

DISEÑO E IMPLEMENTACIÓN DE UNA ESTRATEGIA DIDACTICA PARA EL  
FORTALECIMIENTO PSICOMOTRIZ DE LOS ESTUDIANTES DEL GRADO  
TRANSICIÓN DEL COLEGIO LAUREL DEL BOSQUE DE LA CIUDAD DE  
BOGOTÁ UTILIZANDO “EL ABC DE LA EDUCACIÓN FÍSICA PARA  
DOCENTES DE PRE-ESCOLAR”

LEONARDO RONDÓN PANQUEVA

UNIVERSIDAD LIBRE DE COLOMBIA  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN  
BOGOTÁ, D.C.  
2013

DISEÑO E IMPLEMENTACIÓN DE UNA ESTRATEGIA DIDACTICA PARA EL  
FORTALECIMIENTO PSICOMOTRIZ DE LOS ESTUDIANTES DEL GRADO  
TRANSICIÓN DEL COLEGIO LAUREL DEL BOSQUE DE LA CIUDAD DE  
BOGOTÁ UTILIZANDO “EL ABC DE LA EDUCACIÓN FÍSICA PARA DOCENTES  
DE PRE-ESCOLAR”

LEONARDO RONDÓN PANQUEVA

Trabajo de grado para optar el título de Licenciado en Educación Básica con  
énfasis en Educación Física, Recreación y Deportes.

UNIVERSIDAD LIBRE DE COLOMBIA  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN  
BOGOTÁ, D.C.

2013

Nota de aceptación

---

---

---

---

Presidente del Jurado

---

Jurado

---

Jurado

---

Jurado

## DEDICATORIA

A mis estudiantes motivo de inspiración.

A mi abuelo Vidal desde el más allá por iluminarme.

A mis padres Hoover y Luz Marina y hermano Vladimir por su paciencia, apoyo y colaboración incondicional.

## AGRADECIMIENTOS

A la Comunidad Educativa del Colegio Laurel del Bosque, quienes hicieron posible el desarrollo de la presente investigación.

## CONTENIDO

INTRODUCCION.....	9
1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	10
1.1 ANTECEDENTES.....	10
1.2 DESCRIPCION DEL PROBLEMA.....	11
1.3 PREGUNTA PROBLEMICA.....	13
1.4 JUSIFICACION.....	14
2. OBJETIVOS.....	15
2.1 OBJETIVO GENERAL.....	15
2.2 OBJETIVOS ESPECIFICOS.....	15
3. MARCO TEORICO.....	16
3.1 ANTECEDENTES.....	16
3.1.1 EN TORNO A LA EDUCACION FISICA.....	20
3.1.2 OBJETIVOS GENERALES DE LA EDUCACION FISICA.....	21
3.1.3 OBJETIVOS EN EL PREESCOLAR.....	22
3.1.4 MEDIOS DE LA EDUCACION FISICA .....	23
3.1.5 CARACTERISTICAS DEL EJERCICIO FISICO.....	25
3.1.6 CARACTERISTICAS EVOLUTIVA DEL NIÑO DE 5 AÑOS.....	27
3.1.7 TEORIAS DEL APRENDIZAJE .....	30
3.1.8 METODO PSICOCINETICO.....	32
3.1.9 ESTRUCTURA DE UNA CLASE .....	34
3.1.10 COMO OPTIMIZAR LA CLASE DE EDUCACION FISICA.....	36
3.1.11 EL JUEGO EN LA CLASE DE EDUCACION FISICA.....	37
3.1.12 LA IMPORTANCIA DEL MATERIAL EN CLASE.....	38

4. MARCO LEGAL .....	39
5. MARCO CONTEXTUAL.....	41
6. METODOLOGIA.....	41
6.1 TIPO DE INVESTIGACION.....	43
6.2 HERRAMIENTAS DE INFORMACION.....	46
6.3 POBLACION.....	46
6.4 MUESTRA.....	47
6.5 INSTRUMENTOS.....	47
6.5.1 ENCUESTA (etapa diagnostica).....	47
6.5.2 PRUEBA DE ENTRADA PRE-TEST.....	49
6.5.3 POST-PRUEBA-POST-TEST.....	50
6.5.4 ACTIVIDAD DE INTERVENCION.....	50
6.5.5 CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES .....	51
6.5.6 SISTEMATIZACION DE LOS RESULTADOS.....	55
6.5.7 ENCUESTA PADRES DE FAMILIA DE TRANSICION.....	55
6.5.8 ENCUESTA DOCENTES .....	61
6.5.9 PRUEBA DE ENTRADA PRE-TEST.....	67
6.5.10 ANALISIS DE LA ENTRADA PRE-TEST.....	68
6.5.11 DEDUCCION Y ANALISIS DE RESULTADOS.....	69
7. APLICACIÓN DE LA PROPUESTA.....	70
7.1 TITULO DE LA PROPUESTA.....	70
7.2 INTRODUCCION.....	70
7.3 OBJETIVOS.....	71
7.3.1 OBJETIVO GENERAL.....	71
7.3.2 OBJETIVOS ESPECIFICOS.....	71
7.4 METODOLOGIA.....	72

7.5 CONTENIDO CARTILLA (EJERCITO Y DISFRUTO) .....	74
7.6.EVALUACION Y SEGUIMIENTO A LA PROPUESTA.....	111
7.6.1 INDICADORES DE LOGRO .....	111
8. PERPESCTIVA PEDAGOGICA .....	113
9. CONCLUSIONES.....	118
10. BIBLIOGRAFIA.....	120
11. ANEXOS.....	122



## INTRODUCCIÓN

Al partir de la importancia que tiene la Educación Física como área curricular fundamental en el plan de estudios institucional para el desarrollo del proceso formativo integral de los infantes de la educación preescolar, resulta paradójico contrastar en la realidad el poco interés de los docentes del grado Transición por cumplir tal fin.

Por tal razón, el propósito del presente proyecto se enmarca en el abordaje de diversos aspectos temáticos, metodológicos y didácticos desde los cuales el docente pueda proporcionar alternativas para realizar actividades en el área con clara intencionalidad formativa hacia los educandos, ubicando en primer instancia al docente en su problemática, para introducirlo de paso en la mirada conceptual de algunos fundamentos teóricos básicos de la educación básica, así como mostrarle de una manera comprensiva la estructura metodológica y didáctica para las clases de educación física y los materiales apropiados e idóneos a ser utilizados en la misma clase, todo ello con el fin de avanzar en una efectiva propuesta de desarrollo armónico e integral del niño (a).

Además de fomentar en los niños (as) valores, habilidades, actitudes y hábitos inmersos en el desarrollo de las clases de educación física, debe ser propósito fundamental, el desarrollar habilidades y destrezas motrices en los infantes a partir de actividades planeadas y orientadas estratégicamente que proporcionen resultados satisfactorios en su desenvolvimiento escolar y social. Es en esta perspectiva que se orienta la propuesta didáctica del trabajo de investigación realizado en el Colegio Laurel del Boque de la ciudad de Bogotá.

## 1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

### 1.1. ANTECEDENTES

En la tradición del colegio Laurel del Bosque como en la de muchos otros, se evidencian las problemáticas por ausentismo del área de educación física en el nivel preescolar es de pensar, el ver la manera como la profesora de preescolar está encargada de varias áreas de formación curricular de los niños de este nivel, es aquella persona que sin ningún conocimiento del tema le otorgamos la responsabilidad de la educación física de los niños. Es por ello que actividades de ponerlos a caminar en fila, correr uno detrás del otro, mover los brazos en todas las direcciones y al final terminar realizando rondas se ha convertido en la manera que sin fundamento concluye su clase de educación física.

El colegio Laurel del Bosque es una institución con 20 años de trascendencia, donde es de gran facilidad evidenciar las inconsistencias marcadas en el área de educación física. En este colegio no se le permite tener contacto con los estudiantes de preescolar al profesor limitando así totalmente su función, evidencia la necesidad de implementar una herramienta tanto teórica como práctica a cerca del que y el cómo implementar la educación física en niños de tan corta edad.

## 1.2 DESCRIPCIÓN DEL PROBLEMA

Los estudiantes de los grados Transición, del ciclo inicial del Colegio Laurel del Bosque de la ciudad de Bogotá adolecen de un aprestamiento formativo a nivel de los procesos físicos – corporales en las clases de educación física.

Este problema se evidencia en los estudiantes dado que presentan dificultades en su desenvolvimiento motriz adecuado, acorde a su desarrollo biológico que le permita desarrollar capacidades y habilidades físicas y coordinativas que perfeccionen y aumenten las posibilidades de movimiento de los estudiantes hacia la profundización del conocimiento de la conducta motriz como constructo significativo del comportamiento humano tendiente a asumir actitudes, valores y normas con relación al cuerpo y la conducta motriz.

Al no darse lo anterior, no se cumple la finalidad de mejorar las posibilidades de acción de los estudiantes sustentado en un desarrollo armónico integral.

La intervención de las docentes a través de la enseñanza de la disciplina adolece de la idoneidad académica para avanzar en estos fines y propósitos curriculares.

Para lograr identificar esta problemática se llevaron a cabo los siguientes procesos de recolección y análisis de la información:

- Análisis documental; realizado sobre los documentos de informes académicos del área de educación física, recreación y deportes presentados por los docentes en el último año escolar (2011)
- La observación directa a los grados transición A, transición B, cuyo propósito fue:

- \_ Desarrollo de capacidades físicas
- \_ Conocimiento y aplicación de cualidades físicas
- \_ Aporte del docente al desarrollo de la expresión corporal, facilitador de Escenarios para desarrollo del cuerpo armónico y estético.

Para el análisis documental desarrollado sobre los informes académicos del área de educación física durante el año lectivo 2011 se determinaron las siguientes categorías de análisis:

- Capacidades físicas
- Cualidades físicas
- Desarrollo motriz
- Capacidades coordinativas

En relación con las anteriores categorías se encontró como una constante la preocupación de las docentes del área en la falta de formación pedagógica docente sobre el qué hacer en la clase. La existencia de un diseño curricular definido o herramientas didácticas apropiadas para enfrentar el problema de la inadecuada impartición de conocimientos en el área referida sería parte de una solución.

De la situación antes descrita se pudo identificar como posibles factores generadores de problemática:

- La falta de material didáctico del área
- El poco tiempo dedicado a la materia en el horario escolar (1 hora semanal de clase por curso), ello siempre y cuando no existan otros tipos de actividades escolares y extraescolares que terminan siendo programadas en las horas de educación física.

Como aporte e la solución de la problemática antes descrita en el presente proyecto se propone el Diseño e implementación de un recurso didáctico utilizando

la cartilla “EJERCITO Y DISFRUTO” herramienta para el docente del grado transición, que sirva para el desarrollo de la educación física en el grado transición

Este recurso didáctico buscará:

- Dotar a la institución de un recurso didáctico útil en el área
- Mejorar el quehacer didáctico de las docentes asociado con la enseñanza del área
- Incrementar los índices de desarrollo académico en el campo específico de la educación física.

### 1.3 PREGUNTA PROBLÉMICA

¿Cuál sería la estrategia didáctica que diseñada e implementada aporte al proceso formativo físico – corporal de los estudiantes del grado transición del Colegio Laurel del Bosque de la ciudad de Bogotá?

### 1.4 JUSTIFICACION

Al revisar las prácticas culturales de la actividad física de los mayores y los hábitos, actitudes y paradigmas que han permitido su autorregulación en el contexto social para el fomento de las creencias del imaginario colectivo en torno a la forma de disciplinarse para el desarrollo físico y motriz específicamente; y que estos criterios sean transferidos y tenidos en cuenta para la formación de los infantes en las instituciones educativas, es cuando surge la necesidad de implementar estrategias con propósitos pedagógicos y didácticos científicos que aterricen en forma asertiva el proceso de enseñanza aprendizaje en la disciplina de la educación física, en un efectivo proceso de formación integral del educando, dejando atrás los estereotipos que caracterizan las prácticas tradicionales de

intervención en este campo. En este orden de ideas es que se precisa en parte la importancia de la presente propuesta. Es también a través de la lúdica, la recreación, el deporte, la gimnasia, el juego y las actividades expresivas como modelos pluri e interdisciplinario que se potencia un aprendizaje significativo e interactivo preparando a los estudiantes para saber valorar todas las dimensiones del proceso cognitivo. Una propuesta educativa centrada en las anteriores intencionalidades requiere una transformación de la práctica docente, en búsqueda de formas alternativas de enseñanza y aprendizaje, buscando con ello plantear propuestas de solución a las diferentes problemáticas coexistentes en el medio escolar y en la praxis pedagógica –como lo es en el caso de la subvaloración de la educación física para el proceso formativo del educando- pero donde las definiciones y valores no sean aceptadas acríticamente, sino por el contrario, en cada práctica escolar se procure educar para el disenso a partir de una postura crítica frente al estado de cosas de la realidad. Como las metodologías que centran sus principios y fundamento teórico – práctico en la lúdica, la recreación, el deporte, el juego... continúan siendo un medio óptimo para educar y desarrollar proceso de aprendizaje integrales en los infantes, se constituyen en una alternativa pedagógica para que estos digieran mejor la información ayuden a formar sus propias imágenes mentales y coadyuvan en el desarrollo de sus habilidades motrices y cognitivas

## 2. OBJETIVOS

### 2.1 OBJETIVO GENERAL

Proponer una estrategia didáctica, la cartilla “EJERCITO Y DISFRUTO” se convertiría en una herramienta para el docente del grado preescolar, incentivando el desarrollo del proceso psicomotriz en los estudiantes del colegio Laurel del Bosque de la ciudad de Bogotá.

### 2.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

1. Diseñar una estrategia didáctica para el docente de preescolar que le brinde herramientas tanto teóricas como prácticas para llevar a cabo una clase de educación física.
2. Implementar la cartilla EJERCITO Y DISFRUTO en los estudiantes de preescolar de manera progresiva lúdica y recreativa.
3. Evaluar de manera constante avances y repercusiones que ha tenido la implementación de la cartilla en los estudiantes para así ir realizando posibles modificaciones por factores de población.
4. Implementar los procesos de aprendizaje en el área de educación física y el incremento de los índices de desarrollo académico en los estudiantes del Colegio Laurel del Bosque de la ciudad de Bogotá, a partir de la implementación de la cartilla didáctica “EJERCITO Y DISFRUTO” herramienta para docentes transición.

### 3 MARCO TEORICO

#### 3.1 Antecedentes

Se utiliza como marco normativo la ley 115 de Educación, pues en su Art. 5° Fines de la Educación, se tiene como uno de los fines “la formación para la promoción y preservación de la salud y la higiene, la prevención integral de problemas socialmente relevantes, la educación física, la recreación el deporte y la buena utilización del tiempo libre” y la implementación desde las primeras etapas de formación, sumado a esto, está el art. 67 de la constitución colombiana.

La educación física se concibe como idea educativa desde la “paideia”<sup>1</sup> que es una palabra griega que significa educación, designando con ello la plena y rigurosa formación intelectual, espiritual y atlética del hombre. Con la inclusión del sentido de formación del espíritu humano, se dotaba al hombre de un carácter verdaderamente humano.

En la perspectiva evolucionista de la educación física "Gut Muths . Es el nombre del autor clave de todo el proceso que ha experimentado la educación física hasta la época actual. Publico en 1793 su obra *Gymnastik für die jugend* (gimnasia para jóvenes), que se tradujo a varios idiomas Este autor resalta en su método, la importancia que tiene el practicar ejercicios gimnásticos, desde tomando al ser humano como individuo hasta ubicándolo como sociedad.

1\ [books.google.com/.../Gymnastik\\_für\\_die\\_Jugend.htm](https://books.google.com/.../Gymnastik_für_die_Jugend.htm) 2\ [grup-paideia.blogspot.com/2008/04/significado-de-paideia.html](http://grup-paideia.blogspot.com/2008/04/significado-de-paideia.html)



"El iniciador y principal representante de la corriente científica fue el sueco P. H. Ling (1776-1839), a quien se debe la famosa gimnasia sueca, que más tarde llegó a ser practicada en todo el mundo. "2 Al mencionar todas las corrientes anteriores es necesario mencionar la corriente empírica de Frederick Ludwig John (1852-1778) quien fue considerado como padre de la gimnasia moderna alemana siendo el un maestro de las escuelas de Berlín.

Él con estas corrientes propuso restaurar y recuperar el espíritu patriótico de todos los jóvenes en su propio país valiéndose y apoyándose de la educación física como un medio para poder lograr una fuerza y vigor ante las mismas unidades de invasión de las tropas de Napoleón. A partir de 1810 fue creado uno de los primeros gimnasios de Berlín y con ello nació un gran número de sociedades dedicadas al deporte con el fin de agrupar a jóvenes y personas adultas que tenían un ideal común. Todos los ejercicios fueron realizados al aire libre y conforme con los alumnos que fueron creando programas y actividades físicas ellos mismos las cuales generaron gran estimulación.

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

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

2. JIMÉNEZ, B. Proyecto docente investigador. Metodologías orientadas a la investigación e interpretación. En: Internet. [http://www.ice.urv.es/cursos/tesis\\_doctoral\\_metodologias02.pdf](http://www.ice.urv.es/cursos/tesis_doctoral_metodologias02.pdf). Año 2002.

En América Latina, concretamente en México, a partir de la actual Reforma a la educación secundaria (2006), la línea formativa de educación física, que anteriormente se consideraba dentro de las Actividades de Desarrollo, ahora se incluye en los planes y programas de estudio como una asignatura igual que las que conforman el currículo, ya que contribuye de forma sustantiva, de la misma forma que las otras materias, a la consecución del Perfil de Egreso de los estudiantes de educación básica en México. Tendencias y enfoques en la concepción de educación física en México.

*Enfoque militar.* Antes de la realización de los juegos olímpicos 1968, en las escuelas se imponía el enfoque militar consistente en actividades de orden y control corporal, marchas y ejercicios repetitivos buscando la condición física.

*Enfoque deportivo.* En este se adapta la visión del entrenamiento deportivo a tal grado que la sesión de educación física se divide en tres fases, de la misma manera que un entrenamiento deportivo: calentamiento, trabajo central y relajación. Se presenta en México a partir de 1970 y tiene su mayor influencia en la escuela primaria y secundaria; en el nivel preescolar se inicia en este tiempo el enfoque psicomotriz (1974). Se busca, en el enfoque deportivo, la eficiencia del cuerpo a través del perfeccionamiento técnico y la formación física.

*Enfoque psicomotriz.* Como se mencionó su aplicación se da sobre todo en la educación preescolar y se caracteriza porque el niño(a) se enfrenta a una serie de vivencias y experiencias de movimiento a partir de sus intereses y de lo que puede realmente hacer. Enfatiza el descubrimiento y la exploración del medio a través del movimiento intencional.

*Enfoque de la motricidad inteligente (Reforma Secundaria 2006).* En este se conjugan los procesos superiores de pensamiento con el movimiento intencionado y creativo para lograr la disponibilidad corporal autónoma en interacción dentro de situaciones complejas. Las técnicas deportivas se pueden adquirir a partir de utilizar ampliamente los patrones básicos de movimiento, preferentemente a través de múltiples y variadas experiencias motrices (Educación física de base). Se subrayan los aspectos sicomotrices, es decir, el plano individual enriquecido a través de la interacción con los demás asumiendo diferentes roles en situaciones motrices diversificadas (corriente socio motriz). El enfoque de la motricidad inteligente, estipulado inicialmente para la educación secundaria, es el sustento teórico y metodológico de la educación física en toda la Educación Básica en México (RIEB, 2011).

### 3.1.1 EN TORNO A LA EDUCACION FISICA

La educación física pretende ante todo el aspecto corporal del ser humano, así como el desarrollo y perfeccionamiento de sus cualidades naturales, influyendo con ello de forma activa el medio ambiente teniendo como resultado desarrollo integral, así como su formación general del individuo desde el momento que se le proporciona estimulación cognoscitiva, afectiva y motriz, permitiéndole la adquisición de habilidades, actitudes y hábitos para coadyuvar a su desarrollo armónico mediante actividades acorde a sus necesidades e intereses en las diferentes etapas de la vida.

Es una disciplina de carácter pedagógico que tiene como medio a los deportes y que se conjugan con actividades físico recreativas para desarrollar armónicamente las capacidades y habilidades del individuo, y que permitirán un mejor desenvolvimiento en su vida diaria que lo guiaran a una vida sana, le inculcará los hábitos de higiene así como también querer a la naturaleza.

"La educación física es la disciplina pedagógica que mediante la actividad física, tiende a la eficiencia del movimiento desde las habilidades motrices más simples hasta las más complicadas, con la finalidad de propiciar y conservar el equilibrio de la capacidad funcional del educando."<sup>3</sup>

La educación física es ante todo una educación, no un adiestramiento corporal, ya que no solo atañe al cuerpo, sino también a la persona pues por este medio lo que se pretende en el ser humano, es el enriquecimiento integral de él mismo.

Las actividades que realiza el educador en la clase de educación física deben de favorecer las habilidades motrices así como el desarrollo de su esquema corporal por medio de situaciones de juego, técnicas de recreación, iniciación al ritmo y actividades permanentes.

Por lo que el profesor necesita conocer y atender las características tanto sociales, psicopedagógicas y biológicas del niño para que así de esta manera pueda organizar y promover las actividades didácticas de una forma congruente y así ayude al enriquecimiento de la armonía y buen funcionamiento orgánico e incrementar las habilidades motoras del niño obteniendo así el máximo aprovechamiento tanto físico y mental.

Por todo lo antes dicho se puede llegar a la definición que la educación física, es de carácter pedagógico, y que va dirigida al desarrollo y perfeccionamiento del ser humano, tanto físico y mental; así como también cabe señalar que esta materia es de suma importancia, para la buena salud de la persona, pues apoya para favorecer el desarrollo integral del ser humano.

### 3.1.2 Objetivos generales de educación física

No es posible concebir, poder a través del movimiento lograr una acción educativa si antes tener la formulación de objetivos que en este caso la orienten y la encausen; ya que estos son los propósitos concretos de las metas que se pretenden alcanzar en la obra educativa, "todo esto tiene gran importancia pues radica alrededor de las etapas de planeación, realización y evaluación del proceso pedagógico mediante la actividad físico deportiva"<sup>4</sup>

El principal fin de la educación física es el perfeccionamiento del hombre, para la consecución de dicho objetivo se encuentran ciertos objetivos generales, estos propósitos son los que orientan o dirigen la formación en la clase de educación física. Los objetivos de más relevancia para la educación física son los siguientes:

Área Físico-motriz Estimular los elementos que intervienen en el desarrollo psicomotor: esquema corporal, literalidad, equilibrio, nociones espacios temporales, coordinación motriz. " Estimular el proceso de crecimiento y desarrollo del individuo.Área social Fomentar a través de las actividades físico-deportivas el proceso de socialización promoviendo la convivencia cordial y alegre, por medio de actividades donde refuerce las conductas de respeto, solidaridad, cooperación y conciencia de grupo.

Área psicológica Estimular el desarrollo psicológico, propiciando la agilidad mental así como la seguridad y la estabilidad emocional del individuo.

Área moral Favorecer en el individuo la incorporación de valores morales.

.<sup>4</sup> Op. Cit. Pág.: 128.

Y por último, y quizás el más importante de la educación física, el cual es favorecer el despliegue completo y armonioso de las capacidades humana, tanto físicas, psíquicas, sociales y morales.

### 3.1.3 Objetivos de educación física en el nivel pre-escolar

Una de las grandes oportunidades que brinda la educación física es poder trabajar directa y sistemáticamente en el proceso educativo del ser humano a través del movimiento del cuerpo acompañado de muchas actividades. En el caso del nivel de educación preescolar, la clase de educación física resulta de una muy particular importancia ya que al ponerla en práctica adecuadamente y con los suficientes cuidados por parte del educador o profesor que imparta dicha clase, ayuda y contribuye a la vez a que el niño se desarrolle y se consolide para su desarrollo físico - motriz, social, psicológico, cognoscitivo en una forma armoniosa e integral.

Por todo lo anterior existen objetivos básicos de educación física para los niños y niñas del nivel preescolar, son:

- Ampliar y diversificar sus posibilidades motoras.
- Desarrollar las cualidades motoras básicas que conforman la aptitud física.
- Propiciar el desenvolvimiento de los elementos que intervienen en el desarrollo psicomotor.
- Favorecer un adecuado desarrollo morfo funcional.
- Canalizar su amplia necesidad de expresión cinética.
- Estimular y favorecer un adecuado proceso de socialización.
- Propiciar un comportamiento más autónomo.
- Favorecer la seguridad y la estabilidad emocional.
- Preservar la salud.

### 3.1.4 Medios de la educación física

El juego: Los juegos de movimiento, además de desempeñar un papel significativo en el desarrollo físico y psíquico del niño. Constituye un excelente medio educativo que influye en la forma más diversa y compleja del niño. El juego proporciona en el educando, el desarrollo de hábitos y capacidades motrices con la rapidez y la resistencia de las cualidades morales y evolutivas como voluntad, el valor, la perseverancia, la ayuda mutua, la disciplina, el colectivismo "la actividad física es la esencia del juego, constituye una actividad sincrética en la que el niño pone en uso sus habilidades físicas, mentales y sociales"<sup>5</sup>.

El factor dinámico es el elemento más relevante de los juegos de movimiento. Los niños al jugar reciben grandes emociones, satisfacciones y vivencias, al relacionar sus acciones con las cosas que pasan a su alrededor. En cada niño existe una necesidad de movimiento y de actividad. Esa necesidad es a veces tan imperativa, que resulta imposible mantenerlo encerrado y negarle la más libre expresión. Hay que tener en cuenta el juego en la clase de educación física ya que por él aprende y desarrolla armónicamente sus habilidades personales y grupales. En realidad cabe mencionar que los juegos son períodos de aprendizaje y sirven para inculcar en los niños ideas de cooperación e interdependencia social que propicia el pensamiento crítico y favorece en gran medida la higiene mental.

