con la punta del pie, los oídos, el cabello. Tocar el cabello con los talones, con la rodilla, etc.
- Imitar un baño con jabón siguiendo un orden: cabello, cara, cuello, brazos, tronco, piernas, pies, etc.
- En parejas: tocar el cabello del compañero con la rodilla, la espalda con el codo, la rodilla con la nariz, con la oreja la espalda.

Los alumnos se desplazan libremente. A la orden del profesor se tocan la parte del cuerpo que el indique. Tocarse las piernas, luego el tronco, después la cabeza.

Siempre conservando un órden al indicar la parte del cuerpo, el profesor podrá

enunciar otras partes del cuerpo y variar la actividad en los desplazamientos. Luego en parejas, tocar al compañero y soltarlo inmediatamente. Se llava a los alumnos por todo el espacio disponible.

RONDAS: JUEGO: EL TOPE POR PAREJAS: Cambiar el segmento en donde se recibe el tope.

"JUGAR CON MI CUERPO"

"Con mi cabeza, con mi cabeza dime qué puedo hacer? (2 veces)
girar, girar, para un lado para otro.
Con mi tronco dime qué puedo hacer? (2 veces)
juguetear, juguetear para arriba para abajo, volar, volar.

Con mis piernas, con mis piernas
dime qué puedo hacer? (2 veces)
correr, correr,saltar, saltar.

"Así soy yo"
Así soy yo...(se repite)
Esta es mi cabeza(se repite)
Mi tronco esta aquí (se repite)
Mis piernas aquí están (se repite)

El profesor podrá incluir otras estrofas a la ronda e indicar otras partes del cuerpo, conservando siempre un orden tanto en forma global (cabeza, tronco, piernas) como segmentaria (ojos, nariz, boca, cadera, pierna, pies).

CLASE GUIA 2

TEMA: TRANSCRIPCION O TRANSFIGURACION – LECTURA DE PLANOS.

OBJETIVOS

- Leer e interpretar lo que el plano expresa.
- Estimular la concentración y el trabajo ordenado.
- Favorecer el desarrollo de cualidades volitivas.

ACTIVIDADES SUGERIDAS

- Cada alumno recibirá en una cartulina, el dibujo de un rostro, el cual será copiado en el piso con la misma expresión.

El profesor realiza otra clase de dibujos sobre la cartulina, solicitando al alumno

la transcripción en otro plano, del mismo dibujo.

- Juego: "BUSQUEDA DEL TESORO". Siguiendo flechas pintadas en el piso.
- Juego: "ARMAR EL ROMPECABEZAS". Los alumnos divididos en grupos reciben en un papel una serie de partes del cuerpo humano (Cabeza – tronco – piernas) las cuales deben unir y luego dibujar en el piso con la misma expresión.
- En parejas se dibuja la silueta del compañero, luego a la orden, cada uno cambia de silueta "metiéndose" en otra.
- Cada pareja dibuja la silueta del compañero. Los demás deben localizar al dueño de la silueta.
- El profesor recorta una silueta de un niño hecha en cartulina, y el grupo debe armar ese rompecabezas en el menor tiempo posible, escogiendo como guía una silueta pintada en el piso.
- Cada grupo con un trozo de cartulina en el cual dibujan una silueta de un segmento corporal. Al escuchar la órden cortan la silueta y en el menor tiempo tratan de armar un cuerpo uniendo los segmentos cortados.

CLASE GUIA 3

TEMA: POSICIONES FUNDAMENTALES – Movilidad – Inmovilidad – Percepción de la Duración.

OBJETIVOS

- Asumir las posiciones necesarias según las impresiones y las sensaciones, durante un tiempo determinado.
- Alentar la creatividad y la fantasía mediante juegos que involucran historias.

ACTIVIDADES SUGERIDAS

- Son todos soldaditos de plomo, asi se quedan hasta que el profesor indique, (variar el tiempo de duración), luego siguen hasta que se acabe la cuerda y es el profesor quien da cuerda.
- Ahora todos imitan sentarse en una silla (variar el tiempo), a la orden la silla se quiebra y todos caen al piso.
- Todos imitan la rigidez de una varilla (variar el tiempo) y así los transportan en parejas de un lugar a otro.
- Ronda: "UNA VEZ HUBO UN JUEZ"

"Una vez hubo un juez
que vivía en San Andrés
fué a pescar un gran pez
uno, dos, tres.
En la orilla lo comió
y al solcito se durmió (acostó, sentó, etc)

y después uno, dos, tres
se volvió a San Andrés".

Se pueden alternar diferentes posiciones y variar el tiempo en que el alumno asume la posición.

Ronda: Vamos al zoológico, lógico, lógico.
A ver animales, cuáles, cuáles.
Cuáles que se yo.. elefantes, serpientes. (imitación)

- Al oir la palmada se convierten en estatuas

Por grupos: uno es un figurín de vitrina y todos los que pasan le mueven un segmento, así hasta que todo el grupo pase moviendo al maniquí.

CLASE GUIA 4

TEMA: SENSACIONES MUSCULARES ELEMENTALES (Apretar, Mantener, Soltar) TRANSPOSICION.

OBJETIVOS

- Desarrollar la tensión y la relajación aplicándolas al control corporal.
- Estimular la concentración y la actividad volitiva, dentro del trabajo grupal organizado.

ACTIVIDADES SUGERIDAS

- Todos caminan libremente por el salón; al oir la palmada todos se saludan dándose la mano derecha, luego todos con la izquierda.
- Al saludarse el que más apriete la mano del amigo.
- Saludan ahora apretando la oreja del amigo.
- Apretar muy duro su brazo y observar como se hinchan las venas del antebrazo.
- Apretar la muñeca y sentir el pulso.
- Al escuchar la palmada, cargar al amigo, tomándolo por el estómago, al oir la palmada cambiar de pareja.
- Juego: El pulso: los codos en flexión, sobre el piso agarrar palmas, y a la señal, el profesor permite sólo que aprieten, y dará la señal de cambio de pareja.
- Los niños en hileras enfrentados, los de cada hilera se toman por la cintura y los 2 primeros enfrentados se agarran las manos, a la señal cada hilera tira hacia su lado.
- En tríos, dos de los cuales se toman por los antebrazos y el tercero se sienta

sobre ellos, agarrándose de los hombres de los amigos, a la señal cambian de base.

- Ronda: "DOÑA CIGUEÑA"

Doña Cigueña, pies colorados
una patita se ha quebrado
por eso camina con mucho cuidado
con un pie en el suelo y el otro levantado.

De acuerdo al texto de esta ronda, se flexiona una rodilla, se aprieta con la mano el pie manteniéndolo asi algunos segundos, soltando luego la pierna.

- Por parejas saludarse, apretar las manos por unos segundos.
- Apretarle la cabeza al compañero con las dos manos, mantenerle por algunos segundos y soltar.

UNIDAD DOS: RESPIRACION

OBJETIVOS ESPECIFICOS

- Brindar un repertorio amplio de juegos que contribuyan al control de respiración produciendo un lenguaje natural como medio de comunicación.
- Experimentar con objetos que faciliten la regulación respiratoria como paso previo hacia el control segmentario.
- Lograr la Interiorización de sensaciones relacionadas con el acto respiratorio.

CONTENIDOS GENERALES

	INTENSIDAD HORARIA
1. RESPIRACION	
1.1 GLOBAL	2
1.2 SEGMENTARIA	1
1.1.2.1 Alta	
1.1.2.2 Media o toráxica	
1.1.2.3 Baja o abdominal	
	H.P. 3

ALGUNAS COMBINACIONES TEMATICAS

- Respiración Global – Posiciones Fundamentales – Rapidéz – Lentitud.
- Respiración Global – Posiciones Fundamentales – Suave.
- Respiración Global – Sensaciones Musculares Elementales – Noción Temporal: Parcial – Total.
- Respiración Segmentaria – Control de las partes del cuerpo – Propioceptividad.
- Respiración Global – Control Muscular – Propioceptividad.

- Respiración Global – Arrastre – Percepción del Espacio.
- Respiración Global – Carrera – Orientación mediante discriminación de colores.

CLASE GUIA 5

TEMA: RESPIRACION – POSICIONES FUNDAMENTALES – RAPIDEZ – LENTITUD.OBJETIVOS

- Controlar la respiración (lento – rápido) de acuerdo con la posición que adopte el cuerpo.
- Estimular la concentración en el trabajo dirigido.

ACTIVIDADES SUGERIDAS

- Cada niño con una pluma en la mano. Al oir la señal debe soplarla hasta que llegue al techo (o que se eleve al cielo).
- Cada niño con un pedazo de algodón y un periódico. Soplar el algodón contra el periódico para que no se separe de él.
- El niño con un algodón el cual deberá soplar contra una pared para que ascienda pegado a ella.
- Por grupos con una pelota de ping pong, (amarradas las manos) todos colaboran para llevarla de un sitio al otro, soplando.
- Un pliego de papel maché; todo el grupo colabora para sostenerlo en el aire sin que caiga al piso.
- Que grupo infla más rápido un montón de bombas.
- En parejas acostados boca arriba (o todo el grupo) a la señal, se deja libre encima de ellos un algodón bien hilvanado, los alumnos arrastrándose en la misma posición y soplando no deben permitir que el algodón caiga al piso.
- Ronda: "UNA PLUMITA":

Una plumita del cielo bajo
la tomé, la soplé
y de nuevo al cielo se fué.

El profesor entona la canción o lo hace un grupo de niños, mientras los demás soplan la plumita en forma lenta o rápida o combinando las dos.

CLASE GUIA 6

TEMA: RESPIRACION – CONTROL MUSCULAR – PROPIOCEPTIVIDAD (Agudo – Grave; Fuerte – Suave).

OBJETIVOS

- Contribuir a la educación de la respiración por medio del control muscular.

- Desarrollar la imaginación, mediante juegos, rondas y actividad lúdica.

ACTIVIDADES SUGERIDAS

- Imitar la voz del papá y del hermano menor, determinar el contraste.
- Imitar la voz del león y del gato, determinar el contraste.
- Imitar el sonido del avión y del barco, determinar el contraste.
- Imitar el sonido de la motocicleta y de la carretilla, determinar el contraste.
- Se distribuyen papeles teatrales para cada niño y se simula una acción cualquiera, Ejemplo: Un accidente. Unos serán carros, otro el chofer de un bus, otro el policia de tránsito, otro un motociclista, un avión. Al oir la señal la moto chocha con el bus, los pasajeros gritan, llega la ambulancia, llevan a los heridos al hospital etc. amplir la aventura.
- Ronda: Vamos al zoológico, lógico, lógico.
  A ver animales, cuáles, cuáles, cuáles
  Cuáles que se yo..
  un elefante (los niños imitan, el sonido),
  un perro (los niños imitan el sonido)

UNIDAD TRES: CONDUCTAS MOTRICES BASICAS

OBJETIVOS ESPECIFICOS

- Ampliar las posibilidades de movimiento del cuerpo en forma global, en relación con el tiempo y el espacio.
- Ampliar la capacidad de movimiento acorde con estímulos visuales y auditivos, buscando la economía de esfuerzo y la armonía en la ejecución.
- Desarrollar la creatividad, seleccionando experiencias motoras.
- Utilizar las experiencias motrices como medio para recibir y afianzar conceptos y leyes generales.
- Fomentar la integración del grupo mediante el estímulo del diálogo.

CONTENIDOS GENERALES:

	INTENSIDAD HORARIA
1. EQUILIBRACION GENERAL	
1.1 ADAPTACION A LA ALTURA	8
- Con movimiento	
- Sin movimiento	
- Con elementos	

- Sin elementos

1.2 SENSACION PLANTAR 6

- Planta
- Punta
- Talón
- Bordes
- Pierna
- Muslo

2. COORDINACION GENERAL 12

2.1 MOVIMIENTOS LOCOMOTORES

- Arrastre
- Marcha
- Carrera
- Salto
- Trepar
- Suspensión

2.2 MOVIMIENTOS NO LOCOMOTORES

- Flexión
- Extensión
- Abducción
- Resorteos
- Ballesteos

3. EVALUACION 2

H.P 28

ALGUNAS COMBINACIONES TEMATICAS

- Carrera – Percepción de Organización – Orientación.
- Coordinación Dinámica General – Noción de Ritmo – Vecindad – Sucesión.
- Carrera – Orientación, mediante Alternancia y Localización.
- Coordinación Dinámica General – Noción de Ritmo – Localización.
- Coordinación Dinámica General – Respiración Global – Noción Espacial – Localización.
- Marcha – noción de ritmo – Noción temporal de rapidez y lentitud.
- Carrera – apreciación de medidas de distancia – salto.
- Equilibración general – noción temporal de rapidez y lentitud.
- Salto – simultaneidad – alternancia – percepción del espacio.
- Salto – equilibrio general – movilidad inmovilidad.
- Coordinación dinámica general – orientación – lectura de planos.

CLASE GUIA 7

TEMA: COORDINACION DINAMICA GENERAL – NOCION DE RITMO – VECINDAD.

OBJETIVOS

- Ampliar el repertorio de movimientos mediante experiencias motoras que involucren coordinación general, facilitando el aspecto rítmico.
- Favorecer la creatividad, imaginación y aporte grupal.

ACTIVIDADES SUGERIDAS

- Cada alumno con un tarro a manera de tambor con el cual imita el ritmo propuesto por el profesor, y al tiempo deben acompañar su marcha, luego deben adaptar su marcha al ritmo que lleve el compañero más cercano.
- Ronda: caminando, corriendo o saltando según el órden, los niños llevan el ritmo.

Hermanitos a bailar
tus manitas vas a dar
Por allá, por acá,
vuelta, vuelta, tralalá
con los dedos, tip, tip, tip
por allá, por acá,
vuelta, vuelta, tralalá

CLASE GUIA 8.

TEMA: CARRERA, ORIENTACION. ALTERNANCIA Y LOCALIZACION

OBJETIVOS

Proporcionar actividad motora relacionada con la educación hacia la carrera.

- Mejorar el trabajo grupal dirigiendo los esfuerzos hacia un fin común.
- Ampliar el bagaje motor al dar libertad de acción al niño.
- Brindar responsabilidad dirigida hacia el trabajo grupal.

ACTIVIDAD SUGERIDA

Se divide al grupo en 2 subgrupos, cada grupo trata de llegar al menor tiempo posible al tesoro escondido y para ello debe buscar unas tarjetas que están escondidas en el patio en las cuales encuentran ayudas. Estas se hallan numeradas de 1 al 50, todas las pares son para un grupo y las impares para el otro.

CLASE GUIA 9

TEMA: MARCHA, NOCION DE RITMO, NOCION TEMPORAL DE RAPIDEZ.

OBJETIVO

Beneficiar con la formación de grupos cinéticos, el gusto y el agrado por las actividades relacionadas con la marcha.

ACTIVIDAD SUGERIDA

- Todos los niños atrás de una línea pintada en el piso, a la señal salen caminando a la mayor velocidad posible hasta la meta determinada.
- Juego: El Cogin: Unos policias y otros ladrones, quienes van a ser agarrados. Todo sin correr y en cambio si caminando a toda velocidad.

CLASE GUIA 10

TEMA: MARCHA, NOCION DE DISTANCIA CORTO Y LARGO.

OBJETIVO

Brindar experiencias relacionadas con la marcha, facilitando interiorización de sensaciones que conduzcan a posteriores nociones abstractas de largo y corto.

ACTIVIDAD SUGERIDA

Todos los niños con una cuerda la cual se amarran en los tobillos y el profesor vigila que ella no exceda de 10 centímetros, así caminar a toda velocidad de uno a otro lado, luego soltar la cuerda y repetir la experiencia.

CLASE GUIA 11

TEMA: MARCHA, NOCION DE LARGO, CORTO, PERCEPCION RITMICA.

OBJETIVO

Vivenciar el sentido rítmico a través de la variación de los pasos durante la marcha.

ACTIVIDAD SUGERIDA

Se perforan muchas tapas de gaseosa, se atraviesan con una cuerda, la cual amarra al mismo tiempo por los tobillos con no más de 5 cms entre ellos.

A la orden se ejecuta un concurso de marcha entre los extremos de la cancha, (cómo suenan las tapitas).

Ahora colóquese la cuerda en toda su longitud (cómo suenan las tapitas).

UNIDAD CUATRO: COORDINACIONES SEGMENTARIAS

OBJETIVOS ESPECIFICOS

- Brindar experiencias que permitan manipular elementos concretos, como base de descubrimiento y toma de conciencia de las percepciones de "Espacio y Tiempo".
- Favorecer el dominio de la coordinaciones segmentarias.
- Aumentar el acervo motor mediante el desarrollo de la creatividad.
- Recurrir al trabajo de las coordinaciones segmentarias como medio para recibir y afianzar conceptos y leyes en otras áreas del conocimiento.

CONTENIDOS GENERALES

	INTENSIDAD HORARIA
1. COORDINACION VISO MANUAL	
1.1 DIRECCIONES	5
1.1.1 Arriba	
1.1.2 Abajo	
1.1.3 Derecha	
1.1.4 Izquierda	
1.1.5 Adelante	
1.1.6 Atrás	
1.2 TRAYECTORIAS	
1.2.1 En linea recta	
1.2.2 En curva	
1.2.3 Con rebotes	
1.3 DISTANCIAS	
1.3.1 Cerca	
1.3.2 Lejos	
1.4 MATERIALES	
1.4.1 Formas	
1.4.1.1 Triángulos	
1.4.1.2 Rectángulo	
1.4.1.3 Cuadrado	
1.4.1.4 Círculo	
1.4.1.5 Redondo	
1.4.1.6 Delgado	
1.4.2 Tamaños	
1.4.2.1 Grande	
1.4.2.2 Pequeño	
1.4.2.3 Largo	

1.4.2.4 Corto
1.4.3 Texturas
1.4.3.1 Blando
1.4.3.2 Duro
1.4.3.3 Suave
1.4.3.4 Aspero
1.4.4 Pesos
1.4.4.1 Pesado
1.4.4.2 Liviano

2. COORDINACION VISOPEDIAL 5
2.1 DIRECCIONES
2.2 TRAYECTORIAS
2.3 DISTANCIAS
2.4 MATERIALES

NOTA: Se deben tener presentes los mismos contenidos descritos para la coordinación visomanual.

3. COORDINACION FINA 5
4. EVALUACION 2

H.P.17

ALGUNAS COMBINACIONES TEMATICAS

- Coordinación Viso manual – diferenciar segmentos – orientación cualitativa del esquema corporal.
- Coordinación Viso manual – respiración – noción espacial.
- Coordinación Viso manual – posiciones fundamentales – respiración.
- Coordinación Viso manual – equilibración mediante adaptación a la altura.
- Coordinación Viso manual – tensión – relajación, modelado.
- Coordinación Viso manual, control corporal – percepción espacial.
- Coordinación Viso manual – sensación palmar – corrugado.
- Coordinación Viso manual – control corporal – corrugado.
- Coordinación Viso manual – educación para la carrera – noción espacial.
- Coordinación Viso manual – educación para el salto.
- Coordinación Viso manual – arrastre – noción temporal – respiración.
- Coordinación Viso manual – gateo – coordinación fina – picado.
- Coordinación Viso manual – trepar – localización.
- Coordinación Viso manual – educación hacia la carrera – continuidad.
- Coordinación Viso manual – noción espacial – percepción de duración.
- Lanzar – noción espacial – distancia, dirección trayectoria.
- Lanzar – adaptación a la altura – percepción cinestésica.
- Sensación muscular elemental – lanzar – orientación mediante localización.
- Sensación muscular elemental – recibir – orientación mediante localización.
- Esquema corporal (Tocar – Indicar) coordinación Viso pedial – adaptación a la altura.
- Sensación plantar – coordinación Viso pedial – adaptación a la altura.
- Coordinación Viso pedial – sensación muscular elemental, agarrar – transportar.

- Coordinación Viso pedial - sensación muscular elemental, agarre, tracción, empuje.

CLASE GUIA 12

TEMA: COORDINACION VISO MANUAL - DIFERENCIAR SEGMENTOS - ORIENTACION CUALITATIVA DEL ESQUEMA.

OBJETIVO

Facilitar la lectura visual mediante el desarrollo muscular ocular relacionado con la diferenciación de segmentos.

ACTIVIDAD SUGERIDA

El profesor se sitúa frente al grupo, el cual se toca lo que el se toca, no, lo que el diga.

Dice: Tocarse la cabeza, y se toca los pies
Tocarse los pies, y se toca la cabeza.

CLASE GUIA 13

TEMA: COORDINACION VISO MANUAL - POSICIONES FUNDAMENTALES - RESPIRACION.

OBJETIVO

Ampliar las posibilidades relacionadas con la percepción visual logrando el desarrollo de ésta musculatura, facilitando posteriores acciones de lectura rápida con los ojos.

NOTA: También existe la lectura BRAILLE.

ACTIVIDAD SUGERIDA

Los alumnos arrodillados en el piso y enfrente de cada uno una bolita de ping pong, la cual debe ser llevada, soplando, por un laberinto hecho por los niños con hilo sobre el piso. Cada vez que se ordena, el niño debe adoptar la posición convenida.

CLASE GUIA 14

TEMA: COORDINACION VISO MANUAL - TENSION - RELAJACION - PERCEPCION DEL ESPACIO

OBJETIVO

Facilitar la acomodación del ojo en cuanto a percepciones rápidas del espacio relacionadas con los grados necesarios de tensión y relajación.

ACTIVIDAD SUGERIDA

El juego de polo se desarrolla en parejas, cada uno con 1 palo de escoba trata de empujar una bolita de ping pong hacia la portería del amigo para efectuar un gol.

CLASE GUIA 15

TEMA: COORDINACION VISO MANUAL - CONTROL CORPORAL - PERCEPCION DEL ESPACIO.

OBJETIVO

Coordinar y acompañar el trabajo tempo del esquema corporal con la vista mediante juegos relacionados que involucren percepciones visuales.

ACTIVIDAD SUGERIDA

Se colocan muchos objetos de diferentes tamaños y formas distribuidos por el salón o por el patio (pupitres, sillas, tablas, mesas) en cada uno de los objetos y escondida una cartulina en donde estará dibujado un muñeco con la posición que el niño debe adoptar encima, debajo o a un lado del objeto.

CLASE GUIA 16

TEMA: COORDINACION VISO MANUAL - EDUCACION PARA LA MARCHA - NOCION ESPACIAL - INDEPENDENCIA SEGMENTARIA.

OBJETIVO

Desarrollar la capacidad de lectura visual ampliando el ángulo de enfoque o (mirada periférica).

ACTIVIDAD SUGERIDA

Distribuidos sobre el patio aros de diferentes diámetros uno enseguida del otro. El niño debe llevar "golpeando" una bomba sin dejarla caer al piso y caminando entre los aros.

CLASE GUIA 17

TEMA: COORDINACION VISO MANUAL, SENSACION MUSCULAR ELEMENTAL - APRETAR - MANTENER - SOLTAR.

OBJETIVO

Experimentar la utilización del esquema corporal con actividades no habituales que integran al niño al grupo.

ACTIVIDAD SUGERIDA

Cada niño descalzo y con un pliego de papel periódico el cual debe ser alisado y lueg doblado en 2, 4, 6, 8 y 10 partes, invirtiendo luego el procedimiento hasta dejarlo lis nuevamente.

CLASE GUIA 18

TEMA: COORDINACION VISO PEDIAL, SENSACION MUSCULAR DI AGARRE – TRACCION – EMPUJE.

OBJETIVO

Facilitar aprendizajes relacionados con el deporte en cuanto optimización del tract inferior al ampliar las posibilidades motoras del pié y su funcionalidad.

ACTIVIDAD SUGERIDA

Tres alumnos juegan a saltar cuerda; dos "baten" la cuerda agarrándola con el pié el tercero ejecuta el salto.

CLASE GUIA 19

TEMA: COORDINACION VISO PEDIAL – DESARROLLO DE LA ASIMETRI – PERCEPCION DE LIVIANO Y PESADO.

OBJETIVO

Facilitar la ambidiextría del tracto inferior al brindar posibilidades de actividades co ambos piés.

ACTIVIDAD SUGERIDA

Los niños deben levantar del piso almohadillas rellenas con diferentes materiale (algodón, espumas, arena, piedra, etc) colocándolas sin ayuda de las manos en e empeine y las debe colocar sobre un pupitre.

CAPITULO 8

PROGRAMA PARA EL GRADO SEGUNDO

INTRODUCCION

En el grado dos se integran los contenidos del esquema corporal, las conductas motoras básicas y las conductas perceptivas, divididos en tres unidades con intensidad horaria, que el profesor adecúa según las características de los alumnos.

La programación se ha diseñado para 64 horas, tiempo que abarca todo el año escolar. ígualmente se presentan clases guías y algunas combinaciones temáticas.

OBJETIVO GENERAL

Aprovechar el carácter sicomotor encaminándolo hacia la formación de valores utilizados en el desenvolvimiento de la vida de relación.

UNIDADES A DESARROLLAR

N. UNIDAD	TITULO UNIDAD	HORAS	
UNO	ESQUEMA CORPORAL-RESPIRACION		18
DOS	CONDUCTAS MOTORAS BASICAS		22
TRES	COORDINACIONES SEGMENTARIAS		24
		H.P	64

UNIDAD UNO: ESQUEMA CORPORAL - RESPIRACION

OBJETIVOS ESPECIFICOS

- Apoyar el dominio del esquema corporal.

impulsar actividades que favorezcan la autoestima y autovaloración.
- Manifestar sentimientos a través de la Plástica corporal.
- Coadyuvar con la adquisición de los aprendizajes escolares.
- Mejorar la sensibilidad perceptiva vinculada con las relaciones personales que mejoren la comunicación a través del juego.
- Aprestar hacia el pensamiento no concreto con actividades que favorecen la extensión del mismo hacia conceptos más globales y generales relacionados con percepciones y nociones.

CONTENIDOS GENERALES

	INTENSIDAD HORARIA
1. ESQUEMA CORPORAL	
1.1. DIFERENCIACION DE SEGMENTOS CORPORALES...	2
1.2. TRANSPOSICION DE SEGMENTOS CORPORALES....	2
1.3. TRANSCRIPCION DE SEGMENTOS CORPORALES....	2
1.4. SENSACIONES MUSCULARES ELEMENTALES.....	2
1.4.1. APRETAR - MANTENER - SOLTAR	
1.4.2. MOVILIDAD - INMOVILIDAD	
1.4.3. RELAJACION	
1.5. INDEPENDENCIA FUNCIONAL SEGMENTARIA.....	2
1.5.1. CONTROL DE LAS PARTES DEL CUERPO	
1.6. POSICIONES FUNDAMENTALES Y DERIVADAS.....	2
2. RESPIRACION.....	2
2.1. GLOBAL	
2.2. SEGMENTARIA	
2.2.1. ALTA	
2.2.2. MEDIA	
2.2.3. BAJA	
2.4. COMBINACIONES	
3. EVALUACION.....	2
	H.P 16

ALGUNAS COMBINACIONES TEMATICAS

- Diferenciar segmentos corporales - tocar - localización.
- Diferenciar segmentos corporales - transposición - localización.
- Diferenciar segmentos corporales - Transcripción - espacio - gráfico.
- Diferenciar segmentos corporales - Transcripción - Modelado.
- Diferenciar segmentos corporales - Tocar - Vecindad.
- Transposición - Adaptación a la altura - Apreciación de medidas de distancia.
- Transposición - Sensaciones plantares - Vecindad - Separación.
- Transposición - Educación hacia la marcha - Nociones de conservar distancias.

- Transposición – Educación para la carrera – Nociones de superficie.
- Transcripción – Coordinación Viso manual – Localización.
- Transcripción de segmentos – Esquema corporal – Intuición del espacio gráfico.
- Rescripción de segmentos – Esquema corporal – Lectura de planos.
- Trascripción – Sensaciones plantares – Localización según ejes.
- Respiración – Transposición – Noción espacial.
- Respiración segmentaria – Tocar – Localización.
- Respiración segmentaria – Indicar – Continuidad.
- Respiración – Sensaciones plantares propioceptividad.
- Respiración – Imitación – Esquema corporal.
- Respiración – Carrera – Percepción espacial.
- Apretar – Mantener – Soltar – Lanzamientos – Velocidad.
- Apretar – Mantener – Soltar – Apreciación de distancias – Tensión – Relajación.
- Apretar – Mantener – Soltar – Localización – Adaptación a la altura.
- Apretar – Mantener – Soltar – Tensión – Relajación – Salto.
- Apretar – Mantener – Soltar – Equilibración general – Salto.
- Apretar – Mantener – Soltar – Suspensión – Balanceos – Noción espacial.
- Apretar – Mantener – Soltar – Suspensión – Salto.
- Apretar – Mantener – Soltar – Trepar – Suspensión.
- Independencia funcional segmentaria – Apretar – Mantener – Soltar – Noción espacial.
- Independencia funcional segmentaria – Localización – Educación a la marcha
- Independencia funcional segmentaria – Coordinación Ojo – Mano – Educación hacia la marcha.
- Independencia funcional segmentaria – Coordinación Ojo – Mano – Noción de espacio.
- Control corporal adaptación a la altutra – Noción de espacio.
- Control corporal – Adaptación a la altura – Tensión – Relajación.
- Control corporal – Independencia funcional segmentaria – Coordinación Ojo – Mano.
- Control corporal – Independencia funcional segmentaria – Localización – Orientación.
- Posiciones derivadas – Suspensiones – Percepción del espacio.
- Posiciones derivadas – Suspensiones – Apretar – Mantener – Soltar.
- Posiciones derivadas – Balanceos – Salto – Localización.
- Posiciones derivadas – Trepar – Salto – Noción espacial.
- Posiciones derivadas – Sensaciones plantares, palmares – Percepción espacial.
- Posiciones derivadas – Gateos – Percepción espacial.
- Posiciones derivadas – Arrastre – Noción de profundad.

