

Propuesta didáctica basada en la Gimnasia Educativa para mejorar los factores psicomotores Equilibrio y Lateralidad, en las estudiantes de segundo grado, jornada tarde del Colegio Distrital Magdalena Ortega de Nariño de la ciudad de Bogotá D.C.

Proyecto de grado Licenciatura en Educación Básica con énfasis en Educación Física

Recreación y Deporte

Angie Valeria Espinosa Rodríguez

Karen Milena Morales Babativa



Universidad Libre

Facultad de Ciencias de la Educación

Programa Licenciatura en Educación Básica con énfasis en Educación Física,

Recreación y Deporte

Bogotá 2019

Tabla de Contenido

	Pág
Capítulo I	1
Planteamiento del Problema	1
Descripción de la situación problemática	1
Pregunta de investigación	2
Objetivos	2
Objetivo general	2
Objetivos específicos	2
Justificación	3
Antecedentes	6
Marco teórico	13
Marco legal	28
Marco Conceptual	28
Marco institucional	35
Capitulo II	37
Aspectos Metodológicos	37
Enfoque metodológico	37
Enfoque mixto	37
Objetivo	37
Características	37
Población y muestra	38
Instrumentos para la recolección de información	40
Propuesta didáctica	45
Título	45
Presentación de la propuesta	45
Objetivo general	45
Objetivos específicos	45
Contenido	46
Aspectos pedagógicos	46
Aspectos metodológicos	47
Didáctica utilizada	48
Aspectos axiológicos	48
Capitulo III	61
Análisis y discusión de resultados	61
Análisis de resultados	61
Primera aplicación	61
Segunda aplicación	73

Conclusiones	85
Anexos.....	88
Anexo 1. Diario de campo.....	88
Referencias bibliográficas	89

Tabla de Cuadros

	Pág
Cuadro 1. Antecedente local: La psicomotricidad como fundamento pedagógico en educación física.....	6
Cuadro 2. Antecedente nacional: Desarrollo de la lateralidad y el pensamiento espacial con estrategias creativas	7
Cuadro 3. Antecedente internacional: El equilibrio y su proceso de aprendizaje en Educación Física.....	8
Cuadro 4. Antecedente internacional: La lateralidad y su influencia en el aprendizaje escolar.....	9
Cuadro 5. Antecedente internacional: La lateralidad motora como habilidad entrenable. Efectos del aprendizaje sobre el cambio de tendencia lateral.....	10
Cuadro 6. Antecedente internacional: La gimnasia como contenido escolar: un análisis desde los programas oficiales de Uruguay	11
Cuadro 7. Antecedente internacional: Una modalidad saludable de gimnasia en edad escolar: la gimnasia estética de grupo.....	12
Cuadro 8. Test de inmovilidad “Batería psicomotriz”	41
Cuadro 9. Test equilibrio dinámico “Batería psicomotriz”	42
Cuadro 10. Test equilibrio estático “Batería psicomotriz”	43
Cuadro 11. Test de lateralidad “Batería psicomotriz”	44
Cuadro 12. Plan de clase 1	49
Cuadro 13. Plan de clase 2.....	50
Cuadro 14. Plan de clase 3.....	51
Cuadro 15. Plan de clase 4.....	52
Cuadro 16. Plan de clase 5.....	53
Cuadro 17. Plan de clase 6.....	54
Cuadro 18. Plan de clase 7.....	55

Cuadro 19. Plan de clase 8.....	56
Cuadro 20. Plan de clase 9.....	57
Cuadro 21. Plan de clase 10.....	58
Cuadro 22. Plan de clase 11.....	59
Cuadro 23. Plan de clase 12.....	60
Cuadro 24. Indicadores test equilibrio estático primera aplicación.....	63
Cuadro 25. Indicadores equilibrio dinámico primera aplicación.....	67
Cuadro 26. Indicadores test lateralidad primera aplicación.....	69
Cuadro 27. Indicadores test equilibrio estático segunda aplicación.....	75
Cuadro 28. Indicadores test equilibrio dinámico segunda aplicación.....	79
Cuadro 29. Indicadores test lateralidad segunda aplicación.....	81

Tabla de Ilustraciones

	Pág
Ilustración 1. Resultado test de inmovilidad primera aplicación.....	62
Ilustración 2. Resultados test apoyo rectilíneo primera aplicación.....	64
Ilustración 3. Resultado test apoyo en punta de pies primera aplicación.....	65
Ilustración 4. Resultados test apoyo unipedal primera aplicación.....	66
Ilustración 5. Resultados test equilibrio dinámico primera aplicación.....	68
Ilustración 6. Resultados test lateralidad primera aplicación.....	70
Ilustración 7. Resultados generales test lateralidad primera aplicación.....	71
Ilustración 8. Resultados test de inmovilidad segunda aplicación.....	74
Ilustración 9. Resultados test apoyo rectilíneo segunda aplicación.....	76
Ilustración 10. Resultados test apoyo en punta de pies segunda aplicación.....	77
Ilustración 11. Resultados test apoyo unipedal segunda aplicación.....	78
Ilustración 12. Resultados equilibrio dinámico segunda aplicación.....	80
Ilustración 13. Resultados test lateralidad segunda aplicación.....	82
Ilustración 14. Resultados generales test lateralidad segunda aplicación.....	84

Tabla imágenes

	Pág
Imagen 1. Rollo corto	24
Imagen 2. Rollo alto.....	24
Imagen 3. Rollo atrás	24
Imagen 4. Media luna	25
Imagen 5. Parada de manos	25
Imagen 6. Mosquito	25
Imagen 7. Parada de cabeza	25

Tabla mapas

	Pág
Mapa 1. Ubicación geográfica Colegio Magdalena Ortega de Nariño	35

Capítulo I

Planteamiento del Problema

Descripción de la situación problemática

Se realizó un estudio exploratorio de observación, con alumnas de segundo grado del Colegio Distrital Magdalena Ortega de Nariño, cuyas edades varían entre 6 y 8 años, con el fin de determinar las cualidades coordinativas que demostraba cada alumna. El estudio se realizó mediante la aplicación de diferentes actividades de educación física, distribuidas en distintas sesiones, lo que permitió encontrar un patrón en cuanto a las habilidades motoras de las estudiantes. Este estudio dejó ver que las alumnas contaban con habilidades básicas medianamente desarrolladas. Adicionalmente, era notoria la deficiencia de las cualidades coordinativas de ellas, específicamente equilibrio y lateralidad.

Para corroborar los resultados de la observación, se aplicó una serie de test específicos que se encuentran en la Batería Psicomotriz propuesta por el autor Vitor Da Fonseca, para dar claridad y confirmar las posibles debilidades de ellas. Gracias a éstos test de equilibrio y lateralidad se pudo determinar que efectivamente los individuos tenían debilidades en sus cualidades coordinativas específicas.

Por tal razón en este proyecto de investigación se trabajaron dos factores psicomotores determinados así, por el autor Vitor Da Fonseca: la primera es la Conducta Neuromotora donde se trabaja directamente con la lateralidad; la segunda es la Conducta Motriz Básica, específicamente el equilibrio. Dichos conceptos se trabajaron por medio de la Gimnasia educativa ya que permite, mediante un sistema de movimientos sistemáticos e intencionales,

donde se brinda una exploración por medio de juegos, potenciar todas las posibilidades de movimiento corporal en los niños de esta edad.

Pregunta de investigación

¿Qué impacto tiene una propuesta didáctica basada en la Gimnasia educativa para mejorar los factores psicomotores Equilibrio y Lateralidad, en las estudiantes de segundo grado, jornada tarde del Colegio Distrital Magdalena Ortega de Nariño de la ciudad de Bogotá D.C.?

Objetivos

Objetivo general

Desarrollar una propuesta didáctica basada en la Gimnasia educativa, para mejorar los factores psicomotores Equilibrio y Lateralidad, en las estudiantes de segundo grado, jornada tarde del Colegio Distrital Magdalena Ortega de Nariño de la ciudad de Bogotá D.C.

Objetivos específicos

- Identificar la problemática en los factores psicomotores equilibrio y lateralidad durante la clase de educación física, en las estudiantes de segundo grado, jornada tarde del Colegio Magdalena Ortega de Nariño.
- Diseñar y aplicar una propuesta didáctica para lograr minimizar esta problemática encontrada durante la práctica de educación física en las niñas de segundo grado.
- Evaluar si la propuesta didáctica aplicada fue óptima para la problemática encontrada y el propósito planteado.

Justificación

Hoy en día se puede observar continuamente la falta de interés en la actividad física y en la interacción del niño con su entorno. Esto se puede mejorar con la práctica deportiva o recreativa, la cual influye en el movimiento óptimo y en un buen desarrollo corporal, en el que se va mejorando al mismo tiempo, los factores psicomotrices como la lateralidad y equilibrio, siendo estos los elementos en los que se basa este proyecto. Esta falta de interés puede ser consecuencia de diferentes elementos, un ejemplo de estos son las nuevas tecnologías (videojuegos, celulares, etc). El uso excesivo de estas, por niños, puede generar sobre ellos efectos como el sedentarismo, que, a su vez, puede causar sobre peso y obesidad a temprana edad. Éstos factores dificultan un desarrollo óptimo de las habilidades básicas del ser humano y claramente no dejan que el sujeto construya ningún factor psicomotriz (Aramayo, 2017). Desde muy temprana edad se observa que el niño aprende a manejar diferentes aparatos electrónicos, por lo tanto, de una u otra manera resultan muy inmersos, restándole importancia a la diversión al aire libre, la interacción con los demás, la falta de iniciativa por el juego o por actividades que potencien los factores psicomotrices antes mencionados y a todo lo que conlleva el movimiento corporal. Otro factor importante es la falta de descubrimiento deportivo o recreativo, debido al posible desinterés de los padres, es decir, desde edades cortas no se interesan por apoyar o influir al niño a que realice una práctica física, no les inculcan el gusto o por lo menos, no les dan la oportunidad de descubrir por ellos mismos ese ambiente físico. Como consecuencia de esto, los niños pueden empezar a crear malos hábitos y no desarrollan eficientemente diferentes factores psicomotrices como lo es la lateralidad.

La lateralidad es vital para el crecimiento adecuado de los niños ya que, como expone (DIAZ, 2004) el desarrollo de esta, es una parte del desarrollo integral del ser humano, que se

interrelaciona directamente con todas las áreas del desarrollo, a través de sus dimensiones; cognitiva, afectiva y motriz propiamente. Este autor reconoce el enfoque integrador que tiene la lateralidad como parte de un proceso formativo más complejo.

Por otra parte, otro de los factores que pueden afectar el “crecimiento motriz” del niño, es el inadecuado desarrollo del equilibrio. Este factor es importante pues se considera como la base a partir de la cual el niño va diferenciando uno de otro lado del cuerpo, y para mantenerlo debe realizar una serie de movimientos de compensación con uno y otro lado del cuerpo, que como lo exponen (LE BOULCH, 1995), (DÍAZ BOLIO, 2006) y (BERRUELO, 1990): a medida que el individuo va experimentando, va estableciendo las posibilidades y diferencias de cada lado.

En la práctica realizada en el Colegio Distrital Magdalena Ortega de Nariño con alumnos de género femenino de segundo grado, se encuentra la necesidad de despertar todas aquellas facetas en las cuales dichos individuos tengan un acercamiento con la gimnasia educativa, la cual, basándonos en (AGOSTI, 1974) se tiene como objetivo el conocimiento por parte de los alumnos, de distintos tipos de gimnasia, así como el aprendizaje de diversas destrezas que ayudan a desarrollar diferentes capacidades (fuerza, flexibilidad...etc.) o en nuestro caso, los dos factores psicomotrices en los cuales basamos este proyecto, equilibrio y lateralidad.

Por ultimo con este proyecto se logró que las alumnas de segundo grado del colegio Magdalena Ortega de Nariño mejoraran los factores psicomotrices (equilibrio y lateralidad) por medio de actividades basadas en la gimnasia educativa, por consiguiente, se descubrió un dinamismo en las practicas, uso de juegos para llamar la atención de las alumnas, con elementos

de trabajos simples donde la esencia principal fue el aprendizaje de los temas planteados anteriormente, donde no solo se entendió el concepto, sino se puso en práctica.

Antecedentes

Cuadro 1. Antecedente local: La psicomotricidad como fundamento pedagógico en educación física.

INVESTIGADOR	INGRID JULIETH SÁNCHEZ ROA
TÍTULO	LA PSICOMOTRICIDAD COMO FUNDAMENTO PEDAGÓGICO EN EDUCACIÓN FÍSICA PREESCOLAR DE LOS LICEOS DEL EJÉRCITO
PUBLICADO	UNIVERSIDAD MILITAR NUEVA GRANADA
PAÍS	COLOMBIA, BOGOTÁ
AÑO	2016
<p>RESUMEN: El siguiente documento menciona un poco más amplio el tema de la motricidad, no se centra solamente en la lateralidad, pero si es un punto fundamental. Habla sobre el aporte de la psicomotricidad para la vida de un niño y su desarrollo es trascendental, teniendo como precepto que el movimiento en el desarrollo infantil es el medio tangible de procesos no solo motrices sino cognitivos pues, tal como lo afirma (Muntaner) quien cita a Picq & Vayer, (1977) "La educación psicomotriz es una educación psicológica y pedagógica que utiliza los medios de la educación física con el fin de normalizar o mejorar el comportamiento del niño". Dicho comportamiento es regulado por el condicionamiento basado en las experiencias sensitivas, las cuales generan en el niño una serie de estímulos que hacen que el desarrollo corporal la evidencia de la dualidad del movimiento y las emociones; de tal modo que "podríamos definir la psicomotricidad como una concepción del desarrollo, según la cual se considera que existe una identidad entre las funciones neuromotrices del organismo y sus funciones psíquicas" Martinez Lopez & Nunez, (1978</p>	

Cuadro 2. Antecedente nacional: Desarrollo de la lateralidad y el pensamiento espacial con estrategias creativas

INVESTIGADOR	EDILZA MILENA REYES CRUZ
TÍTULO	DESARROLLO DE LA LATERALIDAD Y EL PENSAMIENTO ESPACIAL CON ESTRATEGIAS CREATIVAS
PUBLICADO	UNIVERSIDAD SANTO TOMAS
PAÍS	COLOMBIA, BUCARAMANGA
AÑO	2018
<p>RESUMEN: Esta investigación trata sobre mejorar la práctica pedagógica teniendo en cuenta que el desarrollo de la lateralidad y el pensamiento espacial, planteando que son factores clave en las actividades de la educación inicial, por tanto, todo docente que se desempeñe en este nivel debe tener claro, saber abordar y sobre todo, debe trabajar de manera consciente y permanente implementando en su quehacer pedagógico estrategias, con el fin de ir afianzando las habilidades motoras en los niños que tiene a su cargo. Desde esta perspectiva, la investigación planteada es relevante ya que el desarrollo de la lateralidad y el pensamiento espacial, le permiten al niño desenvolverse en cualquier contexto de su cotidianidad, además es muy importante porque la formación que adquiere el niño en sus primeros años de vida es esencial para continuar su proceso educativo y, por ende, trasciende en las etapas posteriores. Del mismo modo, esta investigación contribuye no solo a que los niños adquieran nuevos conocimientos, sino que a través de la experimentación</p>	

Cuadro 3. Antecedente internacional: El equilibrio y su proceso de aprendizaje en Educación Física

INVESTIGADOR	NOELIA FRAILE CORDÓN
TÍTULO	EL EQUILIBRIO Y SU PROCESO DE APRENDIZAJE EN EDUCACIÓN FÍSICA
PUBLICADO	UNIVERSIDAD DE VALLADOLID
PAÍS	ESPAÑA
AÑO	2011
<p>RESUMEN: Este proyecto, se basa en el diseño de una unidad didáctica para tercer ciclo de primaria, la cual, trata de dar respuesta a todos los factores necesarios que debemos tener en cuenta como maestros de educación física a la hora de abordar este tipo de contenidos como lo es el equilibrio con nuestros alumnos, así como qué tipo de metodología será la correcta para poder trabajar dicha habilidad con los niños.</p>	

Cuadro 4. Antecedente internacional: La lateralidad y su influencia en el aprendizaje escolar

INVESTIGADOR	ANDRE MONEO FERNANDEZ
TÍTULO	LA LATERALIDAD Y SU INFLUENCIA EN EL APRENDIZAJE ESCOLAR
PUBLICADO	UNIVERSIDAD DE LA RIOJA
PAÍS	ESPAÑA
AÑO	2013
<p>RESUMEN: El propósito de este trabajo es conocer y estudiar en profundidad la lateralidad y sobre todo analizar como la lateralidad mal definida o cruzada puede influir en el proceso de aprendizaje de los niños. La mayoría de ocasiones, una lateralidad mal definida puede influir tanto en aspectos cognitivos como en aspectos motrices.</p>	

Cuadro 5. Antecedente internacional: La lateralidad motora como habilidad entrenable. Efectos del aprendizaje sobre el cambio de tendencia lateral

INVESTIGADOR	A. BILBAO, A. OÑA
TÍTULO	LA LATERALIDAD MOTORA COMO HABILIDAD ENTRENABLE. EFECTOS DEL APRENDIZAJE SOBRE EL CAMBIO DE TENDENCIA LATERAL
PUBLICADO	EUROPEAN JOURNAL OF HUMAN MOVEMENT
PAÍS	ESPAÑA
AÑO	2000
<p>RESUMEN: La lateralización motora constituye un problema tradicional del ámbito de la educación física. Sus explicaciones han estado situadas dentro del modelo genetista y biológico que la consideran como una capacidad general del ser humano para utilizar un lado de nuestro cuerpo preferentemente sobre otro. Esta interpretación se ha basado en un supuesto dominio de un hemisferio cerebral sobre el otro hemisferio, que permanece subyacente a toda conducta y determinado por nuestro código genético, y, por tanto, de difícil modificación a través del aprendizaje. El presente trabajo trata de interpretar la lateralización motora desde un modelo distinto, el comportamental, donde el aprendizaje constituye el factor clave de su definición. Mediante un experimento de diseño intrasujeto, tratamos de comprobar el efecto del aprendizaje de habilidades en las zonas corporales izquierda y derecha, en niños de tres y cuatro años, mediante un procedimiento de control de contingencias que incluye la administración de reforzamiento positivo y retroalimentación (feedback). Bajo este principio postulamos que los cambios obtenidos en las conductas motoras</p>	