Actividades acuáticas: Unos de los objetivos de la educación física, es que el educando interactúe con su medio ambiente relacionándose así con los elementos naturales. Las actividades acuáticas propician que el niño juegue libremente en y con el agua, para que experimente sus movimientos con este elemento, por medio de actividades y juegos recreativos propiciando en él la integración grupal y crearle confianza y seguridad a sí mismo.

5. DURAND, Marc. El niño y el deporte. Pág.:67.

"La recreación acuática en este nivel pretende que el niño se identifique con otro elemento que es el agua por medio de actividades y juegos recreativos, cuya finalidad es propiciar en el niño la integración grupal y crearle confianza y seguridad en sí mismo"<sup>6</sup>.

Convivencias: Esta es una actividad de participación social en la que se relacionan padres, hijos y maestros, y así lograr en el niño que se socialice, ya que el convivir va a propiciar un desarrollo afectivo y emocional. En la planeación de las actividades de la convivencia, se ponen en práctica la ayuda mutua, cooperación y el esfuerzo común, "es necesario que el docente preescolar organice y realice las actividades con el objeto de dar al niño la probabilidad de relacionarse con los demás, sentirse integrado al grupo, aceptado por ellos y satisfecho de realizar tareas útiles para todos."<sup>7</sup>

Al llevarla a cabo la motivación juega un papel muy importante, ya que es preciso contar con el interés y al mismo tiempo con una participación del grupo y de los demás. Las actividades que se realizan dentro de una convivencia sin de competitividad, equilibrio, velocidad.

### 3.1.5 Características del ejercicio físico

En la educación física el movimiento o ejercicio es el principal medio con que se cuenta, y es de tal importancia que es preciso su estudio profundo de todos sus aspectos biológicos, mecánicos, fisiológicos y psicológicos.

El ejercicio físico puede definirse como una liberación espontánea de energía tanto física como psíquica y ambas están estrechamente relacionadas, que si faltase una de ellas, el ejercicio quedaría alternado fundamentalmente, e incluso inhibido.

6. Op. Cit. Pág.: 72.

7 LAPOUR Henry. Manual de enseñanza de la educación física y deportiva. Pág.: 204.



En el estudio que viene a continuación sobre las características y las condiciones que deben revertir el ejercicio físico, comprenden los aspectos fundamentales que condicionan su ejercicio; el aspecto técnico y el aspecto psicofisiológico.

Aspecto técnico: Supone un primer acercamiento a los tipos o características de los ejercicios. Dentro de éstas hay que considerar dos clases fundamentales:

- Ejercicio sintético: Este se compone de movimientos naturales y espontáneos, en lo que el sujeto se manifiesta libremente o hace trabajar su sistema nervioso. Más que una parte del cuerpo se dirige al sujeto entero, sin dividirlo artificialmente, contribuyendo así el medio más adecuado para la educación física de pequeños y jóvenes.
- Ejercicio analítico: Parte del estudio detallado de los huesos, articulaciones, músculos, etc. Que intervienen en cada movimiento pretende una educación física mediante la acción separada sobre cada elemento del cuerpo, originando una gimnasia mecánica, fisiológica y estática, que exige una gran atención.

Aspecto psicofisiológico: En los movimientos del ser humano, no puede ignorarse el componente neurofisiológico. El movimiento consiste en una reacción motora ante una excitación interna o externa. Se aprovechan así dos importantes propiedades de los músculos: su excitabilidad y su poder de contracción. Para que haya, se precisa un estímulo capaz de excitar la fibra muscular, al contraerse ésta y actuar sobre los huesos en que se inserta se produce el movimiento.

La corriente nerviosa es el estímulo natural y llega a los músculos a través de los nervios motores, cuyas terminaciones se exponen por la superficie muscular bajo el nombre de placa motriz. Pero no siempre es la corriente nerviosa, es el estímulo que actúa sobre los músculos, no todos los movimientos se realizan bajo la coordinación de las zonas motoras de nuestra corteza cerebral. Según la altura de

los centros nerviosos que intervienen y el tipo de enlace entre la excitación y respuesta, se originan los siguientes movimientos:

- *Movimiento reflejo*: En él hay reacción muscular sin que intervenga lo consciente, esto es sin la actuación de la voluntad, aunque éste puede modificarse la respuesta.

Los movimientos pueden ser:

- Reflejo nervioso: O respuesta motora a un estímulo sensitivo adecuado.
- Reflejo condicionado: en el que el estímulo apropiado se sustituye por otro distinto (estímulo condicionado desencadenándose la misma respuesta que ante aquél).
- *Movimientos espontáneos*: Expresan el libre sentir del alumno, sin intervención de factores externos. Tienen su máximo desarrollo en la edad escolar, manifestándose especialmente en el juego. Aquí la misión del educador es, sobre todo, de control evitando un excesivo gasto de energía al que los escolares son muy propensos por la excitación del juego.
- *Movimientos voluntarios*: En educación física los movimientos voluntarios han de tener prioridad sobre cualquier otro, pues con ellos los alumnos ejercitan sus facultades físicas y psíquicas. La automatización ahorra energías en la ejecución de ejercicios difíciles, pero también disminuye la función educativa en acción.

### 3.1.6 Características evolutivas del niño de 5 años

En el desarrollo de la etapa preescolar, el niño evoluciona en diferente y varios aspectos, ya que empieza a fortalecer rápidamente su sistema músculo - esquelético, además de que incrementa considerablemente su tono muscular,

Permitiéndole con ello que progrese y perfeccione el salto, lanzamiento y carrera, esto simétricamente conforme su edad y madurez.

"El niño preescolar no puede realizar esfuerzos físicos prolongados, pues se fatiga con rapidez ya que, entre otras causas, su corazón no puede desempeñar un trabajo de considerable intensidad"<sup>8</sup>.

Cabe señalar que el niño a esta edad no le es posible guardar el equilibrio, ya que su centro de gravedad se encuentra más alto que el de un adulto, no obstante muestra un gran avance y capacidad en realizar actividades y tareas que necesitan equilibrio, en cuanto a su literalidad los niños en edad preescolar presentan asimetría las cuales las va superando conforme su crecimiento y maduración. A continuación presentaremos las características motrices, las conductas adaptativas, lenguaje, así como su conducta personal - social de niños de cinco años de edad.

Características motrices según Jean Piaget :

- Tiene mayor control en sus movimientos,
- Tiene dominio sobre sus movimientos,
- Tiene mayor equilibrio,
- Salta sin problemas y brinca,
- Separa en un pie, salta y puede mantenerse varios segundos en puntas de pie,
- Puede realizar pruebas físicas,
- Puede bailar más rítmicamente,
- Maneja el cepillo de dientes y el peine,

8.LÓPEZ R. Alejandro, VEGA P. César. La clase de educación física. Pág.: 57.

Características adaptativas :

- Dibuja la figura humana diferenciando todas sus partes,
- En sus juegos le gusta terminar lo que empieza,
- Puede contar inteligentemente hasta 10 objetos,
- El sentido del tiempo y la dirección se hayan más desarrollados, sigue la trama de un cuento,
- Tolera mejor las actividades tranquilas,
- Se torna menos inclinado a las fantasías,

Evolucion del Lenguaje según jean Piaget :

- Tiene que hablar bien,
- Tiene entre 2200 y 2500 palabras,
- Sus repuestas son ajustadas a lo que se le está preguntando,
- Pregunta para informarse porque realmente quiere sabe,
- Es capaz de preguntar el significado de una palabra,
- El lenguaje está completo de forma y estructura,
- Llama a todos por su nombre.

Conducta personal – social según jean Piaget dentro de los estadios del crecimiento:

- Es independiente, ya no esta tan pendiente de que este la mamá a su lado,
- Se puede confiar en él,
- Le agrada colaborar en las cosas de la casa,
- Se le puede encomendar una tarea y él la va a realizar,

- Cuida a los más pequeños, es protector,
- Sabe su nombre completo,
- Muestra rasgos y actitudes emocionales,
- No conoce emociones complejas ya que su organización es simple,
- Juega en grupos y ya no tan solo,
- Tiene más interés por los lápices y los las tijeras,
- Le gusta disfrazarse,
- Comienza a descubrir el hacer trampas en los juegos,
- Posee un sentido elemental de vergüenza y la deshonra,
- Diferencia los juegos de varones y niñas.

### 3.1.7 Teorías del aprendizaje desde la perspectiva de Thorndike

En el proceso de enseñanza - aprendizaje hay que tenerlo en cuenta, lo que un alumno es capaz de hacer y aprender en un momento determinado. El plan curricular que se haga, ha de tener en cuenta estas posibilidades, no tan sólo en referencia a la selección de los objetivos y de los contenidos, sino, también en la manera de planificar las actividades de aprendizaje, de forma que se ajusten a las peculiaridades de funcionamiento de la organización mental del alumno.

El aprendizaje se refiere a todas las adquisiciones de habilidades, así como también se considera como un cambio de conducta que el niño va a lograr a través de las diferentes experiencias que hayan acumulado dentro y fuera de la escuela.

El alumno que inicia un nuevo aprendizaje en la escuela lo hace a partir de los conceptos, concepciones, representaciones y conocimientos que ha construido en su experiencia previa, y los utilizará como instrumentos de lectura e interpretación que condicionan el resultado del aprendizaje.

Según se vaya desarrollando el niño en su ambiente, el conocer nuevas cosas y experiencias pasaran a formar parte de él todo esto con la ayuda de sus padres y docente; ya que cuando repite algo, lo hace porque le llamo la atención sin darse cuenta que aquí se da el proceso de aprendizaje, pues está repitiendo algo que ya vio y aunque no lo tenga presente o recuerda. El proceso del aprendizaje es muy importante a la conducta humana. La base lógica de la teoría es que todo proceso de aprendizaje se cumple en tres fases, las cuales son:

- “ Primera fase: Estimulo
- “ Segunda fase: Proceso neurofisiológico
- “ Tercera fase: Genera un producto o respuesta.

Teoría del aprendizaje por tanteo de Thorndike: Los experimentos que Thorndike realizó y utilizó animales; la teoría de Thorndike se fundamenta en la asociación de los impulsos de acción y las impresiones sensoriales. "Para él, la forma más característica del aprendizaje, tanto en los animales como en el hombre, es el proceso por ensayo y error, o como más adelante de su carrera prefirió nombrarlo, por selección y conexión."<sup>9</sup>.

Thorndike afirma que según el grado de necesidad y de placer que acompañe, la conexión entre el estímulo y la respuesta se fortalece o se debilita, esto quiere decir que dependiendo del estímulo que se le da al niño para realizar una determinada actividad, será la respuesta que él dé, y seguirá con el estímulo y respuesta, dependiendo si le agradó o no. Él nos deja tres leyes muy útiles, las cuales son: La ley del efecto, ley de frecuencia y la de disposición.

1.- Ley del efecto. Cuando la conexión entre el estímulo y la respuesta se establece y está seguida por una situación satisfactoria, la conexión se fortalece.

9.THORNDIKE, Edward. Psicología de la enseñanza. Pag.:120

Es decir que dependiendo del estímulo que le de el docente al niño es la respuesta que el alumno va a tener, aquí entra lo que Thorndike llama conexión entre estímulo y respuesta, pues ello al estar disfrutando de la actividad es muy probable que haya un aprendizaje.

"2.- Ley de la frecuencia. Las conexiones se fortalecen con el uso y se debilitan con el desuso. La práctica como tal no tiene importancia, sino la práctica gratificadora." Esto nos da a entender que al haber un estímulo y respuesta por parte de la interacción docente - alumno; esta debe de reforzarse cada vez que se va a realizar esa actividad ya que si no es reforzado, crea el desinterés de niño, y esto implica que la conexión se debilite con el desuso.

"3.- Ley de la disposición. Cuando hay una buena motivación y atención el aprendizaje es más fácil y firme. La recompensa tiene mucha importancia." Esto ocurre cuando el profesor es constante en la motivación pues la realiza en todo momento al organizar actividades con sus niños, esto trae como consecuencia la atención constante de sus alumnos por lo tanto hay un óptimo aprendizaje.

#### 3.1.8 Método psicocinético

Este método tiene la finalidad de ser un medio pedagógico utilizando el movimiento humano en todos los aspectos y formas, ya que décadas atrás se dieron cuenta que era ilógico tratar de educar integralmente sin involucrar el comportamiento motor, por lo tanto más tarde se consideró al método psicocinético como una forma de ayudar a los niños a lograr una autentica educación psicomotriz y así lograr un desarrollo armónico e integral en el alumno a lo largo de las etapas de su desarrollo. Dicho método cuenta con seis fundamentos pedagógicos los cuales son:

1.) El objetivo de este método es favorecer principalmente el desarrollo y lograr en el alumno un hombre centrado y responsable ante el mundo, por medio de:

- Mejor conocimiento y aceptación de sí mismo
- Auténtica autonomía y acceso a responsabilidades en el marco de la vida social
- Mejor ajuste de su conducta.

"el método psicocinético abarca al ser total, ya que el acto motor no es un proceso aislado y, por el contrario, sólo adquiere significación con referencia a la conducta emergente de la totalidad de la personalidad."<sup>10</sup>

2.) Aquí nos menciona que el método es una pedagogía activa, nos habla de que el aprendizaje es más que nada un hábito preciso, mediante la misma repetición de un mismo gesto,

3.) Aquí el método apoya y reconoce que para lograr un desarrollo significativo de las capacidades con miras a su aplicación a comportamientos futuros, debemos dirigirnos a las personas como totalidad. "El trabajo escolar vivido por el alumno como una coerción impide el desarrollo de las capacidades auténticamente integradas por la personalidad."<sup>11</sup>

4.) En esta parte menciona que la experiencia del alumno no puede ser remplazada por la experiencia o tecnicismo del educador; ya que lo que aprenden los niños dependerá básicamente de acuerdo a lo que ellos han vivido y lo que es nuevo para el niño, este lo dominará y comprenderá de acuerdo a su propia exploración, pero no por referencia y experiencia del maestro.

10. TORRES S. José Antonio. Didáctica de la clase de educación física. Pág.: 65.

11. Ibid. Pág.: 67.



5.) La psico-cinética se traduce en el plano de la conducta por medio del movimiento, ya que siempre tenemos presente que la relación entre el sujeto y la situación no uno a dos polos susceptibles de ser aislados, sino, que por el contrario, el yo como situación no es definible sino en y por medio de esa relación.

6.) Por último la psico-cinética demuestra que el desarrollo integral de la personalidad de un niño o adulto no puede ser llevado a cabo sin una relación con los demás

### 3.1.9 Estructura de una clase en educación física en el nivel preescolar.

"La clase es la célula del proceso educativo, en ella convergen y se conjugan los conocimientos técnicos, pedagógicos y psicológicos, así como las habilidades didácticas y organizativas del educador, para interactuar con lo múltiples elementos que participan en el proceso enseñanza - aprendizaje."<sup>12</sup>

Lo cual esto nos quiere dar a entender, que la clase debe de estar inmiscuida e interactuar con todos los elementos que entran dentro del proceso enseñanza aprendizaje, es decir que los alumnos, contenidos programáticos, objetivos, metodología, medios didácticos, tiempo de instalaciones.

La clase de educación física en el nivel preescolar es impartida una vez por semana, con una duración de 30 minutos por sesión, cabe mencionar que en este nivel la educadora (or) debe de ser capacitada por un maestro de educación física, para poder realizar esta clase, y así ella (el) pueda colocar dentro de su planeación esta materia y obtener en el niño un desarrollo completo.

12. LÓPEZ R. Alejandro, VEGA P. César. La clase de educación física. Pág.: 73.

En la clase de educación física en el nivel preescolar deben de existir tres fases:

1. Fase inicial o de apertura
2. Fase central o medular
3. Fase final o cierre de clase

Dependiendo de las características y objetivos que se vayan a aplicar en la fase central o medular, la fase inicial, tiene el propósito de conseguir la preparación morfo funcional (calentamiento), así como en esta fase es donde entra la motivación apropiada, con la meta de que los niños motivados tengan una mejor participación y aprovechamiento de la clase o sesión.

En cuanto al aspecto morfo funcional, este se refiere a las ejercitaciones para que así la fisiología del organismo y estructura logren las condiciones requerida para participar con seguridad en la actividad.

En la fase central o medular, es donde se realizan las actividades principales de la planeación, tanto por el profesor como por los alumnos, en esta etapa es donde se destina mayor tiempo e intensidad pues uno de los objetivos es conseguir que el alumno obtenga destrezas motoras, así como mayor rendimiento físico y psicomotor.

En la fase final o cierre de clase, es donde hay una notable disminución del trabajo y esfuerzo por medio de tareas sencillas y tranquilizadoras, teniendo como objetivo que el niño vuelva a su estado basal que tenía antes de dicha actividades, es decir, relajado.

Antes de realizar la clase de educación física el docente debe de haber preparado con anterioridad las actividades a realizar por medio de una planeación, además, de que en el caso de utilizar material este debe ser acorde con lo que señala la planeación para evitar un uso inapropiado.

### 3.1.10 ¿Cómo optimizar la clase de educación física en el nivel preescolar?

Para que por medio de la clase de educación física, se obtengan un sin fin de beneficios, debe de estar planeada de la mejor manera, además aplicarla adecuadamente, pues esta debe estar en congruencia con las características y requerimientos de los niños del nivel preescolar, para esto se deben tener en cuenta la técnica didáctica, el estímulo de la dinámica grupal, aprender a estimular el interés del niño, mejora la organización de dicha clase y tener en cuenta cómo debe ser la actitud de la educadora (or) al impartir dicha clase.

#### ¿Cómo mejorar la técnica didáctica?

- Se debe de procurar enseñar globalmente
- Utilizar un lenguaje sencillo y claro
- No fastidiar al niño con amplias explicaciones
- Aplicar frases donde inviten y motiven al mismo tiempo al niño

#### ¿Cómo estimular la dinámica grupal?

- Utilizar actividades con reglas no muy complejas,
- Enseñar a manejar en el niño el turno de participación,
- Planear actividades variadas y atractivas para el niño,
- Tratar de no caer en la monotonía con las actividades aplicadas,
- Mantener a los niños siempre activos y evitar que esperen mucho.

¿Cómo estimular el interés?

- Utilizar relatos que lleven implícito movimiento,
- Realizar actividades donde se propicie la creatividad e imaginación,
- Se debe atender y celebrar los logros de los niños,
- Debemos evitar esfuerzos prolongados y evitar que los niños se fatiguen demasiado,
- Incluir actividades de competencia.

¿Cómo mejorar la organización?

- Evitar que los niños se aglutinen: determinar lugares mediante canciones, o referencias para ellos,
- Preparar el material antes de iniciar la clase,
- Enseñar a los niños a ayudar en la colocación del material, así como utilizar y guardar organizadamente los materiales,
- Utilizar un sin fin de materiales variados para llamar la atención del niño.

El profesor debe de:

- Ser siempre paciente y comprensivo,
- Hablar con una voz clara y fuerte,
- Ser cordial y accesible,
- Darle confianza al niño,
- Proporcionarle al niño una presentación adecuada y pulcra.

3.1.11 El juego en la clase de educación física del nivel de preescolar

El juego es una actividad propia y característica del niño, propia porque el chico juega todo el tiempo y característica, porque la necesidad de jugar lo distingue del adulto. El niño vive en un estado de juego.

El juego constituye un mundo propio y característico de cada niño con su medio, que es diferente al del adulto. En términos generales se denomina al juego como las actividades placenteras que realiza una persona durante un período indeterminado con el fin de entretenerse, como educadores prescolares, debemos de saber qué tan importante es para el niño el juego. El niño involucra todas sus habilidades en el juego, cuerpo, inteligencia y afecto. Y juega con todo lo suyo: con la mano, con el cuerpo, con el llanto y la risa, con la narración y la fantasía.

En el niño la importancia del juego se centra en el hecho de que constituye una actividad importante para él pues por medio de este reproduce e imita las actividades cotidianas. "El juego es acción, es armar, discutir, atrapar, correr."<sup>13</sup>

Por medio del juego los niños obtienen conocimiento de sí mismos, del ambiente y comunicación por ejemplo:

- Conocimiento sobre su propio cuerpo
- Descubrimiento de sus sentidos
- Respeto de su propio cuerpo
- Cuidado de su cuerpo
- Adquisición de las nociones espacio temporales
- Estímulo a su curiosidad
- Coordinación, corroboración con sus compañeros y adultos
- Propiedades y naturaleza de los materiales
- Establecimiento de correspondencia, semejanzas y diferencias
- Expresión de lo que siente y necesita
- Aspectos básicos de tiempo
- Desarrollo en su lengua oral y escrita
- Razonamientos y uso del lenguaje matemático

12.DURAND, Marc. El niño y el deporte. Pág.: 96.

### 3.1.12 La importancia del material en la clase de educación física

La importancia del material en la clase de educación física reside, fundamentalmente en que le permite al niño realizar experiencias múltiples, mediante las cuales va alcanzando el conocimiento concreto y preciso del medio ambiente que lo rodea, así como también proporcionar al niño la capacidad de poder crear y transformas su conocimiento en relación con ello.

Se tiene que tomar en cuenta de poder ofrecer al niño preescolar un material acorde a las actividades a realizar tomando en cuenta que todo esto dependerá básicamente del progreso físico, intelectual, motor, social e intelectual del niño.

El material a utilizar debe de ser de un tamaño proporcional con el fin de facilitar en el niño la manipulación, además de tener colores vivos para llamar la atención del alumno y tener en cuenta que sean seguros, es decir, irrompibles, no tóxicos y lavables.

## 4. MARCO LEGAL

### MANIFIESTO DE ACTIVIDAD FISICA PARA COLOMBIA

Asociación de Medicina del Deporte de Colombia – AMEDCO Abril de 2002

En AMBITO EDUCATIVO: Mantener, y estimular la clase de educación física en colegios manteniendo el espacio para la realización de actividad física a nivel curricular observando la importancia en el desarrollo del ser humano no solo a nivel preescolar y escolar sino también a nivel universitario y tecnológico, creando en estos últimos, estímulos no solo a deportistas de alto rendimiento sino al practicante de actividad física recreativa.

En AMBITO GUBERNAMENTAL: Hacer de la actividad física un tema de relevancia como elemento de promoción de la salud, incorporándolo en los programas y políticas nacionales, regionales y locales de los distintos estamentos gubernamentales.

La práctica de la actividad física y el deporte es un derecho fundamental.

La ley marco del deporte, ley 181 de Enero de 1995, la cual articula la política gubernamental con respecto al fomento del deporte, la recreación, el aprovechamiento del tiempo libre y la educación física, en el artículo primero sobre los objetivos generales afirma. Así mismo, la implementación y fomento de la educación física para contribuir a la formación integral de la persona en todas sus edades y facilitarle el cumplimiento eficaz de sus obligaciones como miembro de la sociedad.

Todos los seres humanos tienen el derecho fundamental de realizar actividad física para su completo desarrollo físico, mental y social.

La propuesta, se enmarca desde su componente educativo para la población estudiantil infantil, en el interés que queda manifiesto por esta población en el artículo 50 de la Ley (115) General de Educación y la Ley (181) del Deporte, la Educación Física y la recreación, que fomenta la participación de la población infantil en los programas de salud.

En el Plan Nacional de desarrollo de la educación física, se edifica desde las leyes mencionadas (115, 118, 99, entre otras) y se conduce la labor de los licenciados en educación física, hacia los escenarios de intervención de promoción de la salud y específicamente en los relacionados con la etapa inicial.

De igual forma, las bases que fundamentan nuestro marco legal contribuyen al desarrollo integral de la persona, intención que se enmarca dentro de los objetivos de la ley general de educación, por esta razón desde nuestro trabajo de investigación buscamos orientar un proceso educativo que cumpla con las expectativas de lo que propone la ley de educación.

El Congreso de Colombia mediante la ley 1029 de 2006, para fortalecer la educación para la paz y en manejo de conflictos, modificó el artículo 14 de la Ley 115 de 1994 o Ley general de Educación, el cual expresa que es de enseñanza obligatoria en todos los establecimientos oficiales o privados de educación formal de preescolar, básica y media, el estudio, la comprensión y la práctica de la Constitución y la instrucción cívica, así como la enseñanza de la Educación física, la Educación en Derechos Humanos y la Educación sexual.

## 5. MARCO CONTEXTUAL

El colegio LAUREL DEL BOSQUE es un establecimiento privado de Educación Básica, está ubicado en la localidad 10 de Engativá en la AVENIDA ROJAS 63b 78, Bosque popular de la ciudad de Bogotá. El sector presenta gran densidad de población.

La condición socioeconómica de sus habitantes se caracteriza por un nivel medio de ingresos oscilantes entre dos y más salarios mínimos producto del empleo formal, estratos 3 y 4; propietarios de bienes inmuebles en un alto porcentaje, un mínimo porcentaje vive en arriendo, poseen un nivel cultural y educativo básico y profesional, un número elevado de familias nucleares bien constituidas. Por las jornadas extenuantes de los padres y madres de familia, los niños en un alto porcentaje pasan su mayor parte del tiempo bajo la protección y cuidado de empleadas domésticas y en guarderías infantiles; a pesar de ellos presentan patrones de crianzas definidos y adecuados.



Los habitantes del sector y padres usuarios del servicio educativo ostentan un grado de idiosincrasia relativamente influenciado por las coyunturas ideológicas, políticas, y de consumo dominantes de los órdenes nacional y transnacional.