CLASE GUIA 20

TEMA: DIFERENCIACION – TOCAR – LOCALIZACION DE SEGMENTOS.

OBJETIVO

Incrementar el vocabularo y la capacidad de solidaridad, afianzando la respuesta grupal, mediante juegos, rondas y canciones relacionadas con el conocimiento de las partes del cuerpo.

ACTIVIDADES SUGERIDAS

- El profesor se toca la cabeza y dice nariz, todos se tocan lo que el se toca.
- JUEGO: Alumnos en ronda, un alumno al centro, quien se dirige a uno del círculo, se toca la nariz y dirá codo, el alumno debe tocar el codo del alumno del centro.
- RONDA: Alumnos en círculo y dos al centro : todos cantan:

  " Mi carita redondita tiene ojos y nariz
  y también una boquita para decir"...
  Uno del centro dice... piernas y se toca la cabeza, el
  otro debe tocarse las piernas y el grupo imitarlo,
  y así se continúa, enunciando un segmento y tocando otro.

CLASE GUIA 21

TEMA: TRASPOSICION - ADAPTACION A LA LECTURA - APRECIACION DE MEDIDAS DE DISTANCIA.

OBJETIVO

Incrementar el control del equilibrio en altura y afianzar la seguridad en sí mismo posibilitando el conocimiento de las partes del cuerpo.

ACTIVIDADES SUGERIDAS

- Por parejas, uno sobre la viga de equilibrio, el otro le da la mano al amigo durante todo el recorrido.
- JUEGO: "EL TOPE": sobre el patio se colocan varios ladrillos, sobre los cuales los alumnos en parejas de la mano correrán libremente. Un alumno es dueño del tope el cual podrá pasar solo a los alumnos, que no estén sobre los ladrillos, quien lo reciba debe realizar lo mismo.
- RONDA: Las parejas tomadas de las manos, sobre bancas o ladrillos y otros materiales ubicados a prudente altura, todos cantan:

  " La liebre en la cama sigue enfermita, sigue
  enfermita pobrecita la chiquitita, ya no puede más
  saltar".

Al decir la última palabra cambian de sitio y continúan...

CLASE GUIA 22

TEMA: TRASCRIPCION - COORDINACION VISO MANUAL - LOCALIZACION.

OBJETIVO

Favorecer la observación crítica mediante la selección de tareas de transcripción que cualifiquen la coordinación.

ACTIVIDADES SUGERIDAS

- Colocando la mano u otro segmento (pié, antebrazo), dibujar su perfil en una hoja de papel.
- JUEGO: Se divide el grupo en subgrupos y cada uno bautiza el suyo. A la orden sale el primero y dibuja el perfil de su índice, el número dos dibujará el siguiente dedo al lado del correspondiente índice, así continua hasta que el grupo haya dibujado toda la mano.
- CANCION: "Si las manos colaboran, nadie los podrá rendir, todo es fácil y sencillo, si sabemos compartir:. Mientras cantan y antes de terminar la canción todo el grupo, uno por uno deben dibujar sus manos.

CLASE GUIA 23

TEMA: RESPIRACION - TRASPOSICION - NOCION ESPACIAL.

OBJETIVO

Propiciar viviencias respiratorias que permitan la descentralización del "YO", tomando conciencia del lugar que se ocupa en relación con los demás.

ACTIVIDADES SUGERIDAS

- Cada alumno tomándose mano con mano, sopla una pluma sin permitir que caiga al piso.
- JUEGO: En parejas unidos por los tobillos (amarrados) soplan un algodón. Gana la pareja que no deje caer el algodón.
- CANCION: Igual que el juego anterior, solo que uno sopla y el otro canta: "Hermanitos a soplar, tus soplidos van dar, por allá, por acá, sopla, sopla, tralalá"

CLASE GUIA 24

TEMA: ADAPTACION A LA ALTURA – POSICIONES FUNDAMENTALES – TENSION – RELAJACION

Figura 1

OBJETIVO

Estimular las posibilidades motoras relacionadas con adaptaciones a la altura, proporcionando actividad que facilite percepciones espaciales y el establecimiento de regulaciones grupales.

ACTIVIDADES SUGERIDAS

- Colocados en diferentes sitios, pupitres, sillas, mesas, tablas en forma de puente, ladrillos y otros materiales. Los alumnos pasan por encima de estos obstáculos, caminando, luego en seis, cuatro apoyos, etc.
- JUEGO: "SIMON ORDENA": Se divide el grupo en dos subgrupos; cada grupo nombra un guía (ayudados por el profesor) quien será Simón. Este dará diferentes órdenes, tales como: Simón dice: pasar en seis apoyos; todos lo deben hacer, etc.
- RONDA: "Un elefante caminaba sobre la tela de una araña, como la tela no resistía, fueron a llamar su camarada".

Todos cantan, mientras uno a uno van "caminando" y adoptando otras posiciones sobre el obstáculo.

CLASE GUIA 25.

TEMA: APRETAR, MANTENER, SOLTAR – SUSPENSION – BALANCEOS – NOCION ESPACIAL.

Figura 2

OBJETIVO

Desarrollar el núcleo cinético interoceptivo relacionado con tensiones y relajaciones, facilitando posteriores aplicaciones en tareas motoras, vivenciando la espacialidad.

ACTIVIDADES SUGERIDAS

- Una o dos cuerdas suspendidas "verticalmente"; Luego dos alumnos se cuelgan desde un extremo y con un impulso tratan de balancearse.
- JUEGO: "TARZAN": Cada alumno imita a un

cocodrillo que repta por el piso. Imitan a Tarzán, quien balanceándose trata de pasar ayudándose con la cuerda de un lado a otro.

- CANCION:

"Si las manos me ayudan, nadie me podrá alcanzar,
ellas siempre me ayudarán,
a apretar, mantener y soltar, esto es fácil y sencillo:
apretar, mantener y soltar, apretar, mantener
y la canción se integra al juego: Tarzán.

CLASE GUIA 26

TEMA: INDEPENDENCIA FUNCIONAL SEGMENTARIA - COORDINACION VISO MANUAL - NOCION ESPACIAL

OBJETIVO

Facilitar posteriores contactos con instrumentos musicales y acercamientos sociales, ampliando la independencia funcional corporal, colaborando al mismo tiempo con aprendizajes de lecto - escritura.

ACTIVIDADES SUGERIDAS

- Cada niño lleva en su mano (derecha o izquierda) un vaso desechable lleno de agua (mejor una gaseosa). Deberá caminar un trecho llevándola al nivel del mentón con el brazo extendido, en la otra mano lleva un pedazo de plastilina la cual será conducida entre dedos haciendo una bolita.

  Al llegar al extremo se encuentra con una tiza con la que deberá escribir en el piso las vocales, tratado al mismo tiempo de no regar la gaseosa; al final se toma la gaseosa.
- JUEGO: Por parejas cada niño le da de beber gaseosa a su compañero, al mismo tiempo, los dos deben tomar la gaseosa, entrelazando los brazos.
- CANCION: "Así bailan los gitanos, asi bailan los gitanos, con los pies y con las manos, dando vueltas al revés uno, dos y tres".

  Al mismo tiempo que bailan (según el ritmo que el profesor designe) deberán aplaudir, tocarse la cabeza, tocarse con una mano la nariz y con la otra el cabello, etc.

CLASE GUIA 27

TEMA: POSICIONES DERIVADAS - SUSPENSIONES - APRETAR - MANTENER - SOLTAR.

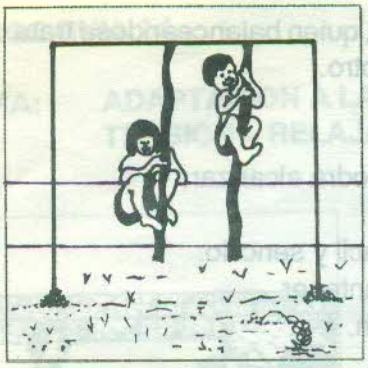


Figura 3

OBJETIVO

Ampliar el bagaje motor relacionado con la explotación máxima de posibilidades de movimiento, lo que facilitará el pensamiento abstracto posterior mediante las percepciones y sus vivencias.

ACTIVIDAES SUGERIDAS

- Dos cuerdas suspendidas a baja altura sobre el piso. Cada uno de los alumnos se cuelga de las cuerdas y trata de adoptar una posición diferente en cada paso.
- JUEGO: A las cuerdas hacerles nudos para facilitar el apoyo, se coloca un área bajo las cuerdas, señalados con algún material, área que será un lago. Cada uno de los alumnos debe pasar colgando y balanceándose de uno a otro lado del lago.
- CANCION: Dos equipos: cada equipo trata de pasar a sus integrantes de un lado a otro sin dejarlos caer en el área del lago, el otro equipo canta cada vez que pasen, un mico, dos micos, tres micos, cuatro micos, etc.

" Apostaron la manera de pasar,
no importa si amarrados
por encima de este lago
un mico, dos micos, tres micos, etc".

Al final de la canción todos los del equipo contrario deben contar con sus integrantes en el otro extremo.

CLASE GUIA 28

TEMA: SENSACIONES PLANTARES - COORDINACION VISO PEDIAL - PERCEPCION DE FORMAS

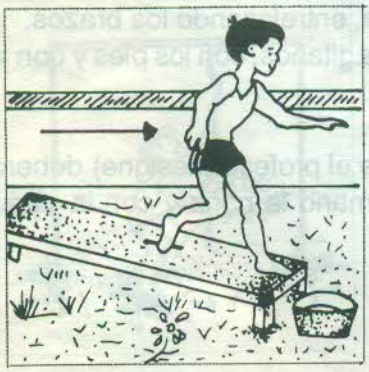


Figura 4

OBJETIVO

Brindar una gama amplia de experimentación relacionada con movimientos, interiorizando las sensaciones plantares, las formas, texturas, trayectorias, distancias y materiales, lo cual redundará en el aprestamiento matemático.

ACTIVIDADES SUGERIDAS

- Un listón de 1 metro sobre el piso, en un extremo del listón, lápices, pitillos, bolitas de cristal y al otro extremo un balde.

Los niños deben agarrar con los dedos de los pies, cada uno de los objetos y llevarlos por sobre el listón hasta el balde.

- JUEGO: La anterior actividad por equipos; pudiendo ser cuatro o cinco equipos.

  El objetivo no es quien termina primero, sino cual es capaz de pasar los objetos e introducirlos en el balde.

- CANCION: Todos los alumnos en Ronda.

  " Así bailan mis pies, así bailan mis pies,
  con los dedos, dedos, dedos.
  Con las plantas, plantas, plantas".

Al decir cada segmento debe pasar a sus compañeros los objetos.

NOTA: En esta fase el niño debe vivenciar, rollos, posiciones invertidas, salidas altas, bajas, ya que las características de ellas es precisamente aumentar el bagaje motor en cuanto posibilidades motoras, lo que incluye el desarrollo de la Asimetría motora.

CLASE GUIA 29

TEMA: MOVILIDAD - INMOVILIDAD - OBSERVACION - EJERCICIOS DE VOCABULARIO.

Figura 5

OBJETIVO

Mejorar el grado de expresión oral, mediante juegos relacionados con la observación, movilidad e inmovilidad como formas de aceptación e integración grupal.

ACTIVIDAD SUGERIDA

Se colocan en el piso de 10 a 15 cuadros en los que haya escenas sencillas.

Los niños en un tiempo determinado (entre más rápido mejor), deben recorrer las gráficas, luego sentados en círculo, deben contar que cuadros observaron.

UNIDAD DOS: CONDUCTAS MOTORAS BASICAS

OBJETIVOS ESPECIFICOS

- Favorecer la creación de núcleos cinéticos relacionados con la definición de la equilibración general mediante juegos de adaptación a la altura.

- Fomentar la autovaloración y expresividad corporal utilizando actividades coordinativas generales.
- Facilitar los aprendizajes escolares.
- Facilitar el acceso hacia el pensamiento abstracto, a través de sensaciones y percepciones.
- Mejorar las relaciones personales a través del juego.

CONTENIDOS GENERALES

	INTENSIDAD HORARIA
1. EQUILIBRACION GENERAL	
1.1 Sensaciones plantares	3
1.2 Adaptación a la altura	3
2. COORDINACION DINAMICA GENERAL	
2.1 Educación hacia la marcha	4
2.2 Educación hacia la carrera	5
2.3 Educación hacia el trepar	2
2.4 Educación hacia el salto	
2.5 Educación hacia las suspensiones	3
3. EVALUACION	2
	H.P 22

ALGUNAS COMBINACIONES TEMATICAS

- Sensaciones plantares - tocar segmentos - localización segmentaria.
- Sensaciones plantares - transposición - vecindad (relación topológica).
- Adaptación a la altura - posiciones derivadas - noción espacial.
- Adaptación a la altura - transposición - relaciones topológicas.
- Educación hacia la marcha - Transposición - localización según ejes.
- Educación hacia la marcha - trepar - noción temporal.
- Educación hacia la marcha - movilidad - inmovilidad - relaciones topológicas.
- Educación hacia la marcha - transposición - movilidad - inmovilidad.
- Educación hacia la carrera - movilidad - inmovilidad - relaciones topológicas.
- Educación hacia la carrera - apretar - mantener - soltar - salto.
- Educación hacia la carrera - tensión - relajación - salto.
- Educación hacia la carrera - coordinación ojo mano - salto.
- Educación hacia la carrera - coordinación ojo pie - salto.
- Educación para el salto - tocar - localización.
- Educación para el salto - medidas de distancia - movilidad - inmovilidad.
- Educación para el salto - carrera - movilidad - inmovilidad.
- Educación para el salto - adaptación a la altura - organización.
- Trepar - apretar - mantener - soltar - salto.
- Trepar - salto - carrera - movilidad - inmovilidad.

- Trepar – transcripción – salto – movilidad – inmovilidad.
- Trepar – pesado – liviano – salto.
- Suspensión – apretar – mantener – soltar – salto.
- Suspensión – tensión – relajación – apretar – mantener – soltar.
- Suspensión – apretar – mantener – soltar – balanceos.
- Suspensión – balanceos – saltos – localización.

CLASE GUIA 30

TEMA: SENSACIONES PLANTARES – TOCAR SEGMENTOS – LOCALIZACION

OBJETIVO

Facilitar posteriores contactos con elementos deportivos al jugar con diferentes materiales, ampliando al mismo tiempo el bagaje motor relacionado con las sensaciones plantares.

ACTIVIDAD SUGERIDA

- Los alumnos se desplazan libremente por todo el patio, al escuchar la señal convenida, se tocan con el pié el segmento que el profesor diga.
- Los alumnos caminan por todo el patio en parejas, al oir la señal, un alumno toca al otro con el pié en donde el profesor ordene.
- Los alumnos juegan al "tope con el pié", evitando los golpes mal intensionados.

CLASE GUIA 31

TEMA: SENSACIONES PLANTARES – TRANSPOSICION – NOCIONES DE RITMO.

OBJETIVO

Favorecer la práctica de las danzas, con juegos rítmicos que interioricen sensaciones plantares.

ACTIVIDAD SUGERIDA

En trios, dos de los cuales se toman de las manos, y el tercero al centro. Al oir la canción todos giran siguiendo libremente el compás:

Con mis pies, con mis pies. Dime qué puedo hacer?
Con mis pies, con mis pies. Dime qué puedo hacer?
Saltar, saltar, saltar.
Con las puntas, con las puntas, de mis bellos pies.

Dime qué puedo hacer?
Voltear, voltear, voltear.
Con los talones, con los talones.
Dime qué puedo hacer?
Arrastrar, arrastrar, arrastrar.
Continuar el canto, cambiando partes del pie.

Ahora cada uno del trío tiene nombre de una parte del pie, pudiendo ser: tobillos, dedos, talones, y otros, al terminar la canción el profesor dice: Hallarse todos los tobillos, todos los talones, etc.

CLASE GUIA 32

TEMA: ADAPTACION A LA ALTURA - TRASPOSICION - TENSION, RELAJACION - RELACIONES TOPOLOGICAS.

Figura 6

OBJETIVO

Lograr adaptaciones hacia el sentido del equilibrio buscando el punto de apoyo adecuado según las diferentes alturas.

ACTIVIDAD SUGERIDA

En parejas cada uno encima de 2 ladrillos (cada pie en un ladrillo) al escuchar la orden tratar de hacer caer del ladrillo al compañero sin dejarse tumbar del propio.

Luego pueden ir subiendo a la viga de equilibrio, al cajón sueco, etc.

CLASE GUIA 33

TEMA: EDUCACION PARA LA MARCHA - PERCEPCION DE LA ORGANIZACION - TRABAJO GRUPAL.

OBJETIVO

Crear valores grupales, facilitando la coordinación dinámica relacionada con la marcha.

ACTIVIDAD SUGERIDA

- Se forman subgrupos de 10 alumnos quienes caminan libremente. El director del juego enuncia una letra y los alumnos caminando deben formar dicha letra

y a la orden, deben movilizarse sin que la letra pierda su forma, por todo el patio. Luego unir las letras desplazándose por el patio y formar una palabra.

CLASE GUIA 34

TEMA: EDUCACION PARA LA CARRERA - PERCEPCIONES DE DISTANCIA - APRETAR, MANTENER, SOLTAR.

OBJETIVO

Brindar juegos de carácter libre que aumenten el bagaje motor relacionado con la carrera.

ACTIVIDAD SUGERIDA

Un jugador elegido será el desafiante y se coloca en el centro del patio, los otros se colocan sobre la línea de base y el desafiante grita, desafío a.. (enuncial un nombre), el nombrado trata de cruzar hacia el campo contrario sin ser cogido por el retador, si lo coge pasa a ser retador.

CLASE GUIA 35

TEMA: EDUCACION DE LA MARCHA - NOCION ESPACIAL - LECTURA DE PLANOS.

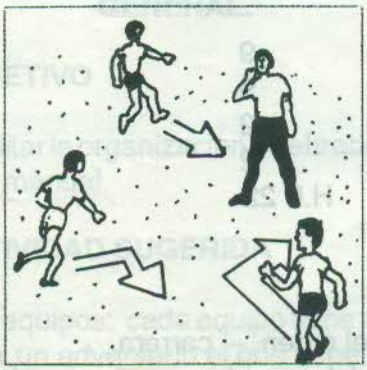


Figura 7

OBJETIVO

Facilitar la movilización del niño en la ciudad mediante la interpretación de las señales de tránsito.

ACTIVIDAD SUGERIDA

Se pintan en cartulinas diferentes señales de tránsito, (pases, cruces, una sola vía, etc.).

Luego: niños imitan carros, peatones, bicicletas y buses quienes obedecen y siguen las señales. El profesor es un guía de tránsito. Rotar los papeles a imitar.

CLASE GUIA 36

TEMA: EDUCACION PARA LA MARCHA - PERCEPCION DEL ESPACIO - OBSERVACION.

OBJETIVO

Hacer participe al niño del medio ambiente, a través de la actividad locomotora relacionandola con la percepción visual de cuanto le rodea.

ACTIVIDAD SUGERIDA

Los niños caminan por todo el sitio escogido por el profesor teniendo en mente observar todo lo que puedan.
Luego: al llegar al sitio de salida, todos comentan que tantas cosas, objetos y materiales observaron.

UNIDAD TRES: COORDINACIONES SEGMENTARIAS.

OBJETIVOS ESPECIFICOS

- Brindar juegos libres que en el niño formen hábitos de trabajo grupal.
- Relacionar mediante el juego el trabajo productivo explotando la imaginación y la creatividad,
- Formar por medio de la actividad lúdica valores, en los niños.
- Aumentar el acervo motor relacionado con las coordinaciones (según ARIAS).

CONTENIDOS GENERALES

	INTENSIDAD HORARIA
- Coordinación Viso Manual	9
- Coordinación Viso Pedial	9
Combinaciones	2
Evaluación	2
	H.P 22

ALGUNAS COMBINACIONES TEMATICAS

- Coordinación Visual manual - percepción del órden - carrera.
- Coordinación Viso Manual - percepción del espacio - percepción de organización - coordinación dinámica general.
- Coordinación Viso manual, apreciar medidas de distancia, apretar, mantener, soltar.
- Coordinación Viso pedial - Localización - Carrera.
- Coordinación Viso pedial - Coordinación dinámica general - Nociones de estructuración.
- Coordinación Viso pedial - Coordinación dinámica general - Percepción espacial y estructuración.

ACTIVIDAD SUGERIDA

- Se divide al grupo en dos subgrupos separados por un lazo y cada niño dentro de un aro. El juego se inicia tirando un balón luego de cogerlo con dos manos por encima del lazo, al niño que le caiga el balón debe cogerlo con 2 manos y devolverlo al otro lado.

CLASE GUIA 40

TEMA: COORDINACION VISO PEDIAL - LOCALIZACION - CARRERA.

Figura 9

OBJETIVO

Dinamizar el trabajo del tracto inferior relacionándolo con el seguimiento visual de objetivos "obligando" a guardar relación mediante la coordinación.

ACTIVIDAD SUGERIDA

- Unos niños en un extremo con un balde cada uno y al centro balones; y al otro extremo los niños, quienes al escuchar la órden, deben correr a los balones y patearlos tratando de elevarlos para que los de los baldes los atrapen en el aire.

CLASE GUIA 41

TEMA: COORDINACION VISO MANUAL - SENSACION ESTEROGNOSICA - ACTIVIDAD DE RELACION

OBJETIVO

Favorecer la capacidad de abstracción mediante actividades de relación mental que tienen como base la percepción visual y la estereognosis.

ACTIVIDADES SUGERIDAS

- Sentados los alumnos en ronda, círculo o en fila se les pasa un lápiz para que lo toquen y observen. Luego deben enumerar verbalmente objetos que tengan la forma de lápiz.
- Cada niño describir imaginativamente un lápiz.
- De qué esta hecho un lápiz?
  Por qué pinta un lápiz ?
  Para qué sirve la vaina que protege la mina del lápiz ?

NOTA: Otras que el docente propone.

CLASE GUIA 42

TEMA: COORDINACION VISO PEDIAL – COORDINACION DINAMICA GENERAL – NOCIONES DE ESTRUCTURACION.

Figura 10

OBJETIVO

Brindar juegos que motiven el movimiento visual rápido coordinado con el tracto inferior.

ACTIVIDAD SUGERIDA

– Los jugadores en círculo (pintado en el piso) y en el centro dos alumnos que defienden dos envases los que deben tratar de derribar los del círculo, pateando varios balones; los del centro solo pueden usar las piernas para evitar que sean derribados con los balones.

CLASE GUIA 43

TEMA: COORDINACION VISO PEDIAL – COORDINACION DINAMICA GENERAL – PERCEPCION ESPACIAL Y ESTRUCTURACION.

OBJETIVO

Aprestar hacia el pensamiento abstracto mediante juegos, relacionados con la coordinación Viso pedial que incluyan nociones de medidas de distancia, localización y velocidad.

ACTIVIDAD SUGERIDA

Dos equipos cada uno en su cancha, separados por una línea central. Un equipo con muchos balones en su territorio; al escuchar la orden todos patean un balón tratando de pegar a un jugador del equipo contrario, el cual trata de eludir el golpe.

CAPITULO 9

PROGRAMA PARA EL GRADO TERCERO

INTRODUCCION

Se integran en este nivel el esquema corporal, las conductas motoras básicas y las coordinaciones segmentarias, los contenidos presentados en 3 unidades, con intensidad que el profesor adecua según características de los alumnos, se ha diseñado para 64 horas.

OBJETIVO GENERAL

Contribuir a la formación de núcleos cinéticos a través de movimientos que suministren vivencias dirigidas al incremento del repertorio motor facilitando las relaciones sociales y los aprestamientos escolares.

UNIDADES A DESARROLLAR

N. UNIDAD	TITULO UNIDAD	HORAS	
UNO	ESQUEMA CORPORAL	12	
DOS	CONDUCTAS MOTORAS BASICAS	31	
TRES	COORDINACIONES SEGMENTARIAS	20	
		H.P	64

TEMATICA A DESARROLLAR

UNIDAD UNO: ESQUEMA CORPORAL

OBJETIVOS ESPECIFICOS

- Posibilitar experiencias motoras relacionadas con vivencias de las posiciones fundamentales.
- Crear potencialidades relacionadas con posibilidades motoras experimentando con el esquema corporal.
- Proporcionar vivencias relacionadas con la capacidad volitiva en los niños.
- Afianzar la autoestima y la autovaloración.

- Acrecentar la sensibilidad perceptiva corporal.
- Ampliar la capacidad plástica a través del movimiento corporal.
- Facilitar los aprendizajes escolares abstractos relacionados con percepciones, nociones y relaciones objetales.
- Dirigir el movimiento hacia la facilitación de las relaciones comunicativas interpersonales.

CONTENIDOS GENERALES

	INTENSIDAD HORARIA
1. ESQUEMA CORPORAL	2
1.1. DIFERENCIACION DE SEGMENTOS CORPORALES	
1.2. TRASPOSICION DE SEGMENTOS CORPORALES	
1.3. TRANSCRIPCION DE SEGMENTOS CORPORALES	
1.4. SENSACIONES MUSCULARES ELEMENTALES	2
1.4.1. APRETAR – MANTENER – SOLTAR	
1.4.2. MOVILIDAD – INMOVILIDAD	
1.4.3. RELAJACION	
1.5. INDEPENDENCIA FUNCIONAL SEGMENTARIA	2
1.5.1. CONTROL DE LAS PARTES DEL CUERPO	
1.6. POSICIONES FUNDAMENTALES DERIVADAS	1
2. RESPIRACION	3
2.1 GLOBAL	
2.2 SEGMENTARIA	
2.2.1 ALTA	
2.2.2 MEDIA	
2.2.3 BAJA	
2.2.4 COMBINACIONES	
3. EVALUACION	2
	H.P. 12

ALGUNAS COMBINACIONES TEMATICAS

- Posiciones fundamentales – salto – movilidad, inmovilidad.
- Posiciones fundamentales – control de segmentos – movilidad, inmovilidad.
- Posiciones fundamentales – independencia funcional segmentaria – coordinación viso manual.
- Posiciones fundamentales – coordinación viso pedial – locomoción.
- Independencia funcional segmentaria – apretar, mantener – soltar – movimientos locomotores.
- Independencia funcional segmentaria – tocar segmentos corporales.
- Independencia funcional segmentaria – trasposición – danzas (contradanza – baile – taekwondo – karate – judo – lucha)

- Independencia funcional segmentaria – adaptación a la altura – movimientos no locomotores (gimnasia, clavados, acrobacias).
- Independencia funcional segmentaria – adaptación a la altura – saltos (saltos con pértiga, saltos en cama elástica, clavados).
- Apretar, mantener, soltar – adaptación a la altura – saltos (saltos con pértiga, salidas de aparatos en gimnasia).
- Apretar, mantener, soltar – educación para la carrera – noción espacial (entrega de testigos en atletismo).
- Apretar, mantener, soltar – suspensiones – trepar (gimnasia con aparatos).
- Apretar, mantener, soltar – coordinacion viso manual – (béisbol, tenis, arquero de fútbol, balonmano,
- Apretar, mantener, soltar – tensión relajación (karate, taekwondo – esgrima – sprints en ciclismo).
- Movilidad, inmovilidad – independencia funcional segmentaria (danzas – teatro, saltos en clavados).
- Movilidad, inmovilidad – coordinación dinámica general (detenciones en baloncesto, recepción de testigos).
- Movilidad, inmovilidad – salto, acrobacia (salidas en gimnasia).
- Movilidad, inmovilidad, suspensión – salto – acrobacia (salidas de aparatos de gimnasia).
- Trasposición – apretar, mantener, soltar – noción temporal (lucha, judo, karate – boxeo).
- Trasposición – apretar, mantener, soltar noción de ritmo (danza deportiva).
- Respiración – apretar, mantener, soltar – percepción de duración (artes marciales – deportes de contacto).
- Respiración – control corporal – apretar, mantener, soltar (teatro).
- Respiración – movilidad, inmovilidad – noción temporal de continuidad (artes marciales – deportes de contacto, saques de voleibol, tenis, cobro de tiros en fútbol, balonmano).
- Respiración – tensión, relajación – posiciones fundamentales (todos los deportes).
- Respiración – adaptación a la altura – percepción espacial (deportes de altura, vuelo en cometa, paracaidismo, puentismo, alpinismo).
- Respiración – tensión, relajación. Equilibración general; (gimnasia).
- Respiración – educación para la suspensión.

CLASE GUIA 44

TEMA: ESQUEMA CORPORAL – POSICIONES FUNDAMENTALES – SALTO – MOVILIDAD, INMOVILIDAD.

OBJETIVO

Posibilitar experiencias sobre saltos, aprestando hacia la ejecución de tareas motoras y su aplicación en la vida diaria.

ACTIVIDADES SUGERIDAS

- Dos cuerdas paralelas y cada alumno de pie en un lado, fuera de las cuerdas, debe saltar en medio de las cuerdas quedando al caer como estatua. La estatua más ingeniosa, cuáles?
- De posición rodillas, quién es capaz de finalizar en posición de pie?
- El profesor propone nuevas tareas de movimiento, motivando al niño a crear respuestas motoras variadas.