Cuadro 6. Antecedente internacional: La gimnasia como contenido escolar: un análisis desde los programas oficiales de Uruguay

INVESTIGADOR	VIRGINIA ALONSO SOSA, PABLO ZINOLA
TÍTULO	LA GIMNASIA COMO CONTENIDO ESCOLAR: UN ANÁLISIS DESDE LOS PROGRAMAS OFICIALES DE URUGUAY
PUBLICADO	UNIVERSIDAD SEDICI REPOSITORIO INSTITUCIONAL DE LA UNLP
PAÍS	URUGUAY
AÑO	2015
<p>RESUMEN: El siguiente trabajo se basa en un análisis de los programas oficiales de educación física escolar del Uruguay de 1911, 1923 y 1986 en relación a la gimnasia. Nos interesa el recorrido programático que ha tenido la gimnasia en tanto contenido de la educación física, asumiendo que dichos discursos estabilizados son portavoces destacados de un contexto particular, siempre abiertos a ser interpretados desde nuevas miradas. A través de estos documentos, que de una u otra manera marcan los lineamientos para la enseñanza, sea en forma de manual escolar, plan de acción, proyecto de ejercicios físicos, o programa escolar, intentamos dar cuenta del recorrido histórico y conceptual de la gimnasia en tanto saber a ser enseñado, para comprender qué discursos sustentan a la gimnasia escolar y qué recorte curricular se realiza de la misma en tanto campo de saber.</p>	

Cuadro 7. Antecedente internacional: Una modalidad saludable de gimnasia en edad escolar: la gimnasia estética de grupo

INVESTIGADOR	ELENA CONESA ROS, FRANCISCA MARTÍNEZ GALLEGO
TÍTULO	UNA MODALIDAD SALUDABLE DE GIMNASIA EN EDAD ESCOLAR: LA GIMNASIA ESTÉTICA DE GRUPO
PUBLICADO	E-BALONMANO.COM: REVISTA DE CIENCIAS DEL DEPORTE
PAÍS	ESPAÑA
AÑO	2017
<p>RESUMEN: Los hábitos posturales se forman y consolidan durante la infancia y la adolescencia, habiéndose registrado en las últimas décadas un aumento notable de los problemas de dolor de espalda y desalineaciones del raquis cada vez a más temprana edad, posiblemente debido a desequilibrios musculares. En este contexto se presenta la Gimnasia Estética de Grupo (GEG), especialidad que nace durante el movimiento gimnástico de principios del siglo XIX en el norte de Europa, y a la que estudios recientes le atribuyen beneficios notables sobre la salud postural. Además de las trasferencias educativas y de valores que están asociadas a las diferentes modalidades deportivas gimnásticas, esta modalidad deportiva artística, expresiva y grupal se apoya en un reglamento deportivo especialmente cuidado para potenciar la adquisición de hábitos posturales e higiénicos beneficiosos para la salud del raquis de los gimnastas.</p>	

Marco teórico

La educación según Platón (Cruz, 2007) “es el proceso que permite al hombre tomar conciencia de la existencia de otra realidad, y más plena, a la que está llamado, de la que procede y hacia la que dirige.” Todos tenemos derecho a la educación lo cual permite un desarrollo personal y un beneficio para la sociedad, conocer lo desconocido, poner en práctica lo aprendido y construir su propio conocimiento son solo algunas de las contribuciones que nos permite la educación. El tema se basa en cómo educar en la actualidad a los niños.

Las niñas de segundo grado de primaria del colegio Magdalena Ortega de Nariño oscilan entre los 6 y 8 años. Para (Morin) tienen las siguientes características:

✓ Desarrollo físico

A los 6 y 8 años de edad, podría estar trabajando en perfeccionar sus habilidades físicas. Su control sobre las habilidades motoras finas y su resistencia podrían mejorar. La mayoría de los niños en segundo:

- Fortalecen tanto los músculos pequeños como los grandes; pueden jugar y ser activos por más tiempo sin cansarse
- Usan mejor los músculos pequeños de las manos; su escritura, la destreza con la tijera y la manipulación de cosas como botones, cremalleras y cordones de zapatos mejora considerablemente
- Comienzan a ser capaces de correr más lejos y por más tiempo

✓ Desarrollo cognitivo

En estas edades, las habilidades para resolver problemas y razonar están tomando vuelo. Los niños tienden a hablar a un nivel más adulto y comienzan a mostrar interés en actividades específicas que les gustan. Desde el punto de vista cognitivo, la mayoría de los niños de esta edad son capaces de:

- Buscar las razones detrás de las cosas; hacer preguntas para obtener más información
- Entender causa y efecto, y hacer conexiones más profundas (por ejemplo, saber cosas como si $6 + 2 = 8$, entonces $8 - 6 = 2$)
- Comenzar a planificar por adelantado; podrían hacer un dibujo de algo que quieren construir o un plan para hacer un experimento
- Tener mayor capacidad de atención; pueden sentarse y prestar atención a algo que les interese durante al menos 30 a 45 minutos
- Coleccionar objetos

✓ Desarrollo del lenguaje

El lenguaje continúa desarrollándose a un ritmo constante durante estos dos años. El vocabulario aumenta y los niños comienzan a usar palabras que han leído pero no escuchado. Al final del tercer grado, la mayoría de los niños pueden:

- Comprender lo que están leyendo y comienzan a cambiar de “aprender a leer” a “leer para aprender”
- Aprender vocabulario a través de la lectura
- Utilizar palabras para resolver problemas, tanto sociales como académicos

- Comenzar a hacer juegos de palabras; entender bromas y acertijos
 - Usar “malas” palabras para experimentar el efecto que causan
 - Utilizar todos los sonidos de las letras correctamente; ya no substituyen *w* por *r* cuando hablan en inglés
 - Utilizar la escritura como una manera de expresar los sentimientos, contar historias y resumir información
- ✓ Desarrollo social-emocional

El segundo y el tercer grado pueden ser un poco difíciles desde el punto de vista social y emocional. Los niños comienzan a restringir sus amistades a unos pocos buenos amigos, pero esas amistades pueden cambiar rápidamente. La mayoría de los niños están ansiosos por ser aceptados y pertenecer a un grupo y prueban diferentes personalidades para ver dónde encajan. Al final del tercer grado, la mayoría de los niños podrán:

- Tener momentos de extrema inseguridad y necesitar mucho apoyo de sus padres
- Cambiar frecuentemente de estar alegre y dispuesto a ayudar a ser rudo y egoísta
- Disfrutar ser parte de un equipo, un grupo o un club
- Pasar más tiempo con las amistades y ser influenciados fácilmente por ellas
- Experimentar períodos de emociones dramáticas e impaciencia y la sensación de que todos están en su contra, y repentinamente sentir que todo está bien
- Comenzar a ver las cosas desde otros puntos de vista e incorporarlos en su vida diaria

El proyecto está basado en el perfeccionamiento de las debilidades puntuales equilibrio y lateralidad que se identificaron en las estudiantes de segundo grado de primaria del colegio Magdalena Ortega de Nariño.

La psicomotricidad es aquella ciencia que considera a el sujeto como una estructura unitaria, donde se pretende desarrollar al máximo las capacidades individuales, basándose en la ejercitación del propio cuerpo de una forma consiente, donde le permite a la persona relacionarse consigo mismo y con el medio que lo rodea.

Según la teoría del autor Da Fonseca (citado anteriormente) la inteligencia perceptivo-motriz se desarrolla entre los 6-12 años de edad (rango en el que se encuentran las estudiantes de segundo grado 6-7 años) es en donde las alumnas adquieren la noción del cuerpo, la lateralidad, el equilibrio y la organización espacio-temporal.

Los autores Castañer y Camerino plantean dos grupos de capacidades perceptivo-motrices, unas son básicas las cuales son: la corporalidad, la espacialidad, la temporalidad y de estas tres básicas combinadas van surgiendo otras más como: la lateralidad, el ritmo, la estructuración espacio-temporal, el equilibrio y la coordinación.

Es acá donde se realizan diversas actividades y se identifica por medio de una observación directa algunas dificultades en los dos aspectos que se han planteado anteriormente (equilibrio y lateralidad). Para empezar, se desarrolló el equilibrio.

“El equilibrio es una condición básica de la organización psicomotora, ya que implica una multiplicidad de ajustes posturales anti gravitatorios, que dan soporte a cualquier respuesta motriz. El equilibrio reúne un conjunto de aptitudes estáticas y dinámicas, abarcando el control postural y el desarrollo de las adquisiciones de locomoción” (DA FONSECA, 1998). Como se observar en la definición de este autor el equilibrio es fundamental para lograr cualquier tarea motriz en nuestro diario vivir, desde subir una escalera, hasta cruzar un tronco delgado en punta de pies.

“El equilibrio es un paso esencial del desarrollo psiconeurológico del niño, luego un paso clave para todas las acciones coordinadas e intencionadas, que en el fondo son los apoyos de los procesos humanos de aprendizaje” (DA FONSECA, 1998), el equilibrio es esencial para cualquier proceso humano de aprendizaje.

Se conocen tres aspectos que influyen en este factor psicomotriz, como ya se observó está el neurológico y con este encontramos los biomecánicos y los psicológicos.

Cuando se habla de factores neurológicos y biológicos se desarrolla la percepción vestibular que es una capacidad perceptivo-motriz del equilibrio. Se consigue a través de la información que llega a nuestro cerebro por medio de vías distintas, sensaciones visuales, cenestésicas y el oído.

La información que llega por medio de la vía cenestésica es la que se percibe por medio de las articulaciones para indicar la posición de distintas partes y segmentos del cuerpo y por medio del oído claramente no solo cumple con la función de la audición es fundamental en el desarrollo del equilibrio ya que posee dos órganos internos que son, el laberinto y los canales semicirculares.

El laberinto “se encuentra dentro del hueso temporal y se divide en una parte ósea y otra membranosa. Dentro de él podemos encontrar el sistema vestibular, en el que el vestíbulo o aparato vestibular se encarga de regular el equilibrio de nuestro cuerpo” (auditivos), como se vio anteriormente también se encuentran los canales semicirculares que son “pequeños conductos que están situados en nuestro oído interno, en la parte posterior del vestíbulo.” (auditivos). Esos canales semicirculares forman ángulos rectos entre si y eso permiten que los

órganos sensoriales puedan registrar los movimientos que la cabeza realiza en los tres planos del espacio como lo son, derecha e izquierda, arriba y abajo, por ultimo adelante y atrás.

Como se mencionó anteriormente otro aspecto que influyen en el equilibrio es el biomecánico el cual está conformado por cuatro factores.

El primero es la base de sustentación de manera que al incrementar la base se aumenta normalmente la estabilidad.

El segundo factor es el centro de gravedad, “este ejerce su acción sobre el cuerpo humano y sobre cada segmento corporal en forma independiente lo que origina un centro de gravedad para la totalidad del cuerpo y otra para cada uno de sus segmentos.” (especialidades, 2018)

Se puede ver que el resultante de todas las fuerzas actúa sobre distintas masas del cuerpo.

El tercer factor que se tratara, es la altura del centro de gravedad, este explica que entre más cerca este el centro de gravedad a la base de sustentación, mayor será la estabilidad de un cuerpo.

Por último, se encuentra las fuerzas externas que tratan de desequilibrar al individuo, en este caso entra los compañeros y la misma gravedad.

El último aspecto que se influye en el equilibrio es el psicológico. Este empezara con la experiencia, que es un conjunto de vivencias asumidas por un sujeto que varían según la edad, sexo, datos afectivos etc. Cuando los alumnos tienen experiencias positivas con el equilibrio en alguna prueba física, en un baile o en su vida cotidiana estarán más capacitados para enfrentar nuevos retos, todo lo contrario, con alumnos que hayan tenido experiencias negativas.

En lo psicológico entra otro factor importante, la seguridad y confianza. Este factor reúne de una manera directa la relación alumno-maestro para afrontar los retos.

Ya se observó diferentes factores que influyen en un buen desarrollo del equilibrio desde diferentes profesiones u ocupaciones. A continuación, se dará a conocer los tipos de equilibrio que existen.

Para iniciar se hablará de dos tipos de equilibrio, los cuales varios autores los han definido como equilibrio estático y equilibrio dinámico. El equilibrio estático básicamente es mantener una postura sin movimiento, que se logra gracias a los reflejos de equilibrarían que se da por el resultado de las relaciones propioceptivas.

El equilibrio dinámico está acompañado de movimiento, se debe cambiar de postura manteniendo una posición transitoria de equilibrio. Autores como (López, 1992) distinguen 2 tipos de equilibrio dentro del equilibrio dinámico. Uno de ellos es el reequilibrio, que es recuperar la posición correcta, después de una posición equilibrada del cuerpo en una acción motriz. El otro tipo que se plantea es equilibracion, esta se refiere a transportar objetos con diferentes partes del cuerpo sin perder el equilibrio.

Para el autor Da Fonseca existe otro equilibrio que es la inmovilidad. Él nos plantea que a través de este se logra evaluar la capacidad del niño de conservar el equilibrio con los ojos cerrados, los ajustes posturales, las reacciones tónico-emocionales como la ansiedad, inestabilidad o turbulencia, movimientos fáciles, los movimientos involuntarios, gesticulares, sonrisas, oscilaciones multi y unidireccionales, distonias, movimientos coreiformes y atetptiformes, esto es apreciar el grado de control vestibular y cerebeloso de la postura.

Como se nombró anteriormente la lateralidad también es otro factor psicomotor que se va a trabajar con las alumnas de segundo grado.

Es importante que las estudiantes tengan un buen dominio de este factor puesto que les permitirá tener una noción del cuerpo, el espacio y tiempo.

La lateralidad le permite a la persona empezar a tener consciencia de su propio cuerpo en relación con el espacio.

“La lateralidad es el dominio funcional de un lado del cuerpo sobre otro y se manifiesta en la preferencia de servirnos selectivamente de un miembro determinado (mano, pie, ojo y oído) para realizar actividades concretas”. (Conde y Viciano, 1997).

La lateralidad de cada individuo estará determinada por el dominio hemisférico de su cerebro, ya que este está dividido en dos hemisferios simétricos y la vez asimétricos en su funcionalidad, es donde se determina cuando la persona es diestra o zurda.

“El predominio de un lado del cuerpo sobre otro a la hora de realizar ciertas acciones motrices, por la dominancia del hemisferio contrario al de uso, y como consecuencia de la maduración del sistema nervioso y de la experimentación”. (Romero 2000)

La lateralidad manual surge al final del primer año, pero solo se establece físicamente alrededor de los 4-5 años (DA FONSECA, 1998). Cuando esto ya se define, se observa con qué facilidad las estudiantes manejan su lateralidad cuando se les indique una orden específica con algún elemento o realizando alguna habilidad básica.

Existen diversos tipos de lateralidad. La clasificación que Le Boulch profesor de educación física, médico y especialista en kinesiología y licenciado en psicología plantea es la siguiente:

- Diestro integral
- Zurdo integral
- Lateralidad indefinida
- Diestro con retraso de la lateralidad
- Zurdo para algunas actividades y diestro para otras
- Zurdería contrariada

Pero no solo se encuentra estos tipos de lateralidad, también el autor Da Fonseca plantea otros como:

- Lateralización ocular
- Lateralización auditiva
- Lateralización manual
- Lateralización pedal
- Lateralización expresiva

Como se realizó con el equilibrio, el test de lateralidad aplicado a las estudiantes está basado en la batería de Da Fonseca, es por esto que los tipos de lateralidad que se escogieron para trabajar son los que este autor plantea.

Se encuentran varios componentes que integran la lateralidad como lo sensorial, lo perceptivo, lo conceptual, lo simbólico, lo social etc.

Los test que se aplicaron pretenden determinar la consistencia de la preferencia de los tele-receptores que son la visión y la audición, y de los propio efectores que vienen siendo la mano y el pie.

Como se observa la lateralidad está unida a la preferencia manual del miembro superior ya que este es el de mayor especialización y disociación motora del ser humano, por lo que se convierte en el miembro más utilizado frecuentemente en el contacto con el mundo exterior.

La lateralidad es por consecuencia, sinónimo de diferenciación y de organización (DA FONSECA, 1998). Como es conocido el hemisferio izquierdo controla el lado derecho del cuerpo, y el hemisferio derecho controla el lado izquierdo. Esto se va dando primero en términos sensorio-motores y después se va desarrollando en términos perceptivos y simbólicos. Esta especialidad hemisférica de cada función es necesaria para una óptima realización de procesos cerebrales.

Una buena lateralidad es el producto final de una óptima maduración (DA FONSECA, 1998)

Para trabajar estos factores psicomotores se hará uso de la gimnasia educativa, para hablar esta se debe definir primero que es la educación física.

La educación física es la educación de la salud, del cuerpo-mente. Se debe enseñar los valores para que el alumno futuro, tenga los conocimientos mínimos que le permitan cuidar su cuerpo y mantener su salud (Jorge Salas 2000)

Una rama importante de la educación física, sobre todo en el proceso escolar es la gimnasia educativa, esta gimnasia permitirá “el adiestramiento graduado, progresivo,

equilibrado de las funciones neuro-musculares, en vista de un desarrollo armónico, en cuanto a función y forma.” (Luis, 1948)

La gimnasia educativa no se basa en realizar ejercicio sin ningún motivo, y tampoco es empleada con un fin de lucha o de recreación, tiene sus objetivos propios y es de carácter formativo-educativo donde cada movimiento realizado tiene su razón de ser. Por medio de esta gimnasia se busca realizar ejercicios progresivos desarrollando un autodomínio corporal preparándolo para la vida activa y el deporte.