En este contexto, la institución oferta a la comunidad sectorial un servicio educativo con altas calidades pedagógicas para la formación de los infantes que lo demandan. Los procesos de gestión adelantados en desarrollo del Proyecto Educativo Institucional consolidan una nueva propuesta educativa cultural caracterizada por la inclusión, permanencia de los estudiantes y el mejoramiento de la calidad educativa, a partir de la implementación de algunas innovaciones pedagógicas, tal como la reestructuración de la enseñanza por ciclos. Entre los ciclos se presenta el proceso de articulación curricular. El modelo pedagógico institucional se escenifica con el aprendizaje significativo, prevaleciendo la didáctica constructivista y la metodología hermenéutica. Los procesos de gestión administrativa se desarrollan en el marco del diseño, ejecución y evaluación de las acciones que buscan dar soporte a la misión institucional mediante el uso efectivo de los recursos, a través de procesos y procedimientos susceptibles de mejoramiento continuo. Igualmente, los procesos de gestión directiva se concretan en la organización, diseño, desarrollo y evaluación de una cultura escolar propia, en el marco de la política educativa vigente. Con el liderazgo del equipo de gestión, la institución se orienta estratégicamente hacia el cumplimiento de su visión y misión. A su vez, los procesos de gestión de comunidad vinculan a la mayoría de autores de la comunidad a la organización institucional con su entorno, para favorecer el desarrollo de identidad y sentido de pertenencia con la institución y el PEI.

A su vez, la población estudiantil vinculada a la presente investigación presenta las siguientes características: edades oscilantes entre 5 y 6 años, cursan el grado transición jornada única, incursionan en la escuela con el deseo de aprender pero

en la mayoría de los casos, con el propósito de socializar con sus congéneres como una necesidad propia del desarrollo.

Este proyecto de investigación se realiza en un término de 10 meses, tiempo durante el cual se pretende concientizar y motivar a las docentes del grado transición de la institución y a su población estudiantil sobre la importancia de la educación física en su proceso formativo durante esta etapa de vida del niño.

## 6. METODOLOGÍA

### 6.1 TIPO DE INVESTIGACIÓN

La investigación del presente proyecto de grado se caracteriza por ser de una línea de observación experimental, ya que en este tipo de investigación “alcanzan validez interna en la medida en que se demuestra la equivalencia inicial de los grupos participantes y la equivalencia en el proceso de experimentación”.<sup>14</sup> Es decir que estudia las relaciones de causa-efecto pero no en condiciones de control riguroso de todos los factores que pueden afectar el experimento, su aplicación a los seres humanos es limitada bien sea porque estos actúan de manera diferente bajo condiciones de observación controlada o simplemente por razones éticas.

“La investigación experimental consiste en recopilar datos aunque a veces carecen de control acerca de la programación de estímulos experimentales; su objetivo es aumentar el conocimiento en diferentes tipos de situaciones en los cuales se dan oportunidades para su empleo”<sup>15</sup>.

14. HERNÁNDEZ S, Roberto. Metodología de la Investigación. Pág.:179.

15. *Ibíd.* Pág.:180.

Dentro de la investigación se utilizará el diseño de series cronológicas de un solo grupo, “a un único grupo se le aplicará una pre-prueba, después se le aplica el tratamiento experimental y finalmente una post-prueba”<sup>16</sup>.

Dentro el presente trabajo se manipulará una variable independiente a través de la aplicación de una pre-prueba (ficha de observación) con la cual se establecerá el diagnóstico y una post-prueba que permitirá evaluar el grado de desarrollo psicomotriz de los estudiantes, después de la implementación de la propuesta de intervención que se fundamenta en el instructivo práctico de aplicación curricular por parte de los docentes para la clase de educación física como estrategia pedagógica con los estudiantes del grado transición del colegio Laurel del Bosque para mejorar su proceso de formación al nivel del desarrollo físico y corporal; destacando de paso la importancia que este proceso tiene. Este proyecto se inscribe dentro del ámbito de la observación y de investigación.

“La investigación cualitativa estudia grupos en los cuales es posible la observación directa por parte del investigador que los estudia, éste tipo de investigación no pretende demostrar teorías existentes, más bien generar teorías a partir de los resultados obtenidos”<sup>17</sup>.

Es cualitativa porque rescata la voz de los actores involucrados en el proceso de investigación y permite establecer la información a partir de datos y resultados obtenidos de la muestra a estudiar; su aplicación brinda una información más detallada y precisa sobre el fortalecimiento del proceso psicomotriz en los estudiantes de transición del colegio Laurel del Bosque por medio de la implementación del instructivo pedagógico para docentes de educación física.

16. *Ibíd.* Pág.:182.

17. TAMAYO Y TAMAYO, Jorge. El proceso de la investigación científica. Pág.:48.

El método de investigación aplicado es el investigación acción ya que este se ha constituido en una de las técnicas de investigación más utilizadas en el aula, porque al centrar su trabajo en la acción y en la investigación, “la ha convertido en una modalidad muy cercana al ideario pedagógico que se asienta principalmente en dos principios similares: la interacción y la praxis pedagógica”<sup>18</sup>.

El concepto de acción tiene que ver con la actitud asumida por la ciencia y el investigador frente a la realidad; se adopta una posición activa, de ahí su carácter movilizador; por medio de ella el investigador aspira a motivar y movilizar a las personas para que participen en la solución de los problemas investigados, y cuyas soluciones deben responder necesariamente a las necesidades e intereses sociales y culturales del grupo.

La investigación acción exige que no exista la relación sujeto-objeto de conocimiento sino una relación sujeto-sujeto, donde la comunidad investigada participa con sus interpretaciones en la búsqueda de significaciones de lo que acontece alrededor y crea nuevas explicaciones lo que provoca una construcción colectiva de una mejor identidad cultural.

La línea de investigación del presente proyecto atraviesa la pedagogía, la lúdica, la recreación y el deporte que analiza las condiciones en que se desarrollan los procesos educativos en la escuela y comunidad y de generar alternativas básicas en los anteriores campos para construir nuevas formas de ejercer el quehacer pedagógico.

18. CERDA, Hugo. La investigación formativa en el aula. Pág.:187.

## 6.2 HERRAMIENTAS DE INFORMACION

Para el desarrollo del proyecto se tendrán en cuenta para la recolección de la información fuentes primarias como encuestas directas, pruebas aplicables, test y secundarias como videos, grabaciones, fotos, test y ámbitos de orden bibliográfico, documental, audiovisual y testimonial.

## 6.3 POBLACIÓN

La población abordada para la implementación del presente proyecto es la de la comunidad educativa del Colegio Laurel del Bosque, el cual cuenta con una sede en jornada completa; tiene una población estudiantil de 450 estudiantes, de carácter mixto, y en ella funcionan 4 ciclos de formación (ciclo I: transición, primero y segundo grado; ciclo II: tercero y cuarto grado; ciclo III: quinto, sexto y séptimo grado; ciclo IV: octavo y noveno grado) igualmente, hacen parte de la comunidad educativa del colegio los padres de familia quienes se vinculan de diversas formas a la institución con diferentes grados de participación, según la sede y ciclo educativo.

En el desarrollo del proyecto de investigación participan activamente 20 padres de familia del ciclo I grado transición, también lo harán 10 docentes, la Orientadora escolar, el Coordinador, y la Funcionaria Administrativa.

## 6.4 MUESTRA

La población estudiantil seleccionada para trabajar el siguiente proyecto son los integrantes del grado Transición A y Transición B del nivel de pre escolar del Colegio Laurel del Bosque, quienes tienen los siguientes rasgos de edad y género:

MUESTRA (Género)	EDAD		TOTAL
	5 años	6 años	
Niños	18	3	21
Niñas	13	1	14
Total	31	4	35

Tabla 1. Perfil de la muestra.

## 6.5 INSTRUMENTOS

### 6.5.1 Encuesta etapa diagnostica

Este es un “instrumento de observación formado por una serie de preguntas formuladas y cuyas respuestas son anotadas por el investigador; se usa más frecuentemente para describir un método de obtener información de una muestra de individuos. Esta muestra es usualmente sólo una fracción de la población bajo estudio”<sup>19</sup>.

<sup>19</sup>. TAMAYO Y TAMAYO, Jorge. El proceso de la investigación científica. Pág.: 49

Este instrumento se aplica con el propósito de obtener información básica sobre aspectos cruciales del proceso formativo en educación física y su importancia para la vida.

### ENCUESTA CERRADA A PADRES DE FAMILIA DEL COLEGIO LAUREL DEL BOSQUE

Nombre: \_\_\_\_\_

1. Que recuerdos tiene de la clase de educación física cuando Ud. estudiaba:
  - A. Positivos
  - B. Negativos
  - C. Ninguno
2. Que tan importante fue para Ud. La enseñanza de la Educación Física en su proceso de formación escolar?
  - A. Muy buena
  - B. Buena
  - C. Regular
3. Considera Ud. que la enseñanza de la educación física es necesaria para ?.
  - A. El desarrollo cognitivo
  - B. La resolución de conflictos
  - C. El Desarrollo físico
4. La clase de educación física para niños (as) del grado transición es vital por que:
  - A. Propicia espacios de integración, socialización y formación en valores
  - B. Sirve para jugar en la cancha
  - C. Posibilita formar grupos de amigos
5. Considera Ud. fundamental el desarrollo físico de su hijo (a) en el proceso formativo que brinda la institución?:  
SI \_\_\_ NO \_\_\_ POR QUE \_\_\_\_\_

ENCUESTA A DOCENTES DEL COLEGIO LAUREL DEL BOSQUE

Nombre: \_\_\_\_\_

1. Reconoce la clase de educación física como:

- A. Una estrategia esencial para la formación de los estudiantes
- B. La enseñanza de actitudes y valores para el desarrollo social de los estudiantes
- C. Un recurso pedagógico para la práctica de actividades lúdicas y sociales

2. ¿Considera Ud. Que la enseñanza de la educación física es un aspecto fundamental en el proceso formativo de los estudiantes?

SI \_\_\_\_\_ NO \_\_\_\_\_

COMO \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

3. ¿Concientiza Ud. A los estudiantes y familiares de la importancia que tiene la enseñanza de la educación física en el proceso formativo de los niños (as)?

SI \_\_\_\_\_ NO \_\_\_\_\_

COMO \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

4. ¿Cómo docente considera que el desarrollo físico de los estudiantes es un proceso básico esencial?

SI \_\_\_\_\_ NO \_\_\_\_\_

COMO \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

5. Usted cree que campañas como “mente sana en cuerpo sano” destacan la importancia del proceso formativo del área de educación física?

SI \_\_\_\_\_ NO \_\_\_\_\_ POR QUE \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_



### 6.5.2 Prueba de entrada – pre – test

Para la aplicación de este instrumento se diseñará y aplicará una ficha de observación durante una práctica deportiva de una clase que servirá de base para establecer que fortalezas y debilidades presentan los niños de preescolar en su desarrollo psicomotriz

CRITERIOS A OBSERVAR Patones funcionales de movilidad	SI		NO		A VECES	
	No.	%	No.	%	No.	%
1. Caminar						
2. Saltar						
3. Reptar						
4. Agarrar						
5. Coordinación viso manual						
6. Coordinación viso podal						
7. Rodar						
8. Capacidad de adaptación						
9. Competencia física						
10. Capacidad de interacción social						
11. Capacidad expresiva						

### 6.5.3 Post – prueba – pos – test

Se aplicará la misma ficha de observación de la prueba de entrada- Pre-test con el objetivo de conocer los avances obtenidos por los niños y niñas durante la práctica deportiva de la clase de educación física.

### 6.5.4 Actividad de intervención

Su objetivo es valorar las conductas de las personas y registrar los resultados, “son observaciones no sistemáticas en las que las valoraciones, estimaciones están mediatizadas por el informante o por el observador y la reducción de esos datos requiere de la interpretación intersubjetiva”<sup>20</sup>, con lo cual se evalúan los resultados obtenidos de forma cualitativa.

El objetivo es establecer si los estudiantes del grado transición A y B de 5 y 6 años del Colegio Laurel del Bosque tienen la fundamentación para el desarrollo del proceso psicomotriz en la clase, dado a través del instructivo pedagógico para los docentes. (Ver Cartilla “Ejercito y disfruto”)

### 6.5.5 CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES

A continuación presentamos las graficas del cronograma de actividades .

20. JIMÉNEZ, B. Proyecto docente investigador. Metodologías orientadas a la investigación e interpretación.  
En: Internet. [http://www.ice.urv.es/cursos/tesi\\_doctora\\_lmetodologinves02.pdf](http://www.ice.urv.es/cursos/tesi_doctora_lmetodologinves02.pdf). Año 2002.

### CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES 2011 - 2012

FASES	ACTIVIDADES	JULIO				AGOSTO				SEPT.				OCT.				NOV.				ENERO				FEBRERO				MARZO				ABRIL			
		2011				2011				2011				2011				2011				2012				2012				2012				2012			
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
DIVULGACIÓN	*Socialización de la propuesta con Directivos y Docentes *Socialización de la propuesta a padres de familia y administrativos *Carteleras informativas.		■																																		
CAPACITACIÓN	*Aplicación de encuestas a docentes y padres de familia *Socialización de experiencias *Conversatorio y charlas de formación a docentes (cartilla)					■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■																				

	*Aplicación prueba de entrada, y post - prueba – pos – test.																																																	
PRÁCTICA	<ul style="list-style-type: none"> <li>*Actividad lúdica: salida de campo</li> <li>*Actividad de gimnasio: “El Conejito Saltarín”</li> <li>*Actividad recreativa: danza coreográfica</li> <li>*Actividades deportivas: “El túnel” “Futbol en círculos”</li> <li>*Actividad de expresión: juego de roles</li> <li>*Actividad del juego: “La carrera del ciempiés”</li> <li>*Actividad física: “Disfruto a ejercitar mi cuerpo”</li> <li>*Actividad deportiva: “Los magos del</li> </ul>																																																	



#### 6.5.6 SISTEMATIZACIÓN DE LOS RESULTADOS DE LA ETAPA DIAGNOSTICA

Se sistematizan y analizan los instrumentos utilizados para la recolección de la información cuyos resultados servirán de base para establecer y diseñar la propuesta pedagógica de intervención.

#### 6.5.7 ENCUESTA A PADRES DE FAMILIA DEL GRADO TRANSICIÓN A Y B DE COLEGIO LAUREL DEL BOSQUE.

La encuesta fue aplicada el día 3 de agosto de 2011 a 20 padres de familia con el propósito de conocer el concepto que tienen de la clase de educación física y su importancia para la formación del estudiante. Contestada la encuesta se analizan los resultados (ver instrumento).

En torno a la primera pregunta:

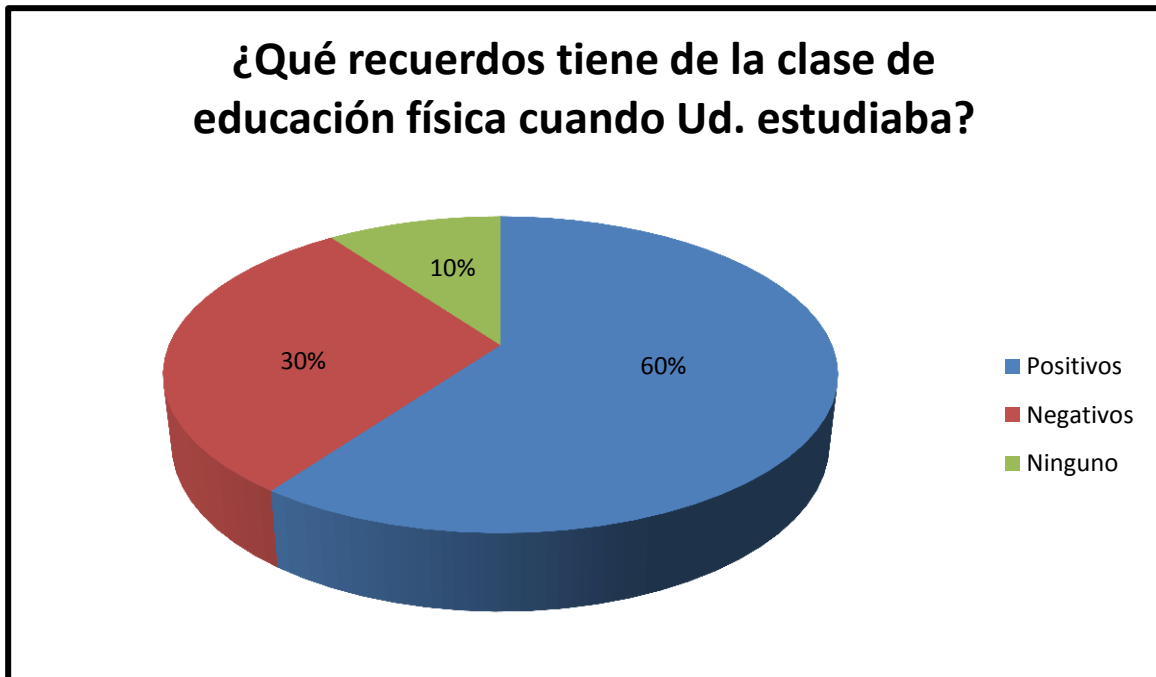
¿Qué recuerdos tiene de la clase de educación física cuando Ud. estudiaba?

Doce padres de familia que representan el 60% de la muestra, respondieron que ellos tienen recuerdos positivos de la clase de educación física porque significó para ellos diversión y juego.

Seis padres que representan el 30% de la muestra, respondieron que ellos no tienen recuerdos gratos de la clase de educación física, más bien son negativos por la exigencia desmedida del profesor que tuvieron.

Dos padres de familia que representan el 10% de la muestra manifestaron no tener ningún tipo de recuerdo (positivo o negativo) de la clase de educación física.

Lo anterior evidencia que para un número significativo de padres de familia (40% de la muestra) la clase de educación física no tuvo un impacto significativo para su proceso de formación.



Gráfica 1. ¿Qué recuerdos tiene de la clase de educación física cuando Ud. estudiaba?

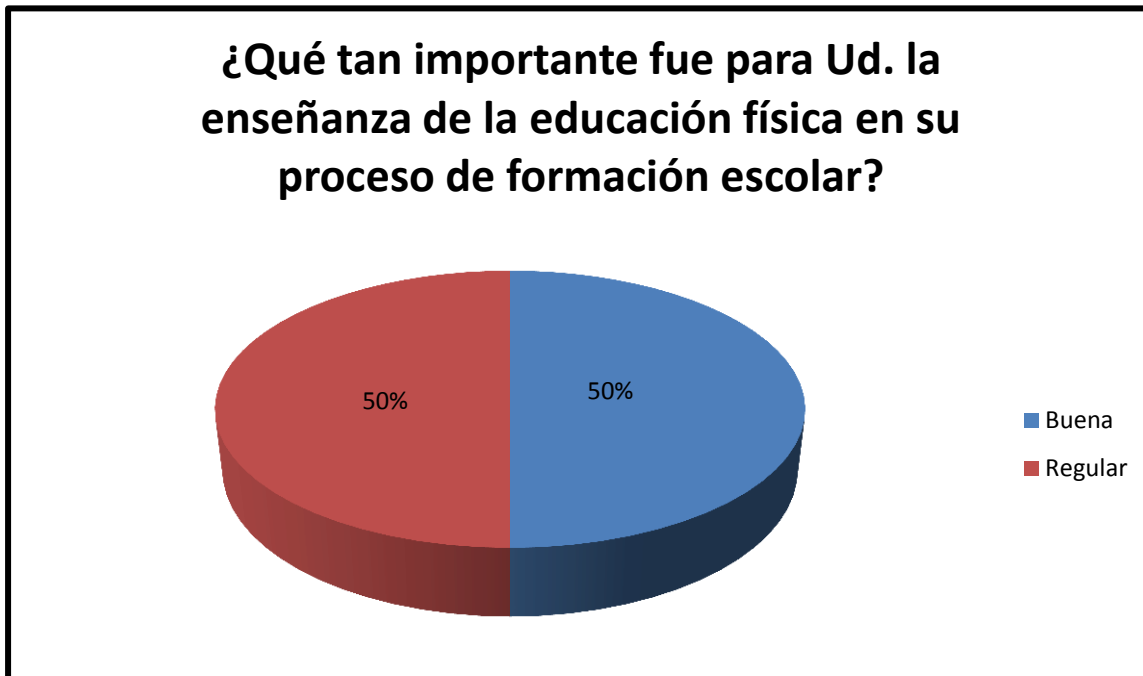
En torno a la segunda pregunta:

¿Qué tan importante fue para Ud. la enseñanza de la educación física en su proceso de formación escolar?

Diez padres de familia que representan el 50% de la muestra, reconocieron que la educación física fue importante para su proceso de formación académica y convivencial por los aprendizajes y valores asimilados.

Diez padres de familia que representan el 50% de la muestra, manifestaron que la clase de educación física vista en la escuela y colegios no ha sido importante para su proceso formativo.

Lo anterior demuestra que para un alto porcentaje de padres de familia la formación en la clase de educación física dada en las instituciones escolares que estuvieron no tuvo la importancia del caso, ello porque no se trabajó con la rigurosidad con la que se trabajan otras áreas de formación del pensum académico.



Gráfica 2. ¿Qué tan importante fue para Ud. la enseñanza de la educación física en su proceso de formación escolar?

En torno a la tercera pregunta:

¿Considera Ud. que la enseñanza de la educación física es necesaria para su hijo (a), por qué?

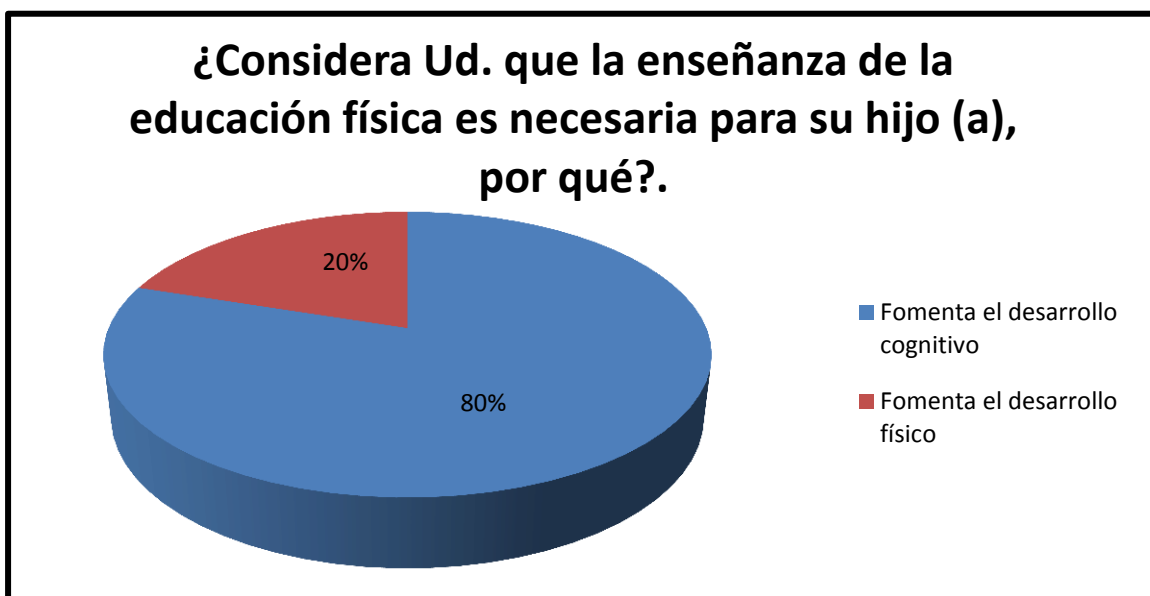
Dieciséis padres de familia que representan el 80% de la muestra, respondieron que la enseñanza de la educación física para sus hijos es fundamental para su desarrollo físico por las actividades físicas, recreativas y lúdicas que realizan en las clases.

Cuatro padres de familia que representan el 20% de la muestra, manifestaron que la enseñanza de la educación física para sus hijos es importante para desarrollar su



capacidad cognitiva, porque la realización de ejercicios físicos implica un pensamiento previo.

Lo anterior demuestra que para los padres de familia (80% de la muestra) la enseñanza de la educación física es fundamental para el desarrollo físico saludable de sus hijos (as) en los diferentes ciclos evolutivos de éstos. Igualmente se reconoce por parte de algunos padres la importancia de la enseñanza de la educación física para activar procesos de pensamiento en los niños (as) a temprana edad.



Gráfica 3. ¿Considera Ud. que la enseñanza de la educación física es necesaria para su hijo (a), por qué?

En torno a la cuarta pregunta:

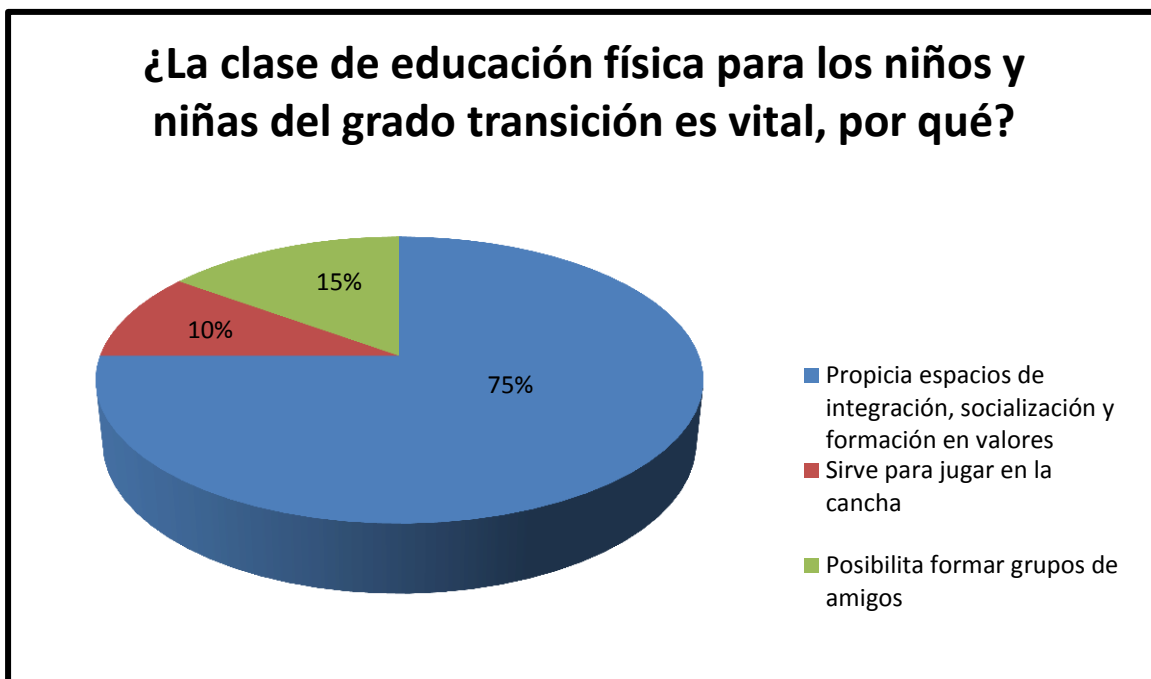
¿La clase de educación física para los niños y niñas del grado transición es vital, por qué?