CLASE GUIA 45

TEMA: ESQUEMA CORPORAL - POSICIONES DERIVADAS - CONTROL DE SEGMENTOS - ORIENTACION.

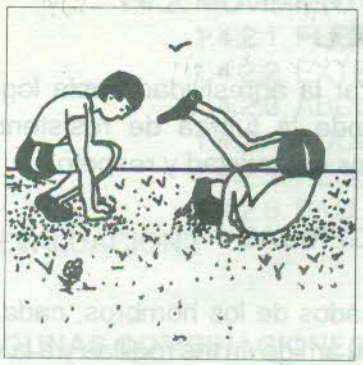


Figura 11

OBJETIVO

Facilitar aprendizajes motores posteriores, fortaleciendo las habilidades relacionadas con las posiciones derivadas y afianzando las relaciones sociales y escolares.

ACTIVIDADES SUGERIDAS

- Colchoneta o Césped: cada alumno ejecuta rollito adelante (sobre el eje transversal), inmediatamente corre a colocar la cola al burro pintado en una cartulina.
- Colchoneta o Césped: cada alumno ejecuta rollito (sobre el eje antero posterior) como lápiz, luego va a escribir una palabra al tablero.
- JUEGO: Dos subgrupos: cada uno en hilera frente a una colchoneta o césped Sale uno por uno realizando rollos (sobre el eje céfalo caudal) luego van a dibujar una casa; cada alumno recibe un papel en el cual esta escrito qué parte de la casa debe dibujar

CLASE GUIA 46

TEMA: ESQUEMA CORPORAL - INDEPENDENCIA FUNCIONAL SEGMENTARIA - COORDINACION VISO MANUAL.

OBJETIVO

Elaborar núcleos cinéticos referidos con asimetrías e independencia funcional corporal aumentando las posibilidades relacionadas con tareas en la futura vida deportiva

ACTIVIDADES SUGERIDAS

- Cada alumno con una pelota de caucho en una mano y una bolita de ping pong en la otra. Al escuchar la orden lanza ambas al aire y las recibe al mismo tiempo.
- Lanza primero la de ping pong y solo al recibirla lanza la de caucho.
- Lanza una de modo que la de la mano izquierda caiga en la mano derecha y la de la mano derecha pasa a la izquierda sin lanzarla.

CLASE GUIA 47

TEMA: TRASPOSICION - APRETAR, MANTENER, SOLTAR - TENSION - RELAJACION.

Figura 12

OBJETIVO

Canalizar y encauzar la agresividad hacia logros motores desarrollando la fuerza de resistencia, manteniendo vínculos de amistad y respeto.

ACTIVIDADES SUGERIDAS

- Por parejas tomados de los hombros, cada un trata de tocar a su amigo en las rodillas y a la vez evita ser tocado.
- Dos equipos ubicados a ambos lados de la línea; las parejas se toman por los antebrazos, al escuchar la señal tratan de pasar al de enfrente a su territorio y evita ser pasado.

UNIDAD DOS: CONDUCTAS MOTORAS BASICAS

OBJETIVOS ESPECIFICOS

- Posibilitar vivencias motoras relacionadas con equilibración general.
- Interiorizar sensaciones mediante actividades que incluyan los pies.
- Facilitar el aprestamiento hacia la ejecución de actividades en diferentes alturas.
- Brindar actividad con y sin elementos que eduquen la marcha.
- Acrecentar las experiencias sobre carreras y saltos.
- Ampliar el bagaje motor del niño relacionado con actividades de trepar y suspensiones.

CONTENIDOS GENERALES

	INTENSIDAD HORARIA
1. CONDUCTAS MOTORAS BASICAS	
1.1. EQUILIBRACION GENERAL	10
1.2. SENSACION PLANTAR	
1.3. ADAPTACION A LA ALTURA	
1.4. COORDINACION DINAMICA GENERAL	
1.4.1. MOVIMIENTOS LOCOMOTORES	10
1.4.1.1. MARCHA	
1.4.1.2. CARRERA	
1.4.1.3. SALTO	
1.4.1.4. TREPAR	
1.4.2. MOVIMIENTOS NO LOCOMOTORES	10
1.4.2.1. FLEXION	
1.4.2.2. EXTENSION	
1.4.2.3. ABDUCCION	
1.4.2.4. ADDUCION	
1.4.2.5. RESORTES	
1.4.2.6. BALLESTEROS	
2. EVALUACION2	2
	H.P. 32

ALGUNAS COMBINACIONES TEMATICAS

- Educación hacia la marcha – independencia funcional de segmentos – (marcha, atletismo).
- Educación hacia la marcha – independencia funcional segmentaria – noción de ritmo (bandas de la paz, danzas, gimnasia artística).
- Educación hacia la carrera, independencia funcional segmentaria – coordinación viso manual (dribling de balón en todos los deportes).
- Educación hacia la carrera – coordinación viso manual (recepciones de balón en el tránsito de la carrera en todos los deportes y gimnasia con aparatos).
- Educación hacia el salto – coordinación ojo mano – control corporal (recepciones de balón en todos los deportes durante el salto).
- Educación hacia el salto – movimientos no locomotores (gimnasia, clavados, acrobacia).
- Educación hacia el salto, trepar, suspensiones, posiciones derivadas (gimnasia, montañismo).

CLASE GUIA 48

TEMA: EDUCACION HACIA LA CARRERA – SALTO – POSICIONES FUNDAMENTALES (Saltos en tijera, fosbury, rodillos en atletismo, carreras con obstáculos, cross).

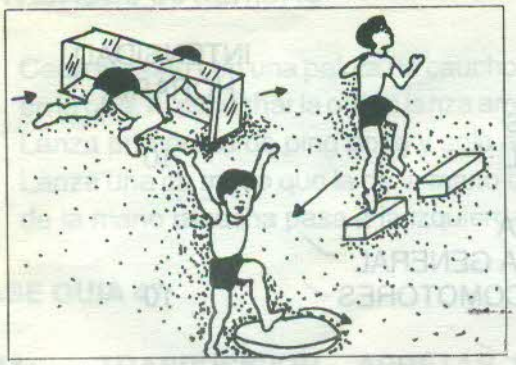


Figura 13

OBJETIVO

Brindar movimientos relacionados con carreras, saltos y posiciones fundamentales aprestando hacia tareas motoras, extensivas a la vida social.

ACTIVIDAD SUGERIDA

- Se construye una pista en el patio (ladrillos, bastones, lazos y un platón con agua), el juego consiste en recorrer la pista sin cometer errores. El recorrido lo proponen los estudiantes, pudiendo ser: saltar los ladrillos, por debajo del bastón, saltar la cuerda y al mismo tiempo el platón con agua.

CLASE GUIA 49

TEMA: MOVIMIENTOS LOCOMOTORES - POSICIONES DERIVADAS - NOCION DE ESPACIO.

OBJETIVO

Ampliar las posibilidades motoras relacionadas con los movimientos que tienen como base posiciones derivadas, en cuanto utilización del tracto inferior, no solo dirigidas hacia actividades deportivas sino también sociales, como el baile.

ACTIVIDAD SUGERIDA

- En el patio se distribuyen objetos y materiales. Los niños deben arrastrarse, gatear, caminar, correr y saltar, según la distribución de los objetos y materiales.

CLASE GUIA 50

TEMA: EDUCACION HACIA LA CARRERA INDEPENDENCIA FUNCIONAL DE SEGMENTOS - COORDINACION VISO MANUAL

OBJETIVO

Experimentar con juegos que amplíen la capacidad de desenvolvimiento en cuanto correr y manejar objetos, facilitando el trabajo grupal.

ACTIVIDAD SUGERIDA

- Los niños corren hasta un sitio, en el cual hay varios balones; cada niño toma

uno, va driblando el balón hasta un sitio donde están dispuestos frascos plásticos numerados del 1 al 10. Deben tratar de tumbar el mayor número de frascos en un solo lanzamiento, va por el balón y regresa driblando para entregarlo al segundo en la hilera.

CLASE GUIA 51

TEMA: EDUCACION PARA EL SALTO - MOVIMIENTOS NO LOCOMOTORES.

OBJETIVO

Proporcionar juegos que permitan formas de movimientos que amplíen las posibilidades relacionadas en el salto y los movimientos no locomotores favoreciendo el gusto por los juegos.

ACTIVIDAD SUGERIDA

- Los niños que tienen en sus pies un resorte (de 2 cm de ancho y 1 metro de largo). El resorte va completamente extendido en las piernas de los niños, los cuales se separan a 1.50 metros entre ellos. En medio de los dos y del resorte, otro niño que trata de ejecutar el mayor número de saltos, trabando las 2 bandas del resorte con los pies.

CLASE GUIA 52

TEMA: MOVIMIENTOS LOCOMOTORES - APRETAR, MANTENER, SOLTAR - INDEPENDENCIA FUNCIONAL SEGMENTARIA.

OBJETIVO

Favorecer mediante la experimentación, la posibilidad de ejecutar movimientos facilitando los aprendizajes escolares y el rendimiento deportivo posterior.

ACTIVIDAD SUGERIDA

- Cada alumno transporta en la mano, un palillo colocado entre el pulgar y el índice en forma transversal, en la otra mano un vaso desechable lleno de agua, los cuales deben ser llevados un lado a otro de la cancha en puntas de pies, caminando sobre los talones, en los bordes externos e internos.

CLASE GUIA 53

TEMA: SENSACIONES PLANTARES - ESCRITURA - APRETAR, MANTENER, SOLTAR.

OBJETIVO

Lograr el autodescubrimiento de posibilidades expresivas, ampliando y mejorando la autoconfianza y las relaciones interpersonales.

ACTIVIDAD SUGERIDA

- Las manos de los niños amarradas, luego una cuerda (lazo o piola) debe ser colocada en el cuello del compañero como si fuese un collar, como un cintillo en la cabeza, como un turbante, como una correa en la cintura, todo con los pies.

Con la cuerda los niños deben jugar a enlazar un tarro o un balón utilizando solo los pies.

CLASE GUIA 54

TEMA: SUSPENSIONES, APRETAR, MANTENER, SOLTAR – POSICIONES DERIVADAS.

OBJETIVO

Desarrollar paulatinamente la fuerza de resistencia, ampliando el bagaje motor, mediante la experimentación de praxias no habituales, conducentes a tareas motoras, lo cual redunda en autoconfianza.

ACTIVIDAD SUGERIDA

- El profesor explica la construcción de dos guantes para los pies, y la actividad se reduce a la clase guía número 52, agregando diálogos construidos de antemano.

CLASE GUIA 55

TEMA: COORDINACION VISO PEDIAL, APRETAR – MANTENER – SOLTAR – TRASCRIPCION.

OBJETIVO

- Autodescubrir posibilidades motoras, dirigidas hacia la coordinación viso pedial, ampliando el bagaje de movimientos y la recreación grupal.

ACTIVIDAD SUGERIDA

- En el piso se colocan, lapiceros, lápices, colores, crayones, tizas y pinceles con acuarelas. Cada alumno debe dibujar y pintar un paisaje utilizando los dedos de los pies.

CLASE GUIA 56

TEMA: COORDINACION VISO PEDIAL. COORDINACION DINAMICA GENERAL - UBICACION ESPACIAL.

Figura 14

OBJETIVO

Demostrar las posibilidades de movimiento logradas con el trabajo conjunto de pies y ojos en favor de un objetivo común.

ACTIVIDAD SUGERIDA

- Los alumnos con los zapatos puestos. Sobre el piso varias pelotas de ping-pong, balones, almohadillas, lápices, reglas, y otros materiales.

En grupos deben trasportar los objetos pasándolos en cadena con los pies hasta el sitio destinado para cada objeto.

CLASE GUIA 57

TEMA: MOVIMIENTOS FINOS, COORDINACION VISO PEDIAL - NOCION ESPACIAL.

OBJETIVO

Ampliar la plástica corporal con juegos viso pediales, combinando el trabajo grupal.

ACTIVIDAD SUGERIDA

- Se divide el grupo en 2 o más equipos. El partido a jugar es de fútbol, solamente que dentro del área el gol se logra con la cabeza, y el arquero no puede emplear sus brazos, antebrazos, ni manos, para impedirlo.

CAPITULO 10

PROGRAMA PARA EL GRADO CUARTO

INTRODUCCION

El programa del grado cuarto contempla las vivencias relacionadas con un conjunto de actividades derivadas de los deportes ATLETICO - GIMNASTICOS; actividades que pretenden combatir la rigidez de las normas y de las técnicas deportivas, así como la supervaloración que el deporte hace del triunfo, para rescatar valores de participación democrática, de fraternidad y libertad a través del juego.

En el grado cuarto se contemplan juegos predeportivos dirigidos hacia el atletismo, experiencias gimnásticas en grupo, a partir de algunas destrezas elementales, y como última unidad, la dedicada a la enseñanza de un baile típico de la región.

La programación se ha diseñado para 64 horas, tiempo que abarca el año escolar, con la presentación de clases guías y algunas combinaciones temáticas, para cada uno de los temas.

OBJETIVO GENERAL

Posibilitar experiencias que proporcionen vivencias, traducidas en alternativas de expresión psicomotora.

UNIDADES A DESARROLLAR

N. UNIDAD	TITULO UNIDAD	HORAS
UNO	FUNCIONES PROPIOCEPTIVAS Y EXTEREOCEPTIVAS	14
DOS	JUEGOS DERIVADOS DE ATLETISMO	20
TRES	EXPERIENCIAS GIMNASTICAS	20
CUATRO	EXPRESION RITMICA INICIACION A LA CONTRADANZA	10
	H.P	64

TEMATICA A DESARROLLAR

UNIDAD UNO: FUNCIONES PROPIOCEPTIVAS Y EXTEROCEPTIVAS

OBJETIVOS ESPECIFICOS

- Ampliar el control de las diferentes partes del cuerpo y sus posibilidades de movimiento parcial o total.
- Posibilitar el autocontrol en ejercicios que involucren estabilidad y posiciones básicas.
- Mejorar la capacidad de coordinación dirigida hacia un trabajo armónico y eficiente, relacionando al hombre con el medio en forma eficaz.

CONTENIDOS GENERALES

	INTENSIDAD HORARIA
1. ESQUEMA CORPORAL	2
1.1. NUCLEOS DE MOVIMIENTO	
1.1.1. CERVICAL	
1.1.2. ESCAPULAR	
1.1.3. CODO	
1.1.4. MUÑECA	
1.1.5. MANOS	
1.1.6. PELVICO	
1.1.7. RODILLA	
1.1.8. TOBILLOS	
1.1.9. PIES	
1.1.10. COLUMNA VERTEBRAL	
1.2. SENSACIONES MUSCULARES ELEMENTALES	1
1.2.1. APRETAR – MANTENER – SOLTAR	
1.2.2. MOVILIDAD – INMOVILIDAD	
1.2.3. RELAJACION	
1.3. INDEPENDENCIA FUNCIONAL SEGMENTARIA	1
1.3.1. CONTROL DE LAS PARTES DEL CUERPO	
2. CONDUCTAS MOTORAS BASICAS	1
2.1. EQUILIBRIO	
2.1.1. ADAPTACION A LA ALTURA	
2.2. COORDINACION DINAMICA GENERAL	1
2.2.1. MOVIMIENTOS LOCOMOTORES	
2.2.1.1. MARCHA	
2.2.1.2. CARRERA	
2.2.1.3. SALTO	
2.2.1.4. SUSPENSION	

2.3. COORDINACION SEGMENTARIA 1
2.3.1. VISO MANUAL
2.3.2. VISO PEDIAL
3. EVALUACION 1
H.P 8

ALGUNAS COMBINACIONES TEMATICAS

- Movimientos no locomotores – columna cervical – control corporal.
- Movimientos no locomotores – cintura escapular – control corporal segmentaria.
- Movimientos no locomotores – codos.
- Movimientos no locomotores – muñecas.
- Movimientos no locomotores – manos – apretar, mantener, soltar.
- Movimientos no locomotores – cintura pélvica.
- Movimientos no locomotores – rodillas.
- Movimientos no locomotores – tobillos.
- Movimientos no locomotores – pies.
- Movimientos no locomotores – tracto superior – independencia funcional segmentaria.
- Movimientos no locomotores – esquema corporal – independencia funcional segmentaria.
- Movimientos no locomotores – esquema corporal – posiciones fundamentales
- Movimientos no locomotores – esquema corporal – posiciones fundamentales – independencia funcional segmentaria.
- Movimientos no locomotores – columna cervical – control corporal.
- Movimientos no locomotores – esquema corporal – posiciones fundamentales – equilibración general.
- Movimientos no locomotores – esquema corporal – posiciones derivadas.
- Movimientos no locomotores – control corporal – equilibración general.
- Movimientos no locomotores – control corporal – salto.
- Movimientos no locomotores – control corporal – suspensiones.
- Movimientos no locomotores – independencia funcional segmentaria – salto.
- Movimientos no locomotores – coordinación viso manual – (títeres) – manipulación.
- Movimientos no locomotores – coordinación dinámica general – percepción rítmica.
- Movimientos no locomotores – tracto inferior – percepción rítmica.

CLASE GUIA 58

TEMA: MOVIMIENTOS NO LOCOMOTORES – CINTURA ESCAPULAR – CONTROL SEGMENTARIO

OBJETIVO

Aumentar las experiencias con movimientos no locomotores, facilitando la posterior

ejecución de tareas motoras, los aprendizajes escolares y vínculos comunitarios.

ACTIVIDAD SUGERIDA

- Los alumnos caminan libremente por el patio, al escuchar la señal se quedan en sus puestos y ejecutan: flexiones, extensiones, flexiones profundas, hiperextensiones, abducciones, aducciones, elevaciones, rotaciones.

CLASE GUIA 59

TEMA: MOVIMIENTOS NO LOCOMOTORES – MUÑECAS – CONTROL SEGMENTARIO – PERCEPCION RITMICA.

OBJETIVO

Ampliar las posibilidades de movimientos no locomotores que implican la articulación cúbito radial facilitando la comprensión de la anatomía.

ACTIVIDAD SUGERIDA

- Los alumnos de pie ejecutan al ritmo de la música movimientos con las muñecas, a saber: flexiones, extensiones, abducciones, aducciones, giros, circunducciones, inversiones, eversiones, hiperextensiones.

CLASE GUIA 60

TEMA: MOVIMIENTOS NO LOCOMOTORES – MANOS – CONTROL–SEGMENTARIO – PERCEPCION RITMICA

OBJETIVO

Explorar movimientos con las manos colaborando con los posteriores aprendizajes deportivos y con los procesos de escritura, necesarios en la vida de relación.

ACTIVIDAD SUGERIDA

- Los niños sentados en ronda y al ritmo de música suave ejecutan flexiones, extensiones, hiperextensiones, hiperflexiones, pronaciones, supinaciones, torsiones, inversiones, eversiones, circunducciones, apoyos, balanceos, empujes, pinzas, oposiciones.

CLASE GUIA 61

TEMA: MOVIMIENTOS NO LOCOMOTORES, TOBILLOS, CONTROL SEGMENTARIO, PERCEPCION RITMICA

OBJETIVO

Reconocer las posibilidades motoras de la articulación del tobillo como medio facilitador de ejecuciones correctas de movimiento corporal tanto en la vida diaria como en la futura vida deportiva.

ACTIVIDAD SUGERIDA

- Los niños descalzos y con pantaloneta para facilitar la observación de la movilidad articular, realizan: flexiones, extensiones, dorsiflexiones, hiperflexiones, hiperextensiones, inversiones, eversiones, circunducciones, abducciones, aducciones.

CLASE GUIA 62

TEMA: MOVIMIENTOS NO LOCOMOTORES, PIES, CONTROL CORPORAL SEGMENTARIO, ESTRUCTURACION MEDIANTE LOCALIZACION SEGUN EJES

OBJETIVO

Contribuir con el conocimiento corporal mediante actividades exploratorias de las posibilidades motoras de los pies, facilitando su cuidado e higiene diario.

ACTIVIDAD SUGERIDA

- Los niños descalzos y libremente distribuidos en el patio sentados o de pie según la necesidad del movimiento; ejecutan, con los dedos de los pies: flexiones, extensiones, abducciones, aducciones, agarres de objetos, apoyos sobre los dedos, sobre los talones, empujes con las plantas de los pies, con los talones, con los bordes, con los empeines, patear con los bordes, con los talones, con los empeines, detenciones de objetos.

CLASE GUIA 63

TEMA: MOVIMIENTOS NO LOCOMOTORES – TRACTO SUPERIOR, INDEPENDENCIA FUNCIONAL SEGMENTARIA.

OBJETIVO

Combinar los movimientos no locomotores, buscando la independencia funcional segmentaria, el desarrollo volitivo y cuidado en su ejecución, favoreciendo la creación de habilidades y destrezas.

ACTIVIDADES SUGERIDAS

Los niños en ronda para mayor facilidad de observación ejecuta lo que el profesor demuestra.

1. Miembros superiores en extensión al frente; una muñeca realiza circunducción, y al mismo tiempo la otra flexión y extensión.
2. Igual posición de los miembros superiores; una muñeca ejecuta abducción y adducción, la otra al mismo tiempo flexión y extensión.
3. Un miembro superior flexiona y extiende por la articulación del codo, el otro al mismo tiempo realiza adducción y abducción por la articulación del hombro.
4. Un miembro superior en extensión al frente, la muñeca realiza circunducción, el otro miembro superior rota por el hombro en sentido contrario al de la muñeca.
5. Miembros superiores al frente, y una mano flexiona y extensiona los dedos, al mismo tiempo la otro abduce y adduce los dedos.

CLASE GUIA 64

TEMA: MOVIMIENTOS NO LOCOMOTORES - ESQUEMA CORPORAL - POSICIONES FUNDAMENTALES.

OBJETIVO

Explorar las posiciones fundamentales con base en los movimientos no locomotores, contribuyendo con la creación de núcleos cinéticos referidos a los minideportes y a las integraciones grupales.

ACTIVIDADES SUGERIDAS

Los niños libremente situados en el patio, al escuchar la orden o la señal convenida se colocan de pies con piernas unidas y de aquí ejecutan:

1. De pie con abducción de piernas.
2. De pie con abducción y flexión de rodillas.
3. De pie con abducción de piernas, flexión de rodillas y elevación sobre las puntas de los pies.
4. De pie con abducción de piernas, flexión de rodillas, elevación sobre las puntas e inversión de los pies.
5. De pie con las piernas unidas, hiperextensión de rodillas.
6. De pie con las piernas unidas, hiperextensión de rodillas y elevación en puntas de pies.

De la posición sentados, ejecutan:

1. Sentados con extensión de rodillas.

2. Sentados con extensión de rodillas e hiperextensión de tobillos.
3. Sentados con extensión de rodillas e hiperextensión de tobillos e inversión de los pies.
4. Sentados con hiperflexión de rodillas.
5. Sentados con abducción de piernas y extensión de rodillas.

De la posición de rodillas, ejecutan:

1. De rodillas con flexión de las mismas.
2. De rodillas con flexión de las mismas y abducción de piernas.
3. De rodillas con extensión de cadera.

UNIDAD DOS: JUEGOS DERIVADOS DEL ATLETISMO

OBJETIVOS GENERALES

- Posibilitar experiencias sobre marcha, carreras, saltos, lanzamientos y relevos.
- Valorar el trabajo práctico realizado por uno mismo y por los demás.

CONTENIDOS GENERALES

	INTENSIDAD HORARIA
1 PRUEBAS DE PISTA	
1.1 CARRERA	4
1.1.1 Salidas	
1.1.2 Llegadas	
1.2 RELEVOS	3
1.2.1 Entrega y recepción del testimonio	
1.3 INICIACION A LA MARCHA	2
2. PRUEBAS DE CAMPO	
2.1 LANZAMIENTO PELOTA 80 GRAMOS SIN ZONA	4
2.2 SALTO LARGO (ZONA SIN MEDIDAS ESTRICTAS)	4
3. ORGANIZACION DEL TRIATLON ESCOLAR	3
3.1 CARRERA 50,75 M.	
3.2 SALTO LARGO	
3.3 LANZAMIENTO PELOTA DE 80 GRAMOS	
	H.P.20

COMBINACION TEMATICA

- Carrera–Salto Largo–Lanzamiento de pelota.

CLASE GUIA 65

TEMA: LA CARRERA

OBJETIVO

Mediante juegos grupales y tareas individuales, ensayar diversas formas de carrera corta (50 m. 75 m.) identificando los errores más notorios y frecuentes en ellas.

ACTIVIDADES SUGERIDAS

- JUEGO: "PERSECUCION POR GRUPO": Los niños se dividen en grupos de cuatro a seis, numerados todos del uno al cuatro o al seis, según el caso. Todos los grupos se ubican formando un gran círculo. El juego se inicia gritando un número del uno al seis, todos los niños que tienen ese número salen corriendo por la derecha, hasta llegar nuevamente al sitio de partida. Quien llegue primero gana un punto para su equipo.
  Se continúa hasta cuando todos hayan corrido; se puede repetir varias veces. Para determinar equipo ganador, se mira que grupo logra sumar más puntos.
- VARIANTES
  - Variar la forma de salida (sentados, cuclillas).
  - Correr durante veinte o treinta segundos.
  - Perseguir a los demás corredores e ir eliminando al que sea alcanzado.
  - Correr desplazándose en un pie, etc.
- JUEGO: "CAMBIAR DE CIRCULO" Los niños se dividen en grupos de cuatro a ocho, cada grupo se ubica dentro de un círculo alrededor del patio de recreo, todos los niños cambiar de círculo al dar una señal, siempre corriendo en dirección contraria a las manecillas del reloj. Gana el equipo que primero se ubique dentro de su nuevo círculo.
- VARIANTES
  - La posición de salida (sentados, en cuclillas, acostados).
  - La posición de llegada (sentados, cuclillas, en un pie, etc.)
  - La forma de correr (por parejas, por tríos, todo el grupo a la vez).
- CARRERAS DE PERSECUCION: Los niños se ubican en dos filas enfrentadas a dos metros de distancia; cada niño tiene que formar parejas con uno del frente, cada fila tiene un nombre que la identifica. Cuando el organizador del juego grita un nombre los niños de esa fila corren y tratan de alcanzar a su compañero, antes que llegue a una meta o línea de refugio.
- VARIANTES
  - Variar la distancia de la línea de refugio o meta.
  - La posición de los niños para la salida varía, de pies y de frente, sentados de espalda, etc).
- El grupo se divide en varios subgrupos de ocho o diez alumnos, los grupos se colocan uno atrás de otro, en fila detrás de una línea de partida a una señal, el

primer grupo avanza quince metros trotando, hasta alcanzar la línea, a partir de la cual realizan un sprint sobre treinta metros. Quién alcanza primero la línea de llegada?

- A una distancia de veinte metros de la línea de partida se ubican seis u ocho aros. A una señal los alumnos parten a máxima velocidad a tratar de ocupar los aros, quién queda sin aro?
- VARIANTES
  - Variar la distancia entre los aros.
  - La posición de los niños para la salida (de pie, sentado, de espalda, etc).
- Desde la posición acostado, pasar a cuatro apoyos y salir a gran velocidad a cubrir una distancia de 20 metros .
- Por parejas uno adopta la posición de los tacos de partida, su compañero toma la posición de salida en cinco apoyos (dos manos, una rodilla y dos pies). A una señal parte a cubrir una distancia de 20 metros.
- COMPETENCIA DE VELOCIDAD: El profesor organiza grupos de niños, según velocidades afines, para realizar competencias en cada uno de los grupos. Se parte de que todos los niños pueden competir con posibilidades de éxito en su respectivo grupo y no que de antemano se sepa que algunos niños nada pueden hacer frente a los más veloces.

NOTA: Durante la ejecución de los juegos, el profesor hace correcciones constantes sobre los errores que con mayor frecuencia comenten los niños, como son : cruzar los brazos al correr, sacar pie al lado, desplazarse en diagonal, etc. Es recomendable que el profesor oriente a los niños al respecto, para que ellos sean quienes descubran los errores y los corrijan mutuamente.

CLASE GUIA 66

TEMA: RELEVOS

Figura 15

OBJETIVO

Por medio de actividades lúdicas grupal e individual examinar diversas formas de entregar y recepcionar el testimonio, coadyuvando a mejorar el trabajo en conjunto.

ACTIVIDADES SUGERIDAS

- Por parejas, uno se ubica delante de su compañero a 3 metros de distancia, el de adelante extiende el brazo hacia atrás y coloca la palma de la mano hacia arriba. A la señal de "ya" el compañero de atrás avanza y golpea en su mano la palma del compañero, quien al sentirlo sale corriendo a una línea ubicada a diez metros.

- Formar una hilera de cuatro o cinco alumnos, quienes se ubicarán a seis metros de distancia uno de otro. A la señal, el último de la hilera pasa el testimonio al que le sigue y corre a ocupar el primer lugar de la hilera, quien recibe hace lo mismo. (pasar el testimonio de un compañero a otro y correr a ubicarse a la cabeza de la hilera).

- Divide el curso en varios grupos de cuatro a cinco alumnos, quienes formarán en hilera y se sientan, a una distancia que permita tocar al compañero con el brazo extendido. A una señal el último de cada grupo inicia pasando el testimonio hasta llegar al primero, quien deberá correr 15 metros, dar la vuelta a un obstáculo y regresar a su grupo a entregar el testimonio al último de los integrantes para reiniciar el juego, que termina una vez todos los integrantes hayan corrido con el testimonio, ganando el grupo que primero termine.