“los ejercicios de equilibrio, los saltos, las suspensiones, debidamente graduados, así como los ejercicios analíticos localizados en determinados grupos musculares, suministran este adiestramiento formativo y preparatorio, que hace de la gimnasia educativa el camino lógico y necesario para las actividades físicas especializadas” (Luis, 1948)

La gimnasia educativa trabaja sobre la coordinación, el equilibrio, la actividad neuromotriz lo cual lleva de lo más simple a lo complejo, de lo general a lo específico haciendo de todo esto un adiestramiento físico particularizado como el deporte, la danza o un simple trabajo. En la gimnasia educativa prima el afán formativo.

La elección de la gimnasia educativa para trabajar el equilibrio y lateralidad con las estudiantes de grado segundo, permitirá el perfeccionamiento de estos factores psicomotores de una forma más sencilla e innovadora para ellas, se realizaran ejercicios básicos tanto de equilibrio como de lateralidad, cada uno se trabajara de forma independiente por medio de la gimnasia educativa, de tal manera que al ir aplicando varias actividades, se consiga ejecutar ejercicios algo más complejos, donde las alumnas ya no trabajen el equilibrio y la lateralidad

por separado, sino que lo vayan uniendo de apoco y logren realizar ejercicios de una forma armónica.

Con la gimnasia educativa las niñas adquieren hábitos de orden, así mismo van activando su parte coordinativa, equilibrio y la habilidad neuromotriz.

Botar, girar, rodar los niños son gimnastas innatos por lo cual esos van a ser lo movimientos bases para trabajar con las estudiantes de segundo grado.

- Rollo corto

Imagen 1. Rollo corto



- Rollo alto (en parejas)

Imagen 2. Rollo alto



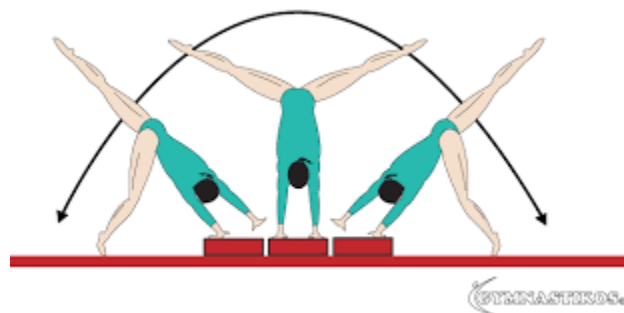
- Rollo atrás

Imagen 3. Rollo atrás



- Media luna

Imagen 4. Media luna



- Parada de manos (parejas)

Imagen 5. Parada de manos



- Mosquito

Imagen 6. Mosquito



- Parada de cabeza (parejas)

Imagen 7. Parada de cabeza



Estos 7 elementos van a ser la herramienta principal con la que se trabajara los elementos principales, lateralidad y equilibrio.

Se empezará con el equilibrio que va a ser la base de todo la parte inicial de cada ejercicio mantenerse en equilibrio estático siempre antes de empezar a desarrollar cada movimiento expuesto anteriormente.

Cada rollito que se realice consiste en tener un control postural no perder la línea, la dirección, hacia dónde va el rollo ya sea adelante o atrás y terminar de pie nuevamente haciendo uso del equilibrio estático. Todo este proceso de enseñanza de cada rollito necesitara del uso de habilidades básicas que ellas ya tienen y de esta manera irán adquiriendo aquellas que no controlan muy bien.

Al ir avanzando con los otros ejercicios como media luna, permitirá trabajar a profundidad la parte de la lateralidad al mismo tiempo el equilibrio dinámico en la parte inicial de este movimiento, algo que también va a suceder con la parada de manos.

Los ejercicios de mosquito y parada de cabeza serán los dos movimientos que desarrollarán a profundidad el equilibrio estático en una posición invertida. Las alumnas al controlar eso en una posición poco habitual, les ayudara a desarrollar más rápido este factor psicomotor.

Para llevar a cabo todo este proceso es necesario basarse en algún método de enseñanza en la educación física. Para ello, las estudiantes de segundo grado de primaria están trabajando bajo el “descubrimiento guiado”

El descubrimiento guiado es un método que permite revelar la respuesta al problema motor que se ha encontrado específicamente en la lateralidad y el equilibrio, donde se establece un reto en que la alumna tenga que trabajar utilizando la psiquis y su motricidad.

El profesor de practica en este método el papel que se realiza es una orientación del aprendizaje de las alumnas, permitiendo que ellas mismas sean las que tomen decisiones y descubran, de modo que las estudiantes deben buscar la respuesta al problema motor planteado.

En el desarrollo de la clase nunca se les brinda la respuesta a las alumnas, siempre se espera la respuesta de ellas tanto verbal como motriz, después de ello si se puede hacer un refuerzo a esas respuestas que sean correctas, sugerencias a las incorrectas etc. No solo es un trabajo individual pues este depende de las tareas que sean asignadas donde las respuestas pueden ser grupales.

J. Bruner (1960, 1966) “considera que los estudiantes deben aprender por medio del descubrimiento guiado que tiene lugar durante una exploración motivada por la curiosidad”

La evaluación que se realiza en este método son los resultados grupales, donde se preguntan qué respuestas han sido las adecuadas.

Los contenidos que se manejan en este método son:

- Actividades en la Naturaleza
- Expresión corporal
- Educación Física de Base (desplazamientos, saltos, giros y lanzamientos...)
- Juegos. Las actividades que propongamos con este estilo van a ser formas jugadas. (Nieto, 2009)

Para el desarrollo de este proyecto de investigación se realiza una propuesta didáctica basada en diferentes actividades presentadas por las docentes apoyando el proceso en la gimnasia educativa.

Marco legal

Primero nos basamos en la Ley 115 General de Educación de 1994, la cual reconoce la educación física como uno de los fines principales de la educación (artículo 5), de la educación Preescolar (artículo 15) , también como uno de los objetivos de la educación básica tanto para el ciclo de primaria como área fundamental del currículo , y la educación media.

También se cree importante el decreto 1860 de 1996 porque da las horas lúdicas y orienta la evaluación del currículo y la resolución 2343 de 1997, que brinda orientaciones sobre lineamientos curriculares e indicadores de logros para diferentes áreas, en este caso Educación Física.

Por último la Ley 181 que regula el derecho a la práctica de la educación física, deporte, recreación y aprovechamiento del tiempo libre; También establece el fomento, coordinación, ejecución y práctica de la educación física (Artículo 1); La recreación del sistema nacional de deporte, educación física y recreación (Artículo 2)y la definición de educación física como disciplina científica (artículo 10) .

Marco Conceptual

➤ Didáctica

Al ser analizado como una disciplina científica, la didáctica estudia la génesis, circulación y apropiación del saber, adicionalmente sus condiciones de enseñanza y

aprendizaje, como explica Zambrano en su libro *Didáctica, Pedagogía y Saber* (ZAMBRANO LEAL, 2015)

“La didáctica es el estudio del conjunto de recursos técnicos que tienen por finalidad dirigir el aprendizaje del alumno, con el objeto de llevarle a alcanzar un estado de madurez que le permita encarar la realidad, de manera consciente, eficiente y responsable, para actuar en ella como ciudadano participante y responsable.” (IMÍDEO , 1985)

“La didáctica es la rama de la pedagogía que se ocupa de orientar la acción educadora sistemática, y en sentido más amplio: “Como la dirección total del aprendizaje” es decir, que abarca el estudio de los métodos de enseñanza y los recursos que ha de aplicar el educador o educadora para estimular positivamente el aprendizaje y la formación integral y armónica de los y las educandos” (FERRANDEZ, SARRAMONA , & TARIN, 1981)

➤ Equilibrio

“Mantenimiento de la postura mediante correcciones que anulen las variaciones de carácter exógeno o endógeno”. (CONTRERAS JORDAN, 1998)

“El equilibrio corporal consiste en las modificaciones tónicas que los músculos y articulaciones elaboran a fin de garantizar la relación estable entre el eje corporal y eje de gravedad”. (GARCÍA & FERNANDEZ VIDAL, 2002)

“Capacidad de controlar el propio cuerpo, recuperar la correcta postura y los factores desequilibrantes” (CASTAÑER BALCELLS & CAMERINO FOGUET, 1991)

“El equilibrio es una condición básica de la organización psicomotora ya que implica una multiplicidad de ajustes posturales antigravitatorios que dan soporte a cualquier soporte motriz” (DA FONSECA, 1998)

“La habilidad de mantener el cuerpo en posición erguida, gracias a los movimientos compensatorio que implican la motricidad global y fina, que se da cuando el individuo está quieto (equilibrio estático) o en movimiento, “desplazándose” (equilibrio dinámico). (MOSSTON, 1993)

➤ Gimnasia

“Arte de agilizar, ejecutar, flexibilizar y fortalecer el cuerpo mediante la realización de ejercicios físicos no sistematizados”. (LAGARDERA OTERO, 2008)

➤ Gimnasia educativa

“Sistema de ejercicios con el fin de desarrollar perfeccionar y corregir la capacidad de movimiento , siendo un medio para alcanzar la educación y disciplina física” (OSORIO & AGUDELO, 2002)

➤ Lateralidad

“El dominio funcional de un lado del cuerpo sobre el otro, manifestándose en la preferencia de los individuos de servirse selectivamente de un miembro determinado para realizar operaciones que requieren de precisión y habilidad”. (LE BOULCH, 1990)

“Dominio funcional de un lado del cuerpo sobre el otro, manifestándose en la preferencia de los individuos de servirse selectivamente de un miembro determinado para realizar operaciones que requieren de precisión y habilidad”. (CAMPO SANCHEZ, 2004)

“La lateralidad es el dominio funcional de un lado del cuerpo sobre otro y se manifiesta en la preferencia de servirnos selectivamente de un miembro determinado (mano, pie, ojo y oído) para realizar actividades concretas”. (ARTEAGA CHECA, VICIANA GARÓFANO , & CONDE CAVEDA, 1997)

“Tendencia natural a utilizar un lado del cuerpo con preferencia a otro (o una parte de este lado; ojo, mano...) en todas las tareas que requieren una acción unilateralizada.” (DEFONTAINE & BONJOUR, 1981)

El predominio de un lado del cuerpo sobre otro a la hora de realizar ciertas acciones motrices, por la dominancia del hemisferio contrario al lado de uso, y como consecuencia de la maduración del sistema nervioso y de la experimentación”. (ROMERO CEREZO, 2000)

➤ Didáctica

La didáctica es una rama de la pedagogía, busca métodos para mejorar la enseñanza determinando algunas pautas para que ese conocimiento llegue de una forma más eficaz a los estudiantes. Científicos afirman que la didáctica es una disciplina científico pedagógica que se centra en las etapas de aprendizaje. (Julián Pérez Porto, 2012)

➤ Propuesta

Es un ofrecimiento o pensamiento que se expresa a una persona con un objetivo definido. La persona que realiza una propuesta espera una respuesta. (Julián Pérez Porto, 2012)

➤ Propuesta pedagógica

Es una acción que promueve la aplicación de la didáctica para desarrollar ciertos conocimientos.

➤ Métodos de aprendizaje

(MOSSTON, 1993) plantea que los estilos de enseñanza muestran cómo se desarrolla la interacción profesor-alumno en el proceso de toma de decisiones.

Este autor primero plantea el método de mando directo, el cual se basa en una clase donde el protagonismo es del profesor y la enseñanza es masiva siguiendo un esquema lineal con una disciplina que se desarrolla durante toda la clase. Los alumnos obedecen no tienen autonomía y su evaluación se da por las ejecuciones y correcciones masivas.

El segundo método es la enseñanza basada en la tarea. En este caso se empieza a crear nuevas relaciones entre el docente y el alumno, alumno y alumno, alumno y tareas. Ya el alumno empieza a tomar decisiones las cuales son valoradas por el docente.

El tercer método es la enseñanza recíproca. Es un modelo que se basa en dos divisiones, las tareas y los que hacen el rol de estudiantes. En este caso el profesor acepta la socialización entre él y el observador, de tal modo el docente acepta que no es la única fuente de información

En el cuarto método se encuentra la autoevaluación donde el alumno ya tiene más decisiones lo que requiere de una mayor responsabilidad por parte de este, la independencia del estudiante es valorada por el docente y en ese momento es donde el alumno conoce sus límites, fracasos y éxitos.

En el quinto método llega la inclusión. Este estilo es particular ya que debe acomodarse a las diferencias individuales que se encuentran en el aula, donde el nivel de exigencia puede bajar un poco para tener éxito en la actividad que se lleve a cabo logrando más individualización. Aquí el docente ya debe tener un conocimiento acerca de la noción de la no controversia. El alumno empieza a evaluar su proceso de aspiración y compara con la realidad,

donde se mide lo que “yo puedo hacer” donde viene una revisión de autonecepto que realiza cada estudiante.

El sexto método es el descubrimiento guiado (método en el que se basa este proyecto). Aquí se desarrolla una respuesta que viene estimulada por una pregunta. La toma de decisiones es más estimulada en este método, el docente confía en la capacidad cognitiva de sus estudiantes lo cual lo obliga a esperar una respuesta. Se va formando la capacidad de realizar descubrimientos mínimos para ir formando un concepto.

El séptimo viene a ser la resolución de problemas donde el conocimiento del docente viene a ser fundamental ya que debe diseñar problemas de distintas áreas, estimulando las capacidades cognitivas de sus estudiantes, creando estructuras que pueden llegar a tener posibles variaciones. El docente debe estar en la capacidad de traspasar el umbral del conocimiento, de tal manera que los alumnos son capaces de producir diferentes ideas a medida que se les vaya presentando problemas relevantes, de la misma manera van aprendiendo la relación entre la producción cognitiva y la ejecución física.

El octavo es el programa individualizado, el cual le permite al alumno desarrollar un programa por sí mismo donde se fundamenta en sus capacidades físicas y cognitivas.

En el método noveno está el llamado estilo para los alumnos avanzados donde estos sujetos ya están preparados para la mayor toma de decisiones durante sus episodios de enseñanza y aprendizaje. Es acá donde el alumno por primera vez toma iniciativa la actividad donde va reconociendo por su cuenta si está preparado para continuar, indagar, diseñar un programa y ejecutarlo.

Y por último se encuentra el estilo de auto enseñanza donde todas las decisiones son tomadas por el alumno. Este estilo no existe en las aulas, pero si está presente en situaciones donde el individuo participa en su propia enseñanza. Esas decisiones que toma el alumno fueron decisiones previamente tomadas con el docente, donde se ve los dos roles tanto del profesor como del estudiante.

➤ Psicomotricidad

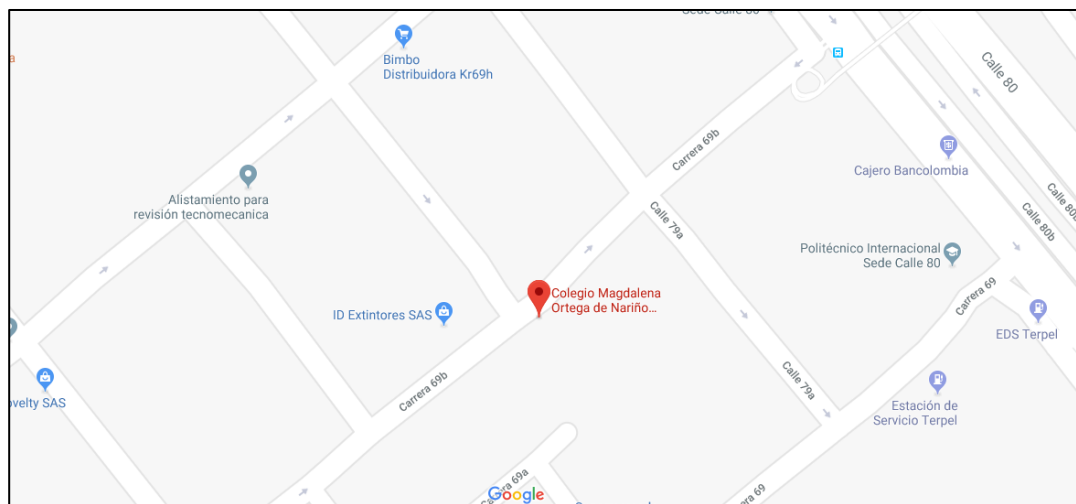
"La psicomotricidad es un enfoque de la intervención educativa o terapéutica cuyo objetivo es el desarrollo de las posibilidades motrices, expresivas y creativas a partir del cuerpo, lo que le lleva a centrar su actividad e interés en el movimiento y el acto, incluyendo todo lo que se deriva de ello: disfunciones, patologías, estimulación, aprendizaje, etc." (BERRUEZO ADELANTADO, 1995)

"La psicomotricidad es un planteamiento global de la persona. Puede ser entendida como una función del ser humano que sintetiza psiquismo y motricidad con el fin de permitir al individuo adaptarse de manera flexible y armoniosa al medio que le rodea. Puede ser entendida como una mirada globalizadora que percibe las interacciones tanto entre la motricidad y el psiquismo como entre el individuo global y el mundo exterior. Puede ser entendida como una técnica cuya organización de actividades permite a la persona conocer de manera concreta su ser y su entorno inmediato para actuar de manera adaptada." Dice De Lièvre y Staes ,1992. (JUSTO MARTINEZ, 2014)

Marco institucional

Colegio Magdalena Ortega De Nariño

Mapa 1. Ubicación geográfica Colegio Magdalena Ortega de Nariño



Fuente: Google inc. 2018

LOCALIDAD: Engativá

DIRECCION: Carrera 69b #78ª36

TELEFONO: 2504961

NOMBRE RECTORA: Lilia Matilde Calderón Mora

MISION

El compromiso del Colegio Magdalena Ortega de Nariño, se concreta en la prestación del servicio educativo en los niveles de Preescolar, Básica y Media, sustentado en la práctica de estrategias pedagógicas y de gestiones administrativas, en beneficio del progreso cultural de la comunidad y específicamente, en la formación de la mujer y del joven adulto.