Quince padres de familia que representan el 75% de la muestra, respondieron que la clase de educación física para los estudiantes del grado transición es vital porque propicia

espacios de integración, socialización y formación en valores ya que la experiencia en este tipo de prácticas colectivas facilita el reconocimiento del otro. Dos padres de familia que representan el 10% de la muestra, manifestaron que la clase de educación física es vital para los estudiantes de transición porque les brinda el espacio para jugar en la cancha actividades necesarias por su temprana edad, y el esparcimiento alejados de la rutina escolar.

Tres padres de familia que representan el 15% de la muestra, respondieron que la clase de educación física es vital para los estudiantes de transición porque les posibilita formar grupos de amigos para compartir colectivamente experiencias lúdicas, recreativas y deportivas, y así estrechar lazos de fraternidad.

Lo anterior demuestra que un alto porcentaje de padres de familia (85% aprox.) conciben la clase de educación física como el espacio para desarrollar procesos de interacción humana, socializar experiencias y consolidar lazos de amistad y fraternidad en el ámbito valorativo, actitudinal y procedimental.



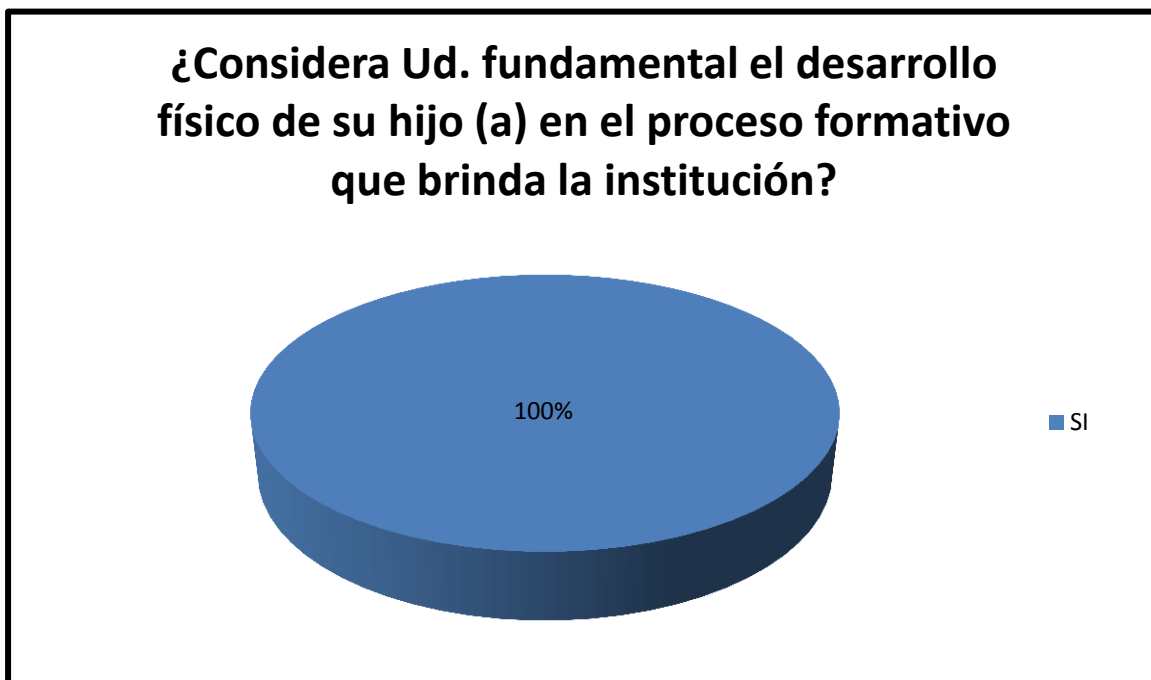
Gráfica 4. ¿La clase de educación física para los niños y niñas del grado transición es vital, por qué?

En torno a la quinta pregunta:

¿Considera Ud. fundamental el desarrollo físico de su hijo (a) en el proceso formativo que brinda la institución?

Los veinte padres de familia que constituyen el 100% de la muestra, respondieron que sí, porque el desarrollo físico posibilita una apariencia corporal para la persona que le permite valorarse así mismo en forma positiva y tener salud física y mental adecuada.

Lo anterior demuestra que para los padres de familia es sustancial el desarrollo físico y motriz de sus hijos (as) en la clase de educación física para valorar su cuerpo y el de los demás, adquirir hábitos saludables en su crecimiento y desarrollo, y así obtener bienestar físico, mental y social que posibilite otros desempeños vitales.



Gráfica 5. ¿Considera Ud. fundamental el desarrollo físico de su hijo (a) en el proceso formativo que brinda la institución?

#### 6.5.8 ENCUESTA A DOCENTES DEL COLEGIO LAUREL DEL BOSQUE

La encuesta fue aplicada el día 15 de agosto de 2011 con el propósito de conocer el paradigma pedagógico que conciben con relación al proceso de enseñanza – aprendizaje del área de educación física. Contestada la encuesta se analiza el siguiente resultado (ver instrumento anexo).

En torno a la primera pregunta de:

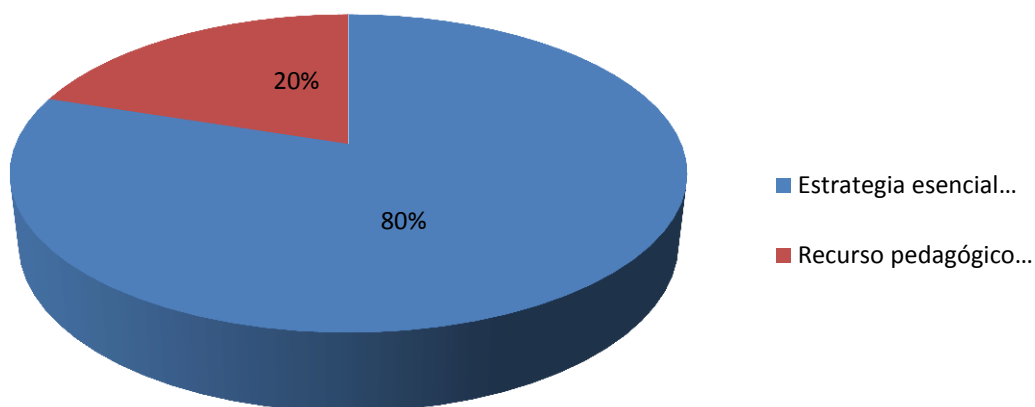
¿Reconoce la clase de educación física como una estrategia esencial para la formación básica de los estudiantes, la enseñanza de actitudes y valores indispensables para el desarrollo social, un recurso pedagógico para incentivar la práctica de actividades lúdicas y sociales?

Ocho docentes que corresponden al 80% de la muestra, afirman que la clase de educación física es una estrategia esencial para la formación de los estudiantes, ya que es el espacio propicio para el desarrollo de la corporeidad.

Dos docentes que corresponden al 20% de la muestra, conceptúan que la clase de educación física es un recurso pedagógico para incentivar la práctica de actividades lúdicas, sociales, recreativas y deportivas necesarias para la formación integral de los estudiantes.

Lo anterior denota que un alto porcentaje de docentes (80% de la muestra) conciben la clase de educación física como el espacio formativo para que el estudiante se apropie de las posibilidades de su cuerpo desde el reconocimiento y desarrollo de su condición física y psicomotriz principalmente.

**¿Reconoce la clase de educación física como una estrategia esencial para la formación básica de los estudiantes, la enseñanza de actitudes y valores indispensables para el desarrollo social, un recurso pedagógico para incentivar la práctica de actividad**



Gráfica 6. ¿Reconoce la clase de educación física como una estrategia esencial para la formación básica de los estudiantes, la enseñanza de actitudes y valores indispensables para el desarrollo social,?

En torno a la segunda pregunta de:

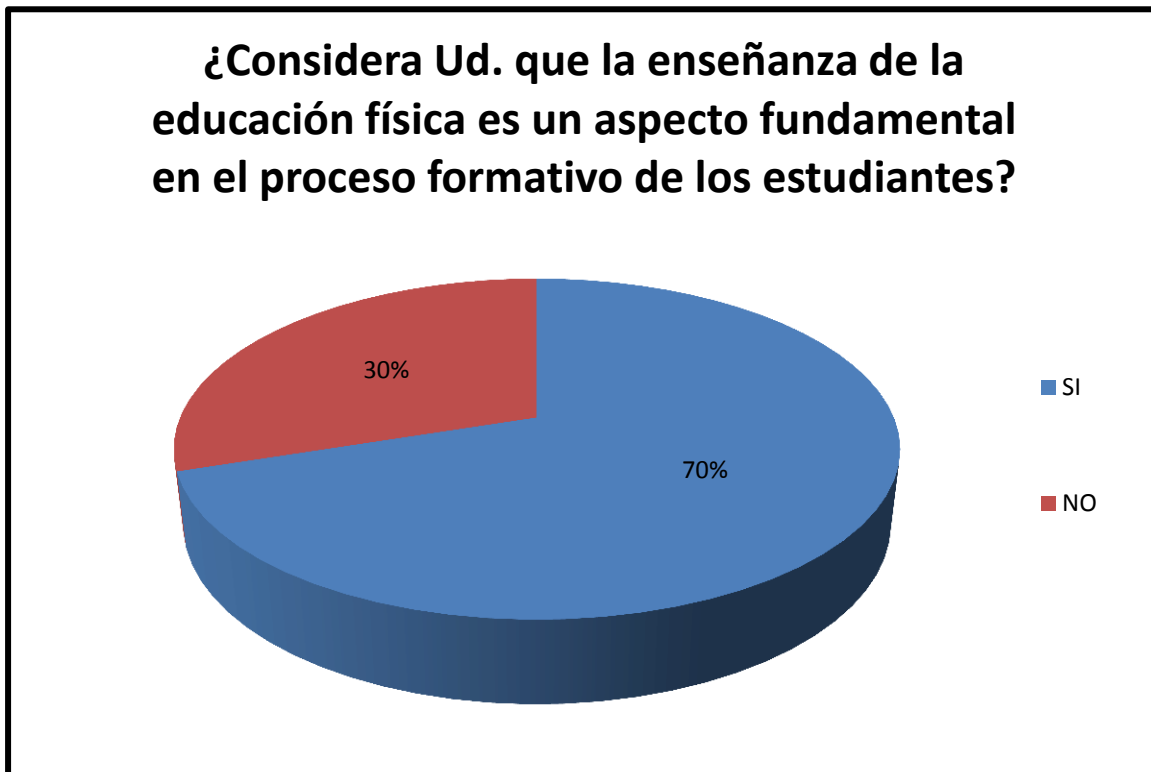
¿Considera Ud. que la enseñanza de la educación física es un aspecto fundamental en el proceso formativo de los estudiantes?

Siete docentes que corresponden al 70% de la muestra, respondieron que la educación física es un ingrediente fundamental en el proceso formativo de los estudiantes porque coadyuva a la formación integral de los educandos en tanto que desarrolla las tres dimensiones: psicomotriz, actitudinal y cognitiva.

Tres docentes que corresponden al 30% de la muestra no consideran que la educación física sea un aspecto fundamental para la formación básica de los estudiantes, ya que

muchas veces la disciplina no se dicta y por tanto no es notoria la ausencias de aprendizaje en este sentido.

Se concluye que la mayoría de los docentes (70% de la muestra) destacan el papel formativo de la disciplina de educación física en los estudiantes ya que los aprendizajes adquiridos son básicos para el proceso de formación integral del educando.



Gráfica 7. ¿Considera Ud. que la enseñanza de la educación física es un aspecto fundamental en el proceso formativo de los estudiantes?

En torno a la tercera pregunta de:

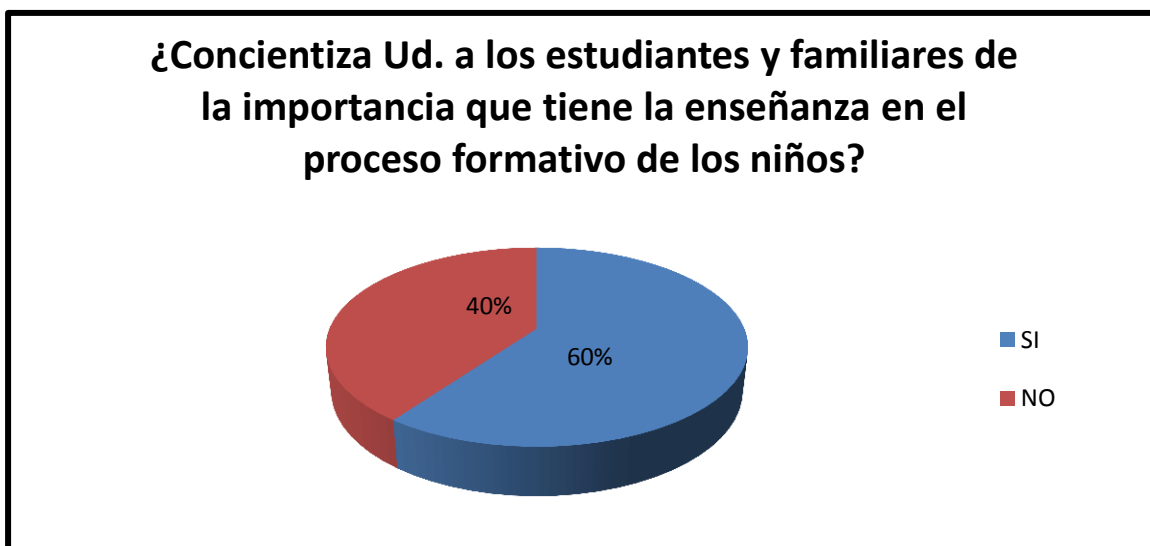
¿Concientiza Ud. a los estudiantes y familiares de la importancia que tiene la enseñanza en el proceso formativo de los niños?

Seis docentes que corresponden al 60% de la muestra, manifiestan que permanentemente concientizan a sus congéneres y estudiantes de la importancia que tiene el aprendizaje de

la educación física en el proceso formativo de las personas para su desarrollo físico y psicomotriz.

Cuatro docentes que corresponden al 40% de la muestra, respondieron que realmente no se preocupan, o no son constantes en la concientización de sus allegados y estudiantes en destacar la importancia de la educación física como área fundamental del pensum de estudios.

Lo anterior demuestra que un porcentaje relativamente mayoritario de docentes (60% de la muestra) destacan la importancia de los aprendizajes en educación física, en el proceso de formación integral de los estudiantes; los demás docentes (40% de la muestra) siendo un porcentaje significativamente alto son indiferentes no perciben, ni tienen en cuenta tal propósito de intencionalidad formativa de la disciplina.



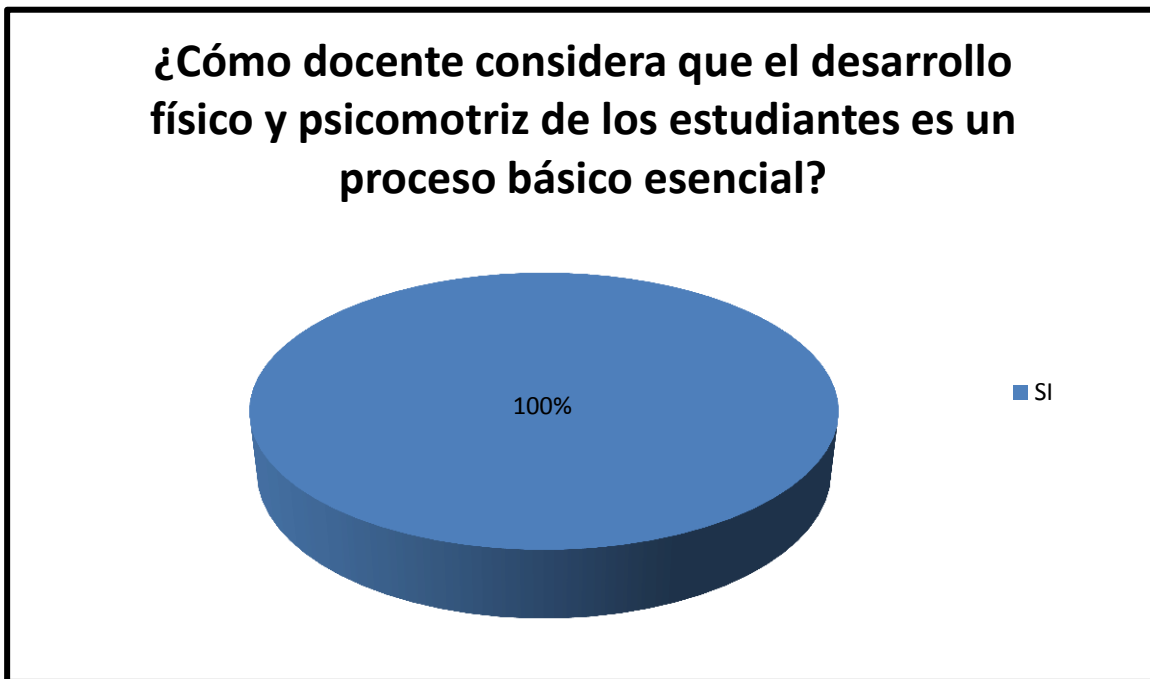
Gráfica 8. ¿Concientiza Ud. a los estudiantes y familiares de la importancia que tiene la enseñanza en el proceso formativo de los niños?

En torno a la cuarta pregunta de:

¿Cómo docente considera que el desarrollo físico y psicomotriz de los estudiantes es un proceso básico esencial?

Los diez docentes que corresponden al 100% de la muestra respondieron que la intervención de la educación física si es necesaria para dinamizar el proceso de desarrollo físico y psicomotriz de los estudiantes.

Lo anterior demuestra que se percibe y comparte la intencionalidad formativa de la educación física en lo teórico, pero en la práctica la concepción cambia por los intereses mediáticos de los docentes según se percibe en alguna de las respuestas anteriores, alcanzando un porcentaje relativamente significativo en esta percepción (40% aprox.).



Gráfica 9. ¿Cómo docente considera que el desarrollo físico y psicomotriz de los estudiantes es un proceso básico esencial?

En torno a la quinta pregunta de:

¿Ud. cree que campañas como la de “mente sana en cuerpo sano” destacan la importancia del proceso formativo del área de educación física?

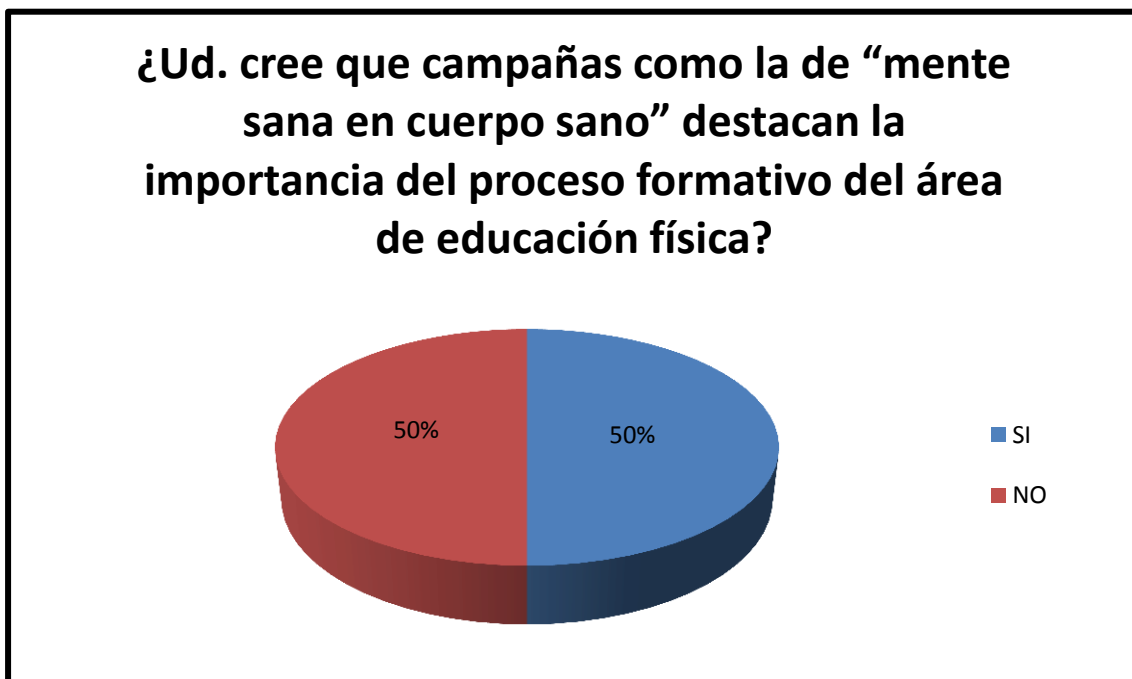
Cinco docentes que corresponden al 50% de la muestra, respondieron que las campañas persuasivas indirectamente inciden en la comunidad académica y específicamente



estudiantil para comprender la importancia de una disciplina como la de la educación física.

Cinco docentes que corresponden al 50% de la muestra, manifestaron que las campañas como la de “mente sana en cuerpo sano” no son sino publicitarias y comerciales que tienen poca relación con la formalidad curricular de la disciplina de educación física.

Lo anterior denota que la opinión dividida de los docentes en torno al efecto de las campañas relacionadas con la salud mental y física no es significativa para destacar la importancia de las enseñanzas y los aprendizajes de la disciplina en el proceso formativo de los estudiantes.



Gráfica 10. ¿Ud. cree que campañas como la de “mente sana en cuerpo sano” destacan la importancia del proceso formativo del área de educación física?

### 6.5.9 PRUEBA DE ENTRADA – PRE – TEST

La prueba de entrada se aplicó los días 5 y 6 de septiembre de 2011, se les propuso a los niños (as) de los cursos Transición A y Transición B, tomados como muestra, realizar la práctica de un “circuito” con el fin de observar su desenvolvimiento psicomotor estado de desarrollo físico, para de esta forma aplicar la ficha de evaluación y establecer una caracterización aproximada de los estudiantes en los anteriores aspectos. A continuación se presentan los resultados obtenidos desde el momento de proponerles la actividad y durante la práctica deportiva a los 35 estudiantes del grado Transición A y B.

CRITERIOS A OBSERVAR	SI		NO		A VECES	
	No.	%	No.	%	No.	%
1. Caminar	30	85.8	5	14.2	--	--
2. Saltar	3	8.6	30	85.7	2	5.7
3. Reptar	10	28.5	20	57.1	5	14.5
4. Agarrar	6	17.1	20	57.1	9	25.8
5. Coordinación viso manual	10	28.5	20	57.1	5	14.4
6. Coordinación viso podal	30	85.8	5	14.2	--	--
7. Rodar	5	14.2	25	71.4	5	14.4
8. Capacidad de adaptación	20	57.1	15	42.9	--	--
9. Competencia física	5	14.2	30	85.8	--	--
10. Capacidad de interacción social	30	85.8	5	14.2	--	--
11. Capacidad expresiva	10	28.5	25	71.5	--	--
12. Capacidad para seguir instrucciones	6	17.1	18	51.2	11	31.7

Tabla 3. Resultado Prueba de entrada – Pre – Test.

#### 6.5.10 Análisis de la prueba de entrada pre – test

De acuerdo a los porcentajes obtenidos en cada uno de los criterios observados se puede establecer el siguiente diagnóstico:

- En términos generales se puede concluir que los estudiantes que presentan un mejor desarrollo psicomotriz, igualmente detentan un mayor desarrollo de la dimensión cognitiva y expresiva; pero esta situación no sucede con la mayoría de estudiantes de los grupos en cuestión.
- Se observó que los estudiantes que presentan un mayor grado de desarrollo motriz tienen menos temor a enfrentarse al entorno, son menos introvertidos; sin embargo en un porcentaje significativo de estudiantes del grupo en referencia se evidencia cierto temor en el desenvolvimiento motriz.
- En el desarrollo de la actividad lúdico – recreativa las niñas demostraron más apatía por el juego y las actividades físicas propuestas en el desarrollo del “circuito”, mientras que los niños mostraron mayor dinamismo y agrado en el desarrollo de la actividad.
- Una dificultad común que se observó en la mayoría de los y las estudiantes fue la dificultad en la coordinación viso manual por la falta de adiestramiento físico del esquema corporal.
- Se destaca, en términos generales, el buen grado de desarrollo, de los procesos básicos de interacción social (comunicación, participación toma de decisiones) en forma elemental a pesar de las dificultades tenidas en el desarrollo de las actividades propuestas.
- En términos generales con el desarrollo de las actividades también se observó que tanto las niñas como los niños de estas edades (5 y 6 años) presentan un alto déficit de atención para seguir instrucciones, es decir, un débil grado de desarrollo de este proceso psíquico superior.
- Igualmente se puede concluir según lo observado que es de imperiosa necesidad con los estudiantes de los primeros grados (Transición) del ciclo inicial iniciar la fundamentación de la actividad física en forma debida con el fin de cimentar las bases adecuadas del desarrollo físico y motriz en los ciclos educativos posteriores.