- Por cuartetos, correr formando hilera, el último con un testimonio en la mano izquierda, lo entrega a la mano derecha del compañero de adelante, quien a su vez lo entregará al siguiente en la mano izquierda, para finalmente pasarlo al primero de la hilera, este recibe el testimonio y lo coloca en el piso, para ser recogido por el último, quien reinicia la actividad.

- COMPETENCIA DE RELEVOS: EL profesor organiza grupos de cuatro alumnos quienes se ubicarán en hilera a una distancia de 15 metros. El último de la hilera corre a entregar el testimonio dentro de una zona previamente establecida, al tercer compañero, quien realiza lo mismo hasta que el testimonio llegue al primero del grupo, quien deberá correr una distancia de 20 metros para lograr la línea de llegada. Gana el grupo que primero lo logre. El profesor debe organizar varias actividades en donde exista la competencia, la que será pedagógicamente dirigida, de tal manera que todos los niños tengan igualdad de posibilidades de éxito. En dichos juegos se debe establecer una zona para que el alumno entregue y recepcione el testimonio y pueda correr con él.

CLASE GUIA 67

TEMA: LANZAMIENTO DE PELOTA

Figura 16

OBJETIVO

Jugando en conjunto e individualmente, ensayar diversas formas de lanzamiento de pelota, logrando recreación grupal.

ACTIVIDADES SUGERIDAS

- Se forman grupos de cuatro o cinco alumnos. Cada grupo traza en el piso dos círculos concéntricos de 3 o 4 metros de diámetro. Cada grupo tiene una pelota pequeña.

Figura 17

Los niños se ubican fuera del círculo a dos metros de distancia y de uno en uno lanza la pelota hacia arriba lo más alto posible, de tal manera que la pelota caiga dentro de uno de los 2 círculos. Si cae en el círculo pequeño (3 m.) se anota dos puntos, en el círculo grande (4 m.) un punto y si cae fuera, cero puntos. Al finalizar se suman los puntos obtenidos por cada niño y se determina el ganador.

- VARIANTES
  - Variar la forma de ejecutar el lanzamiento (por encima del hombro, con un paso de impulso, etc.)
  - Realizar tareas antes que la pelota caiga en el círculo, correr, saltar, etc.
- Los niños forman parejas, cada pareja con una pelota en el círculo a 15 o 20 metros uno frente al otro. El niño que tiene la pelota la lanza a su compañero desde una línea de referencia, de tal manera que la pelota caiga muy cerca de su compañero; este toma la pelota y repite.
- VARIANTES
  - Lanzar sin desplazamiento
  - Lanzar luego de dar varios pasos
  - Lanzar sobre la carrera
  - Correr, detenerse y lanzar
  - Correr, girar y lanzar.
- Los niños se dividen en grupos de 6 a 8. Cada niño con una pelota pequeña se ubica en fila (uno al lado del otro), frente a una línea paralela a ellos, que está ubicada a cinco metros; un niño, que no pertenece al grupo, con un balón o pelota grande, la lanza por el piso de tal manera que pase sobre la línea de referencia, rápidamente. Los otros niños lanzan a pegarle cuando pase frente a ellos. Se determina cuantos niños de cada grupo le pegaron a la pelota grande y se designa ganador.
- VARIANTES
  - La pelota grande se lanza hacia arriba y los niños tratan de pegarle antes que caiga.
  - La pelota grande se ubica dentro de un círculo y los niños lanzan para pegarle y hacerla salir del círculo.
- Lanzar a pegarle a un círculo. Los niños ubicados por grupos lanzan alternadamente a pegarle a un círculo dibujado en una pared.
- Lanzar a un blanco desde una zona tomando carrera de impulso.
- Realizar por grupos un primer lanzamiento sin carrera de impulso. Un segundo lanzamiento con varios pasos de impulso y un tercer lanzamiento con carrera de impulso; comparar el rendimiento obtenido en cada forma de lanzamiento.
- El profesor organizará lanzamientos tendientes a ganar distancia, organizando a los niños en grupos, según capacidades. Se trata de que todos los niños compitan con similares posibilidades de éxito en sus respectivos grupos.

CLASE GUIA 68

TEMA: SALTO DE LONGITUD

OBJETIVO

Mediante juegos y tareas individuales, experimentar diversas formas de salto de longitud, valorando el trabajo individual y grupal.

ACTIVIDADES SUGERIDAS

- Los niños se organizan por grupos de cuatro a seis. Se ubican detrás de una línea en hilera. El primer niño de cada hilera realiza un salto a pie junto sin impulso, marca el sitio donde cayó. El segundo niño salta de la misma manera desde la marca de su compañero y así continúa hasta cuando hayan pasado todos los del grupo. Se determina que grupo logra cubrir una distancia mayor.
- VARIANTES Forma de ejecutar el salto
  - Realizar el salto en un pie
  - Realizar el salto con impulso previo
  - Realizar el salto sin impulso, rechazando con un pie y cayendo en el pie contrario.
- Cada niño realiza tres saltos en una misma dirección así; Desde una línea de salida salta a pie junto tratando de cubrir la mayor distancia posible. Marca el sitio de caída. Ejecuta un segundo salto desde el sitio marcado y luego un tercer salto. Se determina quien logra cubrir más espacio en la sumatoria de los saltos.
- VARIANTES
  - Saltar en un pie, rechazar con un pie y caer con el pie contrario.
  - Tomar impulso para realizar el primer salto. Tomar nuevo impulso para realizar el segundo y nuevo impulso para realizar el tercero.
  - Tomar un solo impulso y realizar los tres saltos consecutivamente.
- Se entierran varias llantas de carro separadas un metro una de otra, de tal manera que la primera quede más baja y la última más alta. Los niños se ubican en hilera detrás de la llanta más baja.
  De uno en uno saltar de una llanta a otra, hasta llegar a la última, donde toman impulso y tratan de cubrir de un salto la mayor distancia posible.
- VARIANTES
  - Si se cuenta con varias llantas, se puede hacer por grupos reducidos.
  - Se pueden hacer variantes en cuanto a la forma de saltar, forma de caer, realizando movimiento de brazos y piernas cuando se está en el aire.
- Los niños se dividen en grupos de cuatro a seis alumnos y se ubican en hilera frente a un grupo de aros colocados en el piso, así: El primer aro a 10 metros de los niños; el segundo a un metro del primero; el tercero a 1,5 metros del segundo; el cuarto a 2 metros del tercero; el quinto a 2.5 metros del cuarto y el sexto a 3 metros del quinto.

El primer niño sale corriendo, salta de aro en aro hasta donde pueda. Se le aigna un punto por cada salto en el que logre pasar de un aro a otro. Finaliza y regresa para que vaya el segundo niño y así se continúa hasta terminar. Finalmente se suman los puntos obtenidos por cada niño y se determina equipo ganador.

- VARIANTES
  - Se puede variar la distancia entre los aros, adecuándola a las capacidades de los niños, pero siempre en forma progresiva.
  - Se puede establecer la misma distancia entre todos los aros.
  - La forma de saltar puede variarse.
- Para que los niños incrementen su interés por la clase, se pueden realizar saltos en forma de competencia, dividiendo los niños en grupos más o menos homogéneos para que todos compitan con iguales posibilidades de ganar. Algunos ejemplos de competencias:
  - Salto sin carrera de impulso sobre grama, arena o similar.
  - Tres saltos: El primero sin carrera de impulso; el segundo con varios pasos de impulso y el tercero con carrera completa de impulso. Se determinan ganadores en cada clase de salto.
  - Salto dentro de zonas: Se marca en el piso zonas de dos metros y se pide al niño que salte desde una referencia para determinar en que zona cayó. Se puede realizar por grupos, para lo cual se asignan puntos de acuerdo con la zona en la cual cayó el saltador. Posteriormente se suman los puntos individuales y se determina un equipo ganador.

  NOTA: El profesor y los niños deben, en el tiempo transcurrido de las clases, identificar los errores más comunes en el salto largo como por ejemplo; No saltar desde una zona determinada; caer hacia atrás o perder completamente el equilibrio en la caída, y conjuntamente proponer los correctivos.
- Juego para Combinar: CARRERAS, SALTOS Y LANZAMIENTOS. Agrupados según similares capacidades, los niños de cada grupo compiten entre si individualmente: Primero lanzarán la pelota con impulso y desde una zona determinada, lo más lejos posible, luego efectuarán un salto de distancia desde una zona demarcada, con impulso; Finalmente realizarán una carrera por grupos de velocidad sobre una distancia de 50 metros.

CLASE GUIA 69

TEMA: INICIACION A LA MARCHA.

OBJETIVO

Mediante actividades grupales e individuales enttetenidas, experimentar formas diversas de marchar, identificando los errores más notorios y frecuentes en la ejecución de la marcha.

ACTIVIDADES SUGERIDAS

- Caminar naturalmente, caminar rápido, caminar despacio y sin ruido.

- Caminar como un gigante, como un enano.
- Caminar amortiguando cada paso, caminar con paso de pato, caminar elevando rápidamente las rodillas.
- Caminar hacia adelante y hacia atrás.
- Caminar con pasos largos y cortos.
- Variar entre caminar normalmente y con pasos muy pequeños.
- Caminar en puntas de pies.
- Caminar naturalmente, variar con pasos largos y pequeños.
- Caminar elevando alternadamente las rodillas y estirar las piernas.
- Marchar sobre una línea apoyando los dos pies en ella.
- En tramos cortos realizar aceleración y cambios con pasos (zancadas) controladas.
- Marchar con pasos cruzados, con braceo cruzado y torsión amplia y cruzadas de hombros y cadera.
- Realizar marcha estacionaria con movimientos exagerados de cadera y brazo.
- Realizar marcha con movimientos exagerados de cadera y brazos, sobre una distancia de 10 a 20 metros.
- Realizar competencias individuales y en grupos.

UNIDAD TRES: EXPERIENCIAS GIMNASTICAS

UNIDAD II

OBJETIVOS ESPECIFICOS

- Permitir por medio de la experimentación de destrezas gimnásticas individuales y en grupo. Explorar capacidades para la práctica deportiva futura.
- Permitir la participación libre y espontánea.

CONTENIDOS GENERALES

	INTENSIDAD HORARIA
1. FIGURAS ESTATICAS POR PAREJAS	3
2. FIGURAS ESTATICAS POR GRUPOS	2
3. MEDIA LUNA	4
4. RONDO	4
5. FIGURAS DINAMICAS POR PAREJAS	2
6. FIGURAS DINAMICAS POR GRUPOS	3
7. EVALUACION	2
	H.P 20

CLASE GUIA 70

TEMA: FIGURAS ESTATICAS POR PAREJAS Y POR GRUPOS

OBJETIVO

Ensayar y crear figuras mediante movimientos NO LOCOMOTORES de responsabilidad individual y colectiva.

ACTIVIDADES SUGERIDAS

- PLANCHAS: Un niño acostado de espaldas (cúbito dorsal), sirve de apoyo con sus manos para que un compañero se tome con las suyas fuertemente. Quien está acostado coloca un pie en el Abdomen (estómago) de su compañero y lo equilibra con las manos de tal manera que estando ubicado cara a cara, un niño queda sobre el otro.
- VARIANTE
  - Variar la posición de las manos de quien está arriba (en el piso, en el hombre, en el pecho), o equilibrar solo con el pie.
- EQUILIBRIO EN EL MUSLO: Un niño ubicado frente a otro, uno de ellos se sitúa de pie con piernas flexionadas y separadas. Otro se toma de las manos del primero y sube apoyando sobre los muslos uno y otro pie, tratando de mantener el equilibrio el mayor tiempo posible.
- VARIANTES
  - Subir de frente y soltar una mano.
  - Subir de espalda y tomarse de ambas manos, luego de una.
  - Subir y soltarse de ambas manos.
- Un alumno ejecuta posición invertida sobre las manos con la ayuda de un compañero que los sostiene, tomándolo por los talones.
- VARIANTE
  - Ejecutar la misma figura variando las posiciones del niño que sirve de apoyo (sentado, arrodillado) y de las piernas del niño que hace la parada de manos. (separadas, una flexionada y la otra extendida).
- Dos niños frente a frente apoyan en el piso, uno la rodilla derecha y otro la rodilla izquierda; la otra pierna la apoyan flexionada al frente. Un tercer niño se parará sobre las piernas flexionadas de sus compañeros con los brazos al lado.
- Dos niños en posición de cuadrupedia se ubican cabeza con cabeza, otro se para sobre ellos apoyando uno y otro pie en los omóplatos de sus compañeros.
- POSICION INVERTIDA DE MANOS: Un niño de pie sostiene a dos niños que están ubicados a uno y otro lado, ejecutando posición invertida sobre las manos.
- VARIANTES
  - Dos niños sostienen a uno que ejecuta posición invertida sobre las manos.
  - Un niño sostiene a dos que están ejecutando invertida de cabeza.
- Tres niños ubicados uno detrás de otro apoyan manos en el piso y pies en los hombros del compañero que está atrás. Un cuarto niño ubicado detrás de todos, toman al último niño con las manos, de los tobillos y lo levanta. (el gusano).

- PIRAMIDE DE SEIS: Tres niños en cuadrupedia y muy juntos, uno al lado del otro, forman el primer "piso" otros dos niños en cuadrupedia sobre los tres primeros forman el segundo "piso" y un sexto niño ubicado sobre los dos anteriores forma el último "piso".

CLASE GUIA 71

TEMA: FIGURAS DINAMICAS POR PAREJAS Y GRUPOS.

OBJETIVO

Experimentar con la composición de figuras dinámicas destacando la importancia de la colaboración individual y colectiva.

ACTIVIDADES SUGERIDAS

- PASAR AL COMPAÑERO. Un niño se ubica en posición de cuadrupedia. Un compañero, intenta pararse en las manos por un costado de quien está en cuadrupedia para dejarse ir adelante haciendo contacto espalda con espalda y terminar de pie al otro lado.
- SALTO ENTRE LOS BRAZOS. Un niño sentado, con piernas separadas, espalda recta y brazos extendidos arriba; otro de pie atrás se toma de las manos del primero y salta con piernas bien flexionadas pasando por entre los brazos del compañero y cayendo al otro lado del pie.
- LA CARRETA: Dos en cuadrupedia y un tercero encima en posición de pie; este debe conservar la posición durante el desplazamiento. Además debe ayudar para que los compañeros no se separen demasiado, haciendo fuerza con sus piernas sobre las espaldas de estos.
- Dos niños sostienen simultáneamente dos bastones tomándolos por los extremos. Otro niño sube a los bastones y se ubica de pie, mientras sus compañeros caminan de un sitio a otro.
- GUSANO CAMINADOR. Cuatro o más niños ubicados en hilera y en cuadrupedia; apoyan los pies en los hombros del compañero que está atrás y luego se desplazan.

CLASE GUIA 72

TEMA: MEDIA LUNA

OBJETIVO

Vivenciar la ejecución de la media luna, valorando la seguridad y la autoestima.

DEFINICION: La media luna consiste en que el niño partiendo de la posición de pie, eleva simultáneamente los dos brazos y lleva el pie izquierdo arriba y al lado.

Posteriormente y siguiendo la trayectoria de una línea recta, apoya en el piso el pie izquierdo, luego la mano izquierda, la mano derecha y el pie derecho, pasando el cuerpo por la vertical invertida de brazos con piernas separadas.

ACTIVIDADES SUGERIDAS PARA LA ENSEÑANZA DE LA MEDIA LUNA

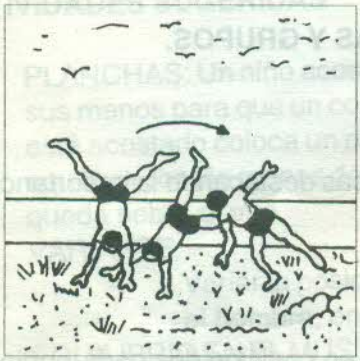


Figura 18

- Partiendo de la posición de cuclillas, colocar ambas manos sobre una línea y elevar los pies llevándolos unidos a uno y otro lado.
- Colocar una cuerda a unos 50 centímetros del piso, el niño ubicado de lado, apoya ambas manos en el piso y se impulsa para pasar simultáneamente los pies al otro lado de la soga.
- Similar al anterior, pero el niño se ubica a un metro de la soga, da un paso lateral, apoya ambas manos en el piso y pasa las piernas al otro lado.
- Igual al anterior pero el niño viene caminando hacia la soga, coloca las manos en el piso y pasa las piernas al otro lado llevándolas extendidas y separadas.
- Se sube un poco la soga y el niño coloca las manos al otro lado de la soga y luego pasa las piernas tratando de llevarlas extendidas separadas cuando pasan por sobre la soga.
- La soga se debe ir subiendo cada vez más y más de un lado, hasta cuando quede casi vertical para que de esta manera el niño se vea exigido a elevar las piernas y la cadera.
- El niño ejecuta la media luna ayudado por un compañero.

CLASE GUIA 73

TEMA: RONDO O RONDADA

OBJETIVO

Procurar tentativas que permitan ejecución del rondo o rondada, recalcando la importancia de la actividad volitiva para lograr la ejecución de destrezas gimnásticas.

DEFINICION: El rondo o Rondada es una destreza gimnástica que se deriva de la media luna ya que esta es la base para su realización. La

diferencia es que el volteo lateral se hace con deslizamiento de una de las manos, lo que permite el giro en la cadera permitiendo que las piernas se junten y caigan de igual manera.

ACTIVIDADES SUGERIDAS

- Se deben ejecutar las mismas actividades utilizadas en la enseñanza de la media luna, teniendo en cuenta que
- Se debe dejar rodar o deslizar la primera mano que se coloca.
- Las piernas (pies) pasan y caen juntos en la rondada o rondo.

UNIDAD CUATRO: EXPRESION RITMICA E INICIACION A LA CONTRADANZA

OBJETIVOS ESPECIFICOS

1. Contribuir al mejoramiento de la expresión rítmica a través de la danza.
2. Favorecer la socialización y la integración, mediante el baile.
3. Contribuir hacia el entendimiento y sentimiento del medio social como condición de la propia existencia del niño.
4. Formar multilateralmente y armónicamente mediante la manifestación artística.
5. Buscar la educación estética mediante la sensibilización muscular, ampliando la esfera cultural.
6. Orientar estéticamente a los niños en actividades relacionadas con las esferas musculares.

CONTENIDOS GENERALES

	INTENSIDAD HORARIA
1. MOVIMIENTOS RITMICOS	4
1.1 MOVIMIENTOS DE COORDINACION SIMETRICOS Y ASIMETRICOS INDIVIDUALES	
1.2 ENLACES O ESQUEMAS DE MOVIMIENTOS	
2. LA CONTRADANZA	5
2.1 RUTINAS BASICAS (PASO CAMBIO, PASO GALOPE).	
2.1.1 SALIDAS	
2.1.2 CRUCES	
2.1.3 PASAMANO PEQUEÑO	
2.1.4 OCHOS	
2.1.5 CIRCULOS CONCENTRICOS	
2.1.6 PASAMANO GRANDE	
3. EVALUACION	1
	H.P. 10

COMBINACIONES TEMATICAS

- Esquema corporal – sonidos (según su posición en el pentagrama) – percepción de sonidos.
- Posiciones fundamentales – pentagrama – noción de espacios – intervalos.
- Tocar segmentos – figuras de las notas – percepción de la duración - transcripción – estructuración en cuanto apreciación del valor de las notas.
- Movilidad – inmovilidad – orden o sucesión espacial – ubicación de las notas en el pentagrama.
- Apretar – mantener – soltar – valor de las notas musicales – percepción de la duración.
- Respiración – relajaciones topológicas – valor de las notas musicales.
- Actividades de adaptación a la altura – valor de las notas musicales.
- Actividades de adaptación a la altura – nombres de las notas musicales.
- Sensaciones plantares – valor de las notas musicales – percepción de la duración.
- Marcha – movilidad – inmovilidad – (sonidos graves, agudos) colocación de las notas en el pentagrama.
- Carrera. Posiciones derivadas – (sonidos graves, agudos) colocación de las notas en el pentagrama.
- Carrera – localización según ejes (claves); colocación de las claves en el pentagrama.
- Carrera – salto – movimiento conjunto – (notas inmediatas) noción de sucesión espacial.
- Carrera – posiciones fundamentales – movimiento disjunto (notas no inmediatas), relajación topológica de separación.
- Coordinacion viso manual, lanzamiento – movimiento conjunto.
- Tocar segmentos – noción de ruido y sonido.
- Tocar segmentos – percepción de ruidos agudos – graves.
- Tocar segmentos – percepción de sonidos agudos – graves
- Tocar segmentos – percepción de sonidos producidos por instrumentos de viento y percusión.
- Transposición – percepción de sonidos agudos – graves producidos por instrumentos de viento.
- Movilidad – inmovilidad – percepción de sonidos agudos graves.
- Movilidad – inmovilidad – percepción de ruidos graves – agudos.
- Movilidad – inmovilidad – imitación de ruidos graves – agudos.
- Coordinacion viso manual – noción de sonidos agudos – graves (manipulación de objetos que producen sonidos).
- Carrera – movilidad – inmovilidad – percepción de ritmos.
- Independencia funcional segmentaria – percepción de ritmos con instrumentos de percusión.
- Marcha – percepción de ritmos con instrumentos de percusión.
- Marcha – transposición – percepción de ritmos con instrumentos de percusión.

- Movimientos locomotores – percepción de ritmos con instrumentos de percusión.
- Movimiento no locomotores – percepción de ritmos.
- Transposición – lectura de planos (planificación de danzas – percepción de espacio).
- Marcha – lectura de planos (seguir planigrafías)
- Marcha – salto – independencia funcional segmentaria – lectura de planos (planificación en danzas).
- Control de segmentos corporales – imitaciones – noción de ritmos.

CLASE GUIA 74

TEMA: MOVIMIENTOS RITMICOS (EXPRESION RITMICA).

OBJETIVO

Mediante estímulos musicales ejecutar movimientos ritmicos sobre desplazamientos, contribuyendo a vencer la timidez.

ACTIVIDADES SUGERIDAS

- Ejecutar movimientos con todas las partes del cuerpo.
- Ejecutar movimientos asimétricos y simétricos sobre desplazamientos:
  - Sacar pierna derecha delante, brazo izquierdo al frente y brazo derecho al lado.
  - Al avanzar con la pierna izquierda ejecutar un balanceo con los brazos de tal manera que estos cambien las posiciones (derecho al frente, izquierdo al lado).
  - Similar al anterior con la diferencia que durante el desplazamiento de las piernas, van cruzándose al frente.
  - Desplazamiento en forma lateral, adelante o atrás. En forma asimétrica elevar la pierna en flexión y tratar de encontrarse con el codo del brazo izquierdo y viceversa.
- Desplazamiento en forma lateral, cruzar pierna derecha sobre la izquierda y enviar ambos brazos a la derecha, sacar la pierna izquierda para volver a iniciar el movimiento, lo mismo hacia la izquierda.
- Similar al anterior, pero ahora la pierna se cruza adelante, descruza y vuelve a cruzar atrás.
- Sacar pierna derecha al lado y extender ambos brazos a sus respectivos lados, cuando la pierna vuelve al frente los brazos cierran también al frente; para la pierna izquierda igual procedimiento.
- En salto iniciar el movimiento con la pierna derecha, luego un segundo salto con la pierna izquierda, a la caída del tercer salto caer con pies juntos y elevarse estirando brazo izquierdo al lado y el brazo derecho arriba en forma de arco, al descender o caer iniciar el mismo movimiento al lado contrario.

- Pique con la pierna derecha por detrás de la izquierda, extenderla y elevarla al lado. En el momento de la extensión, el brazo derecho va al frente y abajo y el brazo izquierdo va arriba, cuando la pierna desciende bajar el brazo izquierdo, cruzar la pierna izquierda por detrás y dar un paso con el derecho para iniciar el movimiento con el izquierdo.
- El alumno seleccionará una melodía y creará libremente sus propios movimientos.

CLASE GUIA 75

TEMA: LA CONTRADANZA. PLANIGRAFIA NIVEL PROYECTIVO

OBJETIVOS

- Los alumnos en hileras de 8, formando callejones, tomados de la mano, alternando, damas y varones. Al escuchar la música salen adelante con paso relacionado, Avanzan en círculo dando vuelta hasta ubicarse de nuevo en puesto.
- Inmediatamente van formando cuartetos enfrentados en forma de cruz.
- Al cambiar la música, avanzan describiendo una equís, se entrecruzan en diagonal dándose la espalda en el centro. Primero pasan las damas luego los caballeros. Todos con paso de caballitos.
- Cambio de música que corresponde a una ronda, entre los mismos 4 integrantes, 7 pasos para un lado y 7 pasos al contrario (14 compases).
- Cambio de música y realizan ganchos, los hombres enganchan con su brazo derecho el brazo derecho de la pareja situada a su izquierda dan una vuelta con ella para cambiar de pareja, entrecruzándose los hombres en el centro, al llegar a la pareja contraría la enganchan con brazo contrario, luego repiten con su propia pareja, vuelven a la contraria. Así deben contar 14 pasos o compases. Paso de caballito.
- Cambio de música que corresponde a una ronda como el segundo paso, pero esta vez en 16 compases o pasos, es decir 2 círculos para la derecha y 2 círculos para la izquierda.
- Cambio de música y ejecutar ochos, así como el 5 o ganchos, solo que se toman por las palmas de las manos y no por los codos. Paso de caballito.
- Cambio de música lo cual se aprovecha para formar una sola ronda entre todos los cuartetos.
- Pasamanos Grande: se enfrentan en parejas y ejecutan el pasamano guiándose por la figura 7.
- Salida, al cambiar la música como la figura uno.

EXPRESION RITMICA

NOCION DE RITMO

INTRODUCCION

Ritmo: Es el orden más o menos simétrico y característico en que se presentan las diferentes duraciones de las notas.

Compás: Tiempo que se va llevando en la ejecución de los tonos, hay varios tipos de compases, pero lo más conocidos son: BOLERO, SON HUAPANGO, DANZA.
Ritmo de los movimientos: Tiene una característica temporal ya que es la medida temporal de la correlación entre las partes de los movimientos, reflejando los esfuerzos aplicados, los cuales dependen de la magnitud de estos. Las conductas perceptivo motoras adquieren aquí singular importancia ya que en el ritmo son importantes los esfuerzos, las aceleraciones, las características espaciales, temporales, las características dinámicas, las inerciales, características de fuerza energéticas.

CLASE GUIA 76

TEMA: POSICIONES FUNDAMENTALES, PENTAGRAMA, NOCION DE ESPACIOS INTERVALOS.

OBJETIVO

Afianzar mediante el movimiento los conocimientos adquiridos en cursos anteriores sobre la teoría musical.

ACTIVIDADES SUGERIDAS

- Se pintan en el piso las 5 líneas del pentagrama al escuchar la orden cada alumno adopta, una posición predeterminada en cada línea y espacio del pentagrama.
- Varios alumnos son nombrados con las notas propias de las líneas y espacios del pentagrama (mi, sol, si, re, fa y los espacios fa, la, do, mi). Al oír la orden todos aquellos que tengan los nombres que se digan deben correr a ubicarse con una posición predeterminada en la línea o el espacio que corresponda.
- En una cartulina se escribe una nota que corresponda a una línea o a un espacio del pentagrama. El profesor indica en otra cartulina una nota, aquellos que la tengan van a ubicarse en la línea o el espacio que corresponda.

CLASE GUIA 77

TEMA: TOCAR SEGMENTOS, FIGURAS DE LAS NOTAS, LECTURA DE PLANOS.

OBJETIVO

Objetivar ante el niño las notas musicales, comparándolas con segmentos corporales, facilitando su asimilación.

ACTIVIDADES SUGERIDAS

- En una cartulina se pintan las figuras de las notas (redonda, blanca, negra, corchea, semicorchea, fusa, semifusa). Al mirar la redonda los niños, deben

tocar a su compañero en la cabeza; con la blanca, el tronco; con la negra las piernas y así sucesivamente.

CLASE GUIA 78

TEMA: MOVILIDAD, INMOVILIDAD, SUCESION ESPACIAL, COLOCACION DE LAS FIGURAS DE LAS NOTAS EN EL PENTAGRAMA.

OBJETIVO

Clarificar mediante el juego, la colocación de las figuras de las notas en el pentagrama.

ACTIVIDADES SUGERIDAS

- En cartulinas se pintan las figuras de las notas, las que se colocan en el pecho de los niños. En el piso pintadas las 5 líneas del pentagrama y escritos los nombres de ellas y de los espacios. Al gritar el profesor, un nombre de figura de nota, los niños que tengan esa figura van a ubicarse en cualquier espacio o línea.
- Luego que los niños se han familiarizado con la figura del juego anterior, se varían las figuras.

CLASE GUIA 79

TEMA: TOCAR, VALOR DE LAS FIGURAS DE LAS NOTAS, SILABEO.

OBJETIVO

Corregir mediante juegos, relacionados con las notas musicales, el silabeo, facilitando al mismo tiempo, la interiorización del valor de las figuras.

ACTIVIDAD SUGERIDA

- Se dibuja en el piso una figura de negra, y a cada niño se le entrega en una hoja una palabra monosílaba. Luego al oír la orden cada niño aplaude una vez al tiempo que grita la palabra: (sol, ten, pan, vez, con, sal). Se cambia el toque de las palmas pudiendo ser: mejillas, estómago, muslos, etc.