VISION

El Colegio “Magdalena Ortega de Nariño”, en su condición de establecimiento de carácter oficial de la Secretaría de Educación del D.C., será reconocida como una institución educativa con altos niveles de calidad humana, social y cognitiva que permitirán mejorar el nivel de vida.

Capítulo II

Aspectos Metodológicos

Enfoque metodológico

Enfoque mixto

Por la combinación de ambos enfoques, nace la investigación mixta, que incluye las mismas características de cada uno de ellos. (GRINNELL, 1997) señala que los dos enfoques (cuantitativo y cualitativo) utilizan cinco fases similares y relacionadas en sí:

Objetivo

Abstraer de ambos métodos (cuantitativo y cualitativo) sus fortalezas y minimizar sus debilidades.

Características

- Representan un conjunto de procesos sistemáticos, empíricos y críticos de investigación.
Van y Cole (2004)
- Llevan a cabo observación y evaluación de fenómenos.
- Prueban y demuestran el grado en que las suposiciones ó ideas tienen fundamento.
- Revisan tales suposiciones sobre la base de las pruebas o del análisis.
- Proponen nuevas observaciones y evaluaciones para esclarecer, modificar y/o fundamentar las suposiciones o idea.

Población y muestra

La población con la cual realizamos este proyecto fueron las niñas de segundo grado del colegio Magdalena Ortega de Nariño

Las niñas de segundo grado de primaria del colegio Magdalena Ortega de Nariño oscilan entre los 6 y 8 años. Para (Morin) tienen las siguientes características:

➤ Desarrollo físico

A los 6 y 8 años de edad, podría estar trabajando en perfeccionar sus habilidades físicas. Su control sobre las habilidades motoras finas y su resistencia podrían mejorar. La mayoría de los niños en segundo:

- ✓ Fortalecen tanto los músculos pequeños como los grandes; pueden jugar y ser activos por más tiempo sin cansarse
- ✓ Usan mejor los músculos pequeños de las manos; su escritura, la destreza con la tijera y la manipulación de cosas como botones, cremalleras y cordones de zapatos mejora considerablemente
- ✓ Comienzan a ser capaces de correr más lejos y por más tiempo

➤ Desarrollo cognitivo

En estas edades, las habilidades para resolver problemas y razonar están tomando vuelo. Los niños tienden a hablar a un nivel más adulto y comienzan a mostrar interés en actividades específicas que les gustan. Desde el punto de vista cognitivo, la mayoría de los niños de esta edad son capaces de:

- ✓ Buscar las razones detrás de las cosas; hacer preguntas para obtener más información

- ✓ Entender causa y efecto, y hacer conexiones más profundas (por ejemplo, saber cosas como si $6 + 2 = 8$, entonces $8 - 6 = 2$)
- ✓ Comenzar a planificar por adelantado; podrían hacer un dibujo de algo que quieren construir o un plan para hacer un experimento
- ✓ Tener mayor capacidad de atención; pueden sentarse y prestar atención a algo que les interese durante al menos 30 a 45 minutos
- ✓ Coleccionar objetos

➤ Desarrollo del lenguaje

El lenguaje continúa desarrollándose a un ritmo constante durante estos dos años. El vocabulario aumenta y los niños comienzan a usar palabras que han leído, pero no escuchado. Al final del tercer grado, la mayoría de los niños pueden:

- ✓ Comprender lo que están leyendo y comienzan a cambiar de “aprender a leer” a “leer para aprender”
- ✓ Aprender vocabulario a través de la lectura
- ✓ Utilizar palabras para resolver problemas, tanto sociales como académicos
- ✓ Comenzar a hacer juegos de palabras; entender bromas y acertijos
- ✓ Usar “malas” palabras para experimentar el efecto que causan
- ✓ Utilizar todos los sonidos de las letras correctamente; ya no substituyen *w* por *r* cuando hablan en inglés
- ✓ Utilizar la escritura como una manera de expresar los sentimientos, contar historias y resumir información

➤ Desarrollo social-emocional

El segundo y el tercer grado pueden ser un poco difíciles desde el punto de vista social y emocional. Los niños comienzan a restringir sus amistades a unos pocos buenos amigos, pero esas amistades pueden cambiar rápidamente. La mayoría de los niños están ansiosos por ser aceptados y pertenecer a un grupo y prueban diferentes personalidades para ver dónde encajan. Al final del tercer grado, la mayoría de los niños podrán:

- ✓ Tener momentos de extrema inseguridad y necesitar mucho apoyo de sus padres
- ✓ Cambiar frecuentemente de estar alegre y dispuesto a ayudar a ser rudo y egoísta
- ✓ Disfrutar ser parte de un equipo, un grupo o un club
- ✓ Pasar más tiempo con las amistades y ser influenciados fácilmente por ellas
- ✓ Experimentar períodos de emociones dramáticas e impaciencia y la sensación de que todos están en su contra, y repentinamente sentir que todo está bien
- ✓ Comenzar a ver las cosas desde otros puntos de vista e incorporarlos en su vida diaria

Instrumentos para la recolección de información

- Test
- Observación directa e indirecta
- Diario de campo
- Planes de clase

Cuadro 8. Test de inmovilidad “Batería psicomotriz”

PUNTUACIÓN	INDICADORES																																																				
4	Si se mantente inmóvil durante los 60 segundos, evidenciando un control postular perfecto																																																				
3	Si se mantente inmóvil durante los 40-50 segundos, evidenciando ligeros movimientos																																																				
2	Si se mantente inmóvil durante los 30-45 segundos, revelando señales disfuncionales																																																				
1	Si se mantente inmóvil menos de 30 segundos, con señales disfuncionales bien marcadas																																																				
Control postular 60 segundos con ojos cerrados																																																					
	<table border="1" style="margin-left: auto; margin-right: auto;"> <thead> <tr> <th data-bbox="662 625 857 701">No. De Estudiante</th> <th data-bbox="857 625 1049 701">Puntuación</th> </tr> </thead> <tbody> <tr><td>1</td><td></td></tr> <tr><td>2</td><td></td></tr> <tr><td>3</td><td></td></tr> <tr><td>4</td><td></td></tr> <tr><td>5</td><td></td></tr> <tr><td>6</td><td></td></tr> <tr><td>7</td><td></td></tr> <tr><td>8</td><td></td></tr> <tr><td>9</td><td></td></tr> <tr><td>10</td><td></td></tr> <tr><td>11</td><td></td></tr> <tr><td>12</td><td></td></tr> <tr><td>13</td><td></td></tr> <tr><td>14</td><td></td></tr> <tr><td>15</td><td></td></tr> <tr><td>16</td><td></td></tr> <tr><td>17</td><td></td></tr> <tr><td>18</td><td></td></tr> <tr><td>19</td><td></td></tr> <tr><td>20</td><td></td></tr> <tr><td>21</td><td></td></tr> <tr><td>22</td><td></td></tr> <tr><td>23</td><td></td></tr> <tr><td>24</td><td></td></tr> <tr><td>25</td><td></td></tr> </tbody> </table>	No. De Estudiante	Puntuación	1		2		3		4		5		6		7		8		9		10		11		12		13		14		15		16		17		18		19		20		21		22		23		24		25	
No. De Estudiante	Puntuación																																																				
1																																																					
2																																																					
3																																																					
4																																																					
5																																																					
6																																																					
7																																																					
8																																																					
9																																																					
10																																																					
11																																																					
12																																																					
13																																																					
14																																																					
15																																																					
16																																																					
17																																																					
18																																																					
19																																																					
20																																																					
21																																																					
22																																																					
23																																																					
24																																																					
25																																																					

Cuadro 9. Test equilibrio dinámico “Batería psicomotriz”

Equilibrio dinámico: Avanzar sobre una línea recta de 3 metros de largo en el suelo, de modo que al pasar, un pie toque la punta del pie contrario, siempre con las manos en las caderas.																																																					
PUNTUACIÓN	INDICADORES																																																				
4	Si realiza la marcha controlada, sin ningún reequilibrio compensatorio																																																				
3	Si realiza la marcha controlada, con ligeros reequilibrios																																																				
2	Si realiza la marcha con pausas frecuentes, reequilibrios exagerados.																																																				
1	Si no realiza la actividad o la realiza de forma incompleta																																																				
<table border="1"> <thead> <tr> <th>No. De Estudiante</th> <th>Puntuación</th> </tr> </thead> <tbody> <tr><td>1</td><td></td></tr> <tr><td>2</td><td></td></tr> <tr><td>3</td><td></td></tr> <tr><td>4</td><td></td></tr> <tr><td>5</td><td></td></tr> <tr><td>6</td><td></td></tr> <tr><td>7</td><td></td></tr> <tr><td>8</td><td></td></tr> <tr><td>9</td><td></td></tr> <tr><td>10</td><td></td></tr> <tr><td>11</td><td></td></tr> <tr><td>12</td><td></td></tr> <tr><td>13</td><td></td></tr> <tr><td>14</td><td></td></tr> <tr><td>15</td><td></td></tr> <tr><td>16</td><td></td></tr> <tr><td>17</td><td></td></tr> <tr><td>18</td><td></td></tr> <tr><td>19</td><td></td></tr> <tr><td>20</td><td></td></tr> <tr><td>21</td><td></td></tr> <tr><td>22</td><td></td></tr> <tr><td>23</td><td></td></tr> <tr><td>24</td><td></td></tr> <tr><td>25</td><td></td></tr> </tbody> </table>		No. De Estudiante	Puntuación	1		2		3		4		5		6		7		8		9		10		11		12		13		14		15		16		17		18		19		20		21		22		23		24		25	
No. De Estudiante	Puntuación																																																				
1																																																					
2																																																					
3																																																					
4																																																					
5																																																					
6																																																					
7																																																					
8																																																					
9																																																					
10																																																					
11																																																					
12																																																					
13																																																					
14																																																					
15																																																					
16																																																					
17																																																					
18																																																					
19																																																					
20																																																					
21																																																					
22																																																					
23																																																					
24																																																					
25																																																					

Cuadro 10. Test equilibrio estático “Batería psicomotriz”

Observación del equilibrio estático: mantenimiento del equilibrio durante 20 segundos (Apoyo, rectilíneo, equilibrio en puntas de pie, apoyo unipedal)	
PUNTUACIÓN	INDICADORES
4	Si mantiene el equilibrio estático durante 20 segundos, sin abrir los ojos.
3	Si mantiene el equilibrio estático entre 15-20 segundos, sin abrir los ojos.
2	Si mantiene el equilibrio estático entre 10-15 segundos, sin abrir los ojos.
1	Si mantiene el equilibrio estático menos de 10 segundos, sin abrir los ojos.

No. De Estudiante	Puntuación por test
1	
2	
3	
4	
5	
6	
7	
8	
9	
10	
11	
12	
13	
14	
15	
16	
17	
18	
19	
20	
21	
22	
23	
24	
25	

Cuadro 11. Test de lateralidad “Batería psicomotriz”

Test de lateralidad = lateralidad ocular, auditiva, manual y pedal					
Lateralidad ocular: Se pedirá que vean a través de un tubo					
Lateralidad auditiva: Que simule atender un teléfono					
Lateralidad manual: Que simule escribir y cortar un papel					
Lateralidad pedal: Se pide que se dé un paso gigante, partiendo de pies paralelos y después simule ponerse pantalones, registrando el primer pie que se introduce en el pantalón					
PUNTUACIÓN		INDICADORES			
4		Si realiza todas las actividades espontáneamente, sin vacilaciones y con competencia.			
3		Si realiza todas las actividades con ligeras vacilaciones y perturbaciones psicotónicas.			
2		Si realiza las actividades con permanente vacilaciones y perturbaciones.			
1		Si no realiza las actividades y aparecen señales ambidiestras nítidamente, lateralidad mixta mal integrada.			
No. De Estudiante	Puntuación	Lateralidad ocular (I-D)	Lateralidad auditiva (I-D)	Lateralidad manual (I-D)	Lateralidad pedal (I-D)
1					
2					
3					
4					
5					
6					
7					
8					
9					
10					
11					
12					
13					
14					
15					
16					
17					
18					
19					
20					
21					
22					
23					
24					
25					

Propuesta didáctica

Título

CONOCIENDO DE GIMNASIA Y MEJORANDO FACTORES PSICMOTRICES.

Presentación de la propuesta

La propuesta didáctica se basa en mejorar los factores psicomotores Equilibrio y Lateralidad por medio de la gimnasia escolar, pretendemos que las niñas de segundo grado del colegio Magdalena Ortega de Nariño, quienes están en un promedio de edad entre 6 y 8 años, puedan aprender, conocer y desarrollar habilidades diferentes a las que ya tienen, en relación a lo motriz y cognitivo. Orientándolas hacia un desarrollo de los factores psicomotores lateralidad y equilibrio, teniendo como base las diferentes actividades que la gimnasia escolar nos permite aplicar con la finalidad de la mejora de los factores psicomotores ya mencionados.

Esta propuesta consta de 12 planes de clase acorde a cada objetivo que se quiere lograr, acorde con el tiempo y horario de cada sesión de práctica y con la temática a manejar cada periodo.

Objetivo general

Lograr que por medio de actividades de gimnasia escolar se mejoren dos aspectos fundamentales en el desarrollo del niño como los son el equilibrio y la lateralidad, en las estudiantes de segundo grado del Colegio Magdalena Ortega de Nariño.

Objetivos específicos

1. Ubicación de ejercicios basados en la gimnasia escolar para trabajar el equilibrio y la lateralidad.
2. Aplicación de los ejercicios propuestos a las estudiantes de segundo grado para el perfeccionamiento de la lateralidad y el equilibrio.
3. Evaluación de los ejercicios aplicados para identificar si hubo avance o aún continúan las deficiencias en el equilibrio y la lateralidad

Contenido

Los contextos de aprendizaje los agruparemos en torno a los siguientes factores:

- Introducción a Gimnasia Escolar
- Equilibrio estático
- Equilibrio dinámico
- Recuperado
- Lateralidad pedal
- Lateralidad manual
- Lateralidad ocular
- Lateralidad auditiva

Aspectos pedagógicos

CONDUCTISMO: Según (VIÑOLES, 2013) Es un desarrollo condicionado de la persona, en el cual el ser humano está condicionado por su entorno, en donde los individuos no actúan autónoma y racionalmente sino como personas pasivas la cual se puede moldear a gusto de algún ente ajeno a él.

Textualmente este autor da las siguientes 4 características:

- ✓ El estudiante es solo un buen receptor de contenido, donde solo aprende lo que se enseña.
- ✓ El maestro es un buen ingeniero educacional y administrador de contingencias.
- ✓ El aprendizaje se concibe como un cambio estable en la conducta.
- ✓ La enseñanza consiste en deposita información adquirida por los estudiantes.

CONSTRUCTIVISMO: Según (CARRETERO, 1993) "Básicamente puede decirse que el individuo tanto en los aspectos cognitivos y sociales del comportamiento como en los afectivos no es un mero producto del ambiente ni un simple resultado de sus disposiciones internas, sino una construcción propia que se va produciendo día a día como resultado de la interacción entre esos dos factores. En consecuencia según la posición constructivista, el conocimiento no es una copia fiel de la realidad, sino una construcción del ser humano" (P.21)

Aspectos metodológicos

- **COMANDO DIRECTO:** Según (MOSSTON, 1993) “En toda relación enseñanza-aprendizaje existen dos personas que toman decisiones, el profesor y el alumno. El mando directo es el primer estilo del Espectro, y se caracteriza por el total protagonismo del profesor en la toma de decisiones. La función del alumno consiste en ejecutar, seguir, obedecer. El aspecto esencial de este estilo de enseñanza es la directa e inmediata relación entre el estímulo del profesor y la respuesta del alumno”.

OBJETIVOS:

1. Respuesta inmediata al estímulo.
 2. Uniformidad.
 3. Conformidad.
 4. Ejecución sincronizada.
 5. Afinidad a un molde predeterminado.
 6. Replica de un modelo.
 7. Precisión en la respuesta.
- **DESCUBRIMIENTO GUIADO:** Según (MOSSTON, 1993) “La esencia de este estilo consiste en una relación particular entre el profesor y el alumno, donde la secuencia de preguntas del primero conlleva una serie de respuestas del segundo. Cada pregunta del profesor provoca una sola respuesta correcta descubierta por el alumno. El efecto acumulativo de esta secuencia -proceso convergente- lleva al alumno a descubrir el concepto, principio, o idea perseguidos”.

OBJETIVOS:

1. Desarrollar una relación precisa entre la respuesta descubierta por el alumno y el estímulo (pregunta) presentado por el profesor.
2. Desarrollar destrezas para la búsqueda secuencial que lleven al lógico descubrimiento de un concepto
3. Desarrollar la paciencia tanto en el profesor como en el alumno, cualidad que se requiere para este proceso.

Didáctica utilizada


Gimnasia educativa: (AGOSTI, 1974) Se dice que tiene como objetivo el conocimiento de los alumnos de distintos tipos de gimnasia , así como aprendizaje de diversas destrezas que ayudan a desarrollar diferentes capacidades como fuerza, flexibilidad...etc. o en nuestro caso los dos factores psicomotrices en los cuales basamos este proyecto, equilibrio y lateralidad.