### 6.5.11 DEDUCCIÓN Y ANÁLISIS DE RESULTADOS

Los estudiantes y docentes del grado Transición A y B del Colegio Laurel del Bosque en el desarrollo de las diferentes actividades del proceso de indagación y experimentación de la presente investigación, evidencian prácticas y actitudes en torno a la importancia de la educación física para el desarrollo físico y psicomotriz en los siguientes términos:

- Los estudiantes en su mayoría reconocen la enseñanza de la educación física como forjadora de aprendizajes para el desarrollo de actividades agradables como lo son las deportivas, las lúdicas y las recreativas, porque las contextualiza con su repertorio de juegos; sin embargo, no son plenamente conscientes de la importancia de asimilar estos saberes pedagógicos.
- Los docentes y específicamente los del grado Transición A y B reconocen la importancia que tiene la formación en la disciplina de educación física para propiciar procesos de desarrollo integral, pero se enfrentan a la dificultad, de que no existe la coherencia necesaria entre lo conceptualizado (teórico) y lo aplicado (práctica), ya que la orientación y la ausencia de estrategias pedagógicas pertinentes estancan el desarrollo científico de la clase.
- A falta de concepción e implementación de estrategias pedagógicas, didácticas y metodológicas por parte de los docentes encargados de la disciplina, los estudiantes presentan un bajo nivel de desempeño en su proceso formativo a nivel de su desarrollo físico y psicomotriz.

En tal sentido, se evidencia que tanto los estudiantes como los docentes adolecen de una orientación curricular y pedagógica precisa y estratégica para incentivar el proceso formativo a nivel del desarrollo físico y psicomotriz, y que por ello es indispensable implementar propuestas con estrategias lúdicas, deportivas, recreativas, expresivas (como la de la propuesta en mención) como práctica de la clase para avanzar en el proceso de formación básica del educando.

## 7 APLICACIÓN DE LA PROPUESTA

### 7.1 TITULO DE LA PROPUESTA

Cartilla “EJERCITO Y DISFRUTO” El ABC de la educación física para los docentes del grado transición del Colegio Laurel del Bosque.

### 7.2 INTRODUCCION

Dada la importancia que en la actualidad tiene la actividad física para el desarrollo integral de los individuos, en el campo educativo se pone a la orden del día la necesidad imperiosa de innovar y transformar las prácticas pedagógicas “naturalizadas” en los diferentes ámbitos de la información académica, y muy especialmente en el campo de la educación física, donde no solamente debe reconstruirse el currículo, acorde a las nuevas exigencias de los cambios del mundo contemporáneo, sino que además es necesario implementar nuevas orientaciones pedagógico-curriculares y prácticas educativas para el desarrollo de la educación física desde la perspectiva disciplinar. Por las anteriores razones se propone la herramienta didáctica del “ABC de la educación física para los docentes del grado transición del Colegio Laurel del Bosque”, para la implementación de actividades lúdicas, deportivas, recreativas y formativas propias y extrapoladas previa valoración y aceptación de una población muestra con la que se re signifique la importancia de la educación física para el desarrollo físico y motriz de los niños y niñas.

La propuesta del “ABC de la educación física para los docentes del grado transición del Colegio Laurel del Bosque” se ilustra a través de la cartilla “Ejercito y disfruto”, la que traza orientaciones básicas para el mejoramiento cualitativo de los procesos didácticos y metodológicos de la clase de educación física.

## 7.3 Objetivos

### 7.3.1 Objetivo general:

Estructurar un programa con los profesores de preescolar del Colegio Laurel del Bosque a través de charlas, conversatorios y práctica de actividades que conduzcan a la utilización de la cartilla EJERCITO Y DISFRUTO destacando así la importancia de la adopción de la cultura física en estudiantes de transición.

### 7.3.2 Objetivos específicos:

1. Implementar actividades recreativas, lúdicas y deportivas para el desarrollo de la condición física, psicomotriz, emocional, comunicativa que contribuyan a mantener cuerpo y mente saludables desde las primeras etapas de vida.
2. Diseñar estrategias pedagógicas y curriculares por parte de los docentes de educación física para implementar la herramienta didáctica del “ABC de la educación física para los docentes de preescolar del Colegio Laurel del Bosque” teniendo como fundamento pedagógico el modelo del Aprendizaje Significativo.
3. Realizar prácticas de actividades físicas que fortalezcan el concepto e importancia de la disciplina de la educación física en el proceso formativo de los estudiantes del grado preescolar.
4. Evaluar permanentemente el desarrollo y aplicación de la propuesta con el fin de trazar los ajustes necesarios a la misma.

## 7.4 METODOLOGIA

El desarrollo de la propuesta se desglosa de la siguiente forma:

- Una fundamentación teórica de las estrategias pedagógicas a trabajar en las clases de educación física.
- Propuesta de actividades físicas, lúdicas, deportivas, recreativas y expresivas desde un modelo curricular *pertinente* y centrado en el modelo pedagógico del Aprendizaje Significativo.

Se presenta la propuesta a la institución, motivando a la comunidad educativa (directivos docentes, docentes, padres de familia) a participar de manera activa. Se divulga a través de carteleras, salida pedagógica, afiches. Se promociona en la reunión de docentes y padres de familia.

Socialización de experiencias a partir de las capacitaciones preliminares recibidas por los docentes, visualizando las temáticas referidas desde una perspectiva con intencionalidad formativa.

La aplicación de la propuesta se desarrolla a partir de charlas, conversatorios y la ejecución de actividades físicas, lúdicas, recreativas y deportivas teniendo como referencia la orientación curricular de la herramienta didáctica del “ABC de la educación física para los docentes del grado transición del Colegio Laurel del Bosque”.

Aplicación del ciclo para evaluar la gestión pedagógica desarrollada con la propuesta en el proceso de formación física y motriz de los estudiantes, mediante el monitoreo, control y seguimiento de cada una de las actividades desarrolladas y estrategias aplicadas.

Dar a conocer a docentes, padres de familia y estudiantes el proyecto de formación en educación física para estudiantes del grado transición del Colegio Laurel del Bosque. Ver cuadro (4.6 cronograma de actividades).

Mediante carteleras, charlas, conversatorios, aplicación de pruebas y encuestas a docentes y padres de familia informar y capacitar sobre la importancia de la disciplina de

educación física para el desarrollo físico y motriz de los estudiantes del grado transición del Colegio Laurel del Bosque. Ver cuadro (4.6 cronograma de actividades).

Aplicar actividades lúdicas, juegos, recreativas, deportivas y expresivas que apoyen las prácticas de educación física en los infantes para fortalecer su proceso formativo. Ver cuadro (4.6 cronograma de actividades).

Evaluar el desarrollo de las actividades pedagógicas de carácter lúdico, deportivo, recreativo y físico mediante el monitoreo, el seguimiento y la retroalimentación continua de las prácticas de educación física en cuanto al fortalecimiento del proceso formativo de los estudiantes del grado transición del Colegio Laurel del Bosque. Ver cuadro (4.6 cronograma de actividades), Las personas que ejecutarán las actividades de la propuesta del proyecto son los directivos docentes, docentes del grado transición A y B, estudiantes de los cursos del grado transición y padres de familia de los estudiantes.

La propuesta como actividad de un ejercicio escolar incluyente además de involucrar, beneficia a todos los miembros de la comunidad educativa del grado Transición A y B del Colegio Laurel del Bosque.

En el desarrollo de la propuesta participan y apoyan el desarrollo de las múltiples actividades, los miembros de la comunidad académica, estudiantes, padres de familia y facilitadores externos que monitorearan también la realización de las mismas.

Se utilizarán diversos recursos técnicos según las actividades propuestas tales como: videos, C.D; video vean, televisor, VHS, internet, correo electrónico, grabadoras, etc. Igualmente, el desarrollo de las actividades será apoyado con la utilización de recursos didácticos tales como: guías de trabajo (para docentes, estudiantes y padres de familia), carteleras informativas, circulares informativas, espacios físicos especializados (rincones de aula, auditorio, sala de audiovisuales, patio de recreación...), agendas de trabajo, fichas técnicas, etc.



## 7.5 CONTENIDO

### EL ABC, DE LA EDUCACION FISICA PARA DOCENTES DE PREESCOLAR O CICLO INICIAL



#### **CARTILLA** *“EJERCITO Y DISFRUTO”*

*PROPUESTA PEDAGÓGICA PARA TRANSFORMAR LA  
PRÁCTICA DE LA EDUCACIÓN FÍSICA EN EL NIVEL  
PREESCOLAR O CICLO INICIAL.*

*HERRAMIENTA*

*DIDÁCTICA PARA LA CLASE DE EDUCACIÓN FÍSICA*

**LEONARDO RONDÓN PANQUEVA**

**UNIVERSIDAD LIBRE DE COLOMBIA  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN  
BOGOTA  
2013**

# **CONTENIDO**

## **INTRODUCCION**

## **PROPOSITOS**

### **1. RESPALDO TEORICO**

#### **1.1 Aspectos teóricos a tener en cuenta en La Educación física infantil.**

##### **1.1.1 Habilidades y Destrezas**

##### **1.1.2 Espacio Temporal**

##### **1.1.3 Capacidades Coordinativas.**

##### **1.1.4 Capacidades Condicionales.**

##### **1.1.5 Patrones de Movimiento.**

##### **1.1.6 Desarrollo Psicomotor.**

##### **1.1.7 Esquema Corporal**

##### **1.1.8 Formación y Realización Técnica.**

##### **1.1.9 Hábitos y Actitudes**

### **2. HERRAMIENTAS DE LA EDUCACION FISICA**

#### **2.1 La actividad física**

#### **2.2 La recreación**

#### **2.3 La ejercitación**

#### **2.4 el ritmo**

#### **2.5 La Expresión**

### **3. ORGANIZADOR CURRICULAR**

#### **4. ACTIVIDAD TALLER**

**4.1 *reconocimiento corporal y grupal***

**4.2 *actividad juego carrera de relevos***

**4.3 *taller de estiramiento y calentamiento***

**4.4 *clase de movilidad articular rítmica***

**4.5 *auto concepto del cuerpo corporal***

#### **5. INICIO Y FIN DE LA ACTIVIDAD**

**5.1 *¿Que es el calentamiento y estiramiento?***

**5.2 *¿ por qué es necesario adaptar el cuerpo y Sus miembros a la actividad?***

**5.3 *la necesidad del estiramiento y calentamiento.***

#### **6. FASE FINAL**

**6.1 *Recuperación***

#### **PLAN DE SESIONES**

#### **EVALUACION**

#### **BIBLIOGRAFIA**

## **INTRODUCCION**

***En los currículos contemporáneos de la educación formal, y específicamente para el caso colombiano, la Educación Física como área fundamental del currículo real de los diferentes planes de estudio (Decreto 1860 de 1994), adquiere la importancia teórico – práctica en el proceso formativo de los educandos, la que anteriormente se insinuaba tímidamente en las prácticas pedagógicas de la escuela.***

***Hoy en día, los contenidos del área de Educación Física, además de constituirse en el componente de corporeidad y expresión como un aprendizaje básico esencial para garantizar la formación integral de los educandos (Reorganización curricular por ciclos, SED, 2011), es considerado como uno de los grandes retos (en el campo de Deportes) del Plan Sectorial de Educación del Distrito, a implementar en el currículo de la educación inicial en el trabajo escolarizado de la educación inicial, sobre todo de pre jardín, jardín y transición (Propuesta SED, 2013. Retos del Plan Sectorial de Educación de Bogotá).***

***En este sentido, al destacar la importancia de la Educación Física en el marco organizativo de la estructura curricular institucional y en la práctica pedagógica convencional, para dotar a los estudiantes de experiencias significativas, que contribuyan en su proceso de formación integral, se aborda como estrategia metodológica de planificación de la clase de Educación Física, la herramienta “CARTILLA. EJERCITO Y DISFRUTO” en pro de cualificar la práctica docente a partir del diseño curricular y su consecuente praxis pedagógica.***

***La herramienta además, aborda una secuencia didáctica marco para la organización de la clase de Educación Física, así: fase I (calentamiento), fase II (actividades) y fase III (relajación).***

## **PROPOSITOS**

- ***Proponer a los y las docentes del nivel de educación preescolar del Colegio LAUREL DEL BOSQUE el diseño de un constructo curricular para la enseñanza en la clase de educación física, teniendo como referentes los medios de educación física y los elementos conceptuales básicos para su estructuración.***
- ***Generar espacios de reflexión y consenso pedagógico en torno a la didáctica y la metodología de enseñanza en la clase de educación física, para que los, las docentes del nivel preescolar transformen su práctica pedagógica en el quehacer cotidiano.***
- ***Diseñar actividades lúdicas y recreativas pertinentes para la clase de educación física del nivel preescolar teniendo como fundamento los aprendizajes básicos esenciales de área, y las características físico-creativas, cognitivas y socio-afectivas de los estudiantes.***

## **RESPALDO TEORICO**

### **ASPECTOS TEMATICOS NECESARIOS A TENER EN CUENTA EN LA EDUCACION FISICA INICIAL**

#### ***Aspectos del Esquema Corporal***

***Según TASSET, “ el esquema corporal, lo define como toma de conciencia de la existencia de las diferentes partes del cuerpo y de las relaciones recíprocas entre estas, en situación estática y en movimiento y de su evolución con relación al mundo exterior”<sup>1</sup>.Ello implica, que el conocimiento y dominio del cuerpo en los infantes de preescolar es un fundamento básico, a partir del cual puede llegar a construir el resto de aprendizajes.***

#### ***Dimensión Temporal***

***La estructuración espacio-temporal es la toma de conciencia de los movimientos en el espacio y el tiempo de forma coordinada.***

***Para TRIGUEROS y RIVERA, “La temporalidad y la espacialidad se coordinan dando lugar a la organización espacio-temporal, y se trata de un todo indivisible ya que todas las acciones se dan en un tiempo y lugar determinado”<sup>2</sup>.***

1. TASSET, J. M. Teoría y Práctica de la Psicomotricidad. Pág. 42

2. TRIGUEROS, C. y RIVERA, E. Educación Física de Base. Pág. 63



***En los estudiantes de preescolar la estructura espacio temporal, es el manejo del espacio y del tiempo, el niño ya sabe diferenciar entre el acá, allá, afuera, adentro (espacio), ayer, después, mañana (temporal)***

***El espacio temporal tiene un gran valor, ya que si un niño no se sabe ubicar espacial y temporalmente, no podrá seguir instrucciones en un juego, hacer ejercicios incluso manuales o realizar algún tipo de desplazamiento.***

***Es necesario que los niños construyan su conocimiento espacio-temporal, en una perspectiva individual y social.***

### ***Desarrollo de las Capacidades Coordinativas.***

***Según HIPÓLITO CAMACHO “son capacidades sensomotrices consolidadas del rendimiento de la personalidad; que se aplican consciente mente en la dirección del movimientos, componentes de una acción motriz con una finalidad determinada”<sup>3</sup>, por consiguiente estas capacidades dirigen y regulan el movimiento a través del sistema nervioso central.***

***3.CAMACHO COY, Hipólito. Pedagogía y didáctica de la Educación Física. Pág.: 85.***

***El anterior concepto indica que las capacidades coordinativas a nivel sensomotriz son fundamentales para desarrollar las conductas sicomotoras, afianzar los patrones de movimiento y mejorar movimientos culturalmente determinados.***

***De acuerdo con lo anterior se puede decir que para el desarrollo físico del niño, es importante fortalecer las capacidades coordinativas ya que ellas permiten que los niños posean control y regulación en los movimientos que realizan.***

- ***Desarrollo de las Capacidades Condicionales***

***Se entienden como las aptitudes físicas que posee el ser humano para mejorar gradualmente su rendimiento físico, por tanto, dependen de los procesos energéticos.***

***Según HAHN “vienen determinadas por los procesos energéticos y metabólicos de rendimiento de la musculatura voluntaria: fuerza, velocidad, resistencia”<sup>4</sup>.***

***Las capacidades condicionales son habilidades innatas del ser humano que son morfológicas o psicológicas, las cuales se desarrollan desde temprana edad en los niños de educación preescolar;***

4 HAHN, E. Entrenamiento con niños. Pág.: 73.

**En tal sentido, se puede afirmar que estas capacidades como su nombre lo indica, condicionan el funcionamiento del cuerpo y se desarrollan en el niño con la edad, la estimulación y el afianzamiento de la cultura del movimiento.**

- **Patrones Básicos del Movimiento**

**Los patrones de movimiento se refieren a una serie de movimientos estructurados y organizados de una forma secuencial. Es decir; son una rutina o secuencia fija de una serie de movimientos establecidos.**

**Según HARROW y SEFELDT, “los patrones básicos de movimiento son características de movimientos ejecutados con una forma mínima que no igualan la forma utilizada en la ejecución de actividades complejas como las deportivas<sup>5</sup>; se clasifican en: locomoción (andar, correr, saltar, variaciones de salto, deslizarse, rodar, trepar); no locomotrices (balancearse, inclinarse, girar, doblar, estirar); manipulación de objetos (lanzar, atrapar, golpear, patear, empujar, levantar). Estos patrones de movimiento están presentes en la vida cotidiana del niño y se pueden dar por su desarrollo físico (herencia), el aprendizaje y el sistema nervioso, no siempre son aprendibles pero se desarrollan a través del tiempo con las adaptaciones del cuerpo y según lo que requiera cada uno de los patrones”<sup>5</sup>.**

<sup>5</sup> HARROW, A. SEFELDT. *Taxonomía del ámbito psicomotor*. Pág.: 62.

- **Manifestación Del Desarrollo Psicomotor**

***Evolución de los distintos aspectos del individuo que se engloban y actúan bajo el Concepto psicomotricidad.***

***En los dos primeros años de vida el niño adquiere el control y sostén de la cabeza, la sed estación y la bipedestación. En la etapa que discurre de los tres a los seis años hay una maduración motórica que se manifiesta en el dominio de la marcha, la carrera y las actividades manipulativas. A partir de los cinco años, el niño pasa el estadio global al de diferenciación y análisis de los distintos segmentos corporales. El comienzo de la escolarización supone un nuevo sometimiento a normas sociales y un contacto entre iguales. Predomina el juego simbólico frente al puramente motórico, y se va iniciando el juego reglado. El desarrollo psicomotor es el movimiento corporal de manos, piernas brazos etc. así como diferentes músculos del cuerpo.***

***De igual forma, el desarrollo psicomotor es el proceso que le permite al niño relacionarse, conocer y adaptarse al medio que lo rodea. Este proceso incluye aspectos como el lenguaje expresivo y comprensivo, coordinación viso-motora, motricidad gruesa,***

**equilibrio y el aspecto socio-afectivo, que está relacionado con la autoestima.**

- **Creación y Realización Técnica**

**Se entienden como el repertorio básico para la ejecución de estrategias de movimiento que implican un rendimiento motriz acomodado a las estructuras corporales, y a la utilización y aprovechamiento de los recursos que el desarrollo de las actividades requiere como pauta formativa para el aprendiz.**

**En tal sentido Andreas Bund, “expone desde la teoría del aprendizaje motor que la forma como se adquieren y se realizan las tareas obedecen a la forma como el ejecutante plantea su desempeño motriz.**

**Para esto ha explicado a partir de su estudio las siguientes clasificaciones: Estrategias cognitivas haciendo uso del procesamiento de información del aprendizaje; estrategias meta cognitivas, ligadas al proceso de planear, controlar y regular el aprendizaje; uso de recursos, como ayuda de otras personas o de otros medios y estrategias motrices, que hacen referencia a la repetición de la tarea motriz hasta alcanzar el gesto o la meta de desempeño”<sup>6</sup>.**

<sup>6</sup> BUND, Andreas. *Auto aprendizaje en el deporte*. Pág.: 54.

## **HABILIDADES Y DESTREZAS MOTRICES BASICAS**

**Entendiendo la conceptualización de habilidades y destrezas como las capacidades susceptibles de educación y mejora, CONTRERAS define la habilidad como “la capacidad adquirida por aprendizaje de producir resultados previstos con el máximo de certeza y frecuentemente, con el mínimo dispendio de tiempo, de energía o de ambas cosas”<sup>7</sup>.**

**En el campo de la Educación Física, tal como lo manifiestan GENERELO y LAPETRA (1993), en Habilidades y Destrezas Motrices Básicas: análisis y evolución, el concepto de Habilidad hace referencia a la capacidad que se adquiere por aprendizaje para realizar acciones motrices por medio de las que se logra el objetivo esperado con un mínimo gasto de energía y/o tiempo.**

**Según la anterior afirmación, las habilidades trascienden el movimiento como simple acción, ya que están dirigidas a la ejecución de un propósito lo que implica una orientación y dirección de las acciones motrices con un sentido y una intensidad determinadas, esto quiere decir, que el aprendizaje de las habilidades está mediado por la interpretación de las exigencias que se presentan en la situación motriz y por la toma de decisiones implicadas en los procesos de aprendizaje. Teniendo en cuenta los planteamientos teóricos anteriores, según CONTRERAS, “se puede plantear que la Habilidad Motriz sugiere la adquisición de una competencia motriz que se origina en el aprendizaje”<sup>8</sup>.**

<sup>7</sup> CONTRERAS JORDAN, O. R. *Didáctica de la Educación Física*: Pág. 189

<sup>8</sup> CONTRERAS JORDAN, O. R. *Ibíd.* Pág. 193.

## **Conductas Hábitos y Actitudes Deportivas**

***El hábito hace referencia a cualquier comportamiento repetido regularmente, que requiere de un pequeño o ningún raciocinio y es aprendido, más que innato. “ Por su parte las habilidades son una forma de respuesta, a alguien o a algo aprendido y relativamente permanente. Los hábitos se adquieren y se perfeccionan con la práctica”<sup>9</sup>.***

***Los hábitos y las actitudes son manifestaciones rutinarias del individuo acordes a la realidad entorno. Así, el acto automatizado por la experiencia se le denomina hábito.***

***Los hábitos se expresan a través de los gestos, posiciones posturales pasando por la satisfacción de los deseos personales, como en el hábito de jugar o de comer. La actitud por su parte es una forma de motivación social que predispone la acción de un individuo hacia determinados propósitos.***

<sup>9</sup> MUÑOZ, D. Juan C. Hábitos y estilos de vida en relación con la actividad física con la educación primaria. Página de Internet. <http://www.efdeportes.com/efd79/habitos.htm>.

## **HERRAMIENTAS DE LA EDUCACION FISICA**

*Las herramientas de la educación física son comprendidas como aquellas ayudas inmersas en el desarrollo de una clase de educación física, con el fin de abordar todas aquellas necesidades físico motriz del niño para el aporte en el proceso educativo por parte de un profesor de educación física o de uno que no sea del área.*

*Conózcase así este manual como la perfecta colaboración para aquellos que no son profesores de educación física pero como colegas de la educación en ocasiones se ven obligados a dictar esta área en niños del ciclo inicial llamado siempre como el profesor( ra) de preescolar .*

## **ACTIVIDAD FISICA**

*Es todo aquello que no involucra reglas o normas a desempeñar dentro de un espacio o área determinada (campo de juego cancha, tablero, mesa, entre otros). A menudo se asocia a la competitividad deportiva; requiere competición con uno mismo o con los demás.*

*La actividad física refiere normalmente a actividades en las cuales la capacidad física pulmonar del competidor son la forma primordial para determinar el resultado (ganar o perder); sin embargo, también se usa para incluir actividades donde otras capacidades externas o no directamente ligadas al físico del deportista son factores decisivos, como la agudeza mental o el equipamiento.*



***“Las actividades físicas son un entretenimiento tanto para quien lo realiza como para quien observa su práctica. Aunque frecuentemente se confunden los términos deporte y actividad física/Fitness, en realidad no significan exactamente lo mismo.***

***Las actividades físicas tiene la facultad de ayudar a desarrollar destrezas físicas, hacer ejercicios, socializar, divertirse, aprender a jugar formando parte de un equipo, aprender a jugar limpio y a mejorar el autoestima. La actividad física ayuda a los niños en su desarrollo físico mejorando y fortaleciendo su capacidad física y mental”<sup>10</sup>.***

***Existen diferentes clases de deportes como: el ajedrez que es un deporte mental, la natación un deporte físico, el golf un deporte tanto físico como mental, entre otros.***

<sup>10</sup>. <http://www.monografias.com/trabajos92/educacion-fisica-y-deporte/educacion-fisica-y-deporte.shtml#eldeportea#ixzz2hcR95paX>

## **LA RECREACION**

***La recreación es un hecho motriz implícito en la práctica habitual del niño. Se considera el mejor medio educativo para favorecer el aprendizaje, fortaleciéndose con él todo el desarrollo físico y psicomotor, el desarrollo intelectual, el socio-afectivo, etcétera.***

***Normalmente requieren del uso mental o físico, y a menudo de ambos. Muchos de los juegos ayudan a desarrollar determinadas habilidades o destrezas y sirven para desempeñar una serie de ejercicios que tienen un rol de tipo educacional, psicológico o de simulación.***

***Según HUIZINGA la recreación “es una actividad u ocupación voluntaria que se realiza dentro de ciertos límites establecidos de espacio y tiempo, atendiendo a reglas libremente aceptadas, pero incondicionalmente seguidas, que tiene su objetivo en sí mismo y se acompaña de un sentimiento de tensión y alegría”<sup>11</sup>.***

***Concluyendo, la recreación corresponde a una actividad que se basa en la aceptación total del momento presente, en total ausencia de la finalidad.***

<sup>11</sup> HUIZINGA, J. *Homo Ludens*. Pág. 69.