CLASE GUIA 80

TEMA: COORDINACION VISO MANUAL, PERCEPCION DE SONIDOS AGUDOS, GRAVES, MANIPULACION.

OBJETIVO

Facilitar la interiorización de la percepción de los sonidos experimentando con objetos y materiales que produzcan sonidos agudos y graves.

ACTIVIDAD SUGERIDA

- Los alumnos llevan botellas de diferentes tamaños y grosores, plásticas y de vidrio, ganchos metálicos para colgar ropa, tarros de aceite vacíos, pedazos de hierro, clavos y pedazos de madera.

  Al escuchar la orden cada alumno golpea el objeto que llevó, y el juego consiste en buscar aquellos que produzcan un sonido parecido.

CLASE GUIA 81

TEMA: CARRERA, MOVILIDAD, INMOVILIDAD, PERCEPCION DE RITMOS.

OBJETIVO

Diferenciar en ritmos variados asociando la distinción con el movimiento.

ACTIVIDAD SUGERIDA

- Se graban en un cassette un ritmo de bámbuco y de forma que interrumpa bruscamente una cumbia. Los alumnos deben correr continuamente al escuchar el bámbuco y quedarse como estatuas al oír la cumbia.

  Variar continuamente los ritmos.

CAPITULO 11

PROGRAMA PARA EL GRADO QUINTO

INTRODUCCION

El quinto grado considera vivencias y ensayos que conducen a los niños hacia actividades relacionadas con el minivoleíbol, minibaloncesto, minifútbol y el bámbuco expresando en la guaneña que pretende rescatar valores culturales propios y participación democrática.

En este grado se contemplan algunas destrezas básicas elementales relacionadas con el minibaloncesto, minivoleíbol, minifútbol y danzas. (guaneña, baile típico de la región).

La programación está proyectada para 64 horas, incluyendo objetivo general, contenidos generales, objetivos específicos de las clases guías y algunas combinaciones temáticas.

OBJETIVO GENERAL

Desarrollar mediante actividad lúdica la facilitación, acomodación y mecanización del movimiento básico, expresándolo a través de la plástica, la creatividad, y la solución de problemas motores.

UNIDADES A DESARROLLAR

No. UNIDAD	TITULO DE UNIDAD	HORAS
UNO	MINIBALONCESTO	18
DOS	MINIVOLEIBOL	18
TRES	MINIfútbol	18
CUATRO	BAILE TIPICO DE NARIÑO (LA GUANEÑA)	10
	H.P	64

TEMATICA A DESARROLLAR

UNIDAD UNO: MINIBALONCESTO

OBJETIVOS ESPECIFICOS

- Contribuir a la formación de núcleos cinéticos especificos relacionados con la coordinación dinámica general y segmentación aplicados a juegos derivados del baloncesto.
- Ampliar las posibilidades motoras dirigidas hacia parámetros estrictos de ejecución sobre saltos, movilidad e inmovilidad y coordinación viso manual.

CONTENIDOS GENERALES

	INTENSIDAD HORARIA
1. MOVIMIENTOS BASICOS ELEMENTALES	4
1.1 Movimientos sin Balón	3
2. MANEJO SIN BALON	5
3. PASES	3
4. LANZAMIENTOS AL CESTO	2
5. EVALUACION1	
	H.P. 18

COMBINACION TEMATICA

1. MOVIMIENTOS BASICOS ELEMENTALES
    - 1.1 Movimientos sin Balón
        - 1.1.1 Posición básica
    - 1.2 Desplazamientos
    - 1.3 Cambios de ritmo
    - 1.4 Cambios de dirección
    - 1.5 Saltos
    - 1.6 Paradas y giros
    - 1.7 Carreras
2. MANEJO DEL BALON
    - 2.1 Tomas
    - 2.2 Recepción con dos manos en el lugar
        - 2.2.1 Pecho
        - 2.2.2 Encima de la cabeza
        - 2.2.3 Abajo de la cintura
        - 2.2.4 Rodada
        - 2.2.5 Con rebote
    - 2.3 Recepción con una mano en el lugar

2.3.1 Pecho
2.3.2 Encima de la cabeza
2.3.3 Abajo de la cintura
2.3.4 Rodada

2.4 Recepción con dos manos en movimiento
2.4.1 Pecho
2.4.2 Encima de la cabeza
2.4.3 Abajo de la cintura
2.4.4 Rodada
2.4.5 Con rebote

2.5 RECEPCION CON UNA MANO EN MOVIMIENTO
2.5.1 Pecho
2.5.2 Encima de la cabeza
2.5.3 Abajo de la cintura
2.5.4 Rodada

3. PASES
3.1 CON 2 MANOS
3.1.1 Pecho
3.1.2 Por arriba
3.1.3 Por abajo
3.2 CON UNA MANO
3.2.1 Desde el hombro
3.2.2 Por arriba
3.2.3 Por abajo
3.2.4 De gancho
3.2.5 Desde el lugar
3.2.6 En movimiento
3.2.7 Saltando
3.2.8 A corta distancia
3.2.9 A media distancia
3.3.10 A larga distancia

4. LANZAMIENTO AL CESTO
4.1 CON 2 MANOS
4.1.1 De pecho
4.1.2 Por arriba
4.1.3 Por abajo
4.2 CON UNA MANO
4.2.1 Desde el hombro
4.2.2 Por arriba
4.2.3 Por abajo
4.3 DESDE EL LUGAR
4.4 EN MOVIMIENTO
4.5 CON SALTO

CLASE GUIA 82

TEMA: **MOVILIDAD, INMOVILIDAD, CONTROL CORPORAL, TENSION, RELAJACION**

OBJETIVO

Preparar sicológicamente al niño mediante actividades que despierten interés, gusto y amor hacia la práctica intensiva de fundamentos básicos en cuanto al aprestamiento hacia la posición básica en el minibaloncesto.

ACTIVIDADES SUGERIDAS

- Se pintan en el suelo las siluetas de los pies a 40 cm. de distancia transversal entre ellas, repintando las puntas.
  Los alumnos corren por todo el patio, al oír la orden todos ocupan siluetas, quien quede sin ellas pierde (las siluetas están siempre de acuerdo al número de alumnos).
- Quien ocupa la silueta sin mirarla directamente?
- Quien imita, (pisando las siluetas), el sentarse en una silla, piernas semiflexionadas, rodillas rectas en la dirección de los pies.
  De nuevo todos corren por el patio, al oír la orden, quien ocupa la silueta e imita al sentarse en una silla.

CLASE GUIA 83

TEMA: **POSICION BASICA**

OBJETIVO

Despertar interés en el niño por la posición básica del baloncesto, facilitando el juego.

ACTIVIDADES SUGERIDAS

- "Juego de Imitación". El profesor corre por la cancha y adopta la posición básica. Quien es capaz de imitarla mejor?
- El profesor solicita variantes a los niños.

CLASE GUIA 84

TEMA: **DESPLAZAMIENTO (CARRERA, NOCION DE ESPACIO)**

OBJETIVO

Facilitar el movimiento como fundamento asociado directamente con el posterior juego de baloncesto.

ACTIVIDAD SUGERIDA

Cada uno de los alumnos pisa un pedazo de cartón con la punta de los pies, a escuchar la orden se desplazan de espaldas sin permitir que los cartones pierdan contacto con sus pies. Al escuchar otra orden corren de frente dejando los cartones y a la nueva orden todos corren a coger cartones para desplazarse de espaldas.

CLASE GUIA 85

TEMA: DESPLAZAMIENTO (CARRERA, NOCION DE RITMO, VELOCIDAD, TRAYECTORIA).

OBJETIVO

Adaptar la carrera según la necesidad perceptiva en cuanto ritmo y velocidad aprestando hacia el posterior deporte del baloncesto.

ACTIVIDAD SUGERIDA

El profesor en poder de llantas o aros los que lanza con fuerza rodando al frente, el niño debe seguir su recorrido y trayectoria adaptando la velocidad. Luego en parejas uno tira y el otro corre atrás el ARO.

CLASE GUIA 86

TEMA: SALTOS, DETENCIONES (SALTOS, MOVILIDAD, INMOVILIDAD)

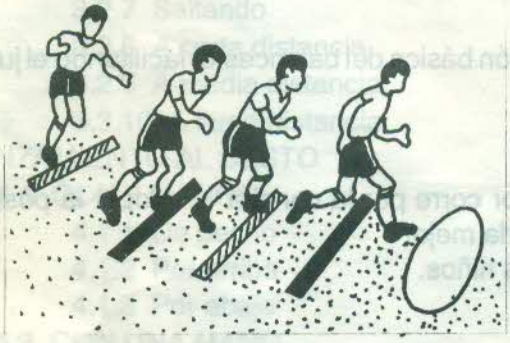


Figura 19

OBJETIVO

Dirigir las posibilidades motoras relacionadas con el salto y la detención hacia la tarea motora relacionada con el baloncesto.

ACTIVIDAD SUGERIDA

- Los niños corren por el patio, saltando sobre bastones, al hallarse con un aro, deben caer dentro de el con dos pies, sin adelantar ninguno.

CLASE GUIA 87

TEMA: RECEPCION DEL BALON, COORDINACION VISO MANUAL, PERCEPCION DE DISTANCIA, TRAYECTORIA, FUERZA).

Figura 20

OBJETIVO

Aprestar al niño mediante la coordinación segmentaria hacia el fundamento relacionado con la percepción del balón en el posterior juego del baloncesto.

ACTIVIDAD SUGERIDA

- En parejas, uno de los niños con varias pelotas de diferentes tamaños (ping pong, caucho, balones), pudiendo reemplazarse por almohadillas, trapos amarrados, periódicos en forma de pelota.

Un niño avanza a recibir el balón, el otro lo lanza. Al recibir el balón los brazos del receptor deben estirarse para luego amortiguarlo, llevándolo hacia el pecho, sin abrir los codos.

CLASE GUIA 88

TEMA: RECEPCION Y PASE CON 2 MANOS EN EL LUGAR (COORDINACION VISO MANUAL, NOCION TEMPORAL DE CONTINUIDAD POR ENCIMA DE LA CABEZA).

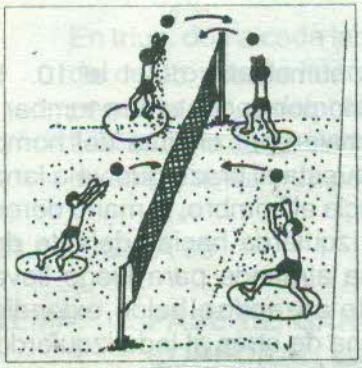


Figura 21

OBJETIVO

Preparar a los niños para la recepción y el pase del balón por encima de la cabeza, fundamento básico en el baloncesto, a través de la actividad lúdica grupal relacionada con la coordinación viso manual.

ACTIVIDAD SUGERIDA

- El equipo subdividido en dos grupos, a cada lado separadas por un lazo a una altura superior de 2 metros. Cada niño dentro de un aro el cual no deberá abandonar. El niño que lanza lo hará desde encima de la cabeza cuidando que el balón no vaya más atrás, al final del lanzamiento debe continuarlo como si las manos quisieran ir tras el balón. El profesor ubica los aros cerca o lejos del lazo que divide la cancha.

CLASE GUIA 89

TEMA: PASE PIQUE (COORDINACION VISO MANUAL CON REBOTE, CONTINUIDAD).

OBJETIVO

Proponer problemas motores al niño que le relacionen con el fundamento del pase de pique utilizando luego en el deporte del baloncesto

ACTIVIDAD SUGERIDA

- Los alumnos ubicados en fila sobre los ángulos de la cancha de baloncesto y un alumno al centro quien desde la posición básica, da un paso con la pierna izquierda o derecha, al lado y adelante con flexión de la pierna de ese lado, pasa el balón por ese lado haciendo que rebote una vez hasta su cintura, acompañando el balón con las manos hasta la máxima extensión de los brazos. Experimentar con el movimiento de las muñecas en relación con su flexión. El niño que recibe lleva una pierna atrás al hacer contacto con el balón y luego entrega el balón al del centro.

CLASE GUIA 90

TEMA: PASE DE BEISBOL O DE HOMBRO: (COORDINACION VISO MANUAL, CONTINUIDAD NOCION DE DISTANCIA).

OBJETIVO

Dirigir el movimiento del tracto superior calculando la dirección y trayectoria del balón, aspectos necesarios en el juego del baloncesto.

ACTIVIDAD SUGERIDA

Sobre una mesa se colocan tarros plásticos numerados del 1 al 10. Los alumnos en filas a 10 metros de distancia. Uno por uno intentan tumbar los tarros con más alta numeración lanzando el balón por encima del hombro. Quien lanza en posición básica?. La pierna opuesta al brazo que va a lanzar un poco adelante, las manos llevan el balón hacia el hombro, la mano derecha para atrás, con los dedos vueltos arriba y la izquierda hacia adelante de la pelota. Pasan el peso del cuerpo a la pierna atrasada para luego llevarlo adelante al tiempo que se estira el brazo adelante lanzando el balón, extendiendo la muñeca abajo y afuera y llevando la pierna de atrás al lado izquierdo.

CLASE GUIA 91

TEMA: DRIBLE (COORDINACION VISO MANUAL, ASIMETRIA MOTORA, VISION PERIFERICA).

OBJETIVO

Crear núcleos básicos de movimientos vinculados con el drible ejecutado con ambas manos (derecha. izquierda)

Figura 22

ACTIVIDAD SUGERIDA

Se contribuye un callejón en zig zag con bastones a lado y lado de la cancha de baloncesto. Al frente un alumno con pancartas en las cuales hay números, letras y figuras. Cada niño trata de atravesar el callejón sin salirse y gritando lo que observe en las cartas, empujando el balón con las yemas de los dedos, proporcionado por la muñeca.

CLASE GUIA 92

TEMA: PASES; CON 2 MANOS POR ARRIBA (COORDINACION VISO MANUAL, PERCEPCION DE ESTRUCTURACION).

OBJETIVO

Ampliar el bagaje motor vinculado con los pases, por arriba de la cabeza como fundamento del baloncesto, dentro de parámetros de movimientos correctos buscando el gusto, el amor y la atracción por este deporte.

ACTIVIDAD SUGERIDA

- En tríos: dos a cada lado y uno en medio de ellos. Los de los lados lanzan y el del centro intenta interceptar el balón. Quien lanza: en posición básica, da un pequeño paso adelante, el balón va arriba de la cabeza (nuca en extensión) con flexión de brazos arriba y adelante, finalizándola con movimiento de muñecas de arriba abajo y un poco a los lados (el pase es simultaneo con la extensión).

CLASE GUIA 93

TEMA: PASE DE GANCHO, COORDINACION VISO MANUAL, CONTROL CORPORAL, LANZAR).

OBJETIVO

Vincular la posibilidad motora relacionada con lanzamientos con el pase de gancho, ejecutada luego en el deporte del baloncesto.

ACTIVIDAD SUGERIDA

- El alumno con un balón en la mano derecha, rechaza con la pierna izquierda,

inclinando el cuerpo para el mismo lado y describe un semicírculo con el brazo derecho un poco flexionado, sosteniendo la pelota por el lado de abajo. Alcanzando la altura máxima del salto y estando la pelota por arriba de la cabeza se termina el movimiento con un fuerte empujón de arriba, abajo y afuera.

UNIDAD DOS: MINIVOLEIBOL

OBJETIVOS ESPECIFICOS

- Fomentar los aspectos sociales de integración mediante juegos relacionados con el voleibol
- Contribuir con el control corporal y las posibilidades de movimiento parcial o total relacionadas con juegos estractados del voleibol.
- Mejorar la capacidad de coordinación tanto dinámica general como segmentaria, armónico e integral, relacionando al niño con su medio.

CONTENIDO GENERALES

	INTENSIDAD HORARIA
1. POSICIONES FUNDAMENTALES	2
2. DESPLAZAMIENTO	4
3. PASES	5
4. SAQUE	5
5. EVALUACION	2
	H. P18

COMBINACIONES TEMATICAS

1. POSICIONES FUNDAMENTALES DEL NIÑO RELACIONADAS CON EL VOLEIBOL
    - 1.1 POSICION FUNDAMENTAL ALTA
    - 1.2 POSICION FUNDAMENTAL MEDIA
    - 1.3 POSICION FUNDAMENTAL BAJA
2. DESPLAZAMIENTOS
    - 2.1 UN PASO
    - 2.2 DOS PASOS
    - 2.3 PASOS LATERALES
    - 2.4 CARRERA
    - 2.5 SALTOS
3. PASES
    - 3.1 GOLPE DE DEDOS
        - 3.1.1 Largo
        - 3.1.2 Medio

3.1.3 Corto

3.2 GOLPE DE ANTEBRAZOS

3.2.1 Largo

3.2.2 Corto

4. SAQUE

4.1 SEGURIDAD

CLASE GUIA 94

TEMA: POSICION FUNDAMENTAL; ALTA (CONTROL CORPORAL, POSICIONES FUNDAMENTALES, MOVILIDAD, INMOVILIDAD).

OBJETIVO

Brindar percepciones globales relacionadas con la posición básica alta vinculada al voleibol, lo que redunda en la facilitación y acomodaciones con este deporte grupal.

ACTIVIDAD SUGERIDA

"Quien es el mejor imitador". Todos caminan por el patio, en forma libre. Al escuchar la orden, imitan la posición del profesor y continúan caminando. Piernas en flexión ligera, con un pie más adelantado que el otro, separadas 20 a 30 cm, peso del cuerpo sobre la adelantada, manos a la altura del pecho, codos hacia abajo, mirada al balón.

CLASE GUIA 95

TEMA: DESPLAZAMIENTOS CON UN PASO ADELANTE (EDUCACION PARA LA MARCHA)

OBJETIVO

Favorecer posibilidades de desplazamientos rápidos, oportunos y precisos, utilizados luego en el juego de voleibol, facilitando el trabajo grupal.

ACTIVIDAD SUGERIDA

"El tren". con un lazo se amarran todas las piernas derechas de los niños en hilera, quedando el profesor de primero encargado de dar la orden para avanzar un paso y ejecutar el desplazamiento. En posición básica el pie adelantado da un corto paso al frente y el pie atrasado va a unirse luego.

CLASE GUIA 96

TEMA: GOLPE DE DEDOS (TRANSCRIPCION, CONTROL CORPORAL).

OBJETIVO

Brindar al niño actividad ludica que le apreste para el golpe de dedos utilizando en el posterior juego de voleibol

ACTIVIDADES SUGERIDAS

Actividad: Se pegan en la pared a la altura del pecho de los niños, papeles periódicos, y cada niño dibuja sus manos de modo que los dedos índices y pulgares en contacto, formen un triángulo central. Luego a la palmada, todos corren por el patio y regresan a ubicar sus manos en el periódico.

Actividad: Dos grupos de 5 jugadores a lado y lado de una red, lazo, cuerda u otro material de más de 2 metros de alto, los niños entregan el balón por encima de la cabeza, en posición alta. Deben primero recibir el balón sin necesidad de golpearlo

CLASE GUIA 97

TEMA: GOLPE DE DEDOS (CONTROL CORPORAL, COORDINACION VISO MANUAL, NOCION DE PESO).

OBJETIVO

Facilitar la recepcion directa del balón con golpe de dedos mediante el "muelle" o "resorte", flexo extensivo que obliga el juego de voleibol

ACTIVIDADES SUGERIDAS

Actividad: Por grupos con un balón medicinal, el cual se asegura en posición básica. Se lanza al aire haciendo que las yemas de los dedos ejecuten la acción de flexión y muñequéo. Luego con un balón de voleibol.

- Actividad: (trascripción – noción espacial).
  Los alumnos se pintan con tizas de colores las yemas de los dedos y luego desplazádose hacia atrás, apoyar las yemas pintadas en el piso formando caminos.
- Actividad: (transposición, percepción de fuerza).
  En parejas palmas de las manos a la altura del mentón y las yemas contra las yemas del compañero, a la orden tratar de empujar al compañero hacia atrás con la fuerza de las yemas de los dedos.

Actividad: Rebotar el balón sobre el piso, golpearlo con las yemas de los dedos y al mismo tiempo saltando, hacia los lados, hacia atrás y adelante.

Actividad: Colocar el balon entre las rodillas, saltar y tratar de rebotar el balón para golpearlo con las yemas de los dedos

Actividad: Lanzar el balon al aire con una mano y recibirlo con la otra (cambiar)

Actividad: Rebotar el balón contra el piso, usando una mano la otra, ambas

primero caminando y luego corriendo.

- Actividad: Lanzar el balón a la derecha, a la izquierda, adelante y atrás para correr a tomarlo sin que caiga al piso.
- Actividad: Inclinarse con abducción de piernas, lanzar el balon por entre las piernas hacia atrás y arriba para tratar de tomarlo en el aire.
- Actividad: Juego: Voleibol-tenis: Entre dos y con bastones que dividen el campo a dos manos y con un rebote en el piso.

CLASE GUIA 98

TEMA: APRESTAMIENTO HACIA EL PASE (COORDINACION VISO MANUAL, NOCION ESPACIAL - CONTROL CORPORAL).

OBJETIVO

Aumentar las posibilidades motoras relacionadas con el manejo del tracto superior inducido hacia el toque de dedos utilizada en el deporte del voleibol.

ACTIVIDADES SUGERIDAS

- Actividad: Lanzar el balón por sobre la cabeza y tomarlo al caer con ambas manos.
- Actividad: Lanzar el balon al aire y recepcionarlo luego de girar sobre el eje céfalo caudal en 360°.
- Actividad: Lanzar el balón al aire y recibirlo luego de una vuelta sobre el eje transversal en 180°.
- Actividad: Lanzar el balón al aire pensando en la posición nueva que se adoptará para recibirlo.
- Actividad: Lanzar y recibir el balón primero con una mano, luego con otra y por último con ambas.
- Actividad: Lanzar y recibir el balón con las yemas de los dedos.
- Actividad: Lanzar y recibir el balón extendiéndose hacia atrás.
- Actividad: Lanzar y recibir el balón con ambas manos, inclinando el tronco hacia la derecha y hacia la izquierda.

CLASE GUIA 99

TEMA: APRESTAMIENTO HACIA LA RECEPCION Y PASE (COORDINACION VISO MANUAL, CONTROL CORPORAL, NOCION ESPACIAL)

OBJETIVO

Favorecer posteriores logros deportivos relacionados con la recepción y pase utilizados en el voleibol.

ACTIVIDADES SUGERIDAS

- Actividad: Tomar el balón, luego de lanzarlo al aire, con una rodilla flexionada en el piso, con ambas rodillas en el piso.
- Actividad: Tomar el balón, luego de tirarlo al aire, con las yemas de los dedos.
- Actividad: Lanzar el balón arriba y un poco adelante dar unos pasos cortos y recibirlo con una rodilla flexionada en el piso.
- Actividad: Lanzar el balón arriba y un poco adelante, dar pasos cortos adelante y recibir el balón con los dedos.

CLASE GUIA 100

TEMA: PASES (COORDINACION VISO MANUAL - SALTO - SUSPENSION - NOCION DE ESPACIO).

OBJETIVO

Preparar hacia el trabajo grupal vinculado con los pases en salto y suspensión usados en el voleibol.

ACTIVIDADES SUGERIDAS

- Actividad: Lanzar con dos manos elevadas (arriba) hacia una marca pintada en la pared y luego "agarrarlo" en el aire, saltando hacia el balón.
- Actividad: 2 jugadores, lanzan y agarran el balon en salto (en el aire). Uno de los niños le tira el balon al otro, para que lo agarre a dos manos en salto.

CLASE GUIA 101

TEMA: APRESTAMIENTO PARA EL SERVICIO (COORDINACION OJO, MANO - CONTROL CORPORAL).

OBJETIVO

Educar hacia el servicio en el voleibol, favoreciendo el bagaje motor mediante la experimentación de las posibilidades motoras vinculadas.

ACTIVIDADES SUGERIDAS

- Actividad Voleibol - tenis entre dos con manos juntas.
- Actividad Voleibol - tenis entre dos con una mano. 3. Actividad: Voleibol - tenis contra la pared con una y ambas manos.
- Actividad: Lanzar el balón arriba y balancear el brazo para el servicio de seguridad.
- Actividad: Servicio de Seguridad: con pelotas de diferentes tamaños y con bolsitas de arena.

UNIDAD TRES: MINIFUTBOL

OBJETIVO ESPECIFICO

- Contribuir a la formación de núcleos cinéticos específicos relacionados con la coordinación dinámica general y la viso pedial aplicados al minifútbol, propiciando la creatividad mediante la participación activa en el desarrollo de los juegos.

CONTENIDOS GENERALES

	INTENSIDAD HORARIA
1. PASES	4
1.1 PIE	
1.2 EMPEINE	
1.3 TALON	
1.4 PUNTA	
1.5 BORDES	
2. REMATE	3
2.1 VARIANDO LA ALTURA	
2.2 CON BALON ESTATICO Y EN MOVIMIENTO	
3. CONDUCCION	2
4. DRIBLING	2
5. CABECEO	2
6. COMBINACION DE FUNDAMENTOS	4
6.1 PASES Y CONDUCCION	
6.2 CONDUCCION Y REMATE	
6.3 PASES Y REMATE	
6.4 DRIBLING – CONDUCCION – PASE – REMATE. ETC	
7. EVALUACION	1
	H.P.18

CLASE GUIA 102

TEMA: PASES (COORDINACION VISO PEDIAL, CONTINUIDAD, PERCEPCION DE DISTANCIA, TRAYECTORIA Y FUERZA)

OBJETIVO

Proponer actividades motoras que se relacionen con el pase en las cuales se utilicen diferentes partes del pie empleados más adelante en el fútbol.

ACTIVIDADES SUGERIDAS

- Grupos de seis integrantes hacen un círculo y se pasan el balon de múltiples formas, direcciones y sentidos (empeine, punta, borde interno, externo, talón).
- En triángulos tres niños hacen pases con diferentes distancias, alturas, direcciones y sentidos. Puede ser cuadrado, rectángulo, etc.
- Dos niños frente a frente, a diez (10) metros, realizan mutuamente pases, pasando el balon por un aro intermedio y sobre una referencia dada.
- Tres niños ubicados así: uno frente a otros dos, uno de los del dúo pasa el balón al que esta solo y se va a reemplazarlo. Quien esta solo recibe y pasa el balón para cambiar de posición con quien recibirá.
- Pases con rebote: por parejas pasar el balón dándole altura y calculando que de dos, tres o más rebotes antes de llegar a su compañero.
- Dos grupos de seis alumnos cada uno. Se sortea el balón y el grupo que lo gane intentará efectuar el mayor número de pases mientras el otro grupo intenta recuperar el balón, para realizar sus propios pases. El profesor debe limitar el campo de juego.
- Varios grupos de cuatro integrantes, se ubicarán en hilera; un niño se coloca frente a ellos con un balón y se lo pasará a ras de piso, cada integrante lo vuelve a pasar luego de haber recepcionado el balón y se ubica al final de la hilera.
- Por parejas a una distancia de tres metros ejecutar pases continuos sin parar el balón.

  NOTA: Se pondrá énfasis en la necesidad de buscar dirección al pasar y del control al recibir el balón; de que los niños creen múltiples opciones, dentro de parámetros de movimientos correctos.

CLASE GUIA 103

TEMA: REMATE (COORDINACION VISO PEDIAL, PERCEPCION DE DISTANCIA, TRAYECTORIA Y FUERZA).

OBJETIVO

Ampliar el bagaje motor vinculado con el remate a ras de piso, a media altura y elevado, dentro de parámetros de movimientos adecuados, despertando gusto e interés por el fútbol.

ACTIVIDADES SUGERIDAS

- Individualmente frente a una pared, disparar a un punto determinado, variando la distancia a la pared y controlando la pelota al regreso.
- Disparar el balón verticalmente; tomarlo sin dejarlo caer con las manos.
- Parejas, uno frente al otro separados unos 15 metros, un niño toma el balón con las manos y lo golpea en el aire en dirección a su compañero, calculando que llegue en forma precisa.

- Parejas uno frente a otro para disparar el balón a ras de piso al compañero. Se debe insinuar al niño que al rematar debe inclinar ligeramente el tronco y tratar de pegarle al balón en el centro y que la pierna de saque acompañe el balón como tratando de seguirlo.
- Disparar a un blanco con y sin impulso.
- Disparar a un blanco desde distancias diferentes.
- Disparar a un blanco ubicado a alturas diferentes, insinuando al niño que: para que el balón vaya a media altura, debe tirar el tronco un poco hacia atrás y tratar de pegarle al balón en la parte de abajo; y cuando se busque máxima altura, el tronco debe extenderse completamente y pegarle al balón en la parte de abajo. A ras de piso el pie de apoyo se ubica más adelante del balón; a media altura la punta del pie de apoyo a la misma altura del balón; y elevado el pie de apoyo se ubica atrás de balón.
- Disparar a un blanco con el balón quieto y el balón en movimiento.
- Competencias para convertir goles (por un aro) en grupos pequeños de 3 o 4 alumnos.
- Por parejas separados 15 metros, disparar el balón dándole altura y buscando un pique o rebote antes de que llegue al compañero. El compañero deberá golpear o disparar el balón sin pararlo.
- Por grupos, formados en hilera a una distancia de unos 5 o 6 metros de la pared en la cual se pinta con una línea a 50 cm. de altura, disparar el balón sin rebasar dicha altura.
- Con dos banderines armar una portería de 1 m. de ancho y al frente ubicar una hilera, los niños rematarán tratando de introducir el balón a ras de piso o a media altura.
- VARIANTES
  - Ampliar el ancho de la portería
  - Ampliar la distancia y altura del remate
  - Colocar un "guardián" o arquero

CLASE GUIA 104

TEMA: CONDUCIR Y ELUDIR (COORDINACIN VISO PEDIAL, ASIMETRIA MOTORA, VISION PERIFERICA)

OBJETIVO

Crear núcleos básicos de movimientos vinculados con la conducción y el dribling, despertando el gusto e interés por el fútbol.