Aspectos axiológicos


Los valores que trabajamos durante este proceso, en todas las sesiones en el Colegio Magdalena Ortega de Nariño y con cada una de las actividades y ejercicios de gimnasia educativa propuestos por las profesoras practicantes son:

- ✓ Respeto
- ✓ Solidaridad
- ✓ Autoestima
- ✓ Confianza en sí mismo
- ✓ Cohesión de grupo
- ✓ Compromiso
- ✓ Motivación
- ✓ No discriminación
- ✓ Cooperación


Cuadro 12. Plan de clase 1

		UNIVERSIDAD LIBRE DE COLOMBIA FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN COMITÉ DE PRÁCTICA PEDAGÓGICA INVESTIGATIVA						FORMATO PLAN DE CLASE		
INSTITUCIÓN EDUCATIVA		IED Magdalena Ortega de Nariño				CLASE N°	1	FECHA	16/08/2018	
DOCENTE TITULAR		Juan Carlos Mejía			DOCENTE EN FORMACIÓN		Milena Morales, Valeria Espinosa			
TEMA:	Introducción a la gimnasia escolar	CURSO	Segundo B	ASIGNATURA	Ed. Física	N° ESTUDIANTES	25	N° SESIONES	12	
¿Qué aprendizajes espera que el estudiante desarrolle?		¿Qué contenidos espera que el estudiante aprenda?		¿Qué metodología va a utilizar para alcanzar los aprendizajes?		¿Qué actividades va a desarrollar?		¿Qué tiempo empleará en cada actividad?	¿Qué recursos va a utilizar?	¿Cómo evalúa el aprendizaje de los estudiantes?
El estudiante aprenda los movimientos o posturas básicas dentro de la gimnasia escolar, teniendo en cuenta que son de poca complejidad (para niñas de 6-8 años)		Voltereta adelante		Comando directo		Calentamiento: movilidad articular juguemos en el bosque Desplazamientos, simón dice. ACTIVIDAD CENTRAL:		15 minutos	Colchonetas, aros	Que se tenga buena actitud en clase, que se apropie de las actividades y de lo que se quiso dar a entender.
						1. Asimilación de cada uno de los pasos para llegar a la voltereta: Posición en cunclillas, pasando de aro en aro repetidamente, sin dejar esa posición. Manos en el suelo, de manera agachada cambiando le aro con las compañeras. Apuyar cabeza en el suelo trotando y a la voz de mando hacerlo. Con ayuda de la profesora y de una de sus compañeras, realizar por completo los pasos hasta lograr la voltereta. Una vez apropiada, hacerlo en dirección hacia atrás		30 minutos		
						2. Lanzar la pelota hacia arriba y tomarla por encima de la cabeza. • Lanzar la pelota hacia arriba y, cuando bota en el suelo, hacer un salto. • Correr al lado de un aro o pelota que va rodando. • Botar la pelota por todos lados, cuando cruzas una línea, saltar y atrapar la pelota.		20 minutos		
						FASE FINAL: Vuelta a la calma y estiramiento.		15 minutos		
Reflexiones del docente de formación:				Reflexiones del docente titular:				Adaptaciones para estudiantes con necesidades educativas especiales:		


Cuadro 13. Plan de clase 2

		UNIVERSIDAD LIBRE DE COLOMBIA FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN COMITÉ DE PRÁCTICA PEDAGÓGICA INVESTIGATIVA						FORMATO PLAN DE CLASE		
INSTITUCIÓN EDUCATIVA		IED Magdalena Ortega de Nariño				CLASE N°	2	FECHA	23/08/18	
DOCENTE TITULAR		Juan Carlos Mejía			DOCENTE EN FORMACIÓN		Milena Morales, Valeria Espinoza			
TEMA:	Diferenciación Derecha - Izquierda (Pedal)	CURSO	Segundo B	ASIGNATURA	Ed. Física	N° ESTUDIANTES	25	N° SESIONES	12	
¿Qué aprendizajes espera que el estudiante desarrolle?		¿Qué contenidos espera que el estudiante aprenda?		¿Qué metodología va a utilizar para alcanzar los aprendizajes?		¿Qué actividades va a desarrollar?		¿Qué tiempo empleará en cada actividad?	¿Qué recursos va a utilizar?	¿Cómo evalúa el aprendizaje de los estudiantes?
Que aprenda a diferenciar y a utilizar ambos pies al momento de realizar las actividades propuestas, teniendo como base la preferencia de lado de éste.		Diferenciación derecha izquierda Desarrollo de habilidades de ambos lados		Aprendizaje Significativo		Calentamiento: Realizar juego Cogidas, Cada alumna propone un movimiento de movilidad y un ejercicio para activarse.		15 minutos	Balones	Que las estudiantes aprendan y se desarrollen adecuadamente en todas las actividades propuestas
						ACTIVIDADES: 1 Se empezara la clase dando saltos por todo el espacio , en un solo pie		15 minutos		
						2 con un balon tendrán que jugar en parejas pasándolo primero con derecha y luego con izquierda , realizando diferentes recorridos y diferente lado según diga el profesor.		25 minutos		
						3, se intentará hacer diferentes movimiento con el balon en ambos pies.		10 minutos		
						Estiramiento		10 minutos		
Reflexiones del docente de formación:				Reflexiones del docente titular:			Adaptaciones para estudiantes con necesidades educativas especiales:			


Cuadro 14. Plan de clase 3

		UNIVERSIDAD LIBRE DE COLOMBIA FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN COMITÉ DE PRÁCTICA PEDAGÓGICA INVESTIGATIVA					FORMATO PLAN DE CLASE			
INSTITUCIÓN EDUCATIVA		IED Magdalena Ortega de Nariño			CLASE N°	3	FECHA	30/08/18		
DOCENTE TITULAR		Juan Carlos Mejía		DOCENTE EN FORMACIÓN		Milena Morales, Valeria Espinosa				
TEMA:	Diferenciación derecha-izquierda (manual)	CURSO	Segundo B	ASIGNATURA	Ed. Física	N° ESTUDIANTES	25	N° SESIONES	12	
¿Qué aprendizajes espera que el estudiante desarrolle?		¿Qué contenidos espera que el estudiante aprenda?		¿Qué metodología va a utilizar para alcanzar los aprendizajes?		¿Qué actividades va a desarrollar?		¿Qué tiempo empleará en cada actividad?	¿Qué recursos va a utilizar?	¿Cómo evalúa el aprendizaje de los estudiantes?
Poder seguir instrucciones de una forma dinámica ya sea hacia la izquierda o hacia la derecha.		Desplazamientos hacia la derecha y hacia la izquierda por medio de movimientos básicos de la gimnasia		Mando directo		Calentamiento: Caminar en punta de pies por todas las colchonetas, caminar en talones, desplazarse con saltos pequeños.		10 minutos	Pelotas, colchonetas	El aprendizaje se evaluará a partir de la segunda repetición, donde las niñas ya conocen los ejercicios y deben ejecutarlos de una mejor manera.
						Actividad: 1. Rodar hacia la derecha por las colchonetas, luego hacia la izquierda		3 minutos		
						2. Realizar rollitos hacia adelante. Iniciar el circuito por la derecha y luego por la izquierda.		3 minutos		
						3. Gatear de lado ya sea por la izquierda o por la derecha.		2 minutos		
						4. Caminar sobre las colchonetas lanzando una pelota con la mano derecha sin detenerse, luego con la izquierda.		6 minutos		
						Repetir todos los ejercicios y agregar correcciones.				
Reflexiones del docente de formación:				Reflexiones del docente titular:				Adaptaciones para estudiantes con necesidades educativas especiales:		


Cuadro 15. Plan de clase 4

		UNIVERSIDAD LIBRE DE COLOMBIA FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN COMITÉ DE PRÁCTICA PEDAGÓGICA INVESTIGATIVA						FORMATO PLAN DE CLASE		
INSTITUCIÓN EDUCATIVA		IED Magdalena Ortega de Nariño				CLASE N°	4	FECHA	6/09/18	
DOCENTE TITULAR			Juan Carlos Mejía		DOCENTE EN FORMACIÓN		Milena Morales, Valeria Espinosa			
TEMA:	Equilibrio sobre bases inestables	CURSO	Segundo B	ASIGNATURA	Ed. Física	N° ESTUDIANTES	25	N° SESIONES	12	
¿Qué aprendizajes espera que el estudiante desarrolle?		¿Qué contenidos espera que el estudiante aprenda?		¿Qué metodología va a utilizar para alcanzar los aprendizajes?		¿Qué actividades va a desarrollar?		¿Qué tiempo empleará en cada actividad?	¿Qué recursos va a utilizar?	¿Cómo evalúa el aprendizaje de los estudiantes?
Las estudiantes deberán aprender a controlar su cuerpo en una base poco común para ellas.		Control corporal Equilibrio		Descubrimiento guiado		Calentamiento: Saltos de diferentes formas		10 minutos	Bases inestables	La evaluación es actitudinal. Según el compromiso y la creatividad que las estudiantes tengan en el momento de realizar las actividades propuestas.
						Actividad: 1. Reconocimiento de la base inestable. Dejar que las estudiantes conozcan el objeto con el que se va a trabajar.		5 minutos		
						2. Por parejas. Saltos a pie junto sobre la base. Primero una estudiante mientras la compañera le cuenta los saltos (10 repe)		5 minutos		
						3. Saltos con 1 pie, derecho e izquierdo.		5 minutos		
						4. Saltar sobre la base, después por fuera, volver a la base y saltar por fuera.		5 minutos		
						5. Grupos de 5 realizar un camino con las bases inestables y pasar sobre cada uno de ellas como las estudiantes deseen.		5 minutos		
						6. Hacer un círculo con las bases inestables y pasar por ellas como las estudiantes deseen.		5 minutos		
Reflexiones del docente de formación:				Reflexiones del docente titular:				Adaptaciones para estudiantes con necesidades educativas especiales:		


Cuadro 16. Plan de clase 5

		UNIVERSIDAD LIBRE DE COLOMBIA FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN COMITÉ DE PRÁCTICA PEDAGÓGICA INVESTIGATIVA						FORMATO PLAN DE CLASE		
INSTITUCIÓN EDUCATIVA		IED Magdalena Ortega de Nariño			CLASE N°		5	FECHA	13/09/18	
DOCENTE TITULAR		Juan Carlos Mejía			DOCENTE EN FORMACIÓN		Milena Morales, Valeria Espinosa			
TEMA:	Lateralidad por medio del arte	CURSO	Segundo B	ASIGNATURA	Ed. Física	N° ESTUDIANTES	25	N° SESIONES	12	
¿Qué aprendizajes espera que el estudiante desarrolle?		¿Qué contenidos espera que el estudiante aprenda?		¿Qué metodología va a utilizar para alcanzar los aprendizajes?		¿Qué actividades va a desarrollar?		¿Qué tiempo empleará en cada actividad?	¿Qué recursos va a utilizar?	¿Cómo evalúa el aprendizaje de los estudiantes?
Que las estudiantes plasmen sus emociones por medio de la pintura para ue de esta manera aprendan a diferencias por completo derecha izquierda, ya que pintaran con alguna de sus extremidades (SEGÚN EL PROFESOR)		Lateralidad pedal Lateralidad manual Expresión corporal y emocional.		Aprendizaje significativo		1. Entre todas las estudiantes ayudaran a pegar todos los pliegos de papel hasta formar un cuadro grande .		10 minutos	Papel periódico, temperas	Que esten atentos a las actividades, que todas participen y que se logre el objetivo de la clase el cual es expresarse y demostrar claridad entre lado y lado del cuerpo por medio de la pintura
						2. Se van a untar primero un pie y se desplazaran diciendo que pie es (derecho o izquierdo)		15 minutos		
						3. Seguirán con las manos hasta haber pasado todas		15 minutos		
						4. Cada alumna Propondra una actividad en la cual por medio de la pintura se aprenda a diferenciar cual es la derecha y cual es la izquierda.		25 minutos		
						5. Se hace una retroalimentación del fin de la clase		10 minutos		
Reflexiones del docente de formación:				Reflexiones del docente titular:				Adaptaciones para estudiantes con necesidades educativas especiales:		


Cuadro 17. Plan de clase 6

		UNIVERSIDAD LIBRE DE COLOMBIA FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN COMITÉ DE PRÁCTICA PEDAGÓGICA INVESTIGATIVA						FORMATO PLAN DE CLASE	
INSTITUCIÓN EDUCATIVA		IED Magdalena Ortega de Nariño			CLASE N°		6	FECHA	20/09/18
DOCENTE TITULAR		Juan Carlos Mejía			DOCENTE EN FORMACIÓN		Milena Morales, Valeria Espinosa		
TEMA:	Equilibrio estático y dinámico	CURSO	Segundo B	ASIGNATURA	Ed. Física	N° ESTUDIANTES	25	N° SESIONES	12
¿Qué aprendizajes espera que el estudiante desarrolle?	¿Qué contenidos espera que el estudiante aprenda?	¿Qué metodología va a utilizar para alcanzar los aprendizajes?	¿Qué actividades va a desarrollar?	¿Qué tiempo empleará en cada actividad?	¿Qué recursos va a utilizar?	¿Cómo evalúa el aprendizaje de los estudiantes?			
Equilibrio	Estático Dinámico Desarrolle su imaginación Sea consciente de los movimientos	Aprendizaje significativo	<p>1. El gusanito (canción) “Yo tengo un gusanito, yo tengo otro gusano... (todos los niños se desplazarán libremente por el patio), ...y se parece a un tren...” (todos tendrán que formar una columna, cogiendo de la cintura al compañero de adelante, y así, en tren, seguirán mientras el maestro sigue cantando), “yo tengo un gusanito, se va para un lado, se va para el otro, se va agachado, se va corriendo”. Luego se separan otra vez y el maestro empieza otra vez la canción, pero cambia la forma del gusano la cual puede ser en círculo, cuadrado, o la que elijan los niños.</p> <p>2. Corre, garza Un estudiante ha sido escogido como “cazador”. Los demás niños se desplazan por el patio imitando los movimientos de una garza (brazos extendidos simulando alas). A la señal “Cacería de garzas”, todos corren agitando los brazos sin chocarse y cuando escuchan “Pum” todos se quedan quietos sobre un pie. La garza que se mueve es atrapada por el cazador, quien la lleva a su cueva.</p> <p>3. Molinillos Un niño es el “molinero” y los demás los “molinillos” que corren libremente en el patio. Cuando el molinero agarra de la cabeza a uno de los molinillos, este se queda girando con los brazos abiertos. Luego, si el molinero dice “huracán” deben girar más rápido, pero si dice “se acabó la molienda”, deben parar de girar. El niño que pierde el equilibrio toma el lugar del molinero, y se inicia el juego otra vez.</p> <p>CIERRE. Estatuas deportivas Mientras los estudiantes forman un círculo, el profesor va nombrando algunos deportes. Entonces, los niños deben adoptar la postura del deporte que ha sido nombrado. Si un niño se equivoca, pasa al centro a nombrar el deporte a imitar.</p>	<p>20 minutos</p> <p>20 minutos</p> <p>20 minutos</p> <p>15 minutos</p>	Cuerpo, imaginación	Que el estudiante participe, que este atento a las indicaciones y que al finalizar de una retroalimentación sobre la clase.			
Reflexiones del docente de formación:			Reflexiones del docente titular:		Adaptaciones para estudiantes con necesidades educativas especiales:				


Cuadro 18. Plan de clase 7

		UNIVERSIDAD LIBRE DE COLOMBIA FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN COMITÉ DE PRÁCTICA PEDAGÓGICA INVESTIGATIVA					FORMATO PLAN DE CLASE		
INSTITUCIÓN EDUCATIVA		IED Magdalena Ortega de Nariño			CLASE N°		7	FECHA	27/09/18
DOCENTE TITULAR		Juan Carlos Mejía			DOCENTE EN FORMACIÓN		Milena Morales, Valeria Espinosa		
TEMA:	Equilibrio	CURSO	Segundo B	ASIGNATURA	Ed. Física	N° ESTUDIANTES	25	N° SESIONES	12
¿Qué aprendizajes espera que el estudiante desarrolle?	¿Qué contenidos espera que el estudiante aprenda?	¿Qué metodología va a utilizar para alcanzar los aprendizajes?	¿Qué actividades va a desarrollar?		¿Qué tiempo empleará en cada actividad?	¿Qué recursos va a utilizar?	¿Cómo evalúa el aprendizaje de los estudiantes?		
Control corporal y conciencia corporal	Equilibrio Expresión corporal Tono muscular	Aprendizaje significativo	Calentamiento :movilidad articular Juego tradicional.		15 minutos	Tiza	Que participen activamente, que este atentos a las indicaciones y que se logre observar que están trabajando los objetivos planteados en la clase.		
			OBJETIVO y correr sin perder el equilibrio por caminos rectos y curvos de 10 cm de ancho como máximo .		25 minutos				
			PROCEDIMIENTO: Sin moverse del sitio, despegar alternativamente la punta y los talones de los pies.caminar sin movernos del sitio y con los muslos juntos.caminar dando grandes zancadas de dinosaurio. Caminar arrastrando los pies sin salirse de una fila de baldosas. Por ultimo recorrer el camino, primero caminando despacio, deprisa y corriendo.		25 minutos				
JUEGO :POR EL BRUJO. El profesor hará de brujo la primera vez, Este, el brujo, tendrá que ir con una tiza marcando un camino en el suelo. Este camino debe tener curvas y rectas. Colocarse todos en fila india y caminar y7 correr tras el brujo hasta tocarle el primer niño de la fila . Este será ahora el brujo y el que ha sido tocado pasara a la cola de la fila. NO SALIRSE NI DE LA FILA NI DEL CAMINO MARCADO POR EL BRUJO.									
Reflexiones del docente de formación:		Reflexiones del docente titular:			Adaptaciones para estudiantes con necesidades educativas especiales:				