***La carencia de finalidad y el placer de ejecutar una actividad es lo que lleva al juego a ser un elemento tan importante en el desarrollo humano.***

### ***La Ejercitación***

***La ejercitación es una técnica que contribuye a través del ejercicio físico o psíquico al desarrollo armónico del cuerpo o de la mente. En este último caso hablamos de gimnasia mental, que contribuye a ejercitar las funciones del cerebro, mediante ejercicios de memoria, observación, coordinación, comparación, etcétera, que permite utilizar las funciones cerebrales más óptimamente, y acrecentar la capacidad cognitiva.***

***Se produce, al practicar una actividad física, una síntesis combinatoria de fuerza, movimiento, equilibrio, agilidad y armonía. “Ambas, la ejercitación física y la mental, son prácticas de estimulación. La ejercitación general es no competitiva y tiende al pleno desarrollo individual”<sup>12</sup>.***

***La ejercitación se puede definir como la forma sistematizada de ejercicios físicos diseñados con propósitos terapéuticos, educativos o competitivos. La ejercitación educativa es un programa que instruye a los estudiantes en tácticas que comprenden fuerza, ritmo, balance y agilidad.***

<sup>12</sup>. Concepto de gimnasia - Definición en DeConceptos.com <http://deconceptos.com/ciencias-naturales/gimnasia#ixzz2hcgNDgNo>.

## ***El Ritmo***

***El ritmo podría definirse como una serie de movimientos corporales que siguen un patrón, acompañados generalmente con música y que sirve como forma de comunicación o expresión. Los seres humanos se expresan a través del movimiento. El ritmo es la transformación de funciones normales y expresiones comunes en movimientos fuera de lo habitual para propósitos extraordinarios. Incluso una acción tan normal como el caminar se realiza en la danza de una forma establecida, en círculos o en un ritmo concreto y dentro de un contexto especial. El ritmo puede incluir un vocabulario preestablecido de movimientos, como en el ballet o pueden utilizarse gestos simbólicos o mimo, como en las numerosas formas de danzas. El ritmo puede ser recreativo, ritual o artística y va más allá del propósito funcional de los movimientos utilizados en el trabajo y los deportes para expresar emociones, estados de ánimo o ideas. Puede contar una historia, servir a propósitos religiosos, políticos, económicos o sociales; o***

***puede ser una experiencia agradable y excitante con un valor meramente estético.***

### ***. La Expresión corporal***

***La expresión corporal es entendida como el lenguaje propio y espontáneo del ser humano (comunicación interpersonal), por el cual manifiesta sus ideas, emociones, sensaciones, sentimientos, donde la vida se expresa en la corporeidad y la motricidad ya que el significado que damos a lo percibido y la manera de expresarlo es diferente en cada individuo.***

***Para efectos didácticos se debe tener en cuenta varias clases de expresión:***

***La expresión espontánea: cuando la persona trabaja por si sola, sin sugerencias, sin recibir materiales es decir, el mismo elige actúa y hasta aprende.***

***La expresión libre: cuando la persona recibe los materiales seleccionados para que los utilice a su manera, se parece a la anterior, solo que ya está implícito un objetivo y la confianza radica en darle la oportunidad de acción a quien la ejecuta. Pensemos en una indicación de cortar papel o de llevar y traer.***

***La expresión motivada: cuando se dirigen las actividades del niño, con un propósito determinado.***

## **INICIO Y FIN DE LA ACTIVIDAD**

### **ACTIVIDADES A REALIZAR**

***El fin de cada actividad es que sea llevada a cabo por tiempos de 15 minutos, además dividimos el grupo en 3 o 4 grupos equivalentes, seguido organizamos las actividades a manera de circuito es decir 4 estaciones y vamos rotando el grupo para que todos participen.***

#### ***Trabajos de equilibrio***

- ***Caminar sobre una línea.***
- ***Caminar sobre un banco.***
- ***Caminar sobre una tabla o tronco***
- ***Caminar con objetos sobre la cabeza.***

#### ***Trabajos de coordinación***

- ***Pararse en la punta de pies a la vez que se eleven***

***Los brazos arriba.***

- ***Caminando al frente tocando objetos que se encuentren a su alrededor.***
- ***Saltillo al frente y cuclillas.***
- ***Caminar en cuadrúpeda por debajo de un obstáculo.***
- ***Brazo arriba y abajo/ Sentados y ponerse de pie.***
- ***Brazo al frente y atrás Sentados y ponerse de pie.***

## **Trabajo tren inferior**

- **Levantar pierna.**
- **Correr hacia los lados.**
- **Correr hacia atrás.**
- **Saltar con ambos pies avanzando a un ritmo determinado.**
- **Marcha normal con pasos cortos y largos.**
- **Realizar pequeños saltos en el lugar.**

## **Trabajos de rechazos y lanzamientos**

- **Lanzar con una o dos manos objetos de diferentes tamaños hasta el lugar donde la educadora indique.**
- **Lanzar objetos y pelotas hacia señales sonoras. Carrera en línea recta tras el sonido del silbato. Caminar por una línea recta con brazos laterales.**
- **Caminar en punta de pie. Caminar según el silbato.**
- **Saltar según el sonido.**

## **Juegos y Actividades complementarias para la clase**

### **1. Lanza la pelota**

**La educadora lanzará pelotas en distintas direcciones, los niños correrán a cogerla y se lanzarán a la educadora, las pelotas serán de diferentes tamaños. Se puede utilizar pelotas hechas por los niños, etc.**

## **2. Los aviones**

**Los niños estarán colocados de forma dispersa por el área y bien separados, a la señal de la educadora "Aviones a volar" los niños imitarán el vuelo de los aviones por el área, con los brazos extendido lateralmente, ala otra señal, "Aterricen", se detendrán y realizarán cuclillas.**

## **3. Ratonés a su casita**

**La educadora le explica a los niños que ellos serán ratoncitos que van a pasear por la cocina donde hay mucho queso, y que correran al sonido de las claves, más rápido y más suave, cuando dejen de sonar las claves comerán el queso y volverán a sus casitas.**

## **4. Un día de Paseo**

**Los niños saldrán de paseo por el campo con la educadora, de pronto se encuentran con un río, (la educadora lo tendrá dibujado con anterioridad) pasará de un lado a otro por encima de un puente, el niño que no pase no podrá llegar hasta los nidos de los pajaritos.**

## **5. Sapitos al Agua**

**Se trazará un círculo en el área. Los niños saltarán alrededor del círculo. A la señal "sapitos al agua" saltarán al interior del círculo trazado y caminarán imitando con los brazos, el movimiento de natación de los sapos.**



## **ACTIVACION CARDIACA**

***Dentro del conocimiento generalizado en esta cartilla sobre la educación física infantil encontramos también bases teóricas del entrenamiento deportivo como lo es la iniciación de cualquier actividad física , en ello encontramos la activación cardiaca, el calentamiento articular y el estiramiento muscular.***

***Es importante educar desde muy temprana edad sobre el mantenimiento y la conservación de vida , además hablar sobre higiene corporal y mejoramiento de vida, en este caso lo haremos desde la educación física infantil.***

***Conocido como el primer parámetro en la iniciación del ejercicio o de cualquier actividad física, se da por medio de movimientos dinámicos acompañados de un trote o carrera continua, manteniendo un ritmo corporal constante por mínimo 8 a 10 minutos , dicho trote o carrera podrá ser reemplazados por movimientos dinámicos que impliquen cambios de ritmos.***

## **CALENTAMIENTO**

***Debe enfocarse en las zona articular hombros, rodillas, codos, muñecas, tobillo y aplicados en movimientos circonduccionales por sesiones conocidas como movilidad articular, esta actividad se recomienda realizarla dinámica y rítmica para generar mayor atención en los niños acompañado e rondas y canticos.***

## **ESTIRAMIENTO**

***Casi siempre se da a nivel muscular, esta actividad debe programarse de una manera dinámica y recreativa más que eso un poco recreativa por ser un trabajo un poco doloroso y traumático, la parte de la elongación muscular debe programarse por sesiones para mayor efectividad, sin olvidar que es una población de corta edad se recomienda que cada actividad se realice lo más recreativa y dinámica.***

## **FASE FINAL**

***para el retorno a la calma utilizaremos actividades de trabajo dinámico lúdico con movimientos un poco lentos para realizar la vuelta a la calma a nivel cardiaco, nos cercioramos de realizar la toma de pulso de ciertos participantes para asegurarnos de el retorno a la calma cardiaca.***

**EVALUACIÓN DE LA ENSEÑANZA Y EL APRENDIZAJE  
EN LA CLASE DE EDUCACIÓN FÍSICA  
COLEGIO LAUREL DEL BOSQUE  
Sección Preescolar**

**NOMBRE:** \_\_\_\_\_  
**CAMPO DE CONOCIMIENTO:** \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

**CURSO:** \_\_\_\_\_  
**CICLO :** \_\_\_\_\_  
**AREA:** \_\_\_\_\_  
**FECHA:** \_\_\_\_\_

*A continuación se enuncian unas preguntas relacionadas con la clase de educación física. Responda coloreando la carita que mejor le parezca en cada situación.*

PREGUNTA	RESPUESTA	RESPUESTA	RESPUESTA
1. LE GUSTA LA CLASE DE EDUCACIÓN FÍSICA?			

PREGUNTA	RESPUESTA	RESPUESTA	RESPUESTA
2. EL PROFESOR (A) DE EDUCACIÓN FÍSICA CORRE, JUEGA, SALTA, CONTIGO; DURANTE LA CLASE?			

PREGUNTA	RESPUESTA	RESPUESTA	RESPUESTA
3. EN LA CLASE DE EDUCACIÓN FÍSICA UD. JUEGA, BAILA, HACE GIMNASIA, HACE DEPORTE?			

**EVALUACIÓN DE LA ENSEÑANZA Y EL APRENDIZAJE  
EN LA CLASE DE EDUCACIÓN FÍSICA  
COLEGIO LAUREL DEL BOSQUE  
Sección Preescolar**

**NOMBRE:** \_\_\_\_\_

**CURSO:** \_\_\_\_\_

**CAMPO DE CONOCIMIENTO:** \_\_\_\_\_

**CICLO :** \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

**AREA:** \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

**FECHA:** \_\_\_\_\_

<b>PREGUNTA</b>	<b>RESPUESTA</b>	<b>RESPUESTA</b>	<b>RESPUESTA</b>
<b>4. LE GUSTA LA FORMA COMO EL PROFESOR (A) ENSEÑA LA CLASE DE EDUCACIÓN FÍSICA?</b>			

<b>PREGUNTA</b>	<b>RESPUESTA</b>	<b>RESPUESTA</b>	<b>RESPUESTA</b>
<b>5. EN LA CLASE DE EDUCACIÓN FÍSICA APRENDIÓ A HACER EJERCICIOS DE ESTIRAMIENTO?</b>			

<b>PREGUNTA</b>	<b>RESPUESTA</b>	<b>RESPUESTA</b>	<b>RESPUESTA</b>
<b>6. EN LA CLASE DE EDUCACIÓN FÍSICA APRENDIÓ A HACER EJERCICIOS DE MOVIMIENTO DE BRAZOS Y PIERNAS?</b>			

**EVALUACIÓN DE LA ENSEÑANZA Y EL APRENDIZAJE  
EN LA CLASE DE EDUCACIÓN FÍSICA  
COLEGIO LAUREL DEL BOSQUE  
Sección Preescolar**

**NOMBRE:** \_\_\_\_\_

**CURSO:** \_\_\_\_\_

**CAMPO DE CONOCIMIENTO:** \_\_\_\_\_

**CICLO :**

**AREA:**

\_\_\_\_\_

**FECHA:** \_\_\_\_\_

<b>PREGUNTA</b>	<b>RESPUESTA</b>	<b>RESPUESTA</b>	<b>RESPUESTA</b>
<b>7. USTED APRENDIÓ ALGUNOS JUEGOS EN LA CLASE DE EDUCACIÓN FÍSICA?</b>			

<b>PREGUNTA</b>	<b>RESPUESTA</b>	<b>RESPUESTA</b>	<b>RESPUESTA</b>
<b>8. USTED APRENDIÓ ALGUNOS BAILES EN LA CLASE DE EDUCACIÓN FÍSICA?</b>			

<b>PREGUNTA</b>	<b>RESPUESTA</b>	<b>RESPUESTA</b>	<b>RESPUESTA</b>
<b>9. USTED. APRENDIÓ ALGUNOS DEPORTES EN LA CLASE DE EDUCACIÓN FÍSICA?</b>			

**ORGANIZADOR CURRICULAR3**  
**UNIDAD DIDÁCTICA No. \_\_\_**

<b>FECHA:</b> _____	<b>NIVEL:</b> Pre-escolar	<b>GRADO:</b> Transición
<b>TEMA:</b> Es el contenido conceptual que se trabaja cada día		<b>TIEMPO</b>
<b>PREVISTO</b> _____		
<b>TITULO:</b> Título de la actividad que se realiza, el cual debe ser llamativo		
<b>FUNDAMENTACION TEORICA:</b> En esta sesión va escrito el sustento teórico con autor, de los elementos conceptuales que se van a trabajar cada día de clase.		

LOGROS	CONCEPTUALES	PROCEDIMENTAL	ACTITUDINAL
	Este logro hace referencia a los contenidos, hechos, principios y conceptos del saber específico a tratar en clase.	Este logro se refiere a los contenidos procedimentales, acciones y estrategias para lograr fines, resolver situaciones, etc. Implican el saber hacer.	Contenidos actitudinales, que se refieren a las actitudes y valores morales, que implican el saber vivir juntos y saber valorar.

	DESPLAZAMIENTO	MOVILIDAD ARTICULAR	ESTIRAMIENTO	RECURSOS	INDIC. EVALUACIÓN
<b>FASE INICIAL</b>	En esta fase se debe preparar al grupo para la actividad física, estableciendo algunas normas e iniciar buscando la motivación además descubrir posibles riesgos en los niños Tiempo: 5 minutos	En esta fase se realiza el movimiento de las articulaciones buscando de forma suave el máximo rango (amplitud) articular. Se hará de los tobillos al cuello y viceversa. No se debe olvidar la movilidad de la columna vertebral ni de las articulaciones mas importantes. Tiempo: 5 minutos	Para finalizar, realizar la fase de Estiramiento; estirando de forma progresiva los grandes grupos musculares. Se mantiene entre 10-30 seg realizando movimiento la vuelta a la calma. Tiempo: 5 minutos	Se consignan los materiales de apoyo y se relaciona el recurso humano participe de la actividad (incluyendo profesores).	Se relacionan los indicadores de evaluación de la fase inicial, teniendo en cuenta los tres niveles de logro.
<b>ACTIVIDADES</b>	Son todas aquellas actividades que sirven para darle una introducción o arranque a la siguiente actividad, sin olvidar que esta debe ser acorde con el elemento que se esté trabajando y con la actividad nueva. Tiempo: 15 minutos.	Son todas las actividades nuevas que se proponen para trabajar con los elementos dados en las actividades de clase Tiempo: 10 minutos.	Es la actividad libre; opción que se le da al niño para que realice algún Juego que prefiera sin olvidar que debe ser acorde con lo que se trabaje en la clase. Tiempo: 5 minutos.	Materiales didácticos que se van a utilizar en las actividades propuestas ya sean de tipo físico o didáctico si es necesario.	Se relacionan los indicadores de desempeño de la evaluación de la fase central. teniendo en cuenta los tres niveles de logro.
<b>FASE FINAL</b>	Esta es la fase de relajación la cual busca restablecer los niveles normales de los sistemas fisiológicos y psicológicos. Tiempo: 5 minutos	Esta fase suele llevarse a cabo a través de los ejercicios de relajación del cuerpo y estiramiento del mismo, y finalmente se verifica el ritmo cardiaco buscando el pulso para sentir la frecuencia	Se realizan las preguntas pertinentes sobre el desempeño de los estudiantes en la actividad. Tiempo: 5 minutos	Planta física, (espacios en donde se ejecutaran las actividades ya sea una cancha o salon de clase).	Se relacionan los indicadores de evaluación, respecto a la fase final. teniendo en cuenta los tres niveles de logro.

		<i>Tiempo: 5 minutos.</i>			
--	--	---------------------------	--	--	--

***BIBLIOGRAFIA DE LA CARTILLA EJERCITO Y APRENDO***

***BARON, Robert A. Fundamentos de Psicología. Editorial Prentice Hall Hispanoamérica. S.A.***

***BOLAÑOS, Cristina. Manual para padres con enfoque humanista. Editorial Limusa. México. 2002.***

***BUND, Andreas. Auto-aprendizaje en el deporte. Editorial Rodrigo Arboleda Sierra. Medellín. 2007.***

***CAMACHO, Hipólito. Pedagogía y didáctica de la educación física. Editorial kinesis. Armenia. 2003.***

***CERDA G., Hugo. La investigación formativa en el aula. Colección investigar. Cooperativa Editorial Magisterio. Bogotá. 2007.***

***CONTRERAS JORDAN, O.R. Didáctica de la Educación Física: un enfoque constructivista. INDE publicaciones. Barcelona. 1998.***

***DIAZ, Ivet del R. LÓPEZ, V, Claudia. Compendio escalas de desarrollo de cero a seis años. Manizales. 1992.***

***DIAZ M, Héctor A. Hermenéutica de la lúdica. Colección Aula Abierta. Cooperativa Editorial Magisterio. Bogotá. 2007.***



**DURAND, Marc.** *El niño y el deporte.* Editorial Paidós. 1era. Edición. Barcelona. España. 1988.

**FUENTES, Luis A.** *El valor pedagógico de la danza.* Valencia, España. Disponible en internet <http://dialnet.unirioja.es/servlet/tesis/codigo>.

**HAHN, E.** *Entrenamiento con niños.* Martínez Roca. Barcelona. 1968.

**HARROW, A. SEFELDT y otros.** *Taxonomía del ámbito psicomotor.* Marfil, Alcoy. Madrid. 1978.

**HUIZINGA, J.** *Homo Ludens.* Alba. Madrid. 1987.

**JIMÉNEZ, B.** *Proyecto docente investigador. Metodologías orientadas a la investigación e interpretación.* En: Internet. [http://www.ice.urv.es/cursos / tesi\\_doctora/Imetodologinves02.pdf](http://www.ice.urv.es/cursos/tesi_doctora/Imetodologinves02.pdf). Año 2002.

**MUÑOZ, D. Juan C.** *Hábitos y estilos de vida en relación con la actividad física con la educación primaria.* Revista digital No 79. Página de Internet. <http://www.efdeportes.com/efd79/habitos.htm>. Buenos Aires. Diciembre de 2004.

**MUÑOZ, GUILLEN, Jorge A.** *El movimiento humano: Necesidades y subsistencia, etapas de aprendizaje y desarrollo.* Disponible en Internet. <http://www.tiquicia.com/columnas/deportes/>.

**MUÑOZ, Luis y otros.** *Programa carrera de educación física preescolar.* Tercera Edición. Neiva. 1996.

**TRIGUEROS, C. y RIVERA, E. Educación física de base. Edit. Gioconda. Granada. 1991.**

**VAHOS, Oscar. Juguemos dos. Editorial real gráficas. Medellín. 2000.**

**PÁGINAS INTERNET:**

***<http://www.monografias.com/trabajos92/educacion-fisica-y-deporte/educacion-fisica-y-deporte.shtml#eldeportea#ixzz2hcR95paX>***

**Concepto de gimnasia Definición en DeConceptos.com**

***<http://deconceptos.com/cienciasnaturales/gimnasia#ixzz2hcqNDqNo>***

***<http://www.efdeportes.com/efd104/necesidades-educativas-especiales.htm>***

## 7.6 EVALUACION Y SEGUIMIENTO DE LA PROPUESTA

El proceso de formación que implica la propuesta será evaluado en su totalidad, monitoreando el desarrollo de cada actividad en forma directa e indirecta, realizando un seguimiento sobre las mismas en términos formales e informales y planteando como modelo de gestión integral para mejorar el contenido de la propuesta el ciclo metodológico del PHVA (Planear, hacer, verificar, actuar) en su desarrollo.

En el desarrollo de la propuesta se tendrán en cuenta 3 fases para el proceso evaluativo: antes (evaluación proactiva o ex – ante), durante (evaluación interactiva o de seguimiento), y después (evaluación post activo o ex – post).

### 7.6.1 INDICADORES DE LOGRO

Con el fin de comprobar la producción de los resultados o productos y el logro de los objetivos se diseñaran indicadores de logro, como unidades de medida que expresen el cambio pretendido en un determinado tiempo o y sobre la base de las acciones concretas a desarrollar. Estos indicadores están asociados al logro del objetivo general de la propuesta y establecen relación con la diferencia entre el estado inicial, antes de la aplicación de la propuesta, y el estado final, posterior a la implementación de la propuesta, cuanto se logró con las acciones desarrolladas, que cambió y si el cambio alcanzado es posible der verificar.

#### Fase 1: Indicador de logro

Los estudiantes del grado Transición A y B, docentes, y padres de familia al termina la fase de divulgación alcanzarán cierto grado de conciencia en torno a la importancia que tiene la educación física para el proceso formativo de los niños (as).

#### Fase 2: Indicador de logro

Al finalizar la fase de capacitación la mayoría de los estudiantes del grado Transición A y B Y docentes de dicho grado habrán iniciado un proceso de formación y actualización respectivamente sobre los fundamentos teóricos – prácticos más importantes disciplinares para el desarrollo de la clase y la actividad física.

#### Fase 3: Indicador de logro

Al finalizar la fase práctica (experimentación) la mayoría de los estudiantes del grado Transición A y B, además de demostrar agrado por la actividad física asimilarán y pondrán en práctica saberes, estrategias y hábitos elementales que les permitan avanzar en su proceso de formación física y psicomotriz a partir de las enseñanzas innovadoras de los docentes, al utilizar como recurso la herramienta didáctica propuesta.

#### Fase 4: Indicador de logro

Los estudiantes del grado Transición A y B al terminar la fase cíclica de evaluación demostrarán conocimientos y actitudes de formación en la cultura de la actividad física, y los docentes habrán reestructurado sus prácticas metodológicas y didácticas para la enseñanza y el aprendizaje de los estudiantes en torno a la educación física.

Para dar continuidad al proceso desarrollado con la propuesta en vigencias de años lectivos posteriores en la institución, se hará entrega de una copia en medios físico y magnético del presente proyecto de investigación con sus respectivos componentes y explicación del mismo a la Rectoría del colegio para su respectiva implementación, puesta en práctica del mismo por parte del cuerpo docente en fase experimental y que permita consolidar para futuras generaciones escolares los propósitos del mismo.

## 8. PERSPECTIVA PEDAGÓGICA

La reorganización de la enseñanza en el Colegio Laurel del Bosque por ciclos de educación facilita el desarrollo de los procesos de formación de los educando, como en el caso del ciclo de educación inicial, dado que los intereses, expectativas y necesidades de los infantes son similares y el contexto le es común; por tanto la concepción, diseño y ejecución de la propuesta (“El ABC de la educación física para los docentes del grado transición del Colegio Laurel del Bosque”), constituye la práctica de un saber colectivo construido con sentido para el presente y futuras generaciones escolares.

La utilización de estrategias lúdicas, recreativas, deportivas de orden pedagógico y desde la concepción de una pedagogía constructivista comprender su construcción de cultura, la comunicación, la interacción entre éstos y su relación con la naturaleza, dinamizando y avizorando su proceso formativo desde otras perspectivas innovadoras y transformadoras desde la práctica pedagógica docente y frente a ellas las posibilidades de aprendizaje del educando.

El abordar situaciones problemáticas en el campo de la pedagogía, como la subvaloración de la enseñanza y aprendizaje de la educación física, importante en la educabilidad y recrearlas, en el sentido de reproducirlos simbólicamente a través de las diferentes formas de expresión lúdica y recreativa, permite hacer conciencia por parte de los estudiantes, a pesar de su edad, del hecho en cuestión y actuar en consecuencia con una intencionalidad pedagógica dirigida a la modificación de representaciones simbólicas y concretas que inciden en la cultura de la actividad física.

En esta perspectiva los paradigmas pedagógicos cambian, y es así como desde el punto de vista epistemológico, la hermenéutica de la lúdica al explicar el fenómeno lúdico desde la imaginación simbólica y las condiciones humanas subyacentes al mismo posibilita asumir la comprensión y explicación de los fenómenos de la subjetividad humana, superando la visión empírica y reduccionista, del fenómeno lúdico al juego, la recreación o el placer, para ubica así su importancia pedagógica en la educabilidad del ser humano.

Por tanto desde una postura hermenéutica, la esencia de la lúdica no se determina en un solo elemento o condición, si no en un sistema de relaciones subjetivas, de la cual ella es su manifestación.

Al reducir la lúdica en el ámbito educativo a una herramienta o estrategia, para alcanzar determinados fines en la formación de estudiantes, para utilizarla como un factor recreativo, para motivar en aras de crear un ambiente lúdico (“Pedagogía lúdica”) se cae en la superficialidad y el activismo -tan generalizado en las instituciones educativas- que no permite comprender la esencia de la educación lúdica del sujeto en la educación del ser humano.

“Para que ello sea posible es necesario entender que la forma de expresión artística o recreativa, por si misma, no necesariamente es lúdica, de la misma manera que el juego no es lúdico por que sea juego, sino porque en él se expresa simbólicamente el sujeto”<sup>20</sup>

20. DIAZ M. Hector. Hermenéutica de la lúdica. Pág.:60

“ El fundamento pedagógico por tanto de la lúdica se debe buscar por encima de las particularidades para que le permitan al docente orientar procesos para educar la condición lúdica del ser humano teniendo en cuenta la complejidad y pluralidad, del fenómeno en sus manifestaciones lúdico estéticas (en las cuales se continúen todas las expresiones artísticas y folclóricas); lúdico recreativas (en el sentido de competencia), entre otras muchas que implican la fiesta y el azar”<sup>21</sup>. Independientemente de los paradigmas epistemológicos que subyacen a la pedagogía del siglo XXI: racionalidad analítica, racionalidad dialéctica, racionalidad comunicativa y totalizante (tendencia constructivista con sus múltiples variantes) y por no ser la lúdica un acto cognoscitivo sino de expresión simbólica, y si es posible conocer a partir de ella, no es precisamente el conocimiento científico, “la expresión lúdica está asociada de manera esencial a la convivencia del ser humano, a la construcción de cultura, a la comunicación y la interacción entre los sujetos. Y es en este campo donde existe una gran posibilidad para determinar la intencionalidad pedagógica en la perspectiva de educar lúdicamente al sujeto. Con este propósito el problema comprender es el sentido en que puede darse la educación lúdica”<sup>22</sup>.

sin la pretensión de una pedagogía del conocimiento científico- la educación lúdica del sujeto tiene dos posibilidades para orientar procesos pedagógicos. “De una parte, en relación con la cognición contenida en las diferentes formas de expresión lúdico-estéticas y recreativas y las inteligencias explícitas en cada una de ellas para desarrollar pensamiento simbólico entre los estudiantes; de otra, con la expresión emocional ritualizada inevitablemente relacionada con la inteligencia emocional”<sup>23</sup>.