ACTIVIDADES SUGERIDAS

- Trotar cerca a una pelota o balón que se impulsa previamente.
- Caminar en el puesto tocando con un pie el balón.
- Girar en el puesto tocando con un pie el balón

- Retroceder trayendo el balón con el pie.
- Dos parejas enfrentadas y separadas unos 15 metros; el primero de una pareja lleva el balón con los pies hasta donde está el primero de la otra pareja, lo entrega y se queda allí, para que el otro niño haga la misma tarea.
- VARIANTE
  - Sobre el recorrido, girar con la pelota y continuar.
- Por parejas, uno detrás de otro, el primero lleva la pelota por distintos sitios del campo; el segundo lo sigue a una señal el primero se para, gira y le entrega la pelota al de atrás. Se reinicia la actividad.
- Dos niños o más, cada uno con balón, parten de un sitio conduciendo el balón, van a un poste, giran en torno a el y regresan a su puesto.

  NOTA: En todas las actividades el profesor debe procurar que los alumnos propongan variantes a los juegos y que el balón cada vez sea controlado por los alumnos. Insinuar que el balón vaya cerca del pie (visión periférica), correr lentamente y rápidamente con el.
- Dos niños en un círculo de aproximadamente 2 metros de diámetro, uno en posesión de la pelota sin salirse del círculo, tratará de movilizarse sin que el contrario le quite la pelota.
- VARIANTES
  - Fijar un tiempo limitados por jugador
  - Delimitar el espacio de trabajo.
- Conducir por parejas, con giros a mitad del recorrido.
- Individualmente conducir libremente por el campo inventando el mayor número de cambios posibles de dirección; tiempo limitado por alumno 30 segundo.
- Individualmente conducir eludiendo obstáculos naturales (árboles, piedras, huecos).
- Dos compañeros conducen hacia una meta y un tercero tratará de evitarlo interceptando el balón. Rotar los puestos.
- Por parejas, uno trata de quitar el balón a otro en un tiempo limitado, 30 segundos.

  NOTA: Para el dribling es de gran importancia que el niño tenga la oportunidad de crear formas diferentes de eludir (un compañero, un obstáculo). No es recomendable esquematizarlo sobre ciertos modelos para amagar o eludir. Se busca con énfasis el posibilitar que los niños encuentren muchas formas de hacerlo con seguridad y tranquilidad.

CLASE GUIA 105

TEMA: CABECEO, (CONTROL CORPORAL, COORDINACION SEGMENTARIA)

OBJETIVO

Posibilitar experiencias que permitan al niño controlar el balón con la cabeza ampliando su repertorio de movimientos.

ACTIVIDADES SUGERIDAS

- Por parejas, a una distancia de unos 3 o 4 metros, detrás del jugador con balón se marca una portería con banderines, un niño con balón lo lanza al compañero quien lo cabecea tratando de introducirlo en la portería de quien lanza.
- Por grupos de 4 o 5 integrantes, formados en hilera,frente a ellos un niño con balón, quien lo lanzará con las manos para ser golpeado o cabeceado por sus compañeros, quien cabecea se ubica al final de la hilera.
- VARIANTE
  - Colocar una cuerda para que el balón sea cabeceado a cierta altura.
- Por parejas tratar de realizar el mayor número de controles.
- Juego: Voleibol con cabeza: Dividir el curso en dos grupos (o varios grupo) se coloca una cuerda de 2 m. de altura, los jugadores de cada grupo ubicado en su campo realizan pases (3 toques) y la devuelven al campo contrario. Gana el equipo que más puntos logre conseguir.
  El balón puede tocar el piso una sola vez, de lo contrario se pierde la posesión del balón y sacará el grupo contrario; el saque se realiza con la mano.
- Los alumnos formados en varios círculos (4 o 5) se numeran, el profesor lanza el balón y dirá un número, el alumno que tenga ese número, sale y cabecea el balón después de que este haya tocado el piso (bote en el suelo y enunciará otro número para que el niño con ese número haga lo mismo.
- Individualmente lanzará el balón, dejar que de un bote en el piso y luego cabecear una vez. Repetir la actividad.
- VARIANTE
  - Dejar que caiga, golpee el piso y cabecear dos, tres o cuatro veces consecutivas.
- Individualmente, realizar el mayor número de controles con la cabeza.
  NOTA: En todas las actividades el profesor sugiere a los niños la forma de ubicar el cuerpo, los brazos flexionados y llevados hacia atrás. La cabeza va de atrás y adelante. Se golpea el balón con la frente, los ojos siempre van abiertos. Cuando se realiza controles con la cabeza (individualmente). El movimiento de la cabeza permite amortiguar el balón, con movimientos de arriba-abajo: los brazos acompañan el movimiento y se busca control corporal.

CLASE GUIA 106

TEMA: PASES, CONDUCCION Y REMATE (COORDINACION VISO PEDIAL, PERCEPCION DISTANCIA, TRAYECTORIA Y FUERZA).

OBJETIVO

Experimentar con juegos que combinen los pases, la conducción y el remate, favoreciendo el diálogo y la camaradería.

ACTIVIDADES SUGERIDAS

- Caminar y/o trotar con la pelota, pararse, girar, disparar el balón a un compañero o a un blanco. (A tumbar tarros colocados sobre el césped).

- Trotar conduciendo el balón y disparar a un blanco.
- Trotar en zig zag con el balón, girar en torno a un obstáculo, parar y disparar el balón.
- Parejas, conducir uno al lado de otro, eludiendo alternamente obstáculos y alternamente rematando a un blanco.
- Parejas, conducir el balón realizando alternamente pases, a la señal del compañero el alumno con balón realiza círculos alrededor de quien dio la señal y remata a un blanco.
- Por parejas, conducir uno al lado de otro, eludiendo alternamente obstáculos y alternamente rematando a un blanco.
- Por tríos se desplazan ejecutando pases, a la señal uno de los integrantes remata al arco y los dos acompañan el remate.
- Organizar varias porterías, cada parejas custodia su portería, tratar de convertir goles en la portería de la parejas contraria, utilizando pases, conducción y remate.
- Tres alumnos con balón, enfrentar a tres alumnos sin balón, tratarán los primeros de eludir y avanzar sobre los segundos, empleando pases, dribling, remate, etc.
- VARIANTE
  - Tres a dos y tres frente a cuatro.
- En pequeños grupos (5 o 6) con límite de tiempo (5-10) minutos aproximadamente.
- En este juego enfatizar en el control de los temas vistos, las reglas del juego las estebleceran los participantes.

UNIDAD CUATRO

BAILE TIPICO DE NARIÑO

OBJETIVOS ESPECIFICOS

- Identificar la planigrafía de la Guaneña, adquiriendo conceptos básicos acerca de la coreografía de este baile típico.
- Familiarizar al niño con el vestuario y la escenografía de la guaneña.

COREOGRAFIA DE LA GUANEÑA

La guaneña era una Ñapanga Pastusa llamada Doña Rosario Torres, bella y donairosa pero no enamorada y sobre todo desdeñosa, de lo cual se enamoró don Nicanor Díaz sin ser correspondido por doña Rosario, la cual se fue de Pasto a un pueblo lejano, en donde murió dejando como recuerdo la guaneña, escrita por un eterno enamorado, ídolo de las juventudes pastusas de ayer. Tuvo tal éxito su guaneña que luego de escrita era tocada por la banda de músicos de Pasto.

Este bámbuco, con sus tres compases, producto del despecho de don Nicanor Díaz,

oven músico de Pasto, en el siglo XVIII, año 1789 fue inicialmente llamado Juaneña por el nombre de la ciudad San Juan de Pasto, pero luego por Eufonía el pueblo la dejó eternamente la Guaneña.

Don Nicanor la interiorizó en su flauta rústica, hecha por los sibundoyes y la eternizó acompañado por don Lizandro Pabón con su guitarra sevillana.

CLASE GUIA 107

LA GUANEÑA

Coreografía : Historia de la Guaneña
Parafernalia: Vestido típico
Escenografía: Materiales utilizados
Planigrafía : A nivel proyectivo

1. Invitación: El caballero sale al escenario caminando lentamente y se dirige hacia la dama, quien previamente ha dejado al frente al "guagua" en su ruana, para invitarla a bailar.
2. Luego de ubicarse todos los varones a la derecha, salen bailando formando un callejón en círculo, entrando por el centro y ocupando su respectivo lugar.
3. Al ocupar el respectivo lugar, el caballero y la dama quedan enfrentados y avanzan formando la planimetría de un número 8, dándose la espalda al encontrarse en el centro. Se ejecutan tres ochos quedando al terminar la última vuelta del ocho en el centro, se colocan las manos en la cintura y danzan en círculo tocándose los codos derechos, luego giran sobre sí mismos y continúan bailando esta vez tocándose los codos izquierdos.
   3.1 Esta figura puede ejecutarse también así: luego de ejecutar un círculo completo tocándose los codos derechos, regresan de espaldas a sus puestos, para avanzar de nuevo al centro y ejecutar el círculo tocándose los codos izquierdos y regresar de espaldas al puesto.
4. Al finalizar el último 8 quedan con diferente frente para avanzar lateralmente y al encontrarse de espaldas en el centro, realizan 3 secretos, ubicándose en puestos contrarios, giran, cambian de frente y repiten.
5. Ahora igual que 3.1 pero con las palmas, primero con la derecha y luego con la izquierda.
6. Salen de su puesto y ejecutan los coqueteos; figura ejecutada de la siguiente manera:
   Saltando sobre un pie y colocando en seguida el otro tras el primero, apoyándolo en la punta, detrás del talón del otro pie, retrocediendo en paso igual a la posición opuesta. Al tercer encuentro de los danzantes el se inclina sobre ella haciendo la imitación y el ademán de besarla, la mujer esquiva, amagando con abofetear al hombre, que a su vez se escapa.
7. Avanzan al centro, se dan la mano derecha, la dama gira bajo el brazo e inmediatamente el hombre se arrodilla, la dama baila alrededor, gira por bajo su

brazo, ambos cambian de mano y la dama realiza el desecho, regresando ambos a sus sitios.

8. El caballero se dirige a la dama, la toma por la cintura y realizan secretos avanzando hacia donde reposan los guaguas.
9. Las damas toman a los muñecos y bailando emparejados salen del escenario.

CLASE GUIA 108

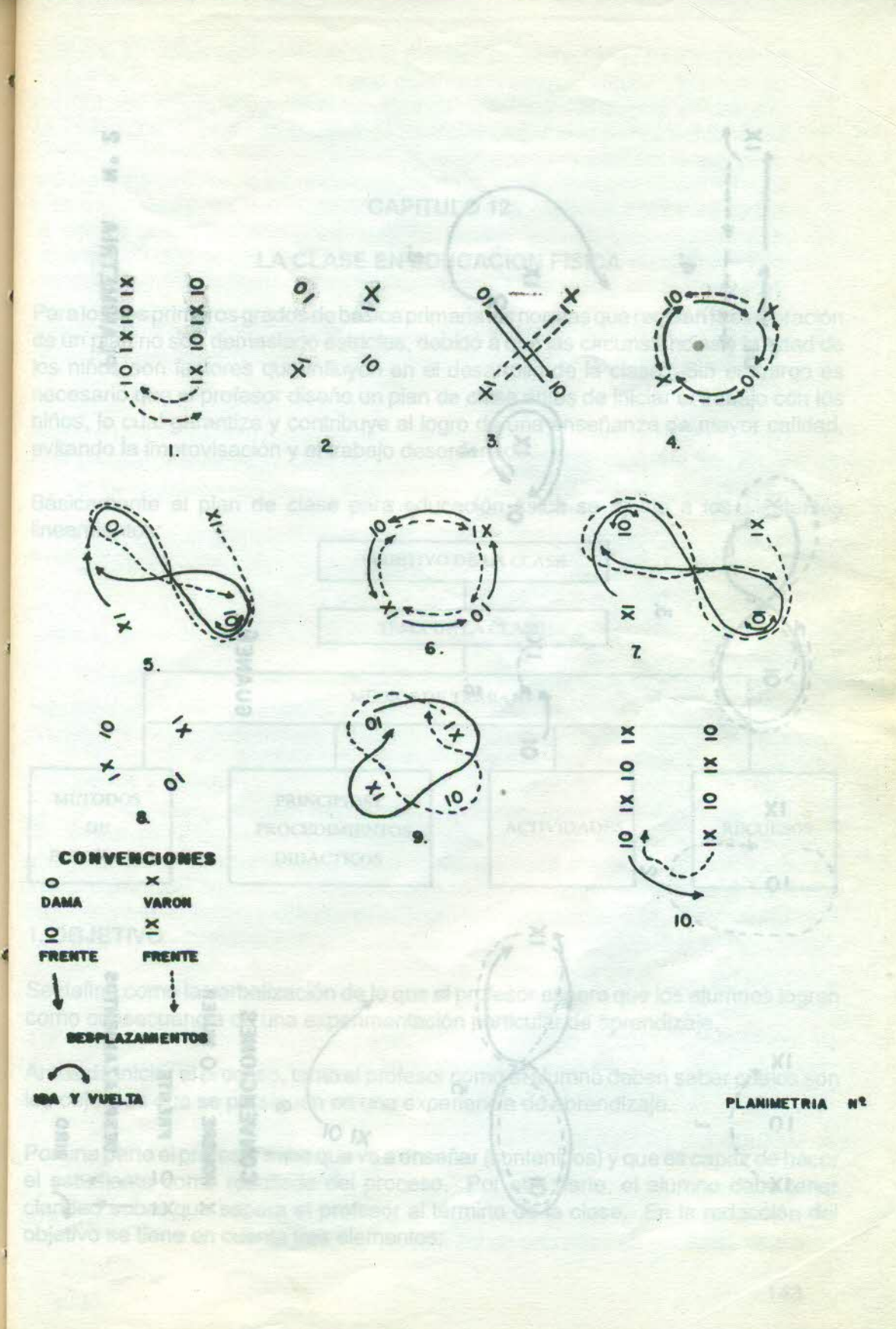
LA GUANEÑA

Coreografía : Historia de la guaneña
Parafernalia: Vestidos típicos del hombre y la mujer
Escenografía: Según la coreografía típica
Planigrafía : Debe bailarse como bámbuco, que es nuestro aire, o como San Juanito.

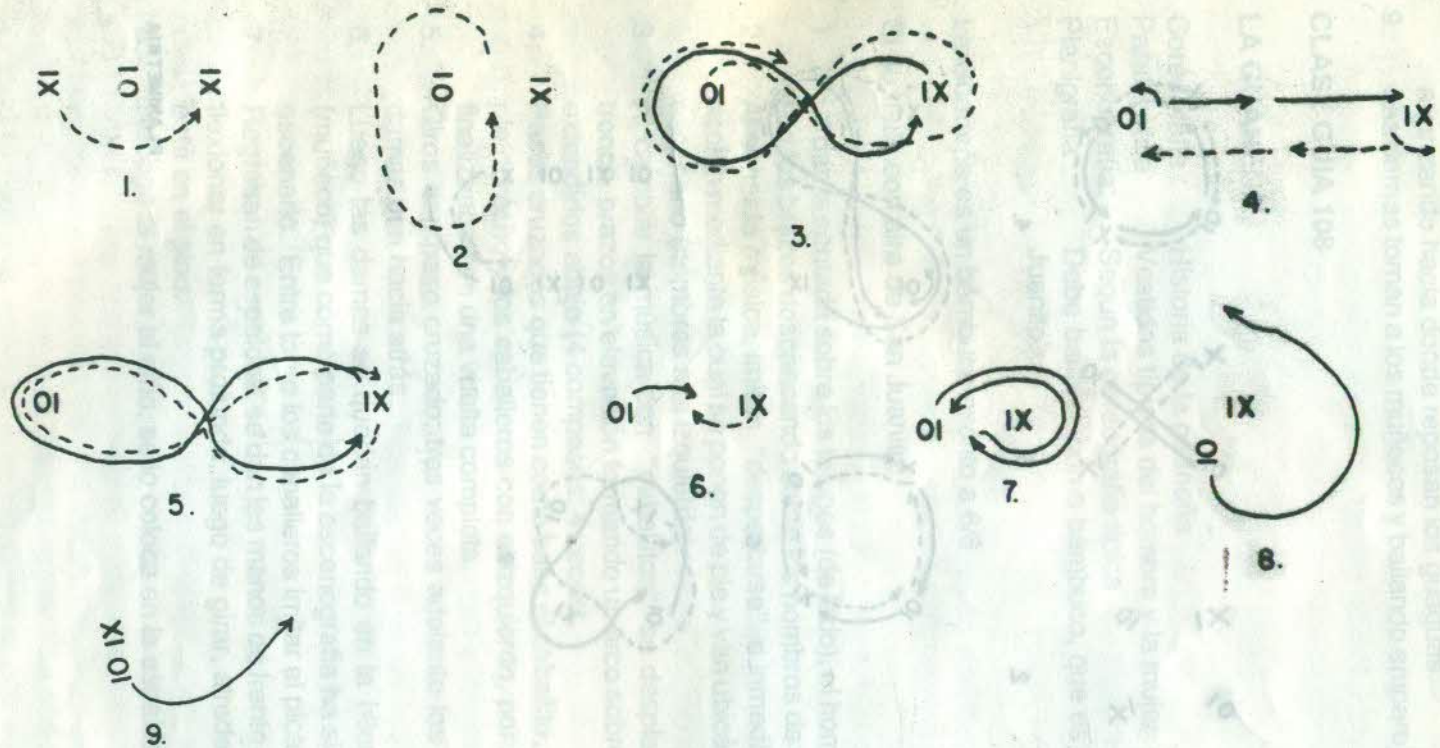
La Guaneña es un bámbuco escrito a 6/8

Si se baila con aire de San Juanito:

1. La dama sentada sobre los talones (de lado), el hombre con una rodilla al piso, con los brazos descansando sobre los hombros de ella. Ambos fingen dormir.
2. Al sonar la música, imitan "despertarse" e inmediatamente "desperezarse" acción mediante la cual se ponen de pie y van ubicándose en cada esquina del escenario (hombres a la izquierda).
3. Al cambiar la música con "caballitos" se desplazan adelante (flexionando tronco, brazos en elevación formando un arco sobre la cabeza) y atrás brazos extendidos abajo (4 compases; 4 veces).
4. Pasos cruzados que tienen como base el caballito, iniciando las damas con el pie derecho y los caballeros con el izquierdo, por lo cual se hallan al centro, finalizando con una vuelta completa.
5. Giros con paso cruzado; tres veces adelante los hombres y entre tanto las damas van hacia atrás.
6. Luego las damas se quedan bailando en la hilera, luego de ir por el niño (muñeco) que como parte de la escenografía ha sido colocado adelante en el escenario. Entre tanto los caballeros imitar el picar y palear.
7. Regresan de espaldas, se dan las manos de frente y ejecutan 3 caballitos para flexionar en forma profunda, luego de girar, alrededor del niño (muñeco) que está en el piso.
8. Recoge la mujer al niño, se lo coloca en la espalda y salen del escenario.



PLANIMETRIA Nº



CONVENCIONES

X HOMBRE O MUJER

X O FRENTE

DESPLAZAMIENTOS

GIRO

GUANEÑA

PLANIMETRIA N° 2

CAPITULO 12

LA CLASE EN EDUCACION FISICA

Para los dos primeros grados de básica primaria las normas que regulan la elaboración de un plan no son demasiado estrictas, debido a que las circunstancias y la edad de los niños son factores que influyen en el desarrollo de la clase. Sin embargo es necesario que el profesor diseñe un plan de clase antes de iniciar el trabajo con los niños, lo cual garantiza y contribuye al logro de una enseñanza de mayor calidad, evitando la improvisación y el trabajo desordenado.

Básicamente el plan de clase para educación física se ajusta a los siguientes lineamientos:

1. OBJETIVO

Se define como la verbalización de lo que el profesor espera que los alumnos logren como consecuencia de una experimentación particular de aprendizaje.

Antes de iniciar el proceso, tanto el profesor como el alumno deben saber cuales son los objetivos que se persiguen en una experiencia de aprendizaje.

Por una parte el profesor sabe que va a enseñar (contenidos) y que es capaz de hacer el estudiante como resultado del proceso. Por otra parte, el alumno debe tener claridad sobre que espera el profesor al término de la clase. En la redacción del objetivo se tiene en cuenta tres elementos:

1.1 EL ESTUDIANTE: El primer elemento que un objetivo debe incluir es el sujeto, (el alumno). Varios autores consideran que no es necesario ya que todo el proceso va dirigido al estudiante. Lo importante es que el objetivo se formula en términos de lo que el sujeto (alumno) será capaz de hacer y no en términos de lo que el profesor pretende hacer en la clase.

1.2 EL VERBO: El segundo elemento en la formulación del objetivo es el verbo, que indica la acción concreta que el estudiante debe realizar y que sirve para demostrar el nivel de aprendizaje. El verbo es el más importante dentro del objetivo por que identifica la manifestación concreta y observable del aprendizaje del alumno, de ahí que se deben utilizar verbos que indiquen un comportamiento observable.

1.3 LAS CONDICIONES: El tercer elemento que se debe incluir en la formulación del objetivo son las condiciones de ejecución, o sea condiciones bajo las cuales el estudiante debe realizar la acción.

Las condiciones se expresan en términos del lugar, tiempo, limitaciones y en términos de los recursos físicos y humanos, con que el estudiante puede contar, para demostrar el logro del objetivo.

La actividad humana se refiere a tres niveles que son: el Cognoscitivo, el Socioafectivo y el Psicomotor. Los objetivos se deben dirigir hacia ellos, tomando como medio el movimiento.

El nivel Cognoscitivo, encierra todas las operaciones que realiza la mente humana. (Aprendizajes conceptuales).

El nivel Socioafectivo, involucra todas las actividades volitivas (sentimientos, actitudes, valores) y la necesidad del alumno de ser: autónomo, espontáneo, creativo, solidario, colaborador, sensible.

El nivel Psicomotor está representado por la actividad motora consciente.

La educación física para la básica primaria no se preocupa exclusivamente por el resultado final en términos de conductas estereotipadas, sino precisar con claridad el objetivo de clase. El profesor evalúa el logro de los objetivos con realismo y ajustado al desarrollo del alumno.

2. EL TEMA DE CLASE

Se refiere al contenido de la clase. El tema tiene íntima relación con el objetivo de la clase. En los programas para la básica primaria que sugiere el presente trabajo se encuentran los contenidos para cada grado y la estructura de los contenidos.

3. MEDIOS DE TRABAJO:

Se encuentran constituidos por: las actividades, los métodos, los contenidos. Le sugerimos remitirse al capítulo Concepción Metodológica, en la cual encuentra un concepto ampliado de cada uno de los medios de trabajo.

ETAPAS DE LA CLASE DE EDUCACION FISICA

La clase presenta tres partes, las cuales tienen coherencia, secuencia lógica y apuntan al logro del objetivo. En la clase de educación física se tiene en cuenta las siguientes etapas:

1. INICIAL: Denominada así, porque predispone física y sicológicamente al alumno para el desarrollo de actividades de mayor exigencia y complejidad. De allí su importancia, ya que los primeros minutos de la clase determinan en gran parte el resultado de la misma.

   En esos primeros minutos el alumno establece una relación afectiva, de aceptación o de rechazo. Esta relación afectiva facilita o dificulta el desarrollo del interés, la curiosidad y la motivación que el profesor pueda lograr en el alumno con relación al tema.

   En estos primeros minutos el estudiante se forma una percepción del profesor, si los objetivos son claros, si el tema es interesante, si vale la pena participar.

   Una vez que el alumno ha "clasificado", no hace más que obrar consecuentemente con ella. La clase va a ser percibida positiva o negativamente, a no ser que durante la misma el profesor logre producir estímulos que cambien la percepción inicial; por lo tanto el profesor al iniciar la clase debe:

1.1 Informar y explicar a los alumnos el tema de clase, la cual deber ser: clara, corta y precisa, destacando en ella la importancia del tema a partir de ejemplos prácticos y concretos, que el alumno visualice la aplicación de dicho tema en su vida diaria. Ello garantiza que el alumno se motive y se integre al trabajo con interés y gusto.

1.2 Iniciar con la ejecución de actividades (juegos, rondas, ejercicios) que preparen al alumno físicamente para el trabajo central de la clase.

   Varios autores coinciden en señalar a estas actividades como calentamiento, el cual está en relación directa con el tema de la clase. Existen temas y objetivos sobre todo en los dos primeros grados de la básica primaria que no exigen de un calentamiento demasiado estricto y riguroso, a diferencia de los últimos tres grados de la primaria.

   En los dos casos el calentamiento debe realizarse con base en juegos, que según la predisposición física que se busque serán dinámicos o de poco movimiento, las rondas por ejemplo no deben descartarse.

   Igualmente las primeras actividades prácticas (calentamiento) tienen relación con el tema y objetivo de la clase, es decir desde la fase inicial se estructura la coherencia y secuencia de las tres fases.

El tiempo de duración de esta etapa puede ser de cinco a diez minutos, de acuerdo con el objetivo y tema de la clase, para una clase que dura 50 minutos.

2. ETAPA CENTRAL: En esta etapa se desarrolla el objetivo propuesto. Las actividades se caracterizan por ser de mayor exigencia y calidad que las desarrolladas en la fase inicial. Por ser la parte más importante de la clase se le asigna la mayoría de tiempo, aproximadamente 35 minutos. Para una clase que tiene duración de cincuenta minutos.

3. ETAPA FINAL: Contribuye a la disminución de la fatiga en el alumno. Se debe recurrir para ello a juegos o actividades de poca movilidad, que se relacionen con el objetivo de la clase; así mismo se debe realizar una evaluación sobre el trabajo en clase y el desempeño de los alumnos.

Se evalúa por ejemplo la dedicación y participación de los niños en cada una de las actividades desarrolladas; se cuestiona la indisciplina y el desorden, si este se presentó, etc.

Otro de los propósitos de esta etapa, es determinar el logro del objetivo para lo cual es importante determinar los criterios de evaluación, los cuales mencionan claramente los criterios de desempeño con que se espera que el alumno realice la acción; aunque los programas de la básica primaria no persiguen como resultado final conductas estereotipadas, es importante determinar el "indicador de evaluación", el nivel relativo de exactitud con que se espera que el alumno demuestre la acción; esto ayuda a determinar en que medida el objetivo de clase se logró, para que el profesor y los alumnos reflexionen acerca del trabajo, determinando aciertos y errores cometidos por las dos partes.

PLAN DE CLASE

INSTITUCION : _____ CURSO : _____ AREA : _____

FASE : _____ METODO : _____ FECHA: _____

TEMA GENERAL : _____ TEMA ESPECIFICO : _____

OBJETIVOS : _____

ETAPAS	CONTENIDOS - ACTIVIDADES	RECURSOS
INICIAL Minutos: ____		
CENTRAL Minutos: ____		
FINAL Minutos: ____		

CAPITULO 13

EVALUACION

A partir de las diferentes disposiciones del Gobierno Nacional a través del Ministerio de Educación, se ha formado una concepción clara, sobre evaluación, entendida ésta como un elemento esencial del proceso educativo, no limitado a la asignación de notas y a la promoción, sino como una estrategia para orientar el proceso educativo hacia la elevación de su calidad. En este sentido, la evaluación debe entenderse como un proceso flexible, dinámico y funcional en concordancia con las características del currículo.

En educación básica primaria el concepto de evaluación se entiende como una acción permanente que busca: "Detectar, estimar, juzgar y valorar el estado en que se encuentran: Los procesos de desarrollo del alumno, los procesos pedagógicos y los procesos organizativos y administrativos.

La finalidad de la evaluación es: Potenciar las capacidades y habilidades; aprender de la experiencia, afianzar los aciertos; corregir los errores, reorientar los procesos escolares, socializar los resultados, transferir el conocimiento teórico y práctico, afianzar valores y actitudes.

Las nuevas prácticas evaluativas son los medios con los cuales los maestros adecuan los programas y las actividades a las necesidades e intereses de la comunidad. Los docentes mejoran permanentemente sus prácticas pedagógicas y las escuelas gestan su propio desarrollo de tal manera que la atención de padres y maestros vaya más allá de las notas y de las normas generales centrándose en los niños, en sus capacidades, sus intereses y sus procesos de desarrollo"(1).

Estudios realizados demuestran que la promoción automática varios años después de su aplicación ha tenido logros significativos. (Disminución en las tasas de reprobación).

Como norma por sí misma no puede producir cambios inmediatos en concepciones, hábitos y costumbres tan arraigadas.

Transformar la concepción actual de escuela, de maestro y de alumno al interior del ámbito escolar, es pensar en programas a largo plazo, que lentamente modifiquen las concepciones tradicionales.

---

(1) MEN " LA PROMOCION AUTOMATICA EN EDUCACION BASICA PRIMARIA". ACCION NACIONAL EDUCATIVO - CULTURAL -1987.