Cuadro 19. Plan de clase 8

		UNIVERSIDAD LIBRE DE COLOMBIA FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN COMITÉ DE PRÁCTICA PEDAGÓGICA INVESTIGATIVA					FORMATO PLAN DE CLASE			
INSTITUCIÓN EDUCATIVA		IED Magdalena Ortega de Nariño			CLASE N°	8	FECHA	4/10/18		
DOCENTE TITULAR		Juan Carlos Mejía		DOCENTE EN FORMACIÓN		Milena Morales, Valeria Espinosa				
TEMA:	Lateralidad	CURSO	Segundo B	ASIGNATURA	Ed. Física	N° ESTUDIANTES	25	N° SESIONES	12	
¿Qué aprendizajes espera que el estudiante desarrolle?		¿Qué contenidos espera que el estudiante aprenda?		¿Qué metodología va a utilizar para alcanzar los aprendizajes?		¿Qué actividades va a desarrollar?		¿Qué tiempo empleará en cada actividad?	¿Qué recursos va a utilizar?	¿Cómo evalúa el aprendizaje de los estudiantes?
Control corporal y conciencia corporal		lateralidad		Aprendizaje significativo		Calentamiento: movilidad articular Juego tradicional. El objetivo de la clase va ser la observación por parte del docente en todo el desarrollo de la actividad La clase solo consiste en una actividad twister, juego clásico que jugaremos en grupos de 5 niñas, 1 de ellas dara las instrucciones. El juego durara 5 mnt y van rotando de puesto. La idea es que cada niña pase por el tablero a dar las instrucciones		15 minutos	5 twister	Participación activa, atentas a las indicaciones.
Reflexiones del docente de formación:				Reflexiones del docente titular:			Adaptaciones para estudiantes con necesidades educativas especiales:			


Cuadro 20. Plan de clase 9

		UNIVERSIDAD LIBRE DE COLOMBIA FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN COMITÉ DE PRÁCTICA PEDAGÓGICA INVESTIGATIVA						FORMATO PLAN DE CLASE		
INSTITUCIÓN EDUCATIVA		IED Magdalena Ortega de Nariño			CLASE N°		9	FECHA	11/10/18	
DOCENTE TITULAR		Juan Carlos Mejía			DOCENTE EN FORMACIÓN		Milena Morales, Valeria Espinosa			
TEMA:	Lateralidad dirigida 1	CURSO	Segundo B	ASIGNATURA	Ed. Física	N° ESTUDIANTES	25	N° SESIONES	12	
¿Qué aprendizajes espera que el estudiante desarrolle?		¿Qué contenidos espera que el estudiante aprenda?		¿Qué metodología va a utilizar para alcanzar los aprendizajes?		¿Qué actividades va a desarrollar?		¿Qué tiempo empleará en cada actividad?	¿Qué recursos va a utilizar?	¿Cómo evalúa el aprendizaje de los estudiantes?
Control corporal Atención		Lateralidad Control derecha e izquierda con tren superior		Descubrimiento guiado		Calentamiento: movilidad articular. Lanzamientos con la mano dominante de diferentes formas.		15 minutos	pelotas	Perfeccionamiento de los lanzamiento tanto con la derecha e izquierda y así mismo atrapar de forma adecuada.
						Actividades en parejas 1: lanzar con la mano derecha la pelota a la compañera por encima del hombro		18 mnts con la derecha		
						2: golpear con el puño derecho la pelota				
						3: lanzar como (saque de voleibol) con la mano derecha.				
						4: atrapar con la mano derecha siempre cuando la compañera lance la pelota.		18 mnts con la izquierda		
						5: lanzar la pelota por debajo de la cintura con la mano derecha		10 mnts		
						6: lanzar con la mano derecha y por medio de las piernas.				
						7: repetir todas estas actividades con la mano izquierda. Tanto lanzar como atrapar				
8: estiramiento										
Reflexiones del docente de formación:				Reflexiones del docente titular:				Adaptaciones para estudiantes con necesidades educativas especiales:		


Cuadro 21. Plan de clase 10

		UNIVERSIDAD LIBRE DE COLOMBIA FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN COMITÉ DE PRÁCTICA PEDAGÓGICA INVESTIGATIVA						FORMATO PLAN DE CLASE		
INSTITUCIÓN EDUCATIVA		IED Magdalena Ortega de Nariño				CLASE N°	10	FECHA	18/10/18	
DOCENTE TITULAR			Juan Carlos Mejía		DOCENTE EN FORMACIÓN		Milena Morales, Valeria Espinosa			
TEMA:	Lateralidad dirigida II	CURSO	Segundo B	ASIGNATURA	Ed. Física	N° ESTUDIANTES	25	N° SESIONES	12	
¿Qué aprendizajes espera que el estudiante desarrolle?		¿Qué contenidos espera que el estudiante aprenda?		¿Qué metodología va a utilizar para alcanzar los aprendizajes?	¿Qué actividades va a desarrollar?		¿Qué tiempo empleará en cada actividad?	¿Qué recursos va a utilizar?	¿Cómo evalúa el aprendizaje de los estudiantes?	
Control corporal Atención		Lateralidad Control derecha e izquierda con tren inferior		Descubrimiento guiado		Calentamiento: movilidad articular. Lanzamientos con el pie dominante de diferentes formas.		15 minutos	Pelotas	Perfeccionamiento del lanzamiento tanto con la derecha e izquierda y así mismo atrapar de forma adecuada.
						Actividades en parejas		18 mnts con la derecha		
						1: patear con el pie derecho la pelota a la compañera. La compañera en todos los ejercicios deberá recibir la pelota de la misma manera con el pie derecho.				
						2: lanzar en la pelota con la rodilla derecha a la compañera		18 mnts con la izquierda		
						3: patear con pie derecho, borde interno la pelota				
						4: patear con borde externo		10 mnts		
						5: alejarse del balón, correr hacia él y patear con el pie derecho				
						6: patear el balón con la planta del pie derecho.				
7: repetir todas estas actividades con el pie izquierdo. Tanto lanzar como atrapar										
8: estiramiento										
Reflexiones del docente de formación:				Reflexiones del docente titular:		Adaptaciones para estudiantes con necesidades educativas especiales:				

Cuadro 22. Plan de clase 11

		UNIVERSIDAD LIBRE DE COLOMBIA FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN COMITÉ DE PRÁCTICA PEDAGÓGICA INVESTIGATIVA						FORMATO PLAN DE CLASE		
INSTITUCIÓN EDUCATIVA		IED Magdalena Ortega de Nariño			CLASE N°		11	FECHA	25/10/18	
DOCENTE TITULAR		Juan Carlos Mejía			DOCENTE EN FORMACIÓN		Milena Morales, Valeria Espinosa			
TEMA:	Lateralidad y Equilibrio	CURSO	Segundo B	ASIGNATURA	Ed. Física	N° ESTUDIANTES	25	N° SESIONES	12	
¿Qué aprendizajes espera que el estudiante desarrolle?		¿Qué contenidos espera que el estudiante aprenda?		¿Qué metodología va a utilizar para alcanzar los aprendizajes?		¿Qué actividades va a desarrollar?		¿Qué tiempo empleará en cada actividad?	¿Qué recursos va a utilizar?	¿Cómo evalúa el aprendizaje de los estudiantes?
Equilibrio y control postural Diferenciación derecha e izquierda		Lateralidad Control derecha e izquierda. Equilibrio dinámico		Descubrimiento guiado		Calentamiento: movilidad articular. Juego clásico (basurita)		15 minutos	Pelotas Bases inestables	Perfeccionamiento cada actividad realizada durante la clase.
						Actividades en parejas		2 minutos		
						1: reconocimiento de bases inestables		2 minutos		
						2: reconocimiento de pelota		2 minutos		
						3: saltar con ambos pies a la base inestable lanzar la pelota con ambas manos		3 minutos		
						4: saltar con ambas pies a la base inestable y lanzar la pelota por encima de la cabeza		3 minutos		
						5: saltar con el pie derecho a la base y lanzar la pelota con la mano izquierda		3 minutos		
						6: saltar con el pie izquierdo a la base y lanzar la pelota con la mano derecha		3 minutos		
						7. inventar movimientos con una sola pierna y con lanzamientos distintos		5 minutos		
8: repetir todas estas actividades perfeccionando cada movimiento		20 minutos								
8: estiramiento										
Reflexiones del docente de formación:				Reflexiones del docente titular:				Adaptaciones para estudiantes con necesidades educativas especiales:		

Cuadro 23. Plan de clase 12

		UNIVERSIDAD LIBRE DE COLOMBIA FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN COMITÉ DE PRÁCTICA PEDAGÓGICA INVESTIGATIVA						FORMATO PLAN DE CLASE	
INSTITUCIÓN EDUCATIVA		IED Magdalena Ortega de Nariño			CLASE N°		12	FECHA	1/11/18
DOCENTE TITULAR		Juan Carlos Mejía			DOCENTE EN FORMACIÓN		Milena Morales, Valeria Espinosa		
TEMA:	Lateralidad y Equilibrio	CURSO	Segundo B	ASIGNATURA	Ed. Física	N° ESTUDIANTES	25	N° SESIONES	12
¿Qué aprendizajes espera que el estudiante desarrolle?		¿Qué contenidos espera que el estudiante aprenda?		¿Qué metodología va a utilizar para alcanzar los aprendizajes?	¿Qué actividades va a desarrollar?		¿Qué tiempo empleará en cada actividad?	¿Qué recursos va a utilizar?	¿Cómo evalúa el aprendizaje de los estudiantes?
Equilibrio y control postural Diferenciación derecha e izquierda		Lateralidad Control derecha e izquierda. Equilibrio estatico		Descubrimiento guiado	Calentamiento: movilidad articular. Juego ponchados		15 minutos	Colchonetas	Perfeccionamiento de cada ejercicio realizado.
					Actividades en parejas 1: caballitos con un solo pie ir y volver		3 minutos		
					2: escuchar la señal del pito. Cuando la docente pite deben dar un salto con su pie dominante y mantenerse quietas 5 segundos		2 minutos		
					3: similar a la actividad 2 pero con la pierna izquierda		2 minutos		
					4: repetir actividad 2 y 3 después de los 5 segundos dar rollito hacia al frente y ponerse de pie		3 minutos		
					5: saltar con ambos pies hacia al frente cuando escuchen el pito, quedarse en punta de pies 5 segundos quietas		2 minutos		
					6: repetir la actividad 5 con rollito atrás cuando pasen los 5 segundos		3 minutos		
					7: con una idea más clara de equilibrio estático las estudiantes deberán proponer 3 ejercicios nuevos.		10 minutos		
					8: perfeccionamiento de esos ejercicios propuestos		10 minutos		
9: estiramiento		5 minutos							
Reflexiones del docente de formación:				Reflexiones del docente titular:		Adaptaciones para estudiantes con necesidades educativas especiales:			

Capítulo III

Análisis y discusión de resultados

Análisis de resultados

Primera aplicación

Luego de realizar los test de la batería de Vitor Da Fonseca sobre equilibrio y lateralidad en el grado 2 del colegio Magdalena Ortega de Nariño, se pudo observar que la población de este trabajo de investigación presenta déficit en los factores anteriormente mencionados.

Esta batería valora con un puntaje de 1 a 4, en el que cada test tiene unos indicadores diferentes, pero siempre siendo 1 el valor más bajo y con más deficiencias y 4 el más alto y, por lo tanto, más acorde al desarrollo de la etapa en la cual deben estar las niñas del curso escogido para realizar este proyecto.

Test de equilibrio

Ilustración 1. Resultado test de inmovilidad primera aplicación

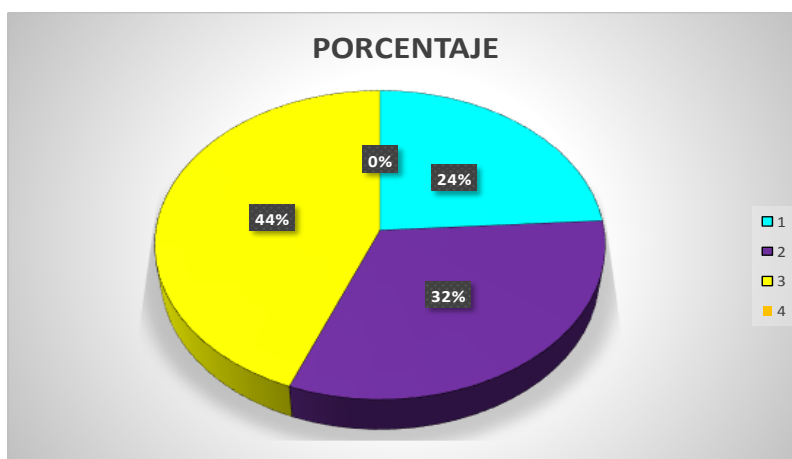
TEST DE INMOVILIDAD: CONTROL POSTURAL 60 SEGUNDOS CON OJOS CERRADOS

puntuacion	N° de estudiante
3	1
2	2
3	3
3	4
1	5
2	6
1	7
1	8
2	9
2	10
3	11
3	12
3	13
1	14
2	15
3	16
3	17
3	18
2	19
1	20
2	21
2	22
1	23
3	24
3	25

PUNTUACION	INDICADORES
4	Si la niña se mantiene inmóvil durante los 60 segundos, evidenciando un control postural perfecto
3	Si se mantiene inmóvil durante 40-50 segundos, revelando ligeros movimientos.
2	Si se mantiene inmóvil entre 30-45 segundos revelando señales disfuncionales
1	Si se mantiene inmóvil menos de 30 segundos con señales disfuncionales bien marcadas



PUNTUACIÓN	1	2	3	4	TOTAL ESTUDIANTES
TOTAL ESTUDIANTES	6	8	11	0	25
PORCENTAJE	24%	32%	44%	0%	100,0%



Cuadro 24. Indicadores test equilibrio estático primera aplicación

OBSERVACION DEL EQUILIBRIO ESTÁTICO. MANTENIMIENTO DEL EQUILIBRIO DURANTE 20 SEGUNDOS (APOYO RECTILINEO, EQUILIBRIO EN LA PUNTA DE LOS PIES, APOYO UNIPEDAL)

PUNTUACION	INDICADORES
4	Si la niña mantiene en equilibrio estático durante 20 segundos sin abrir los ojos
3	Si mantiene el equilibrio entre 15-20 segundos sin abrir los ojos
2	Si mantiene el equilibrio entre 10-15 segundos sin abrir los ojos
1	Si mantiene en equilibrio menos de 10 segundos sin abrir los ojos

Ilustración 2. Resultados test apoyo rectilíneo primera aplicación

Puntuación apoyo rectilíneo	N° de estudiante
4	1
2	2
2	3
3	4
4	5
3	6
3	7
3	8
3	9
3	10
3	11
2	12
4	13
3	14
3	15
3	16
3	17
3	18
4	19
2	20
2	21
2	22
3	23
4	24
2	25

TEST DE EQUILIBRIO:APOYO RECTILINEO



	1	2	3	4	
TOTAL ESTUDIANTES	0	7	13	5	25
PORCENTAJE	0%	28%	52%	20%	100%

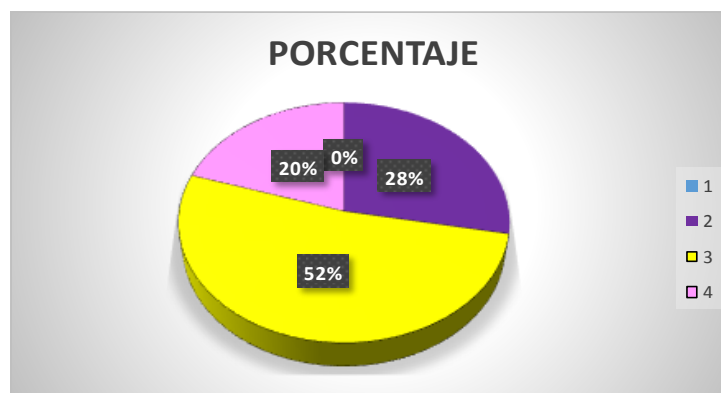
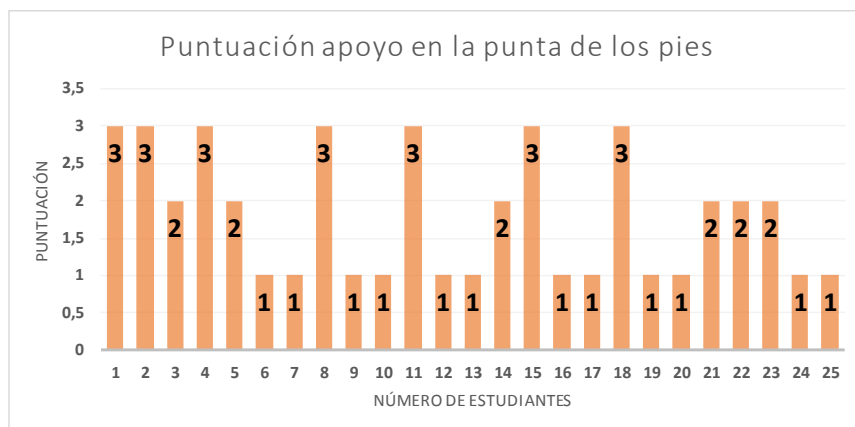


Ilustración 3. Resultado test apoyo en punta de pies primera aplicación

Puntuación apoyo en la punta de los pies	N° de estudiante
3	1
3	2
2	3
3	4
2	5
1	6
1	7
3	8
1	9
1	10
3	11
1	12
1	13
2	14
3	15
1	16
1	17
3	18
1	19
1	20
2	21
2	22
2	23
1	24
1	25