<sup>21</sup> Op. Cit. Pág.:61.

<sup>22</sup> Op. Cit. Pág.:64.

23.OP.Cit pag 66

Formar en una educación lúdica, implementada en el campo de la educación física, no significa necesariamente hacer de los estudiantes actores, o bailarines, ni músicos, deportistas u otra modalidad; en lo esencial, se busca un aprendizaje para expresarse simbólicamente y conocer simbólicamente para humanizar, para consolidar el saber de enseñar la condición humana, como un saber necesario en la educación del futuro.

La planificación de la acción y la estrategia se deben hacer desde un marco teórico pedagógico que posibilite la autorreflexión, a la construcción de experiencias significativas, es decir, que induzcan a modificar un comportamiento emocional. Y, en este sentido, la experiencia cultural y las formas de expresión simbólica de los estudiantes producto del saber social, con prácticas incluso “estereotipadas” por reorientar, como las que tienen que ver con las prácticas tradicionales en la enseñanza y aprendizaje de la educación física.

Así concebida la lúdica desde el punto de vista pedagógico se constituye en una herramienta de valor inusitado, para el quehacer pedagógico institucional en el Colegio Laurel del Bosque, en tanto que ésta no solamente, trasciende al conocimiento interpretativo de los fenómenos de la realidad social y natural por parte de los estudiantes, sino que además, por su riqueza interactiva e intersubjetiva permite mediar y transformar prácticas tales como las de la actividad física, con un nuevo enfoque y postura consciente y sensible de una práctica educativa por hacer que redunde, como en el caso referido, en el desarrollo de una cultura física para el individuo.

Igualmente si la educación pretende fomentar en el individuo la intencionalidad crítica y modificadora de la realidad, deberá replantear sus estrategias brindando los espacios necesarios para la reflexión, la creación y el compromiso. Es allí donde la recreación encuentra su razón de ser.



Sin embargo el dilema que se presenta en la práctica pedagógica como aplicación de estrategias lúdicas a nivel de la recreación educativa, es por que se entiende que a partir del ejercicio lúdico se fomentan la construcción conceptual y de actitudes, la búsqueda del conocimiento, la creatividad y el desarrollo de valores; por tanto ella hace énfasis en el proceso de aprendizaje.

Es así, como los beneficios de la recreación son muy amplios y abarcan las diferentes dimensiones del ser humano y las necesidades del Modelo a Escala Humana (Max Neef, Elialde y Hopenhayn); la cuestión es cómo diseñar los programas de tal manera en los que se garanticen efectos sinérgicos en el desarrollo formativo de los estudiantes.

## 9. CONCLUSIONES

A futuro en la institución es necesario posibilitar espacios y horarios para la realización de las actividades relacionadas con el desarrollo del proyecto por parte de la Coordinación de la institución para que los docentes asuman los compromisos con la responsabilidad que se requiere y no se presente dilataciones en el desarrollo del mismo.

Realizar en la institución una reflexión permanente que concite a la aplicación de estructuras metodológicas y didácticas de orden lúdico-recreativo que sean incluyentes, motivadoras, dinámicas e innovadoras por parte de los docentes en el proceso de enseñanza aprendizaje.

Adelantar campañas y jornadas pedagógicas de sensibilización y concientización en la institución tendientes a adquirir un grado de conciencia por parte de los docentes principalmente y los estudiantes y padres de familia secundariamente sobre la necesidad de concebir la importancia que tiene la enseñanza y el aprendizaje de la educación física de forma científica realizando prácticas de carácter lúdico, recreativo, deportivo, expresivo... partiendo de enfoques pedagógicos tales como el Aprendizaje Significativo y de la pedagogía crítico-social (racionalidad comunicativa).

Diseñar talleres de formación como estrategia metodológica para enriquecer la teoría por la vía de la práctica a partir del ejercicio recreativo con el propósito de estimular y poner en escena hábitos sanas costumbres tendientes al aprovechamiento de la actividad física para el fomento de la cultura -mente sana en cuerpo sano- por parte de los estudiantes de Transición tanto en la institución como fuera de ella.

Fortalecer el trabajo en equipo en cada uno de los estamentos de la comunidad educativa con el propósito de revisar las estrategias diseñadas en el proyecto y generar constantemente nuevas estrategias que contribuyan a mantener una actitud positiva en pro del agrado y aceptación de la educación física como área fundamental en el proceso formativo de los educandos.

Otro aspecto fundamental es el de que todos los docentes tengan conciencia de que edad preescolar es uno de los ciclos más importantes del niño razón por la cual es de gran cuidado y merece una gran atención, y no es secreto que los docentes de educación física tienen una responsabilidad con la realización psicomotriz de los niños y más en esta etapa de su vida que es cuando más necesitan el aprendizaje y perfeccionamiento de sus movimientos.

## 10. BIBLIOGRAFÍA GENERAL

CAMACHO, Hipólito. Pedagogía y didáctica de la educación física. Editorial kinesis. Armenia. 2003.

CERDA G., Hugo. La investigación formativa en el aula. Colección investigar. Cooperativa Editorial Magisterio. Bogotá. 2007.

CONSTITUCIÓN POLÍTICA DE COLOMBIA. Contraloría de Santafé de Bogotá D.C. Fondo de Publicaciones, 3ª. Edición 1991.

DIAZ M, Héctor A. Hermenéutica de la lúdica. Colección Aula Abierta. Cooperativa Editorial Magisterio. Bogotá. 2007.

DURAND, Marc. El niño y el deporte. Editorial Paidós. 1era. Edición. Barcelona. España. 1988.

Guía Metodológica de Educación física para el docente preescolar. SEP, México, 1988.

JIMÉNEZ, B. Proyecto docente investigador. Metodologías orientadas a la investigación e interpretación. En: Internet. [http://www.ice.urv.es/cursos / tesis\\_doctoral\\_metodo](http://www.ice.urv.es/cursos / tesis_doctoral_metodo) JIMÉNEZ, B. Proyecto docente investigador. Metodologías orientadas a la investigación e interpretación. En: Internet. [http://www.ice.urv.es/cursos / tesi\\_doctora\\_lmetodologinves02.pdf](http://www.ice.urv.es/cursos / tesi_doctora_lmetodologinves02.pdf). Año 2002.

MUÑOZ, D. Juan C. Hábitos y estilos de vida en relación con la actividad física con la educación primaria. Revista digital No 79. Página de Internet. <http://www.efdeportes.com/efd79/habitos.htm>. Buenos Aires. Diciembre de 2004.

MUÑOZ, GUILLEN, Jorge A. El movimiento humano: Necesidades y subsistencia, etapas de aprendizaje y desarrollo. Disponible en Internet. <http://www.tiquicia.com/columnas/deportes/>.

MUÑOZ, Luis y otros. Programa carrera de educación física preescolar. Tercera Edición. Neiva. 1996.

PEREZ, R. Víctor. Capacidades coordinativas. PUBLICE Standard. 2001. Pid: 13. Mantovani. Córdoba. Argentina. 1904.

SAMPIERI, Roberto y otros. Metodología de la Investigación. Editorial Método científico Graw Hill. Bogotá Colombia, 1998.

SOLAS, Javier. Definición de deporte. Disponible en Internet, <http://www.todonatacion.com/deporte>.

TAMAYO Y TAMAYO, Jorge. El proceso de la investigación científica. Limusa Noriega editores. Tercera edición, México. 1994.

TAMAYO, Gerardo. Los medios de la educación física en el preescolar. Las posibilidades del docente. Ponencia del primer encuentro de saberes, 29 y 30 de noviembre de 2007. Bogotá.

TASSET, J. M. Teoría y práctica de la psicomotricidad. Paidós. Buenos Aires. 1980.

THORDNIKE, Edward. Psicología del aprendizaje. Editorial Paidós. Primera edición, Barcelona, España. 1982.

TOCKEVILLE, Jean. Teoría de la educación física. Editorial kinesis. Armenia. 1999.

TORRES, S. José Antonio. Didáctica de la clase de educación física. Editorial Trillas. Primera edición, México, 1998.

TRIGUEROS, C. y RIVERA, E. Educación física de base. Edit. Gioconda. Granada. 1991.

VAHOS, Oscar. Juguemos dos. Editorial real gráficas. Medellín. 2000.

#### PÁGINAS INTERNET:

.<http://www.monografias.com/trabajos92/educacion-fisica-y-deporte/educacion-fisica-y-deporte.shtml#eldeportea#ixzz2hcR95paX>.

.Concepto de gimnasia - Definición en DeConceptos.com <http://deconceptos.com/ciencias-naturales/gimnasia#ixzz2hcgNDgNo>.

<http://www.efdeportes.com/efd104/necesidades-educativas-especiales.htm>  
ginves02.pdf. Año 2002.

MEN. Ley General de Educación. Bogotá. 1994.

MEN. Ley 1029. En: Internet: <http://www.mineducacion.gov.co/cvn/1665/printer-101936.html>.

MEN. Decreto 1860 de 1994. Bogotá. 1994.

MUÑOZ, Luis y otros. Programa carrera de educación física preescolar. Tercera Edición. Neiva. 1996.

PEREZ, R. Víctor. Capacidades coordinativas. PUBLICE Standard. 2001. Pid: 13. Mantovani. Córdoba. Argentina. 1904.

SAMPIERI, Roberto y otros. Metodología de la Investigación. Editorial Método científico Graw Hill. Bogotá Colombia, 1998.

TAMAYO Y TAMAYO, Jorge. El proceso de la investigación científica. Limusa Noriega editores. Tercera edición, México. 1994.

TAMAYO, Gerardo. Los medios de la educación física en el preescolar. Las posibilidades del docente. Ponencia del primer encuentro de saberes, 29 y 30 de noviembre de 2007. Bogotá.

THORDNIKE, Edward. Psicología del aprendizaje. Editorial Paidós. Primera edición, Barcelona, España. 1982.

TOCKEVILLE, Jean. Teoría de la educación física. Editorial kinesia. Armenia. 1999.

TORRES, S. José Antonio. Didáctica de la clase de educación física. Editorial Trillas. Primera edición, México, 1998.

## 11. ANEXOS

### ANEXO A

#### EVIDENCIAS

1. IMPLEMENTACION DE LA PROPUESTA
  2. FOTOS Y RESULTADOS
  3. ENCUESTA A PADRES DE FAMILIA
  4. ENCUESTA A DOCENTES
  5. PRUEBA DE ENTRADA - PRE – TEST
  6. ACTIVIDAD LÚDICA: SALIDA DE CAMPO
  7. ACTIVIDAD DE GIMNASIO: “EL CONEJITO SALTARÍN”
  8. ACTIVIDAD RECREATIVA: DANZA COREOGRÁFICA
  9. ACTIVIDADES DEPORTIVAS: “EL TÚNEL” “FUTBOL EN CÍRCULOS”
  - 10 . ACTIVIDAD DE EXPRESIÓN: JUEGO DE ROLES
  11. ACTIVIDAD DEL JUEGO: “LA CARRERA DEL CIEMPIÉS”
  12. ACTIVIDAD FÍSICA: “DISFRUTO A EJERCITAR MI CUERPO”
  13. ACTIVIDAD DEPORTIVA: “LOS MAGOS DEL DEPORTE”.
- MAPA DE LA LOCALIDAD 10
  - MAPA DE BOGOTÁ D.C.



## 1. IMPLEMENTACIÓN DE LA PROPUESTA

- Resultados fase 1

### Actividad No. 1. Jornada de sensibilización y socialización de la propuesta



Fotografía 1. Explicación de la propuesta a estudiantes, docentes y padres de familia del Colegio Laurel del Bosque.

La fotografía No. 1, muestra una de las formas de socializar colectivamente la propuesta con estudiantes del grado Transición, padres de familia y docentes. Esta actividad tuvo como propósito adicional buscar la integración de los miembros de la comunidad educativa en torno a objetivos comunes que implica el trabajar en equipo; dinámica a aplicar en el desarrollo de las actividades posteriores.



Fotografía 2. Modelo de cartelera informativa de sensibilización.

La fotografía No. 2, es el modelo de la cartelera informativa alusiva al proyecto de investigación a realizarse en el colegio.



Fotografía 3. Modelo de cartelera informativa de divulgación.

La fotografía No. 3, muestra una de las carteleras destacando la importancia de la educación física para el desarrollo físico y motriz de las personas, buscando con

ello sensibilizar a los miembros de la comunidad educativa y motivarlos a participar en el desarrollo del proyecto.



Fotografía 4. Dinámica de una clase de educación física.

La fotografía No. 4, muestra la práctica pasiva e inactiva de los estudiantes del grado Transición B en una clase de educación física desarrollada en el aula de clase, sin actividad concreta a realizar por falta de planeación y orientación para el desarrollo de la misma.

- Resultados fase 2

Actividad No. 2. Conversatorio y socialización de experiencias con estudiantes del grado Transición A y B sobre la importancia de la educación física.



Fotografía 5. Charla con estudiantes del grado Transición A.

La fotografía No. 5 muestra la charla de la docente con los estudiantes del curso Transición A, al realizar una actividad alusiva a la importancia de la educación física para el desarrollo de la motricidad fina.





Fotografía 6. Socialización de experiencias en el aula de clases.

La fotografía No. 6 muestra la socialización de una experiencia por parte de los estudiantes del grado Transición B, para el desarrollo de la motricidad fina, utilizando material reciclable, tomando para ello como punto de referencia las orientaciones didácticas diseñadas en la Cartilla “Ejercito y disfruto” -instrumento de la propuesta de intervención-.

- Resultados fase 3

Actividad No. 3. Actividades físicas del instrumento didáctico propuesto (Cartilla “Ejercito y disfruto”).



Fotografía 7. Actividad lúdica: integración de los estudiantes con la naturaleza (salida de campo).

La fotografía No. 7, muestra a los estudiantes del grado Transición A participando de los eventos recreativos programados en el desarrollo de la actividad lúdica de la salida pedagógica a uno de los parques de la localidad 10. En el desarrollo de la actividad los estudiantes pusieron en escena variadas prácticas de la actividad física, especialmente las relacionadas con la motricidad gruesa.



Fotografía 8. Presentación artística de los estudiantes del grado de Transición B. Danza coreográfica.

La fotografía No. 8, muestra la presentación de una danza por parte de los estudiantes del grado Transición B en una izada de bandera como proyecto culminatorio de la puesta en escena de los aprendizajes asimilados producto de la aplicación de las orientaciones trazadas en la Cartilla “Ejercito y disfruto”.



Fotografía 9. Actividad deportiva: "Fútbol en círculos".

La fotografía No. 9, muestra la inducción a los estudiantes de Transición A al inicio de la actividad deportiva de fútbol en círculos a partir de la cual se recuerda a ellos la técnica del juego y seguir las instrucciones sobre movimientos, desplazamientos... como pautas necesarias para el desarrollo de la motricidad gruesa aplicando las orientaciones didácticas de la Cartilla "Ejercito y disfruto".





Fotografía 10. Actividad de expresión: juego de roles.

La fotografía No. 10, muestra el despliegue físico de los estudiantes del grado Transición A en el juego de roles, organizando el grupo en un círculo dentro de la cancha, se inicia la actividad realizando el calentamiento (articulación) y el estiramiento.



Fotografía 11. Actividad del juego: “La carrera del ciempiés”.

La fotografía No. 11, muestran el grupo de estudiantes del grado Transición B desarrollando la actividad de la “carrera del ciempiés”, en el propósito de adiestrarse en el manejo coordinado de los movimientos en acción colectiva.



Fotografía 12. Ejecución de actividad física en el aula de clase.

La fotografía No. 12, muestra al grupo de estudiantes del grado Transición A ejercitando movimientos: caminar y capacidades coordinativas para afianzar el equilibrio y la actitud postural, en el aula de clase.



Fotografía 13. Organización de actividad física: “disfruto a ejercitar mi cuerpo”.

La fotografía No. 13, muestra a los niños del grado Transición B realizando actividades que a ellos les gustan explicándoles la docente que lo realizado debe tener relación con lo trabajado en clase; ella orienta a los estudiantes en la organización de la actividad “Carrera, salto y gol”.

## ENCUESTA A PADRES DE FAMILIA

### ENCUESTA CERRADA A PADRES DE FAMILIA DEL COLEGIO LAUREL DEL BOSQUE

Nombre: \_\_\_\_\_

1. Que recuerdos tiene de la clase de educación física cuando Ud. estudiaba:  
A. Positivos  
B. Negativos  
C. Ninguno
2. Que tan importante fue para Ud. La enseñanza de la Educación Física en su proceso de formación escolar?  
A. Muy buena  
B. Buena  
C. Regular
3. Considera Ud. que la enseñanza de la educación física es necesaria para ?  
A. El desarrollo cognitivo  
B. La resolución de conflictos  
C. El Desarrollo físico
4. La clase de educación física para niños (as) del grado transición es vital por que:  
A. Propicia espacios de integración, socialización y formación en valores  
B. Sirve para jugar en la cancha  
C. Posibilita formar grupos de amigos
5. Considera Ud. fundamental el desarrollo físico de su hijo (a) en el proceso formativo que brinda la institución?:  
SI \_\_\_\_\_ NO \_\_\_\_\_

POR QUE \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

## ENCUESTA A DOCENTES

### ENCUESTA A DOCENTES DEL COLEGIO LAUREL DEL BOSQUE

Nombre: \_\_\_\_\_

1. Reconoce la clase de educación física como:

- A. Una estrategia esencial para la formación de los estudiantes
- B. La enseñanza de actitudes y valores para el desarrollo social de los estudiantes
- C. Un recurso pedagógico para la práctica de actividades lúdicas y sociales

2. ¿Considera Ud. Que la enseñanza de la educación física es un aspecto fundamental en el proceso formativo de los estudiantes?

SI \_\_\_\_\_ NO \_\_\_\_\_

COMO \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

3. ¿Concientiza Ud. A los estudiantes y familiares de la importancia que tiene la enseñanza de la educación física en el proceso formativo de los niños (as)?

SI \_\_\_\_\_ NO \_\_\_\_\_

COMO \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

4. ¿Cómo docente considera que el desarrollo físico de los estudiantes es un proceso básico esencial?

SI \_\_\_\_\_ NO \_\_\_\_\_

COMO \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

5. Usted cree que campañas como "mente sana en cuerpo sano" destacan la importancia del proceso formativo del área de educación física?

SI \_\_\_\_\_ NO \_\_\_\_\_ POR QUE \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

PRUEBA DE ENTRADA - PRE – TEST

CRITERIOS A OBSERVAR	SI		NO		A VECES	
	No.	%	No.	%	No.	%
1. Caminar						
2. Saltar						
3. Reptar						
4. Agarrar						
5. Coordinación viso manual						
6. Coordinación viso podal						
7. Rodar						
8. Capacidad de adaptación						
9. Competencia física						
10. Capacidad de interacción social						
11. Capacidad expresiva						
12. Capacidad para seguir instrucciones						

## ACTIVIDAD LÚDICA: SALIDA DE CAMPO

UNIVERSIDAD LIBRE DE COLOMBIA  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN  
PROGRAMA LICENCIATURA EN EDUCACIÓN BÁSICA CON ÉNFASIS  
EN EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTE

Diario de campo 1

Lugar: Parque Simón Bolívar

Fecha: 20 Octubre de 2011

Participantes: Niños y Niñas del grado transición A y B, docentes y recreacioncitas.

Responsable: Leonardo Rondón Panqueva.

Actividad lúdico - recreativa: Salida pedagógica.

### OBJETIVOS

Fomentar la integración de los estudiantes a través de actividades recreo-deportivas.

Posibilitar el conocimiento y vivencia de nuevas actividades deportivas y recreativas comprendidas en el marco de la integración social.

Explorar nuevas proyecciones a la clase de educación física.

FASE INICIAL: La jornada inicia en el salón de clase donde se forman los grupos para el desplazamiento al parque el Salitre en la ruta del colegio.

**FASE CENTRAL:** En grupos de 12 personas fueron llegando a y se organizó la entrada donde esperaban actividades de recreación e integración; se realizaron ejercicios de estiramiento inicial y calentamiento específico, acto seguido se desarrolló trabajos de movilidad.

Se realizan actividades de recreación, ruedas, saltos y trabajo corporal para ajustes posturales.

**FASE FINAL:** Para terminar la actividad se reúne al grupo y se realiza una pequeña charla sobre las actividades desarrolladas, terminando con preguntas claves como ¿que hicimos hoy?, ¿ qué aprendieron hoy?.

**RECURSO HUMANO:** Niños y niñas del grado transición A y B, docentes y padres de familia.

**RECURSOS FÍSICOS Y DIDÁCTICOS:** Implementos deportivos, implementos para la recreación, guía de trabajo, entre otros.

**EVALUACIÓN:** Se evaluaron los tres momentos del proceso: exante, durante y expost, teniendo en cuenta criterios como: escuchar con atención las instrucciones, realizar adecuadamente las actividades propuestas, agilidad en las acciones motrices, etc... Los niños y niñas respondieron positivamente al desarrollo de las actividades de integración. Al término de la actividad de evaluación, los participantes dedujeron sus propias conclusiones.



## ACTIVIDAD GIMNASTICA: “EL CONEJITO SALTARÍN”

UNIVERSIDAD LIBRE DE COLOMBIA  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN  
PROGRAMA LICENCIATURA EN EDUCACIÓN BÁSICA CON ÉNFASIS  
EN EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTE

Diario de campo 2

Lugar: Cancha de baloncesto. Colegio Laurel del Bosque

Fecha: 10 Noviembre de 2011

Participantes: Niños y Niñas del grado transición A y B y docentes.

Responsable: Leonardo Rondón Panqueva.

Actividad gimnastica: “El conejito saltarín”

### OBJETIVOS

Conocer por medio de la recreación actividades y movimientos gimnásticos que ayudan el con el desarrollo corporal

Iniciar a los niños en el concepto de la gimnasia como herramienta de la educación física.

Explorar nuevas proyecciones a la clase de educación física.

FASE INICIAL: La jornada inicia en el salón de clase donde se forman los grupos para dirigirse a la cancha y se transportaron las colchonetas necesarias para el trabajo de piso.

**FASE CENTRAL:** En grupos de 6 personas se organizó la clase. Se realizaron ejercicios de estiramiento inicial y calentamiento específico, seguido, se inició con los trabajos de movilidad y polimetría relacionados con los saltos del cuerpo.

Se realizaron actividades tales como: rollos adelante y atrás, combinándolas con la actividad del “conejito saltarín” la cual consiste en transportar el cuerpo de una posición a la otra y de un lugar a otro saltando en repetidas ocasiones. Se agrega el ambiente de competencia, buscando desarrollar trabajos de velocidad.

**FASE FINAL:** Para terminar la actividad se reúne al grupo y se realiza una pequeña charla sobre las actividades desarrolladas, terminando con preguntas claves como ¿que hicimos hoy?, ¿ qué aprendieron hoy?.

**RECURSO HUMANO:** Niños y niñas del grado transición A y B y docentes.

**RECURSOS FÍSICOS Y DIDÁCTICOS:** Colchonetas, aros, guía de trabajo, entre otros.

**EVALUACIÓN:** Se evaluaron los tres momentos del proceso: exante, durante y expost, teniendo en cuenta criterios como: escuchar con atención las instrucciones, realizar adecuadamente las actividades propuestas, agilidad en las acciones motrices, etc... Los niños y niñas respondieron positivamente al desarrollo de las actividades de integración. Al término de la actividad de evaluación, los participantes dedujeron sus propias conclusiones.

ACTIVIDAD RECREATIVA: DANZA COREOGRÁFICA

UNIVERSIDAD LIBRE DE COLOMBIA  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN  
PROGRAMA LICENCIATURA EN EDUCACIÓN BÁSICA CON ÉNFASIS  
EN EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTE

Diario de campo 3

Lugar: Auditorio. Colegio Laurel del Bosque

Fecha: 24 Noviembre de 2011

Participantes: Niños y Niñas del grado transición A y B.

Responsable: Leonardo Rondón Panqueva.

Actividad artística: “Danza coreográfica”

### OBJETIVOS

Fortalecer el conocimiento de las danzas regionales para afianzar el sentido de identidad cultural.

Reconocer los ritmos musicales nacionales y su coreografía pertinente para mejorar la habilidad motriz a través de la danza.

Explorar nuevas proyecciones a la clase de educación física.

**FASE INICIAL:** La jornada inicia en el salón de clase donde se forman los grupos de trabajo para dirigirse al auditorio; con anterioridad se les sugirió traer una pañoleta roja para el montaje del baile “El sanjuanero”.

**FASE CENTRAL:** Al iniciar la actividad se realizan actividades de estiramiento y calentamiento; en grupos de 5 personas se comienza a dar giros con movimientos

del pie derecho adelante y atrás, típicos de dicho baile. Cabe resaltar que la actividad se desenvuelve en forma más lúdica que coreográfica.

Acto seguido se realizan filas de 5 personas para llevar a cabo los desplazamientos que regulan el trabajo de la danza, se forma un túnel humano donde los niños tienen la posibilidad de poner a prueba su fuerza y equilibrio.

FASE FINAL: Al terminar la actividad se reúne al grupo y se realiza una pequeña charla sobre las actividades desarrolladas, terminando con preguntas claves como ¿que hicimos hoy?, ¿ qué aprendieron hoy?.

RECURSO HUMANO: Niños y niñas del grado transición A y B y docentes.