Por lo tanto la promoción automática y el programa de escuela nueva dentro de la renovación curricular colaboran en el planteamiento de trabajo con mayores garantías.

Es importante puntualizar las diferencias existentes en cuanto a la espeficidad en la educación básica secundaria y media vocacional con la básica primaria, para establecer con claridad la evaluación.

Varios autores reconocen dos aspectos fundamentales que distáncian substancialmente a la básica primaria de la básica secundaria y media vocacional, ellos son:

- En la básica primaria las diversas áreas son desarrolladas en general, por un solo maestro en cada curso. En secundaria y media vocacional cada área es desarrollada por un maestro especializado.

- Los alumnos que asisten a la básica primaria oscilan entre los 6 y 10 años, y los de básica secundaria entre los 11 y 20 años.

Estos elementos diferencian las necesidades y el sentido de quienes asisten al bachillerato, en donde el objetivo primordial, para el maestro es la introducción sistemática del alumno al conocimiento universal acorde con el desarrollo cultural, científico y tecnológico y para los estudiantes, el objetivo se centra en tres preocupaciones fundamentales:

Ingresar a la universidad, vincularse al mercado laboral y presentar los exámenes de estado.

Lo cual indica que en el bachillerato la educación tiene como función, permitir al estudiante una visión universal de la cultural y simultáneamente orientarlo frente a sus capacidades, preferencias y posibilidades como persona. En la básica primaria se presta atención al "Proceso de socialización con énfasis en lo afectivo, aproximando hacia el conocimiento desde una perspectiva globalizante, preparando así al estudiante para su posterior desarrollo en la básica secundaria y media vocacional" (2).

En las clases de educación física a menudo se juega con intención de brindar aumento del bagaje motor, de buscar amor, gusto y cariño hacia la actividad física, la higiene y el orden. Con mucha frecuencia cuando el docente desea evaluar, echa mano de un conjunto de argumentos que dirigen hacia la determinación posterior de estados de rendimiento; la habilidad, ellas casi siempre dejan de lado el objetivo más importante. En los grados uno y dos en donde la fase irradíativa con objetivo socioafectivo adquiere su máxima importancia y en donde el maestro se vale de formas metodológicas basadas en diferentes tipos de juegos, debe tenerse en cuenta al EVALUAR. El maestro ahora necesita más que nada una retroinformación para seguridad en la continuación del proceso y organización metodológica del mismo,

---

(2) COLECTIVO DE AUTORES. Una propuesta para la construcción de una nueva práctica en Evaluación y Promoción en Básica Secundaria y Media Vocacional. 1990

luego que logre medidas precautelativas que mejoren el proceso. En otras palabras no se necesita EVALUAR al niño, sino retroalimentar al maestro. Los aspectos que pueden brindar información mediante reconocimientos organizados son muchos y muy variados, sobre todo en los tipos de clases dinámicas y llenos de juegos, por ejemplo: Cómo actúan los alumnos frente a situaciones en las cuales deben experimentar con movimientos nuevos, cómo se desenvuelven en clases diferentes a mímica, los niños llamados "indisciplinados", cómo se conducen los niños tímidos ante juegos grupales. El examen y la observación de los contactos motores o verbales durante la clase. El análisis pormenorizado del efecto del método o métodos empleados.

LA EVALUACION EN EDUCACION FISICA

No se debe dejar de lado que las propias características del niño en la etapa en que se vincula a la básica primaria y la acción educativa que en el mismo tienen lugar, hacen que la evaluación en este nivel deba abordarse de manera muy particular.

Las preguntas frente a la evaluación, que debe hacerse el docente de primaria y particularmente el profesor de educación física, son las mismas que puede plantearse el maestro de los otros niveles educativos:

1. Para qué evaluar?
2. Qué evaluar?
3. Cómo evaluar?
4. Cuándo evaluar?

Las respuestas a dichas preguntas (o varias de ellas) son similares a las de cualquier otra área del conocimiento; sin embargo, el qué evaluar? y cómo evaluar? requieren en la edufísica un tratamiento muy especial, como más adelante lo puntualizamos.

La respuesta a la primera pregunta, Para qué evaluar? admite varias acepciones, entre ellas podemos enunciar:

- Conocer a los alumnos y determinar características y necesidades.
- Constatar si se cumplieron los objetivos de la enseñanza
- Diagnosticar dificultades en el aprendizaje
- Reorientar la acción educativa
- Pronosticar posibilidades de aprendizajes ulteriores

Dichas respuestas conciben a la evaluación como un proceso constante, sobre todo el trabajo de profesores y alumnos, determinando los aciertos logrados y los errores cometidos, y desde esta perspectiva reorientar la acción educativa y hacer que los alumnos tomen conciencia sobre la calidad de lo aprendido y las razones por las cuales no se aprendió más.

No se puede pensar que la evaluación es sinónimo de medición o de calificación, ya que estos conceptos solo determinan el nivel de aprendizaje de los alumnos, y no tienen en cuenta el trabajo docente, y la participación directa que la misma institución educativa juega dentro de la formación del alumno.

QUE EVALUAR?. En la educación física la acción educativa se dirige fundamentalmente a estimular y afianzar las capacidades del niño, más que a impartir conocimientos sistematizados. En dicho desarrollo, es preciso respetar el propio ritmo de crecimiento del alumno.

Dado que por efectos de desarrollo genético y por las experiencias que pueda tener como influencia del medio físico y socio-cultural, en el cual se halla inmerso, el ritmo de crecimiento es diferente de un niño a otro, por lo tanto la evaluación no debe hacerse en función de expectativas iguales para todo el grupo.

La educación fisica contempla al individuo como una globalidad, como un ser que se debe educar a través del movimiento, así mismo debe tenerse en cuenta que el desarrollo, ya sea intelectual, motriz o afectivo, no sigue una línea ascendente continua; lo normal como aseguran algunos autores, es que se observen períodos de detenimiento y aún de retroceso antes de que una adquisición se afirme definitivamente.

La educación física permite la valoración de logros obtenidos por el alumno en campos tan diversos como el psicomotor, cognoscitivo y social-afectivo; respetando siempre el carácter individual en el desarrollo de cada niño.

Es obvio pensar que la evaluación tal como se expuso en otro aparte de este capítulo, permite también valorar el trabajo del docente; es decir a reajustar contenidos, a proponer nuevos métodos de enseñanza, a buscar nuevas alternativas para entrar en relación con los niños.

COMO EVALUAR? Necesariamente la evaluación de los objetivos propuestos debe supeditarse a las variantes individuales y a las propias características del desarrollo del niño, ya que en última instancia lo que pretende la educación física es ayudar al alumno a mejorar su crecimiento y desarrollo.

Para realizar la evaluación de los progresos de los alumnos, el profesor de educación física tiene parámetros (que le sirven de apoyo) en las pautas evolutivas que se reseñan para cada edad y para cada área del comportamiento, las cuales no pueden tomarse en sentido absoluto cuando de evaluar a un niño se trata. Se debe pensar, que las pautas evolutivas son útiles, como un marco de referencia.

Concretamente en educación física existen múltiples técnicas y procedimientos para evaluar, a continuación algunas de ellas y en posteriores apartes de este capítulo, se dan ejemplos claros de como utilizar dichas técnicas.

Los procedimientos formales de evaluacion. "Son todos procesos enseñanza-aprendizaje, aplicados a todo el grupo, en condiciones homogéneas y estrictas sobre una parte definida del trabajo realizado" (3).

Tradicionalmente en educación física se han aplicado los test prácticos, que se pueden clasificar en: Psicomotores, deportivos y motores. Son utilizados cuando se requiere valorar el desarrollo ponderal de una capacidad motora de tipo físico, los test motores (ej: fuerza, flexibilidad, etc); cuando se pretende valorar el rendimiento en un fundamento técnico, destreza artística (baile) o destreza gimnástica, se recurre al Test deportivo (ej: Posición) se utiliza el Test psicomotor (ej: equilibrio, coordinación segmentaria). Sugerimos leer anexo N° 1 (pruebas Henderson).

Cada test es utilizado según lo que se pretenda evaluar.

Otra característica que asume la evaluación en la clase de educación física, es la derivada de las condiciones en que se lleva a cabo la acción educativa, aunque se trata de una acción educativa sistemática, con objetivos y contenidos preestablecidos.

El carácter lúdico de las actividades da lugar a que el profesor trabaje con situaciones no previstos o planeadas, éstas situaciones pueden llevar al logro de objetivos no previstas que, al igual que los planificados, también han de ser objeto de evaluación.

De lo anterior surge la evaluación formativa, que es la evaluación que tiene lugar durante el proceso de aprendizaje mismo de todas las variables que intervienen en éste y que incluyen "desde la forma en que se desenvuelven las actividades tanto planificadas como incidentales, hasta las reacciones individuales y grupales de los niños" (4). Tiene mayor importancia que la evaluación sumativa que se realiza para estimar resultados más amplios, tal como sucede en los test (psicomotores, deportivos, motores).

En la denominada, evaluación formativa se ha de valorar la capacidad de raciocinio, de crítica e inventiva del alumno; así como también su grado de afectividad, dedicación y participación.

El profesor puede adoptar y aplicar otras técnicas de evaluación, sean estas formales o informales que garanticen una valoración sobre el trabajo del profesor, del alumno de la misma institución.

ASPECTOS GUIAS DE EVALUACION PARA LA CLASE

EVALUACION DE LA DINAMICA EN LAS CLASES

Tema General:
Tema Específico:

---

(3) Bolívar, Carlos. Didáctica e la Edufísica de base. Pág. 70.
(4) LA EVALUACION EN EL JARDIN INFANTIL. LIC. LIEN DE ROZENTAL. MARIA. 1990

Objetivo General:	COGNOSCITIVO__	AFECTIVO__	SICOMOTOR__
FASE	IRRADIACION__	APRENDIZAJE__	DOMINIO__
CURSO:			

Porción de la Clase	Forma Social	Tiempo de Ejecución por estudiante	Carga Físico Psíquico
Introducción	Rondas		
Ambientación	JUEGOS		
Calentamiento	Actividad Libre	5	X
Canciones			
Minutos (5)			
	Rondas-juegos		
	Canciones		
	Ejercicios		
Central 40	Actividad libre...		
Final 5			
Relajación	Actividad individual		
Vuelta a la calma			
Evaluación			

Motivo de no utilizar el período completo

EVALUACION DE LA ESTRUCTURACION EN UNA CLASE

1 Metódica

1.1 Articulación (Distribución de las fases, métodos, procedimientos, medidas, materiales y otros).

1.2 Medios (utilización adecuada de los medios visuales, acústicos, ayudas, materiales y otros).

1.3 Intensidad (motriz, afectiva, social, psicológica).

1.4 Aceptación grupal del 70% de las actividades, juegos, rondas, canciones.

2 Comportamiento del docente.

2.1 Tranquilidad de la conducción de la clase

2.2 Patrones de interacción hacia los estudiantes

2.3 Lenguaje

3 Comportamiento de los estudiantes

3.1 Reacciones a las tareas

3.2 Indisciplina

3.3 Intereses

3.4 Patrones de interacción entre estudiantes.

EVALUACION DE LAS TAREAS

1. Características generales de los movimientos ejecutados.
2. Errores observados en forma global en los estudiantes.
3. Se efectúa una descripción, una explicación y correcciones.

4. Palabras claves empleadas en la explicación.
5. Tipos de corrección: Generales o individuales
6. Métodos de corrección:

a) Descripción, b) Explicación, c) Ejecución correcta, d) Ejecución incorrecta, e) se incluyen medios de enseñanza,, f) se incluyen pre ejercicios, g) se incluyen contra errores, h) Exigencia excesiva, i) Orden de los juegos, rondas o ejercicios para corregir errores.

AUTOEVALUACION DEL PROFESOR	AMBIENTACION			PARTE CENTRAL			PARTE FINAL		
COMPORTAMIENTO Contacto con los estudiantes	B	R	A	B	R	A	B	R	A
Tono de la voz									
Temperamento									
Medidas para mantener el orden									
Como reacciono en situaciones de conflicto									
Soy flexible ante la planeacion racional									
Como acepto las sugerencias a) de otros b) de los alumnos									
Como soy con los estudiantes de bajo rendimiento?									
Utilizo critica, reproche, elogio ?									
Que medidas metodicas domino mas ?									

EVALUACION PARA LA DIFERENCIACION INTERNA DE LA CLASE

	AMBIENTACION	PARTE CENTRAL	PARTE FINAL
Se diferencio segun dificultades de las tareas			
Se diferencio segun alcances de las tareas			
Se diferencio debido a motivos metodicos			
Se tomo en cuenta el ritmo de aprendizaje, ambientacion o irradiacion ?			
Se tuvo en cuenta tareas adicionales			
Se tomo en cuenta la sobrecarga diferenciada			

AUTOEVALUACION EVALUACION DEL PROFESOR - LENGUAJE

Parte de la clase	No. de Impulsos	Objeto de los Impulsos	Calidad del lenguaje
Ambientacion			
Central			
Final			

EVALUACION DE LA CONDUCCION EN LAS FASES

Objeto de la Irradiacion	Pasos en el proceso Irradiativo	Ayudas en el proceso	Medios de la Irradiacion	Medidas Correctivas en el proceso

EVALUACION SOBRE MOTIVACION DEL PROCESO

Tema General _____ Tema especifico _____

	Medidas del Docente	Reacciones del niño
I. Medidas Motivacionales para la creacion de situaciones de Partida.		
II. Medidas Motivacionales para la creacion de la tarea Principal.		
III. Medidas Motivacionales para la creacion del final de la tarea.		

Quien se vuelve Activo ?	P	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	Suma horizontal
		A			QUIEN			SE		DIRIGE					
Profesor		6	7												13
alumno A															
alumno B															
alumno C															
alumno D															
alumno E															
alumno F															
alumno G															
alumno H															
alumno I															
alumno J															
alumno K															
alumno L															
Suma de la columna Cuantas veces se le ha dirigido	0	6	3												9
Suma vertical Cuantas veces se activo la persona	50	4	10												14
No. de contactos por persona	50	10	13												23
	% 41.7														

CAPITULO 14

RECURSOS Y MATERIALES

La inmensa mayoría de nuestras escuelas primarias (como lo demuestran las encuestas) sobre todo aquellas que se hallan en las zonas rurales, no tienen ninguna clase de instalaciones del tipo dnes del tipo deportivo o materiales relacionados con educativa física que permitan al profesional de la educación irradiar, enseñar o entrenar en condiciones aceptables o básicas.

Esta situación es causada por múltiples factores que no son tratados en ésta propuesta, pero si abrir posibilidades disciplinarias para que el docente trate de solucionar para su beneficio, para la escuela y la comunidad.

Así describimos algún material posible de construir para la fase irradíativa.

1. Escalera sueca: En paredes, los palos de escoba, amarrados o clavados sobre sendas guaduas o tablas forman la escalera sueca. Si la escuela tiene pilares ellos son excelentes transversales para la escalera.
2. Escalera. Los palos de escoba cortados en pedazos de 15 cm. los cuales se clavan o amarran a los transversales que son los mismos palos de escoba sin cortar, excelente ayuda para irradiar marcha, carrera, saltos.
3. Tobogán en miniatura: Pedazos de tubos de P.V.C. de dimensión de 3 o 4 pulgadas, cortados transversalmente son excelente sobre todo para las actividades de coordinación ojo mano.
4. El Sapo: Una tabla con agujero central colocada en forma vertical, sirve como sapo, para las actividades de coordinación segmentaria, viso manuales.
5. Bolos: Los envases plásticos pintados de blanco con números en rojo, son excelentes bolos, complementados con una pelota de caucho.
6. Una tabla de 1 metro por 70 centímetros sin importar el grosor, en cuya superficie se abren tres agujeros de 20, 25 y 30 centímetros, es un excelente auxilio coordinativo viso manual.
7. Dos cuerdas, lasos, guascas, las cuales se pasan por orificios hechos en pedazos de palo de escoba, que hacen las veces de peldaño forman una excelente escalera marina.
8. Una llanta cortada transversalmente nos brinda 2 excelentes recipientes para arena.
9. Dos guaduas colocadas o clavadas sobre 2 sillas o 2 pupitres dañados, o sobre la base de los pupitres, nos brindan una excelente paralela.

10. Raquetas. Con alambre corriente (de colgar ropa) se hace un aro el cual se inserta a un pedazo de palo de escoba por uno de los extremos. Sobre el aro se tensiona una media de nylon y así tenemos una raqueta.
11. Disco – Dos platos plásticos pegados por sus bordes y en el interior relleno con arena nos brinda un excelente irradiador de lanzamiento de disco.
12. Jabalina. Un palo de escoba, en cuya punta se le coloca un trozo de hierro de construcción haciéndole punta en un esmeril y en el otro extremo plumas gruesas.
13. Bala: Una pelota plástica, por cuyo orificio se introduce arena y bolitas de cristal, luego se tapa el hueco con cola. Del tamaño de ella, depende su peso (2 kg., 3 kg., 4 kg.).
14. Raqueta: Las tapas de las ollas viejas, los fondos de los "calderos" de aluminio viejos son excelentes raquetas, los que se desprenden con cincel y se unen a tubos de P.V.C. o a palos de escoba.
15. Sobre un gancho de ropa se cuelgan varios clavos a diferentes alturas; así tenemos una campana al golpear los clavos con otro o con un pedazo de hierro, o un excelente tiro al blanco si se cuelga verticalmente.
16. Manilla: Los envases plásticos cortados transversalmente nos brindan una manilla, para recoger o lanzar pelotas de ping pong.
17. Balero – bolero o coca: Amarrar un aro (empaque o trozo de caucho) a un tornillo o a un trozo de palo de escoba; el largo del hilo depende de la edad del niño. O pueden cortarse trozos del cartón central del papel higiénico los cuales harán las veces de la coca unido por un hilo a un palo de escoba.
18. Testigo o Relevos: Dos palos de escoba de 30 cm. de largo. Luego de lijadas se pintan en color brillante y según posibilidades se forran con plásticos bien tirante y encima papel "contac".
19. Suizas: Trozos de 1.50 de mecate de nylon, guasca, lazo, dos trozos de palo de escoba de 15 cm, dos clavos de 2 pulgadas y dos ganchos hechos con alambre.
20. Medidor de alturas: 2 tablas de madera, o palos de escoba, sobre los cuales se colocan clavos doblados en la parte de afuera cada diez centímetros.
Sobre los clavos se colocan los travesaños o la piola para indicar la altura del salto. Las bases de los verticales serán dos tarros plásticos de aceite los cuales se rellenan con arena.
21. Vallas: Palos de escoba, cortados transversalmente y clavados entre si de modo que formen una U invertida.
Las bases de las vallas pueden ser tarros de aceite, frascos plásticos, los que se rellenan con piedra y arena.
22. Mini trampolines: Las llantas viejas pintadas, se pueden usar como mini trampolines.
23. Tiro al blanco: Una base de madera de forma cuadrada de 20 cm. en cuyo centro se coloca un trozo de palo de escoba verticalmente. Con manguera se hace varios aros pequeños que se unen con trocitos de madera. Así se tiene un excelente tiro al blanco.
24. Rayuela: Con palos de escoba clavados unos con otros se hace el armazón de la "rayuela", formando una escalera. Excelente medio de irradiar esquema y conductas motoras básicas.

25. Panderetas: Con alambre se forma un aro dentro del cual se colocan tapitas de gaseosa previamente achatadas o aplastadas y agujereadas en el centro. Para evitar que se agolpen todas las tapas a un lado, se separan con argollas hechas del mismo alambre.

Otra forma consiste en hacer una pelota de cartón grueso, a la cual se le colocan estoperoles o chinches; entre ellos se colocan las tapitas previamente aplastadas.

26. Cucunubá: Varios envases plásticos unidos con pita o guasca, previamente agujereados por sus caras en la parte inferior y complementados con bolitas de cristal forman un cucunubá muy original.

27. Mallas para voleibol: Varios costales de nylon cortados por la mitad y cosidos por sus extremos a una banda, guasca o pita nos sirven como una malla.

28. Los neumáticos usados de llantas de bicicleta, adosados mediante anillas a la pared, son excelentes juguetes para capacidad de fuerza.

29. Los palos de escoba en uno de cuyos extremos se clava un pedazo de llanta de 10 cm, son excelentes para juegos de llevar pelotas o balones. En general para coordinación viso manual.

30. Foso para salto alto: Los soportes para esta clase de saltos se pueden construir así: dos postes de madera 6 x 6 cm. de espesor por 2 metros de largo. Las bases para estos soportes se pueden hacer en forma de cruz para conseguir mayor estabilidad.

En un lado del poste se hace una hilera de huecos a 5 cm. de distancia, comenzando a una altura de 25 cm. Sobre un palito, colocado en cada poste, se pone la cuerda para el salto alto, sin amarrarla. Esta cuerda se puede hacer fácilmente de un lazo común colocándole dos bolsitas llenas de arena en los extremos y para verla mejor, un pedazo de cuero o tela en la mitad.

31. Existen dos clases de cuerdas para salto: la cuerda individual y la cuerda larga para saltar varias personas al mismo tiempo.

Para la cuerda individual, cada alumno debe tener una pita gruesa o lazo de 1.50 a 2.50 m. de largo.

La mitad de la cuerda se debe reforzar con alambre delgado. Así se aumenta el peso de la cuerda en la mitad, de tal manera que influye favorablemente en la oscilación de ella. En cada uno de los extremos de la cuerda se hace un nudo para evitar que se destuerza.

32. Elaboración de pelotas o balones. Se cose una envoltura de tela resistente o cuero y luego se va llenando completamente con paja, estopa o pedacitos de cuero, presionando fuertemente. En la mitad del relleno se coloca un corcho, un pedazo de caucho o una bolsita del tamaño de un huevo, llena de arena. Al final se debe cerrar cosiendo la ranura por la cual se metió el relleno. El peso total de la pelota puede ser de 80 a 120 gramos.

33. Escalera de leña, construir una escalera de 3 metros de largo por 50 cm. de ancho, los peldaños deben estar dispuestos a una distancia de 30 cm. y construidos en madera resistente. Sino se consigue madera preparada en una carpintería, se pueden usar palos redondos, pero en este caso se debe cuidar de que los peldaños sean colocados en muescas.

34. Una guadua gruesa incrustada en un balde lleno de grava o piedra, sobre la cual se colocan llantas usadas de bicicleta a manera de aros, es un excelente auxiliar en actividades coordinativas viso manuales o predeportivas hacia el Minibaloncesto.

GLOSARIO

APRENDIZAJE: Mecanización, facilitación y acomodación son los rasgos principales de esta fase, entendiéndose el dominio de nuevos movimientos o las combinaciones de los mismos o su perfeccionamiento bajo una estricta influencia de práctica especial, de la enseñanza o aún dentro del entrenamiento. Nunca va a resultar fácil determinar o explicar en que se basan las variaciones de los indicadores.

AUTOMATICIDAD: Posibilidad de ejecutar los movimientos sin fijar la atención en el proceso de ejecución.

ABDUCCION: Alejar los miembros hacia el eje CEFALO-CAUDAL, sobre el plano frontal.

ADDUCCION: Acercar los miembros hacia el eje CEFALO-CAUDAL, sobre el plano frontal.

ABSTRACCION: Separar las cualidades particulares de los objetos para fijarse única y exclusivamente en las cualidades comunes a todas ellas.

ASIMILACION: Incorporación de un nuevo objeto o de una nueva experiencia.

ACOMODACION: Proceso que cambia las acciones tendientes al manejo de nuevos objetos y situaciones.

AMBIENTE: Medio físico y medio social que influyen en el individuo desde la gestación.

ACTIVIDAD: Movimiento en general, cualquier proceso psíquico y biológico que demanda energía

del organismo y depende de la iniciativa del individuo.

ACTIVIDAD MOTRIZ PROPIOCEPTIVA: Actividad relacionada con el propio cuerpo.

ACTIVIDAD MOTRIZ EXTEROCEPTIVA: Actividad relacionada con el mundo exterior.

APTITUD MOTORA: Capacidad de efectuar satisfactoriamente una tarea motora intensa y dinámica, y que incluye los siguientes elementos: Potencia muscular, movilidad, equilibrio, agilidad y velocidad.

APTITUD PERCEPTIVA: Interpretar estímulos que permiten adaptarse al medio.

AGILIDAD: Habilidad que un individuo tiene para mover su cuerpo en el espacio.

BALLESTEO: Son movimientos de resorte, que combinan flexiones y extensiones en forma suave.

BILATERALIDAD: Funcionamiento indiferenciado de la dominancia lateral derecha e izquierda.

CRECIMIENTO: Modificaciones relacionadas con los cambios objetivamente mensurables o medibles, en la evolución del hombre.

CARACTERISTICAS ESPACIO TEMPORALES: Determinación de las variaciones en las posiciones y movimientos del hombre en el tiempo.

CAPACIDAD AUDITIVA: Aptitud del sujeto para captar y diferenciar sonidos y para describir su intensidad.

CAPACIDAD VISUAL: Aptitud del sujeto para observar y diferenciar variados objetos, acontecimientos y ambientes observados visualmente.

COMPORTAMIENTO: Elemento observable de acción y reacción manifiesto del organismo en un ambiente físicamente descrito.

CONCIENCIA DEL CUERPO: Aptitud del individuo para reconocer y controlar su cuerpo.

COORDINACION: Cualidades sinérgicas que permiten combinar una acción de diversos grupos musculares para realizar una serie de movimientos, con un máximo de eficiencia y economía.

COORDINACION OCULO-MANUAL: Aptitud del individuo para coger un objeto que se encuentra en el espacio, coordinando una percepción visual con un movimiento de manipulación.

COORDINACION OCULO-PEDIAL: Aptitud del individuo para coordinar una percepción visual con movimientos de los miembros inferiores.

CURRICULO: Documento diseñado para ser utilizado como punto de partida del planteamiento instruccional.

DOMINIO: La mecanización utilizada inteligentemente, lo que implica maestría técnica: nivel de preparación técnica y dominio inteligente de cada una de las acciones aprendidas.

Esta fase es por demás compleja, ya que es el resultado de la fase irradíativa general a nivel global, general a nivel específico, y específica a nivel específico más la fase de aprendizaje.

Reúne indicadores tales como volumen, variedad, racionalidad de las acciones técnicas; por otro lado la efectividad y la asimilación de la misma ejecución y la sicología y utilización de la interiorización de la sensación del deportista.

DESARROLLO: Aparición de conductas esperadas dentro de ciertos límites aceptables de tiempo, implicando crecimiento biológico y acción del medio ambiente.

DESENVOLVIMIENTO: Proceso que se efectúa de modo continuo a lo largo de la edad evolutiva, con variantes típicas para cada edad.

DESTREZA: Se refiere a las habilidades motoras delicadas, las cuales implican movimientos precisos de manos y dedos.

DISCRIMINACION FIGURA-FONDO: Aptitud para escoger un determinado estímulo visual entre varios existentes.

DISCRIMINACION AUDITIVA: Habilidad de percibir la diferencia existente entre dos o más estímulos sonoros.

DISCRIMINACION CINESTESICA: Proceso por el cual un individuo adquiere conciencia de su cuerpo, la forma como el se mueve, de la posición en el espacio y la relación entre su cuerpo y el medio.

DISCRIMINACION TACTIL: Capacidad del individuo para distinguir texturas diferentes utilizando solamente el tacto.

DISCRIMINACION VISUAL: Habilidad de percibir la diferencia entre dos o más estímulos visuales.

DOMINIO LATERAL: Es la preferencia motora de una de las partes del cuerpo.

DOMINIO DERECHA-IZQUIERDA: Capacidad de manipular las nociones de derecha e izquierda sobre el propio cuerpo, sobre el mundo exterior, independientemente de su dominio lateral.

EDUCACION: Conversión de los conocimientos en convicciones de conducta.

EDUCACION FORMAL: La constituyen los conocimientos adquiridos a través de los sistemas de enseñanza legalmente constituidos.

EDUCACION NO FORMAL: Conocimiento que se adquiere a través de la experiencia propia de cada individuo.

ESTIMULO: Evento que actúa sobre el organismo.

ECONOMIA DEL MOVIMIENTO: Logro de la máxima eficacia con el mínimo esfuerzo.

ELONGACION: Distensión máxima a nivel muscular.

EDAD MOTORA: Logros promedios de niños de la misma edad en tareas motoras.

ENTRENAMIENTO: Proceso para la obtención, mantenimiento y optimización de las características y las capacidades condicionales y coordinativas.

ESTRUCTURACION: Forma de pensamiento que dirige hacia abstracciones tales como: superficie, volúmenes, velocidades, localizaciones según ejes, inclusiones, pertenencias y muchas otras.

EXPERIMENTO: Proceso por medio del cual una observación es registrada.

EXTENSION: Se realiza cuando el extremo libre de un segmento se aleja del otro extremo, denominándose por la articulación que facilita el alejamiento.

FLEXION: El extremo libre de un segmento se acerca al otro extremo, denominándose la flexión por la articulación que facilita el acercamiento.

FUNCION MOTORA: Es la creación de un impulso nervioso a nivel del sistema nervioso central y su transmisión al músculo efector y su puesta en acción.

FASE DE MOVIMIENTO: Menor elemento (temporal) del sistema de movimientos que incluyen todos los movimientos desde el principio hasta el final.

FLEXIBILIDAD: Capacidad motora que condiciona la capacidad funcional de las articulaciones en sus movimientos dentro de límites ideales en determinadas acciones.