TEST DE EQUILIBRIO: Puntuación apoyo en la punta de los pies



PUNTAJE	1	2	3	4	
TOTAL ESTUDIANTES	12	6	7	0	25
PORCENTAJE	48%	24%	28%	0%	100%

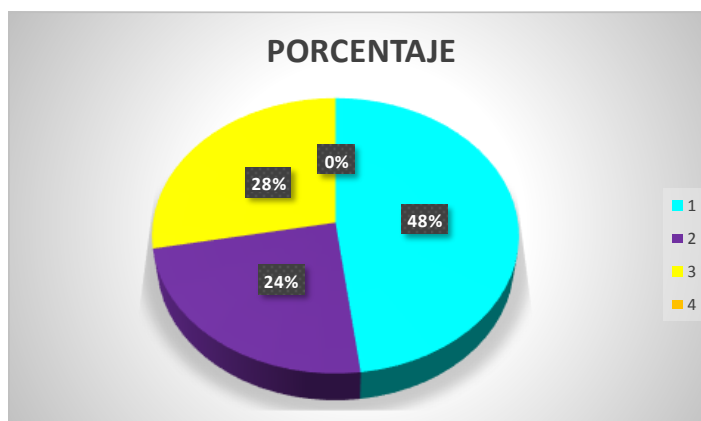
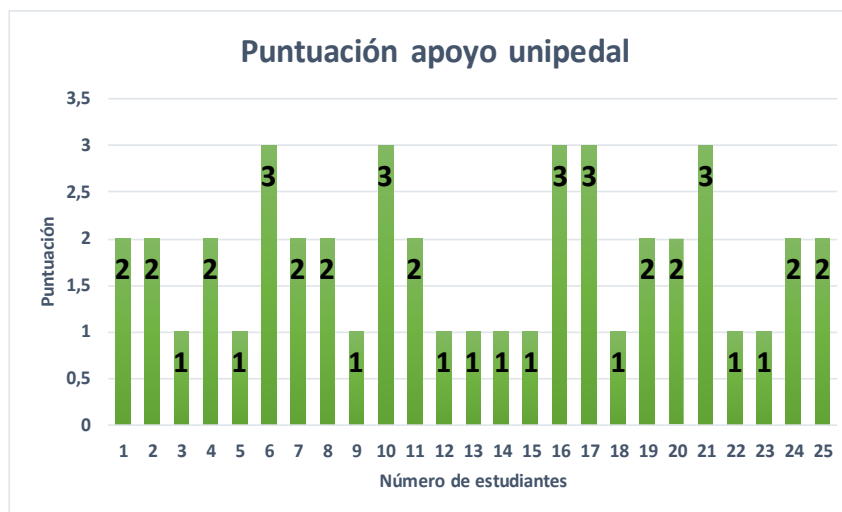


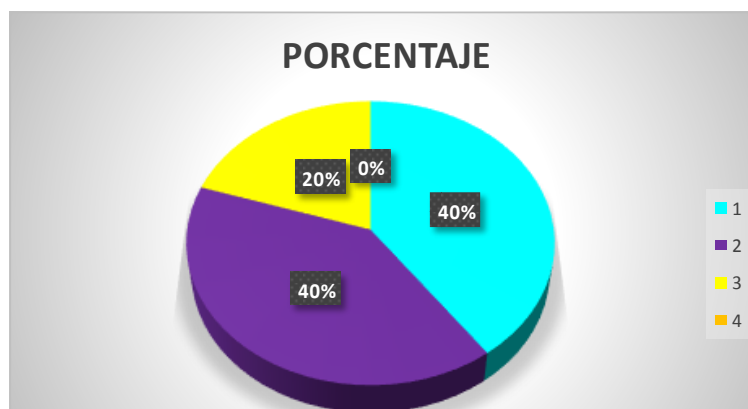
Ilustración 4. Resultados test apoyo unipedal primera aplicación

Puntuación apoyo unipedal	N° de estudiante
2	1
2	2
1	3
2	4
1	5
3	6
2	7
2	8
1	9
3	10
2	11
1	12
1	13
1	14
1	15
3	16
3	17
1	18
2	19
2	20
3	21
1	22
1	23
2	24
2	25

TEST DE EQUILIBRIO: Puntuación apoyo unipedal



PUNTUACIÓN	1	2	3	4	
TOTAL ESTUDIANTES	10	10	5	0	25
PORCENTAJE	40%	40%	20%	0%	100%



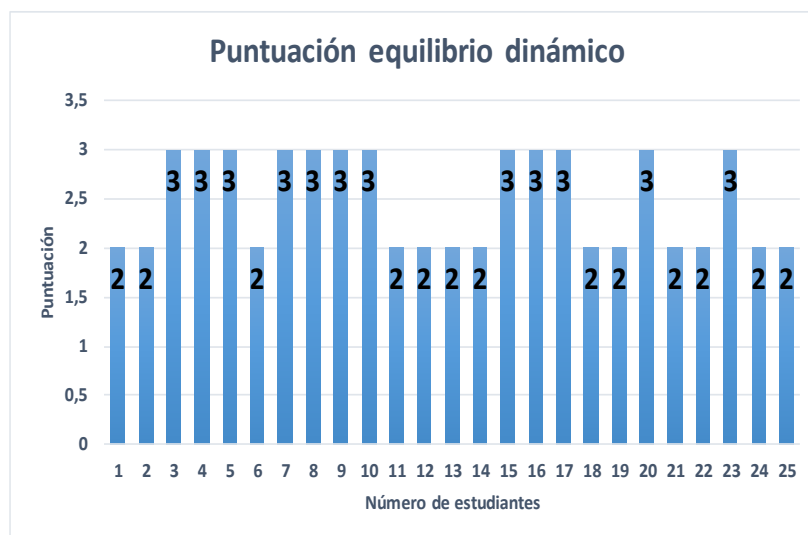
Cuadro 25. Indicadores equilibrio dinámico primera aplicación

EQUILIBRIO DINAMICO: LAS NIÑAS DEBEN EVOLUCIONAR EN EL SUELO SOBRE UNA LINEA RECTA DE TRES METROS DE LARGO, DE MODO QUE AL PASAR UN PIE TOQUE EN LA PUNTA DEL PIE CONTRARIO, SIEMPRE CON LAS MANOS EN LAS CADERAS	
PUNTUACION	INDICADORES
4	Si la niña realiza la marcha controlada, sin ningun reequilibrio compensatorio
3	Si realiza la marcha controlada con ligeros reequilibrios
2	Si realiza la marcha con pausas frecuente, reequilibrios exagerados
1	Si no realiza la actividad o la realiza de forma incompleta

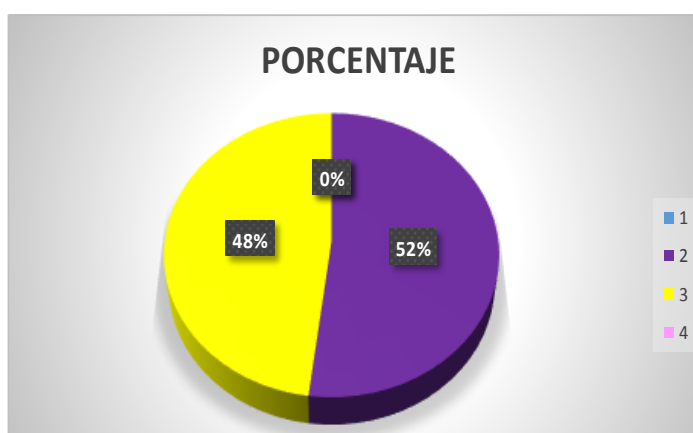
Ilustración 5. Resultados test equilibrio dinámico primera aplicación

EQUILIBRIO DINAMICO: LAS NIÑAS DEBEN EVOLUCIONAR EN EL SUELO SOBRE UNA LINEA RECTA DE TRES METROS DE LARGO, DE MODO QUE AL PASAR UN PIE TOQUE EN LA PUNTA DEL PIE CONTRARIO, SIEMPRE CON LAS MANOS EN LAS CADERAS

Puntuación	N° de estudiante
2	1
2	2
3	3
3	4
3	5
2	6
3	7
3	8
3	9
3	10
2	11
2	12
2	13
2	14
3	15
3	16
3	17
2	18
2	19
3	20
2	21
2	22
3	23
2	24
2	25



PUNTUACIÓN	1	2	3	4	
TOTAL ESTUDIANTES	0	13	12	0	25
PORCENTAJE	0%	52%	48%	0%	100%



Test de Lateralidad

Cuadro 26. Indicadores test lateralidad primera aplicación

OBSERVACION LATERALIDAD : LATERALIDAD OCULAR, MANUAL, PEDAL, AUDITIVA	
PUNTUACION	INDICADORES
4	Si la niña realiza todas las actividades espontáneamente, sin vacilaciones y con competencia, pudiendo tener un perfil DDDD en el caso del niña de preferencia derecha o IIII en el caso de la niña con preferencia izquierda.
3	Si realiza las actividades con ligeras vacilaciones y perturbaciones psicotónicas y con perfiles discrepantes entre los tele-receptores y los propio efectores
2	si la niña realiza las actividades con permanentes vacilaciones y perturbaciones psicotónicas con perfiles inconsistentes y con presencia de señales de ambidiestro.
1	si la niña realiza las tareas y aparecen señales de ambidiestro nítidamente, lateralidad mixta mal integrada o lateralidad contraída

Ilustración 6. Resultados test lateralidad primera aplicación

PUNTUACION	LATERALIDAD OCULAR	LATERALIDAD MANUAL	LATERALIDAD AUDITIVA	LATERALIDAD PEDAL	N° DE LA ESTUDIANTE
4	IZQUIERDA	IZQUIERDA	IZQUIERDA	IZQUIERDA	1
4	IZQUIERDA	IZQUIERDA	IZQUIERDA	IZQUIERDA	2
3	DERECHA	DERECHA	IZQUIERDA	DERECHA	3
3	DERECHA	IZQUIERDA	IZQUIERDA	IZQUIERDA	4
3	DERECHA	DERECHA	DERECHA	IZQUIERDA	5
3	DERECHA	DERECHA	DERECHA	IZQUIERDA	6
2	DERECHA	IZQUIERDA	IZQUIERDA	DERECHA	7
2	IZQUIERDA	IZQUIERDA	DERECHA	DERECHA	8
3	DERECHA	DERECHA	DERECHA	IZQUIERDA	9
2	DERECHA	DERECHA	IZQUIERDA	IZQUIERDA	10
4	IZQUIERDA	IZQUIERDA	IZQUIERDA	IZQUIERDA	11
3	DERECHA	DERECHA	DERECHA	IZQUIERDA	12
3	IZQUIERDA	IZQUIERDA	IZQUIERDA	DERECHA	13
4	DERECHA	DERECHA	DERECHA	DERECHA	14
2	DERECHA	IZQUIERDA	IZQUIERDA	DERECHA	15
2	IZQUIERDA	IZQUIERDA	DERECHA	DERECHA	16
2	DERECHA	DERECHA	IZQUIERDA	IZQUIERDA	17
4	IZQUIERDA	IZQUIERDA	IZQUIERDA	IZQUIERDA	18
2	IZQUIERDA	IZQUIERDA	DERECHA	DERECHA	19
4	IZQUIERDA	IZQUIERDA	IZQUIERDA	IZQUIERDA	20
3	DERECHA	DERECHA	DERECHA	IZQUIERDA	21
3	DERECHA	DERECHA	IZQUIERDA	DERECHA	22
2	IZQUIERDA	DERECHA	IZQUIERDA	DERECHA	23
3	IZQUIERDA	DERECHA	DERECHA	DERECHA	24
4	DERECHA	DERECHA	DERECHA	DERECHA	25

	IZQUIERDA	DERECHA
LATERALIDAD OCULAR	11	14
PORCENTAJE	44%	56%
LATERALIDAD MANUAL	12	13
PORCENTAJE	48%	52%
LATERALIDAD AUDITIVA	14	11
PORCENTAJE	56%	44%
LATERALIDAD PEDA	13	12
PORCENTAJE	52%	48%



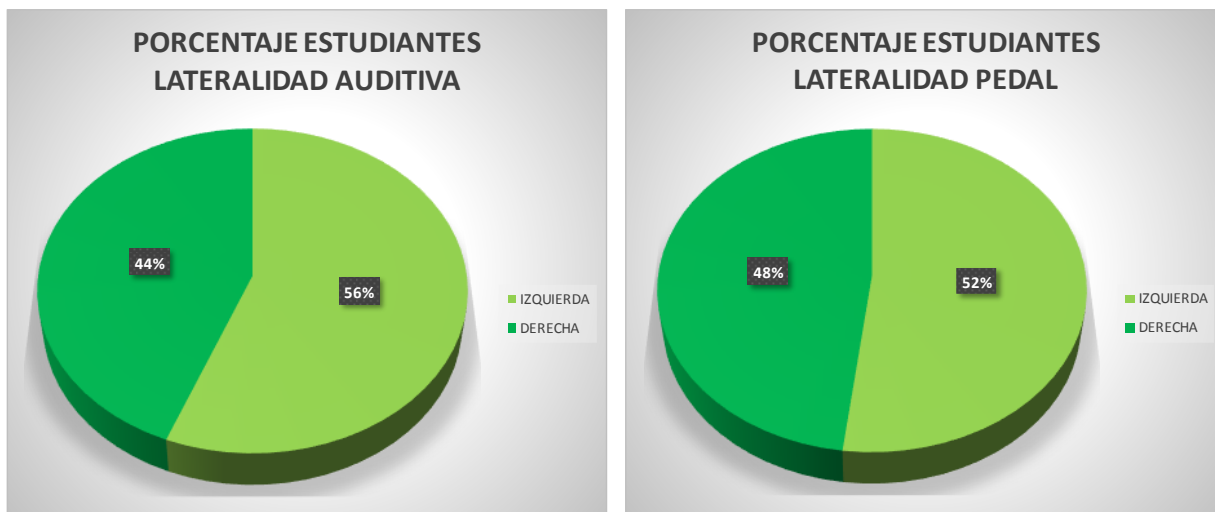
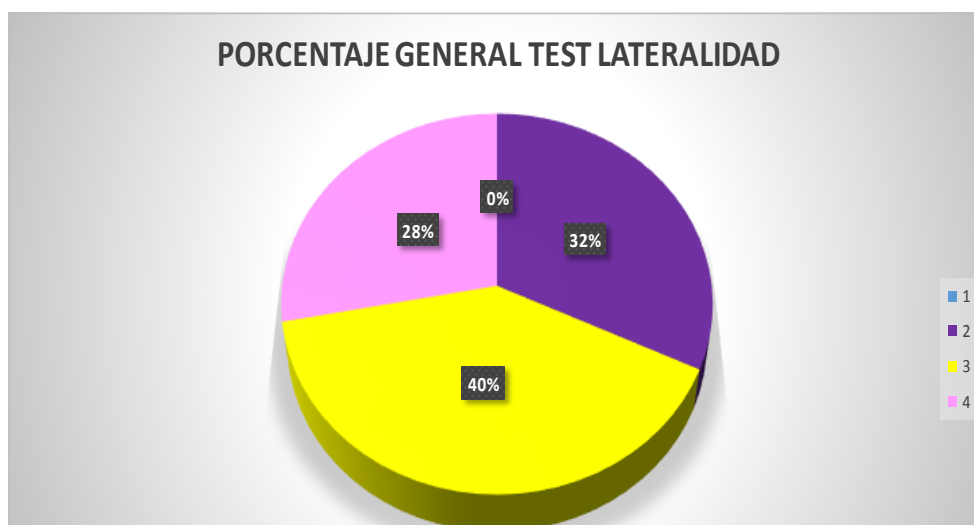


Ilustración 7. Resultados generales test lateralidad primera aplicación

PUNTUACIÓN GENERAL TEST LATERALIDAD	1	2	3	4	
TOTAL ESTUDIANTES	0	8	10	7	25
PORCENTAJE	0%	32%	40%	28%	100%



ANALISIS DE RESULTADOS: PRIMERA APLICACION DE BATERIA DE
VITOR DA FONSECA.

Anteriormente se evidenciaron las gráficas de los primeros resultados arrojados al momento de realizar la batería de Víctor Da Fonseca a las niñas de segundo grado del colegio Magdalena Ortega de Nariño, realizadas por primera vez, se pudo observar que están sobre los puntajes bajos de la batería, siendo estos 1, 2 y 3, mediante estas gráficas, se pudo llegar a la conclusión que era necesario trabajar los factores psicomotrices equilibrio y lateralidad, ya que al momento de sacar los porcentajes se evidencio que más de la mitad de la población están por debajo del 50% y por lo tanto se llega a la conclusión que es necesario aplicar una propuesta la cual ayude a mejorar estos dos aspectos.

Segunda aplicación

Se realizó nuevamente la aplicación de los test de la batería de Vitor Da Fonseca en la misma población a la cual se le realizó la primera aplicación, siendo las niñas de segundo grado del colegio Magdalena Ortega de Nariño.

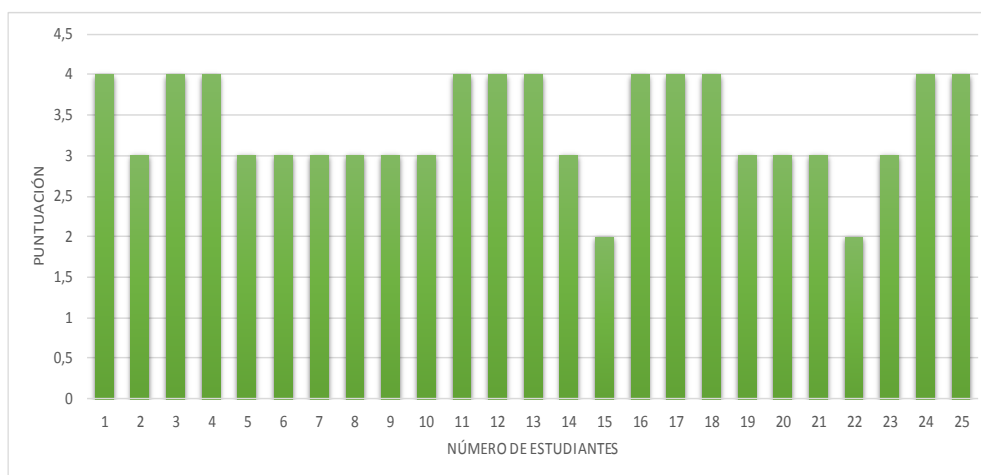
En este apartado se van a observar los resultados a partir del desarrollo de la propuesta pedagógica, para que de esta manera se pueda evidenciar si la propuesta fue adecuada y si hubo una mejoría en cuanto a los dos factores psicomotrices equilibrio y lateralidad, teniendo en cuenta los resultados de la primera aplicación, los cuales demostraron que había un déficit en la mayoría de la población.