RECURSOS FÍSICOS Y DIDÁCTICOS: Equipo reproductor de música, CD música colombiana, trajes típicos, guía de trabajo, entre otros.

EVALUACIÓN: Se evaluaron los tres momentos del proceso: exante, durante y expost, teniendo en cuenta criterios como: escuchar con atención las instrucciones, realizar adecuadamente las actividades propuestas, agilidad en las acciones motrices, etc... Los niños y niñas respondieron positivamente al desarrollo de las actividades de integración. Al término de la actividad de evaluación, los participantes dedujeron sus propias conclusiones.

## ACTIVIDAD DE EXPRESIÓN: JUEGO DE ROLES

UNIVERSIDAD LIBRE DE COLOMBIA  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN  
PROGRAMA LICENCIATURA EN EDUCACIÓN BÁSICA CON ÉNFASIS  
EN EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTE

Diario de campo 5

Lugar: Auditorio. Colegio Laurel del Bosque

Fecha: 9 Febrero de 2012

Participantes: Niños y Niñas del grado transición A y B.

Responsable: Leonardo Rondón Panqueva.

Actividad de expresión: “juego de roles”

### OBJETIVOS

Explora y reconoce su cuerpo mediante trabajos de expresión corporal.

Explora nuevas proyecciones a la clase de educación física.

**FASE INICIAL:** La jornada inicia en el salón de clase donde se forman los grupos de trabajo para dirigirse al auditorio.

**FASE CENTRAL:** Se forman grupos de trabajo, cada grupo consta de 7 estudiantes, se les pide que realicen una dramatización donde ilustren actividades del diario vivir en su hogar, asignando diferentes roles familiares a cada uno de sus compañeros; la representación incluye actividades tales como ser papa, ser hijo, ser mama, abuelo, entre otros.

FASE FINAL: Al terminar la actividad se reúne al grupo y se realiza una pequeña charla sobre las actividades desarrolladas, terminando con preguntas claves como ¿que hicimos hoy?, ¿ qué aprendieron hoy?.

RECURSO HUMANO: Niños y niñas del grado transición A y B.

RECURSOS FÍSICOS Y DIDÁCTICOS: Equipo reproductor de música, CD música, vestuario, marcadores, papel, guía de trabajo, entre otros.

EVALUACIÓN: Se evaluaron los tres momentos del proceso: exante, durante y ex post, teniendo en cuenta criterios como: escuchar con atención las instrucciones, realizar adecuadamente las actividades propuestas, agilidad en las acciones motrices, etc... Los niños y niñas respondieron positivamente al desarrollo de las actividades de integración. Al término de la actividad de evaluación, los participantes dedujeron sus propias conclusiones.

## ACTIVIDAD DEL JUEGO: “LA CARRERA DEL CIEMPIÉS”

UNIVERSIDAD LIBRE DE COLOMBIA  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN  
PROGRAMA LICENCIATURA EN EDUCACIÓN BÁSICA CON ÉNFASIS  
EN EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTE

Diario de campo 6

Lugar: Cancha de futbol. Colegio Laurel del Bosque

Fecha: 23 Febrero de 2012

Participantes: Niños y Niñas del grado transición A y B.

Responsable: Leonardo Rondón Panqueva.

Actividad lúdica: “la carrera del ciempiés”

### OBJETIVOS

Fomentar la integración de los estudiantes de los cursos A y B del grado transición a través de la actividad lúdica propuesta.

Fortalecer y afianzar las habilidades y destrezas motrices de los estudiantes.

Explorar nuevas proyecciones a la clase de educación física.

**FASE INICIAL:** La jornada inicia en el salón de clase donde se forman los grupos de trabajo para dirigirse a la cancha de futbol.

**FASE CENTRAL:** Se inicia con actividades de estiramiento y calentamiento en un círculo, seguidamente se organizan grupos cada uno de 9 niños en hileras, una vez formadas las hileras se les da la instrucción de desplazarse con uniformidad

hacia el frente, con un mismo pie de una distancia a la otra sin deformar la hilera; el primer grupo en llegar gana.

FASE FINAL: Al terminar la actividad se reúne al grupo y se realiza una pequeña charla sobre las actividades desarrolladas, terminando con preguntas claves como ¿que hicimos hoy?, ¿ qué aprendieron hoy?.

RECURSO HUMANO: Niños y niñas del grado transición A y B.

RECURSOS FÍSICOS Y DIDÁCTICOS: Guía de trabajo.

EVALUACIÓN: Se evaluaron los tres momentos del proceso: exante, durante y expost, teniendo en cuenta criterios como: escuchar con atención las instrucciones, realizar adecuadamente las actividades propuestas, agilidad en las acciones motrices, etc... Los niños y niñas respondieron positivamente al desarrollo de las actividades de integración. Al término de la actividad de evaluación, los participantes dedujeron sus propias conclusiones.



## ACTIVIDAD FÍSICA: “DISFRUTO AL EJERCITAR MI CUERPO”

UNIVERSIDAD LIBRE DE COLOMBIA  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN  
PROGRAMA LICENCIATURA EN EDUCACIÓN BÁSICA CON ÉNFASIS  
EN EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTE

Diario de campo 7

Lugar: Patio de clase. Colegio Laurel del Bosque

Fecha: 23 Febrero de 2012

Participantes: Niños y Niñas del grado transición A y B.

Responsable: Leonardo Rondón Panqueva.

Actividad física: “disfruto al ejercitar mi cuerpo”

### OBJETIVOS

Conocer el cuerpo desde las dimensiones deportivas.

Apropiación e interiorización de la cultura deportiva.

Explorar nuevas proyecciones a la clase de educación física.

**FASE INICIAL:** La jornada inicia en el salón de clase donde se forman los grupos de trabajo para dirigirse al patio de clase.

**FASE CENTRAL:** Se inicia con actividades de estiramiento y calentamiento en un círculo, donde se refuerza el tema propuesto creando el ambiente propicio para la formación deportiva; por grupos se trabajan ejercicios orientados a desarrollar movimientos coordinativos y de capacidades rítmicas.

FASE FINAL: Al terminar la actividad se reúne al grupo y se realiza una pequeña charla sobre las actividades desarrolladas, terminando con preguntas claves como ¿que hicimos hoy?, ¿ qué aprendieron hoy?.

RECURSO HUMANO: Niños y niñas del grado transición A y B.

RECURSOS FÍSICOS Y DIDÁCTICOS: Guía de trabajo.

EVALUACIÓN: Se evaluaron los tres momentos del proceso: exante, durante y expost, teniendo en cuenta criterios como: escuchar con atención las instrucciones, realizar adecuadamente las actividades propuestas, agilidad en las acciones motrices, etc... Los niños y niñas respondieron positivamente al desarrollo de las actividades de integración. Al término de la actividad de evaluación, los participantes dedujeron sus propias conclusiones.

## ACTIVIDAD DEPORTIVA: “LOS MAGOS DEL DEPORTE”

UNIVERSIDAD LIBRE DE COLOMBIA  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN  
PROGRAMA LICENCIATURA EN EDUCACIÓN BÁSICA CON ÉNFASIS  
EN EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTE

Diario de campo 8

Lugar: Patio de clase. Colegio Laurel del Bosque

Fecha: 8 Marzo de 2012

Participantes: Niños y Niñas del grado transición A y B.

Responsable: Leonardo Rondón Panqueva.

Actividad deportiva: “los magos del deporte”

### OBJETIVOS

Incentivar la toma de decisiones y el trabajo en equipo entre los niños y niñas al momento de escoger la actividad deportiva favorita.

Fortalecer el sentido recreativo en los estudiantes, facilitando así el aprendizaje orientado a la actividad deportiva en general.

Explorar nuevas proyecciones a la clase de educación física.

FASE INICIAL: La jornada inicia en el salón de clase donde se forman los grupos de trabajo para dirigirse al patio de clase.

FASE CENTRAL: Se inicia con actividades de estiramiento y calentamiento en un círculo, se organizan los estudiantes en equipos mixtos para realizar un circuito

deportivo el cual integra actividades deportivas tales como: baloncesto, voleibol, futbol y atletismo.

La rotación o cambio de actividad deportiva dentro del circuito se da cada 15 minutos, iniciando con el futbol y finalizando con el salto de longitud en atletismo.

FASE FINAL: Al terminar la actividad se realiza actividades de estiramiento; se hace una pequeña charla sobre las actividades desarrolladas, terminando con preguntas claves como ¿que hicimos hoy?, ¿ qué aprendieron hoy?.

RECURSO HUMANO: Niños y niñas del grado transición A y B.

RECURSOS FÍSICOS Y DIDÁCTICOS: Implementos deportivos, Guía de trabajo, entre otros.

EVALUACIÓN: Se evaluaron los tres momentos del proceso: exante, durante y expost, teniendo en cuenta criterios como: escuchar con atención las instrucciones, realizar adecuadamente las actividades propuestas, agilidad en las acciones motrices, etc... Los niños y niñas respondieron positivamente al desarrollo de las actividades de integración. Al término de la actividad de evaluación, los participantes dedujeron sus propias conclusiones.

## ACTIVIDAD DEPORTIVA: “JUGANDO EN EL BOSQUE”

UNIVERSIDAD LIBRE DE COLOMBIA  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN  
PROGRAMA LICENCIATURA EN EDUCACIÓN BÁSICA CON ÉNFASIS  
EN EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTE

Diario de campo 9

Lugar: cancha de futbol. Colegio Laurel del Bosque

Fecha: 10 Marzo de 2012

Participantes: Niños y Niñas del grado transición A y B.

Responsable: Leonardo Rondón Panqueva.

Actividad deportiva: “jugando en el bosque”

### OBJETIVOS

Fomentar la interacción entre los compañeritos y el trabajo en equipo.

Generar seguridad y confianza en el desarrollo emocional y físico

Explorar nuevas proyecciones a la clase de educación física.

FASE INICIAL: La jornada inicio en el colegio trasladando a los estudiantes a la cancha de futbol por ser espacio abierto, se pidio colocarse en pantaloneta.

FASE CENTRAL: se desarrolló en el plano de la recreación , se organizó el grupo en círculo se pidio que se enumeraran dejando niño y niñas intercalados.

Luego a la señal los niños corrieron a buscar a las niñas el objetivo fue que se encontraran números pares con pares e impares con impares.

FASE FINAL: Al terminar la actividad se realizó actividades de estiramiento; se hizo una pequeña charla sobre las actividades desarrolladas, terminando con preguntas y con charlas.

RECURSO HUMANO: Niños y niñas del grado transición A y B.

RECURSOS FÍSICOS Y DIDÁCTICOS: ropa deportiva, cancha de pasto.

EVALUACIÓN: Se evaluaron los tres momentos del proceso: exante, durante y ex post, teniendo en cuenta criterios como: escuchar con atención las instrucciones, realizar adecuadamente las actividades propuestas, agilidad en las acciones motrices, etc... Los niños y niñas respondieron positivamente al desarrollo de las actividades de integración. Al término de la actividad de evaluación, los participantes dedujeron sus propias conclusiones.

## ACTIVIDAD DEPORTIVA: “3 ESTACIONES”

UNIVERSIDAD LIBRE DE COLOMBIA  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN  
PROGRAMA LICENCIATURA EN EDUCACIÓN BÁSICA CON ÉNFASIS  
EN EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTE

Diario de campo 10

Lugar: Patio de clase. Colegio Laurel del Bosque

Fecha: 15 Marzo de 2012

Participantes: Niños y Niñas del grado transición A y B.

Responsable: Leonardo Rondón Panqueva.

Actividad deportiva: “3 ESTACIONES”

### OBJETIVOS

Generar en los niños el deseo por realizar varias actividades deportivas.

Crear desde las primeras etapas de vida la cultura deportiva.

Explorar capacidades y problemáticas que se manifiesten a temprana edad.

**FASE INICIAL:** como es una actividad de exigencia física la parte inicial es de total atención por ser niños de tan corta edad, se realizó énfasis en el estiramiento y calentamiento.

**FASE CENTRAL:** Se inicio con movimientos rítmicos, la actividad se basó en tres estaciones ,la primera se realizaron abdominales la segunda sentadilla la tercera saltos continuos en dos pies, la actividad tuvo una duración de 2 minutos por estación.

FASE FINAL: Al terminar se hidrato a los niños con agua y se realizaron actividades de estiramiento y recuperación cardiaca.

RECURSO HUMANO: Niños y niñas del grado transición A y B.

EVALUACIÓN: Se evaluaron los tres momentos del proceso: exante, durante y expost, teniendo en cuenta criterios como: escuchar con atención las instrucciones, realizar adecuadamente las actividades propuestas, agilidad en las acciones motrices, etc... Los niños y niñas respondieron positivamente al desarrollo de las actividades de integración. Al término de la actividad de evaluación, los participantes dedujeron sus propias conclusiones.



ACTIVIDAD DEPORTIVA: “ROLLITOS”

UNIVERSIDAD LIBRE DE COLOMBIA  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN  
PROGRAMA LICENCIATURA EN EDUCACIÓN BÁSICA CON ÉNFASIS  
EN EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTE

Diario de campo 11

Lugar: Patio de clase. Colegio Laurel del Bosque

Fecha: 22 Marzo de 2012

Participantes: Niños y Niñas del grado transición A y B.

Responsable: Leonardo Rondón Panqueva.

Actividad deportiva: “ROLLITOS”

### OBJETIVOS

Desarrollo físico y motriz.

Fortalece la lateralidad y la espacialidad.

Explorar nuevas proyecciones a la clase de educación física.

FASE INICIAL: calentamiento y estiramiento, luego se trasladó a los niños al patio

Y se formaron cuatro grupos equivalentes.

FASE CENTRAL: Se inició con movimientos articulares y activación cardiaca, se explicó el ejercicio que consistía en realizar rollos en secuencia.

FASE FINAL: Al terminar la actividad se realizó actividades de estiramiento y recuperación cardiaca .

RECURSO HUMANO: Niños y niñas del grado transición A y B.

RECURSOS FÍSICOS Y DIDÁCTICOS: Implementos deportivos, Guía de trabajo, entre otros.

EVALUACIÓN: Se evaluaron los tres momentos del proceso: exante, durante y ex post, teniendo en cuenta criterios como: escuchar con atención las instrucciones, realizar adecuadamente las actividades propuestas, agilidad en las acciones motrices, etc... Los niños y niñas respondieron positivamente al desarrollo de las actividades de integración. Al término de la actividad de evaluación, los participantes dedujeron sus propias conclusiones.

## ACTIVIDAD FÍSICA: “CONOCIENDO MI CUERPO”

UNIVERSIDAD LIBRE DE COLOMBIA  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN  
PROGRAMA LICENCIATURA EN EDUCACIÓN BÁSICA CON ÉNFASIS  
EN EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTE

Diario de campo 12

Lugar: Patio de clase. Colegio Laurel del Bosque

Fecha: 12 abril de 2012

Participantes: Niños y Niñas del grado transición A y B.

Responsable: Leonardo Rondón Panqueva.

Actividad física: “conociendo mi cuerpo”

### OBJETIVOS

Conocer el cuerpo desde las dimensiones deportivas.

Apropiación e interiorización de la cultura deportiva.

Explorar nuevas proyecciones a la clase de educación física.

FASE INICIAL: La jornada inicia en el salón de clase donde se forman los grupos de trabajo para dirigirse al patio de clase.

FASE CENTRAL: Se inicia con actividades de estiramiento y calentamiento en un círculo, donde se refuerza el tema propuesto creando el ambiente propicio para la

formación deportiva; por grupos se trabajan ejercicios orientados a desarrollar movimientos coordinativos y de capacidades rítmicas.

FASE FINAL: Al terminar la actividad se reúne al grupo y se realiza una pequeña charla sobre las actividades desarrolladas, terminando con preguntas claves como ¿que hicimos hoy?, ¿ qué aprendieron hoy?.

RECURSO HUMANO: Niños y niñas del grado transición A y B.

RECURSOS FÍSICOS Y DIDÁCTICOS: campo de juegos.

EVALUACIÓN: Se evaluaron los tres momentos del proceso: exante, durante y expost, teniendo en cuenta criterios como: escuchar con atención las instrucciones, realizar adecuadamente las actividades propuestas, agilidad en las acciones motrices, etc... Los niños y niñas respondieron positivamente al desarrollo de las actividades de integración. Al término de la actividad de evaluación, los participantes dedujeron sus propias conclusiones.

## ACTIVIDAD RITMICA: DANZAS COLOMBIANAS

UNIVERSIDAD LIBRE DE COLOMBIA  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN  
PROGRAMA LICENCIATURA EN EDUCACIÓN BÁSICA CON ÉNFASIS  
EN EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTE

Diario de campo 13

Lugar: Auditorio. Colegio Laurel del Bosque

Fecha: 15 Abril de 2012

Participantes: Niños y Niñas del grado transición A y B.

Responsable: Leonardo Rondón Panqueva.

Actividad de expresión: “danzas colombianas”

### OBJETIVOS

Reconocer la dimensión rítmica y la expresión corporal.

Explora nuevas proyecciones a la clase de educación física.

FASE INICIAL: La jornada inicia en el salón de clase donde se forman los grupos de trabajo para dirigirse al auditorio.

FASE CENTRAL: se forma 4 grupos de baile, la idea es realizar imitaciones de ritmos de bailes colombianos, con ello desarrollamos trabajos de coordinación.

FASE FINAL: Al terminar la actividad se reúne al grupo y se realiza una pequeña charla sobre las actividades desarrolladas, terminando con preguntas claves como ¿que hicimos hoy?, ¿ qué aprendieron hoy?.

RECURSO HUMANO: Niños y niñas del grado transición A y B.

RECURSOS FÍSICOS Y DIDÁCTICOS: Equipo reproductor de música, CD música, vestuario, marcadores, entre otros.

EVALUACIÓN: Se evaluaron los tres momentos del proceso: exante, durante y ex post, teniendo en cuenta criterios como: escuchar con atención las instrucciones, realizar adecuadamente las actividades propuestas, agilidad en las acciones motrices, etc... Los niños y niñas respondieron positivamente al desarrollo de las actividades de integración. Al término de la actividad de evaluación, los participantes dedujeron sus propias conclusiones.

## ACTIVIDAD DEL JUEGO: “MANOS Y PIES”

UNIVERSIDAD LIBRE DE COLOMBIA  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN  
PROGRAMA LICENCIATURA EN EDUCACIÓN BÁSICA CON ÉNFASIS  
EN EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTE

Diario de campo 14

Lugar: Cancha de futbol. Colegio Laurel del Bosque

Fecha: 23 Febrero de 2012

Participantes: Niños y Niñas del grado transición A y B.

Responsable: Leonardo Rondón Panqueva.

Actividad lúdica: “manos y pies”

### OBJETIVOS

Fomentar la integración de los estudiantes de los cursos A y B del grado transición a través de la actividad lúdica propuesta.

Fortalecer y afianzar las habilidades y destrezas motrices de los estudiantes.

Explorar nuevas proyecciones a la clase de educación física.

FASE INICIAL: La jornada inicia en el salón de clase donde se forman los grupos de trabajo para dirigirse a la cancha de futbol.

FASE CENTRAL: iniciamos la actividad formando los niños en hileras dando instrucciones de los movimientos de brazos y pies en coordinación.hacia el frente,arriba , atrás al lado.

FASE FINAL: Al terminar la actividad se reúne al grupo y se realiza una pequeña charla sobre las actividades desarrolladas, terminando con preguntas claves como ¿que hicimos hoy?, ¿ qué aprendieron hoy?.

RECURSO HUMANO: Niños y niñas del grado transición A y B.

RECURSOS FÍSICOS Y DIDÁCTICOS: campo de juegos .

EVALUACIÓN: Se evaluaron los tres momentos del proceso: exante, durante y ex post, teniendo en cuenta criterios como: escuchar con atención las instrucciones, realizar adecuadamente las actividades propuestas, agilidad en las acciones motrices, etc... Los niños y niñas respondieron positivamente al desarrollo de las actividades de integración. Al término de la actividad de evaluación, los participantes dedujeron sus propias conclusiones.



## ACTIVIDAD LÚDICA: VISITA A COMPLEJO EL SALITRE

UNIVERSIDAD LIBRE DE COLOMBIA  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN  
PROGRAMA LICENCIATURA EN EDUCACIÓN BÁSICA CON ÉNFASIS  
EN EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTE

Diario de campo 15

Lugar: complejo el salitre

Fecha: 12 agosto de 2012

Participantes: Niños y Niñas del grado transición A y B, docentes y recreacioncitas.

Responsable: Leonardo Rondón Panqueva.

Actividad lúdico - recreativa: Salida pedagógica.

### OBJETIVOS

Fomentar la integración de los estudiantes a través de actividades recreo-deportivas.

Posibilitar el conocimiento y vivencia de nuevas actividades deportivas y recreativas comprendidas en el marco de la integración social.

Explorar nuevas proyecciones a la clase de educación física.

FASE INICIAL: La jornada inicia en el salón de clase donde se forman los grupos para el desplazamiento al complejo el salitre en la ruta del colegio.

**FASE CENTRAL:** se coordinó con maestros para el total control del personal en todo el desplazamiento.

Se realizan actividades de recreación, ruedas, saltos y trabajo corporal para ajustes posturales.

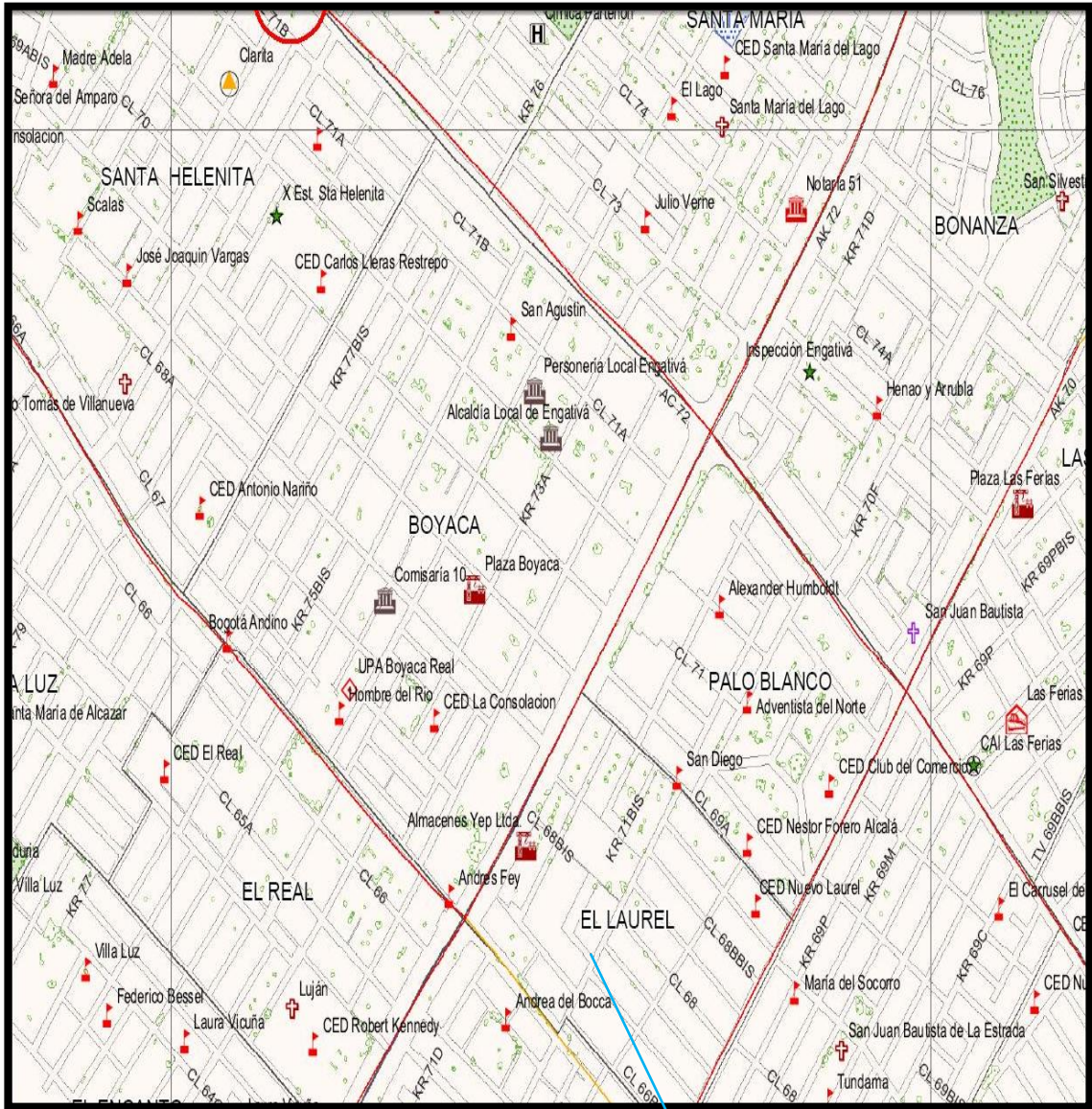
**FASE FINAL:** Para terminar la actividad se reúne al grupo y se realiza una pequeña charla sobre las actividades desarrolladas, terminando con preguntas claves como ¿que hicimos hoy?, ¿ qué aprendieron hoy?.

**RECURSO HUMANO:** Niños y niñas del grado transición A y B, docentes y padres de familia.

**RECURSOS FÍSICOS Y DIDÁCTICOS:** Implementos deportivos, implementos para la recreación, guía de trabajo, entre otros.

**EVALUACIÓN:** Se evaluaron los tres momentos del proceso: exante, durante y expost, teniendo en cuenta criterios como: escuchar con atención las instrucciones, realizar adecuadamente las actividades propuestas, agilidad en las acciones motrices, etc... Los niños y niñas respondieron positivamente al desarrollo de las actividades de integración. Al término de la actividad de evaluación, los participantes dedujeron sus propias conclusiones.

# MAPA LOCALIDAD 10 DE BOGOTÁ



**COLEGIO LAUREL DEL BOSQUE**

# MAPA DE BOGOTÁ