FUERZA: Habilidad de los músculos para vencer una resistencia, produciendo tensión en acciones de: Empujar, traccionar o elevar.

FILA: Formación en la cual uno se encuentra al lado del compañero.

GRADIANTE DE CRECIMIENTO: Serie de etapas o grados de maduración que según el niño va progresivamente alcanzando un nivel de comportamiento más elevado.

HABILIDAD MOTORA: Capacidad adquirida para ejecutar movimientos.

HABITO MOTOR: Es una habilidad motora lo suficientemente dominada.

HILERA: Formación en la cual uno está atrás del compañero.

HIPOTESIS: Primer intento hacia la imaginación de un modelo.

INDIVIDUALIZACION: Aprovechamiento de las potencialidades positivas de los deportistas.

INTEGRACION DE MOVIMIENTO: Agrupación de varios movimientos en un todo único sobre la base de la interacción entre ellos.

INCLINACION: Realizado este movimiento por la cabeza y el tronco, cuando se mueven lateralmente, saliendo de la vertical. El eje rector es el antero-posterior y el plano frontal.

JUICIO: Forma del pensamiento por medio del cual se afirma o se niega algo respecto a los objetos, sus indicios y relaciones.

LANZAR: Acción de acomodarse a una forma que permita mayor eficacia y rendimiento, orientada a través de un proceso metodológico a buscar una destreza básica de lanzar.

LATERALIDAD: Concentración de una determinada función mental en uno de los hemisferios cerebrales.

LEY: Expresión resumida de comportamientos observados.

MADURACION: Patrones de maduración y crecimiento que son los mismos para todos los miembros de una misma especie.

MEMORIA AUDITIVA: Aptitud para reconocer y reproducir experiencias auditivas.

MEMORIA VISUAL: Aptitud para reconocer y reproducir experiencias visuales.

METODO: Conjunto de medios convenientemente dispuestos para conseguir lo que se pretende. En la ciencia son los procesos para la obtención del conocimiento y en la pedagogía son los caminos de instrucción.

MOTIVACION: Reflejo del organismo que actuando sobre el cerebelo provoca excitaciones específicas.

MOVIMIENTOS CON DESPLAZAMIENTOS DE CUERPOS EXTERNOS: Son todos los movimientos cuya tarea consiste en desplazar algún cuerpo.

MOVIMIENTO DE MANIPULACION: Realizado para modificar la forma y colocación de los objetos.

MOVIMIENTO ESTETICO: Todas las habilidades de un deporte en que el individuo llega a un alto nivel de rendimiento.

MOVIMIENTO INTERPRETATIVO

NOCIONES:	Imagen sensitiva de un objeto no percibido por nosotros en un momento dado, pero percibido antes en tal o cual forma.
ORIENTACION:	Conjunto de manifestaciones motrices que hacen recurrir a las relaciones topológicas, siendo las principales las localizaciones y orientación cualitativa del esquema corporal.
ORIENTACION AUDITIVA:	Aptitud del individuo para distinguir la dirección del sonido y seguir el rastro.
ORGANIZACION:	Estimulaciones presentadas sucesivamente siendo de una misma naturaleza, tales como señales sonoras, luminosas, auditivas, etc.
PERCEPCIONES:	Reflejo integro de un objeto material externo que surte un efecto directo en los sentidos y son formados por sensaciones.
	Proceso de sentir y encontrar significado al ambiente físico y social de un individuo.
PEDAGOGIA:	Pensamiento teórico sobre las áreas y problemas de la educación.
PEDAGOGIA DEL DEPORTE:	Teoría sistemática que presenta las bases pedagógicas y los problemas del deporte como área de educación en investigación y enseñanza.
PERCEPCION DE ORDEN:	Presencia de puntos de referencia en períodos de tiempo.
PERCEPCION ESTEROGNOSICA:	Intuición del espacio gráfico y de forma.
RELACIONES TOPOLOGICAS:	Relaciones cualitativas elementales entre los objetos.
RELACIONES TOPOLOGICAS DE VECINDAD:	Es la proximidad de elementos los cuales son percibidos dentro de un mismo campo.

RELACION TOPOLOGICAS DE SEPARACION :	Es la disociación de formas que no se interpretan
RELACIONES TOPOLOGICAS DE SUCESION ESPACIAL:	Son las relaciones entre elementos a la vez vecinos y separados, pero distribuidos unos en relación con otros.
REPRESENTACION MOTORA:	Resultado del conocimiento sensorial y del pensamiento abstracto.
RESISTENCIA:	Capacidad motora que permite un continuo esfuerzo proveniente de ejercicios prolongados durante un tiempo determinado.
RESISTENCIA CARDIOVASCULAR:	Adaptación orgánica del sistema circulatorio a un esfuerzo físico, prolongado en un determinado tiempo y espacio.
RITMO DE MOVIMIENTO:	Medida temporal de la correlación entre las partes del movimiento.
RITMO:	Encadenamiento del tiempo. - Maduración periódica. - Relación entre el trabajo realizado y el tiempo empleado en hacerlo.
SENSACIONES:	Reflejos de algunas propiedades de los objetos o fenómenos del mundo material, que accionan directamente los sentidos.
SISTEMA FUNCIONAL:	Conjunto de procesos nerviosos, los cuales tienen como objetivo satisfacer las necesidades vitales en un momento dado.
TONO:	Estado de tensión de los tejidos, específicamente de los músculos.
TORSION:	Es un giro efectuado por un segmento sobre eje longitudinal correspondiente a ese segmento.La torsión se puede calificar como una rotación.

TIEMPO DE MOVIMIENTO: Medida temporal de la repetición de los movimientos que se ejecutan en la unidad de tiempo.

VELOCIDAD: Magnitud vectorial que caracteriza la rapidez del movimiento, su dirección y sentido.

VELOCIDAD - FUERZA: Vencimiento de la resistencia en donde los esfuerzos musculares conducen a la máxima aceleración del movimiento. Pruebas Henderseon, Adaptado a Colombia por la doctora MARIA TERESA VELASQUEZ

CAPITULO XVI

BIBLIOGRAFIA

- Alfonso Hernando, Julia Contreras de Delgado y otros. Matemáticas contemporánea, 3 Edit Norma.Bogotá, 1977
- Alfonso Hernando, Julia Contreras de Delgado y otros. Matemáticas contemporánea, 4, 2 Edit 1971.
- Asociación Colombiana de profesores de Educación Fisica. Revista Colombiana de Educación Fisica, Número 4, Bogotá Julio 1989.
- Bauzer, Ethel, Juegos de Recreación. Tomo 1, Edit Distribuidora, buenos Aires, 1969.
- Braun, Harold, Teoria y Práctica de los test deportivos motores, Edit XYZ, 1980.
- Bolivar, Carlos, Didáctica de la Educación física de base. Imprenta Deptal del Meta. 1990.
- Bolivar, Carlos; Didáctica de la Educación física de base. Imprenta Departamental del Meta. 1990.
- Bolivar, Carlos; Hipólito. Programas de Educación física para la escuela primaria, Grados primero a Quinto. Edit CIDEC, Neiva 1995.
- Carreño, Manuel Antonio. Urbanidad. Tipografía Mogollón. Cartagena.
- Castillo, Parra Lucila. Matemática concreta, 5, Edición. Edit Voluntad . 1985.
- Caicedo, Celico. S. J. Juegos y Diversiones. 8 Edición. Edit Voluntad. 1985.
- Cruz Martínez, Luis A. Matemática 1, Edit Kapeluzs, Colombiana, 1973.
- Curi Miguel, Cien juegos infantiles, deportivos, recreativos. Edit Bell. Buenos Aires. 1959.
- Dan, Hauser A. Compendio de la Teoría de la Música.
- De Zubiria, Miguel, De Zubiria, Julián. Fundamentos de pedagogía conceptual. Edit presencia. Bogotá 1986.
- De marchi, Elida y Fiore de Cedro Iris. Expresión Corporal Edit Kapelusz. Buenos Aires 1973.
- Dewey, John. La Educación de hoy. Edit Losada. S. A. Buenos Aires. 1951.
- Diem, Liselotte. ¿ Quién es capaz de .. ? Edit paidos. Buenos Aires (folleto).
- De Garcia, María Mercedes ! A leer se dijo ! 1 y 2 Edición, Edit Voluntad. 1987.

- Escuela Nacional del Deporte. Ciencia y Deporte. Volúmen 1, No 2, 1988. Cali, Colombia.
- Editorial Universidad estatal a distancia. Educación fisica y recreación infantil, Edit E.U.N.E.D. San José, Costa Rica. 1982.
- Fernández, Nedgidia y otros, " Una Propuesta para la Construcción de nueva práctica en evaluación y promoción en básica secundaria vocacional. Bogotá 1990.
- Guetmanova, Alexandra, LOGICA. Edit progreso. Moscú. 1989.
- Garcia Miryam, Calvo Olga y otros. Teoría y Metodología de la Educación fisica . 2 Edición. 1962.
- INDER. El deporte derecho del pueblo. Octubre 1987, Diciembre 1988. Octubre 1989., Mayo 1989.
- Kos, Buhumil. Gimnasia 1200 ejercicios. Edit Stadium. Buenos Aires 1981.
- Korobeinikob. H:K: Mi jeeb AA. Educación fisica. Moscú. Escuela Superior 1989.
- Kilpatrick W. H; F.S. Breed y otros. Filosofía de la educación. 2 Edición. Edit Losada. Buenos Aires 1945.
- LIEN de Rosental. María. La Evaluación en el Jardín infantil. Conferencias.
- LIMPMANN, OTTO, Psicología para maestros. Edit Losada. S.A. Buenos Aires 1950.
- Lancheros, G Humberto. Convivir 4, lectura, urbanidad. Bibliográfica Editores Ltda. 1979. 3 Edición.
- LEVY, Eduardo S.J. Psicología Evolutiva 7 - 18 años. preferectura General de Estudios. S.J. 1983. 1 Edición.
- López Zuluaga Eugenio, Giraldo Osorio Alfredo. Español en acción. Editorial Bedout. 1970.
- Londoño, Londoño Samuel, Matemáticas Moderna 3. 5 Edición. Edit Bedout. S. A. 1975.
- Maier, Jurgen, I Conferencia sobre documentación e información deportiva en latinoamérica. Medellín 4 al 7 de Febrero. 1980.
- Martínez, Jaime. conferencia Disciplina Científica y problemas. C.E.P. BOGOTA. Octubre 1992.
- Muñoz, Armando, Desarrollo Motor y educación Física Infantil. Colección Sur Colombiana. Dos Neiva 1990.
- Messer August. Filosofía y educación. 3 Edición. Edit Losada Buenos Aires 1949.
- Ministerio de Educación Nacional. División de Divulgación Cultural. Voleibol. Imprenta Nacior 1963.
- Ministerio de Educación Nacional. La promoción automática en la Educación Básica Primaria, Cooperativa Editorial del Magisterio. Bogotá 1987.

Ministerio de Educación Nacional. Marco General de educación Física. Recreación y deporte. Edit Gente Nueva. Bogotá 1991.

Ministerio de Educación Nacional. Fundamentos legales de la renovación Curricular. Distribuciones especializadas para el sector Educativo D.E.S.E.

Montero Cepero Graciela. La educación estética del Hombre Nuevo. Edit de Ciencias Sociales. La Habana 1987.

Neumann Otto. Gimnasia para todos. edit Everest S.A. 3 Edción.

Ortiz Jaime S. S.J. Realidad que justifica el proceso enseñanza aprendizaje personalizado. Curso de Capacitación de profesores.

Palm Jugen. Gimnasia y Juegos infantiles. Edit Everst 1983.

Podiakov. H.H. Bengen L. A y otros. preparación escolar en las antiguas U.R.S.S. y Yugoeslavia. Moscú, Bratislava.

Pinzón Cortes Alcides. Agilidad y destreza. M.E.N. División de Divulgación Cultural. Imprenta Nacional. 1953.

Pagano Telmo. Métodos de enseñanza en Educación física, Brasil 1986.

R.R.A. Guitarra Moderna, Caza, Ramirez Aldaco. México 1953.

Sociedad Colombiana de Pediatría. Pediatría V. 27 No 1. Marzo 1992.

Secretaria Departamental del Valle del Cauca. Sección de Educación fisica y recreación del Valle. Teoría y práctica. Bases Metodológicas para el maestro de Educación fisica en básica primaria. Tomos I y II. Cali 1982.

Ulmer. Meino. Educación fisica en la escuela primaria. Tomo 1. Grados 1, 2 y 3. 1 Edición 1974.

U. de Antioquia. Instituto Universitario de Educación fisica y Deporte. Educación fisica y deporte vol 3, No 2, 1981; vol. 4 No 2. , 1982; vol 4, No 3, 1982; vol 3, No 1,1981.

Villa Dario, Hugo Guarin y otros. Matemática Moderna Estructurada 3, Edit Norma, Bogotá 1975.

Velasquez. Maria Teresa. Conceptos básicos sobre crecimiento y desarrollo. Escuela Nacional del Deporte.

Zapato O. psicopedagogía de la Motricidad. Edit Trillas. Mexico 1979.

Pruebas Henderson, Adaptadas a Colombia por la doctora MARIA TERESA VELASQUEZ

ANEXO No 1

TAREA 1.

INSERTAR MONEDAS EN ALCANCIA

Destreza Manual No 1.

MATERIALES:

- Alcancía (según modelo)
- 12 monedas (según modelo)
- Mesa para niños
- Reloj con segundero o cronómetro

TAREA:

A una señal el niño inserta con una mano las 12 monedas en la Alcancía lo más rápido posible, luego con la otra mano

PREPARACION:

Se coloca la alcancía sobre la mesa al frente del niño con la ranura hacia él. Las 12 monedas se colocan en tres filas, a 2 y medio cms. una de otra. Las monedas yacen al lado de la alcancía sobre el lado de su mano preferida.

POSICION INICIAL:

El niño se sienta a la mesa con ambos pies sobre el piso y los brazos descanzando libremente sobre la mesa. Sostiene con una mano la alcancia.

INSTRUCCION:

El examinar explica al niño que debe insertar cada una de las monedas con una sola mano, se le indica cuando debe empezar y se comienza a registrar el tiempo. Se detiene el cronómetro o reloj cuando la última moneda cae a la alcancía.

NUMERO DE EJECUCIONES:

Dos máximo para cada mano. Se permite un segundo intento solamente si se requiere alcanzar el criterio a PASAR.

CALIFICACION:

Se registra el número de segundos tomados en cada ejecución.
Se concede 0, 1, 2, puntos según criterio establecido en HOJA DE REGISTRO

TAREA 2.

ENSARTAR CUBOS

Destreza manual 2.

MATERIALES:

- 12 CUBOS (según modelo)
- Cuerda
- Mesas para niños
- Reloj con segundero o cronómetro

TAREA:

Ensartar cubos en la cuerda lo mas rápido posible. El examinador registra el tiempo total de la ejecución.

PREPARACION

Se coloca la cuerda y los cubos sobre la mesa accesibles al niño. Los cubos deben ser colocados en hilera con los orificios hacia arriba listos para ser tomados por el niño.
La cuerda se entrega al niño por el lado de enlace.

POSICION INICIAL

El niño se sienta a la mesa con ambos piés sobre el piso y los brazos sobre la mesa libremente. Recibe la cuerda para ensartar.

DEMOSTRACION

Es importante que el examinado mencione dos puntos sobre la forma de ejecución:
1- Que la tarea será más fácil si los cubos enhebrados permanecen en contacto con la mesa.
2- Que los cubos ensartados deben dejar suficiente cuerda para continuar ensartando los restantes.

INSTRUCCION

El niño comenzará a ensartar los cubos a la señal, en la forma indicada y lo más rápidamente posible. Se detendrá el reloj una vez ensartado el último cubo.

NUMERO DE EJECUCIONES

Dos máximo. Se permite una segunda ejecución si es necesario lograr pasar según criterio establecido.

CALIFICACION

Se registra el tiempo total de la tarea. Se concede puntaje 0, 1, 2, según criterio establecido en HOJA DE REGISTRO.

TAREA 3.

TRAZO DE FLOR

Destreza Manual 3.

MATERIALES.

- Hoja de papel con el trazo
- Lápiz No 2 color rojo
- Cartón para sostener la hoja de papel
- Mesa para niños.

TAREA.

Trazar una linea contínua entre dos líneas que forman una flor sin tocar las líneas o cruzarlas y sin detener el movimiento de la mano.

POSICION INICIAL

El niño se sienta a la mesa con ambos pies apoyados en el piso y los brazos descanzando sobre la mesa. Sostiene el lápiz con la mano preferida y con la otra la superficie del cartón.

INSTRUCCION

Se solicita al niño trazar una línea continua a partir del punto inicial sin tocar, trazar o cruzar los bordes de las líneas que forman la flor.
Se indica que la hoja no debe ser rotada y la mano debe seguir la dirección de las líneas sin parar hasta llegar al punto final .

NUMERO DE EJECUCIONES

Una vez. Si el niño sale de las líneas se le solicitará regresar al punto correcto y continuar al trazo.

CALIFICACION

Se registrará el número de errores, o sea, el número de veces que la línea trazada sale de uno de los bo de trazo, contabilizando un error adicional por cada centímetro que el trazo realizado permanezca fuera d líneas.
Se concede 0, 1, 2, puntos según criterio establecido en HOJA DE REGISTRO.

TAREA 4.

AGARRE DE UNA BOLSA

Habilidad de pelota

MATERIALES.

- Cinta adhesiva
- Bolsa (según modelo)

TAREA :

El niño agarra en el aire una bolsa de maíz lanzada por el examinador con ambas manos.

POSICION INICIAL

El niño y el examinador se sitúan a 2mts. de distancia. Este debe ser marcado antes de comenza lanzamientos.

INSTRUCCION

El examinador lanza la bolsa al niño formando un pequeño arco con tal forma que el niño pueda agarrarla ambas manos. El lanzamiento debe hacerse entre los hombros y la cintura del niño. La bolsa debe agarrada sin intervención de brazos o pecho.

DEMOSTRACION

Durante los cinco ensayos el examinador demuestra la forma correcta de agarre. Indica sobre los pos errores: Mantener las manos muy separadas, los dedos rigidos o fallas en el movimiento del cuerpo o br para salir al encuentro de la bolsa.

NUMERO DE EJECUCIONES

Cinco de práctica y diez de registro, concediendo un interno más en caso de perder un agarre.
Recuérdese que la bolsa no debe ser lanzada más arriba de los hombros, abajo de la cintura o fuera alcance del niño.

PUNTUACION

Se contabiliza el número de agarres claros, correctos. Se conceden 0, 1, 2, puntos según criterio estable en HOJA DE REGISTRO.

TAREA 5.

RODAR UNA PELOTA AL ARCO

Habilidad de pelota

MATERIALES:

- Dos palos para formar la portería (según modelo)
- pelota de tenis
- Cinta adhesiva de color

TAREA

Con la mano preferida a una distancia de 2 mts, en posición de rodillas el niño lanza una pelota por el piso para introducirla al arco.

PREPARACION

Colocar los dos palos a una distancia de 40 cms. uno del otro sobre el piso libre de muebles o paredes formando una portería. A 2 mts. de distancia de ella colocar la cinta adhesiva para señalar el punto de lanzamiento.

POSICION INICIAL

El niño de rodillas recostado sobre sus talones se coloca detrás de la linea y toma con una mano la pelota de tenis listo para lanzarla rodada al arco.

INSTRUCCION

El examinador explica al niño que debe lanzar varias veces la pelota al arco para hacer goles por el piso y desde la posición indicada, mientras la otra mano cuelga libre sin apoyarse en el piso.
Debe indicársele que la pelota debe salir rodando a partir de la línea, no atrás o adelante.

NUMERO DE EJECUCIONES

5 de ensayo. 10 de registro.

CALIFICACION

Se contabilizan los errores, es decir, las ejecuciones que fallan y no se contabiliza, si la pelota toca uno de los palos pero se introduce al arco.
Se concede 0, 1, 2, puntos según criterio establecido en HOJA DE REGISTRO.

TAREA 6.

EQUILIBRIO EN UN SOLO PIE

Equilibrio Estático

MATERIALES:

- Reloj con segundero o cronómetro
- Zapatos planos o tenis.

TAREA.

El niño permanece sobre un pié con los brazos descolgados libremente a los lados por 20 segundos.

POSICION INICIAL

El niño permanece de pié en un espacio amplio libre de muebles y paredes. El examinador se coloca al frente o al lado a fin de tener una clara observación de la pierna levantada.

INSTRUCCION

El examinador le indica al niño que a la orden de "YA" debe levantar una pierna hacia atrás sosteniéndola libremente, doblada a la altura de la rodilla y los brazos descolgados se pueden mover, igual el cuerpo el cual se puede balancear
Antes de empezar el examinador debe estar seguro de la correcta posición.

NUMERO DE EJECUCIONES

Dos máximo para cada pierna. Se realizará una segunda vez solamente si se requiere alcanzar el criterio establecido para PASAR.

CALIFICACION:

Se registra el tiempo que el niño es capaz de permanecer en la posición correcta, es decir, sin bajar la pierna, sin descenderla de la posición inicial.

Se conceden 2, 1, 0, puntos según criterio establecido en HOJA DE REGISTRO.

TAREA 7.

SALTO SOBRE UNA CUERDA

Equilibrio Dinámico

MATERIALES.

- 2 palos de soporte (los mismos de la tarea 5.)
- Cuerda o lazo.

TAREA:

Desde una posición estática con ambos piés juntos el niño salta sobre la cuerda.

PREPARACION

El examinador mide la altura de la cuerda del piso al borde inferior de la rodilla del niño y la sitúa bien templada en los orificios de los palos (sin amarrarla para evitar caídas).
La distancia entre los soportes de la cuerda puede ser la de los hombros del niño.

INTRODUCCION

El examinador indica al niño la forma de salto a piés juntos, cerca de la cuerda. Debe recordarle que tanto el impulso como la caida deben ser a pié junto para probar salto y no paso.

NUMERO DE EJECUCIONES

Tres máximo. Se permite un segundo a tercer intento si se requiere alcanzar el criterio PASAR.
Si el niño falla en los tres intentos se coloca la cuerda más abajo 5- cms- y se permite otros saltos.

CALIFICACION:

Un salto correcto con ambos piés a la altura de la rodilla sin tocar la cuerda acredita 0 puntos.
Un salto correcto en la altura inferior acredita 1 punto.
Fracaso completo: 2 Puntos.

TAREA 8.

CAMINAR CON EL TALON LEVANTADO

Equilibrio Dinámico

MATERIALES:

- Cinta adhesiva 1 1/4 de ancho.
- Zapatos planos flexibles o tenis.

TAREA:

El niño camina sobre una linea con los talones levantados del piso y sin detenerse.

PREPARACION:

Con la cinta adhesiva forma una linea recta de 4 y medio metros sobre el piso.

POSICION INICIAL

El niño se coloca en un extremo de la línea y levanta los talones listo para caminar sobre la línea.

INSTRUCCION

El examinador le indica al niño que debe caminar sobre la línea sin bajar los talones y sin salirse de la línea hasta el otro extremo de ella.

NUMERO DE EJECUCIONES

Una máximo y se concede una segunda o tercera oportunidad si se requiere alcanzar el criterio PASAR

CALIFICACION

Se cuenta el número de pasos sin descanso de talones o salida de la línea, cualquiera que ocurra primero .
Se solicita completar la línea si es necesario.
Se puntuá 0, 1, 2, según criterio establecido en HOJA DE REGISTRO.

INTERPRETACION DE PUNTAJES TOTALES

Una vez aplicada toda la prueba el examinador puede obtener el PUNTAJE TOTAL sumando los puntajes individuales (0,1,2,) obtenidos en las 8 tareas evaluadas.

Este puntaje total tiene un significado general: puntajes altos expresan presencia de inhabilidad o trastorno motriz y puntajes bajos tendencia hacia la normalidad, es decir, desempeñando motor normal.

Los resutados obtenidos en diferentes grupos de población (inglés, canadiense, americano) han permitido a Hendserson y Colaboradores establecer, a partir de los puntajes totales, rangos para interpretar el grupo de inhabilidad a normalidad motriz.

Rango 1. PUNTAJES TOTALES DE 0. A 3.5

Este rango indica normalidad en el desempeño motriz del niño.
Aproximadamente el 85% de los niños evaluados en los grupos arriba citados, se han ubicado en él. Y de este grupo el 50% han logrado puntajes totales entre 0 y 1.5 lo cual representan fallas mínimas en una o dos tareas de mano o pié, con puntajes individuales correpondientes al criterio LIMITE . Tales fallas pueden ocurrir por nerviosismo, inseguridad y no indican en ningún momento pobreza en el desarrollo motor.

En general, puntajes totales entre 0 y 3.5 indican que el niño se está desempeñando dentro de los promedios establecidos para su edad cronológica.

Un niño que obtiene un puntaje total de 3.0 o 3.5 es un niño que se ha ubicado en el criterio LIMITE en varias tareas o ha fallado definitivamente en alguna (con puntaje 2). En estos casos, tales fallas no se pueden atribuir al azar o factores emocionales. El examinador debe analizar los puntajes individuales, el tipo de tareas en las que falló y realizar posteriormente observaciones de la motricidad del niño en aula y patio.

Rango 2. PUNTAJES TOTALES ENTRE 4.0 Y 5.5.

En este rango se ubica el 10% de los niños. Estos puntajes indican que los niños presentan un PROBLEMA MOTOR MODERADO en algunas de las áreas, bien en destreza manual, habilidad de pelota o equilibrio. La naturaleza del problema debe ser analizada por el examinador observando el desempeño en cada tarea y el registro de fallas en el control motor.

Para los niños ubicados en este rango se sugiere una nueva aplicación de la prueba en un periodo de 3 a 6 meses para determinar si ha habido mejoramiento en su desempeño motor o si se continúa presentando fallas en su control motor que acreditan para un diagnóstico y tratamiento de inhabilidad motriz.

Rango 3. PUNTAJE Y MAYORES

En este rango se ha ubicado el 5% de los niños evaluados, Un puntaje mayor de 6 indica definitivamente la presencia de inhabilidad motriz. En tales casos, se recomienda aplicar nuevamente la prueba en el periodo de 3 meses y diligenciar muy cuidadosamente la HOJA REGISTRO de OBSERVACIONES para identificar claramente las fallas o deficiencias motrices presentadas.

HOJA DE DATOS

Nombre ..... Ciudad ..... Dpto .....

Fecha de Nacimiento ..... Institución .....

Fecha de evaluación ..... Calendario .....

Sexo : F ..... M ..... Pública ..... Privado .....

Edad . A ..... M ..... Examinados ..... Profesión .....

Resumen de puntajes	
Destreza Manual (tareas 1, 2, 3)	
Habilidad de pelota (tareas 4, 5)	
Equilibrio Est. y Din (tareas 6, 7, 8.)	
Total	

OBSERVACIONES	
DEFICITS MOTORES OBSERVADOS	
TAREA	FALLA
PROBLEMAS EMOCIONALES Y DE ESTILO	

Niños ubicados en este rango de puntajes indican que su desempeño motor es inferior a los promedios establecidos para su edad cronológica. Estos niños requieren de un seguimiento individual y la implantación de un programa remedial para tratar su problema motor.

HOJA DE REGISTRO

TAREA	
INSERTAR MONEDAS	TIEMPO REGISTRADO (SEG) MANO DER EJEC 1 2 MANO IZQ EJEC 1 2
ENSARTAR CUBOS	TIEMPO (SEG) EJEC 1 EJER 2
TRAZO DE FLOR	NUMERO DE DESVIACIONES MANO ERRORES
AGARRE DE BOLSA	AGARRES 10 EJECUCIONES
PELOTA DE ARCO	GOLES MANO 10 EJECUCIONES
EQUILIBRIO EN UN PIE	TIEMPO REGISTRADO (SEG) PIERNA DER. EJEC 1 EJEC 2 PIERNA IZQ. EJEC 1 EJEC 2
SALTO SOBRE CUERDA	SALTOS CORRECTOS ALTURA RODILLA ABAJO RODILLA 1 2 3
CAMINAR TALON LEVENTADO	NUMERO DE PASOS EJEC 1 EJEC 2 EJEC 3

CUADRO No. 11

PUNTAJE SEGUN EDAD			
5 AÑOS		6 AÑOS	
Pasa limite falta puntaje		Pasa limite falta puntaje	
0 1/2 1		0 1/2 1	
p: 21 - 22.23 24 + u: 22 - 23.25 26 +		p: 18 19.21 22 + o: 20 21.22 23 +	
0 1 2		0 1 2	
58 59 65 66 +		55 - 56-65 66 +	
0 1 2		0 1 2	
12 13 18 19 +		5 6 - 9 10 +	
0 1 2		0 - 1 2	
6 + 4 - 5 3		9 + 7 - 8 6-	
0 1 2		0 1 2	
5 + 3 - 4 2 -		7 + 5 - 6 4 -	
0 1/3 1		0 1/2 1	
D: 9 + 6-8 5- J: 9 + 6-8 5-		D: 15 + 8-14 7- J: 15 + 8-14 7-	
0 1 2		0 1 2	
Pasa Pasa altura abajo falla rod rod		Pasa Pasa altura abajo falla rod rod	
0 1 2		0 1 2	
13 + 7-12 5-		15 + 11-14 10-	
total 0 - 16		total 0 - 16	