Ilustración 8. Resultados test de inmovilidad segunda aplicación

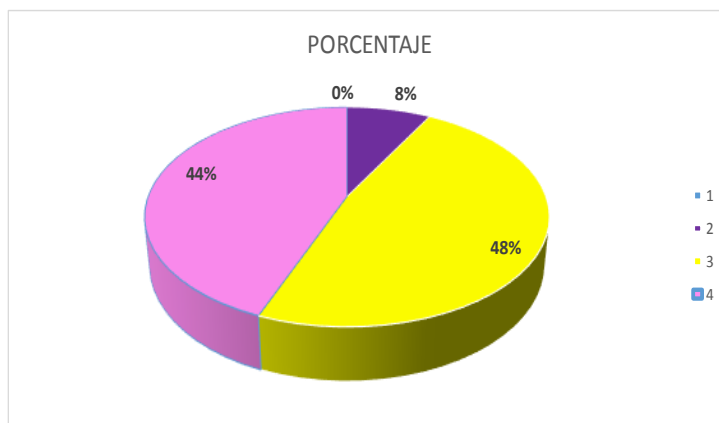
**TEST DE INMOVILIDAD: CONTROL POSTURAL 60 SEGUNDOS CON OJOS CERRADOS
SEGUNDA APLICACIÓN**

puntuacion	N° de estudiante
4	1
3	2
4	3
4	4
3	5
3	6
3	7
3	8
3	9
3	10
4	11
4	12
4	13
3	14
2	15
4	16
4	17
4	18
3	19
3	20
3	21
2	22
3	23
4	24
4	25

PUNTAJACION	INDICADORES
4	Si la niña se mantiene inmóvil durante los 60 segundos, evidenciando un control postural perfecto
3	Si se mantiene inmóvil durante 40-50 segundos, revelando ligeros movimientos.
2	Si se mantiene inmóvil entre 30-45 segundos revelando señales disfuncionales
1	Si se mantiene inmóvil menos de 30 segundos con señales disfuncionales bien marcadas



PUNTAJACION	1	2	3	4	
TOTAL ESTUDIANTES	0	2	12	11	25
PORCENTAJE	0%	8%	48%	44%	100,0%



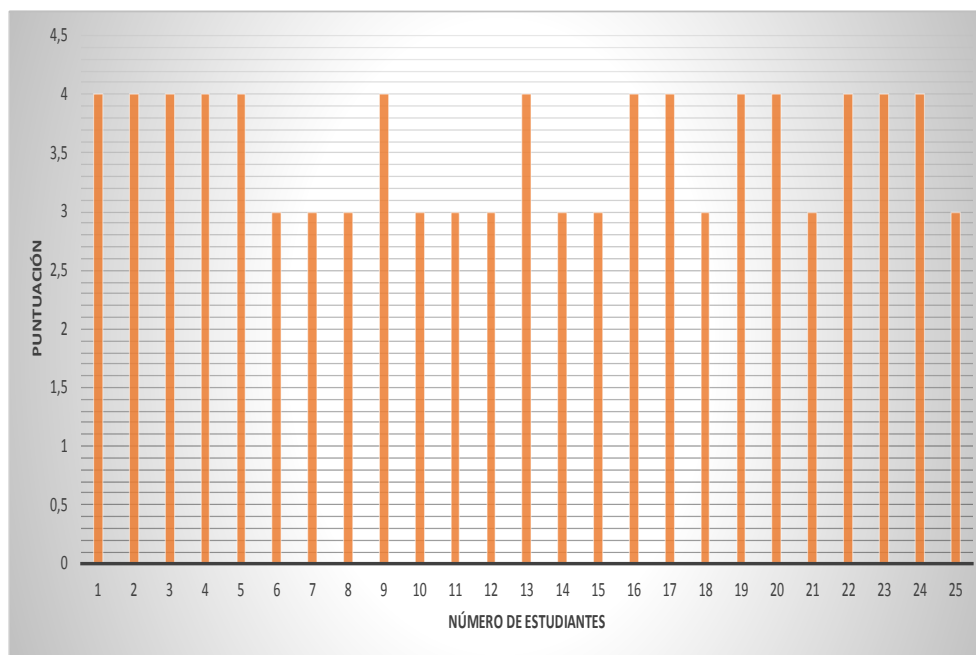
Cuadro 27. Indicadores test equilibrio estático segunda aplicación

OBSERVACION DEL EQUILIBRIO ESTATICO. MANTENIMIENTO DEL EQUILIBRIO DURANTE 20 SEGUNDOS (APOYO RECTILINEO, EQUILIBRIO EN LA PUNTA DE LOS PIES, APOYO UNIPEDAL) - SEGUNDA APLICACIÓN.	
PUNTUACION	INDICADORES
4	Si la niña mantiene en equilibrio estático durante 20 segundos sin abrir los ojos
3	Si mantiene el equilibrio entre 15-20 segundos sin abrir los ojos
2	Si mantiene el equilibrio entre 10-15 segundos sin abrir los ojos
1	Si mantiene en equilibrio menos de 10 segundos sin abrir los ojos

Ilustración 9. Resultados test apoyo rectilíneo segunda aplicación

Puntuación apoyo rectilíneo	Nº de estudiante
4	1
4	2
4	3
4	4
4	5
3	6
3	7
3	8
4	9
3	10
3	11
3	12
4	13
3	14
3	15
4	16
4	17
3	18
4	19
4	20
3	21
4	22
4	23
4	24
3	25

TEST DE EQUILIBRIO:APOYO RECTILINEO - SEGUNDA APLICACIÓN



PUNTUACIÓN	1	2	3	4	
TOTAL ESTUDIANTES	0	0	11	14	25
PORCENTAJE	0%	0%	44%	56%	100%

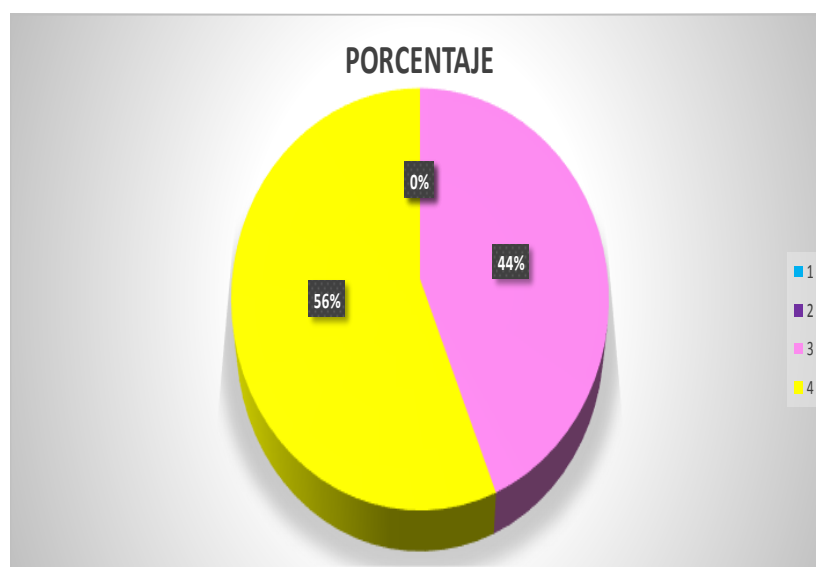
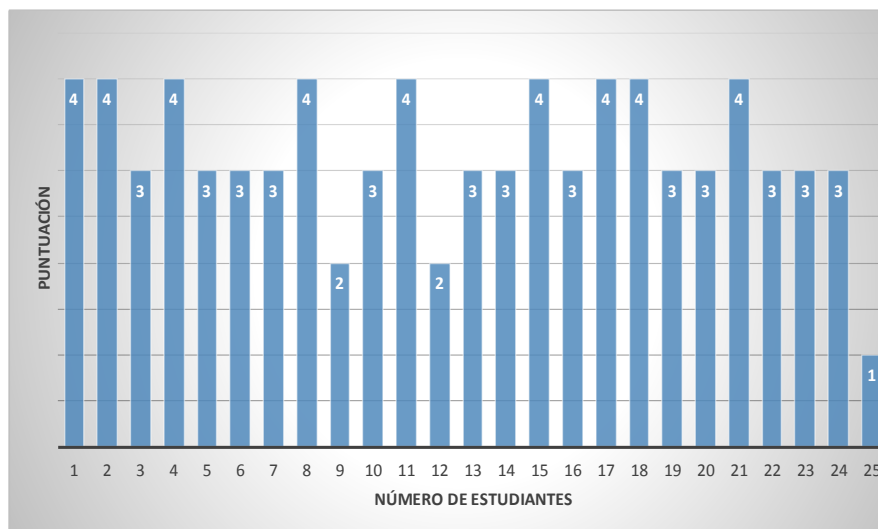


Ilustración 10. Resultados test apoyo en punta de pies segunda aplicación

Puntuación apoyo en la punta de los pies	N° de estudiante
4	1
4	2
3	3
4	4
3	5
3	6
3	7
4	8
2	9
3	10
4	11
2	12
3	13
3	14
4	15
3	16
4	17
4	18
3	19
3	20
4	21
3	22
3	23
3	24
1	25

TEST DE EQUILIBRIO: Puntuación apoyo en la punta de los pies - SEGUNDA APLICACIÓN



PUNTUACIÓN	1	2	3	4	
TOTAL ESTUDIANTES	1	2	13	9	25
PORCENTAJE	4%	8%	52%	36%	100%

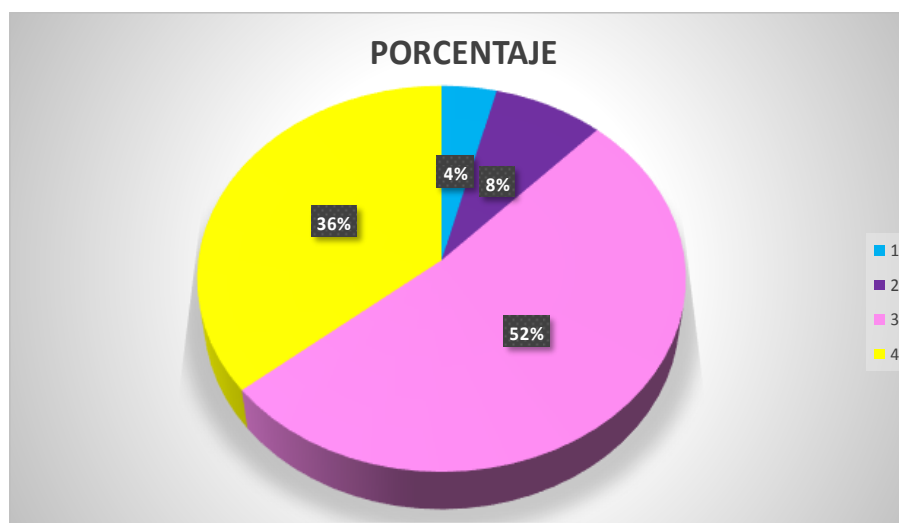
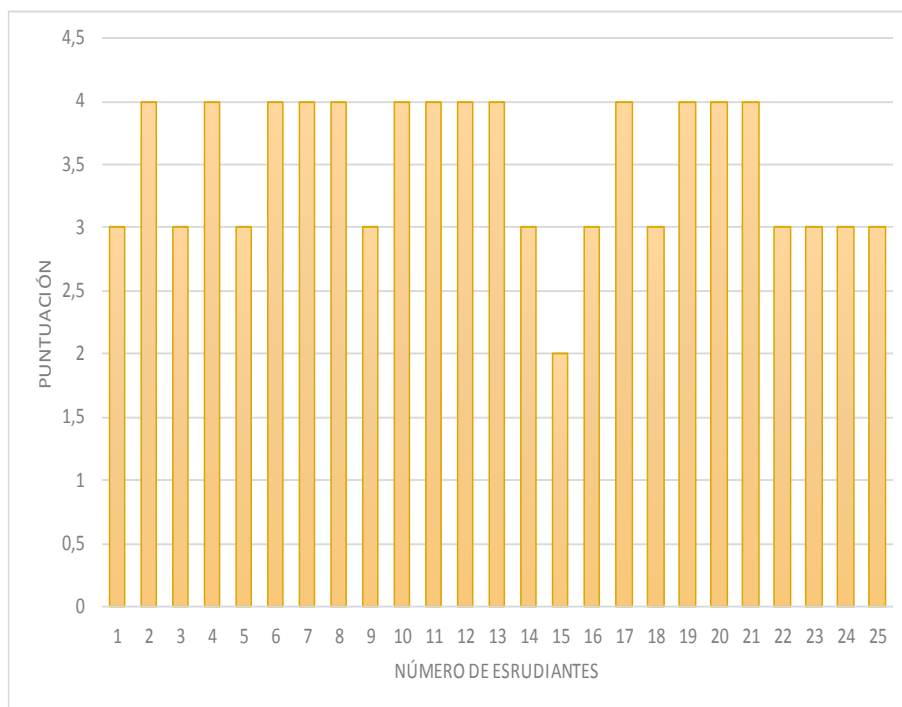


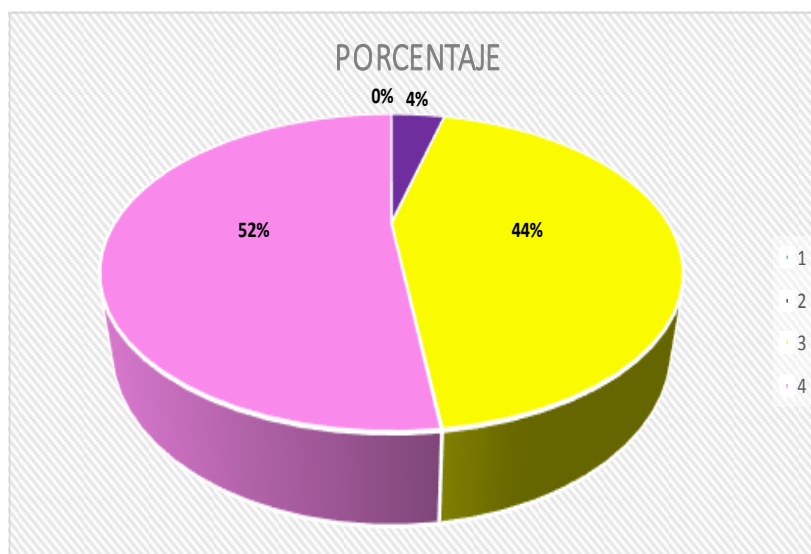
Ilustración 11. Resultados test apoyo unipedal segunda aplicación

Puntuación apoyo unipedal	Nº de estudiante
3	1
4	2
3	3
4	4
3	5
4	6
4	7
4	8
3	9
4	10
4	11
4	12
4	13
3	14
2	15
3	16
4	17
3	18
4	19
4	20
4	21
3	22
3	23
3	24
3	25

**TEST DE EQUILIBRIO: Puntuación apoyo unipedal
SEGUNDA APLICACIÓN**



PUNTUACIÓN	1	2	3	4	
TOTAL ESTUDIANTES	0	1	11	13	25
PORCENTAJE	0%	4%	44%	52%	100%



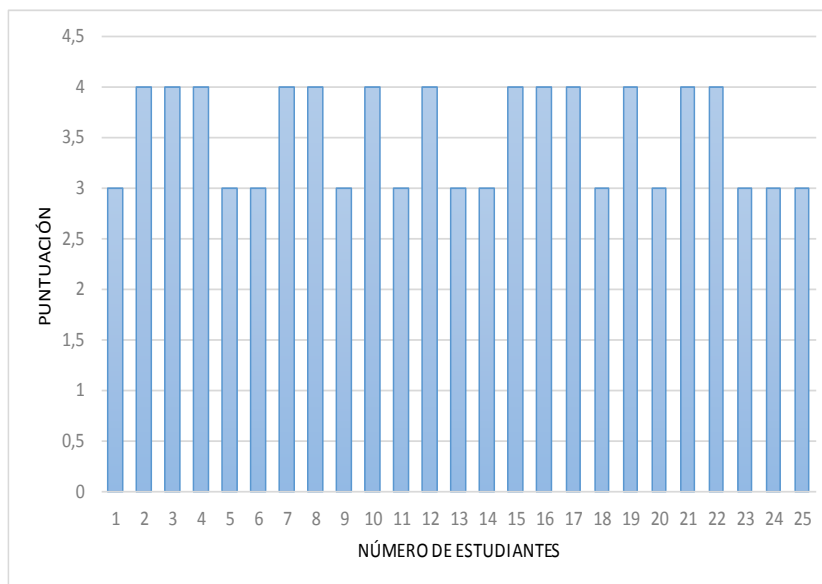
Cuadro 28. Indicadores test equilibrio dinámico segunda aplicación

EQUILIBRIO DINAMICO: LAS NIÑAS DEBEN EVOLUCIONAR EN EL SUELO SOBRE UNA LINEA RECTA DE TRES METROS DE LARGO, DE MODO QUE AL PASAR UN PIE TOQUE EN LA PUNTA DEL PIE CONTRARIO, SIEMPRE CON LAS MANOS EN LAS CADERAS	
PUNTUACION	INDICADORES
4	Si la niña realiza la marcha controlada, sin ningun reequilibrio compensatorio
3	Si realiza la marcha controlada con ligeros reequilibrios
2	Si realiza la marcha con pausas frecuente, reequilibrios exagerados
1	Si no realiza la actividad o la realiza de forma incompleta

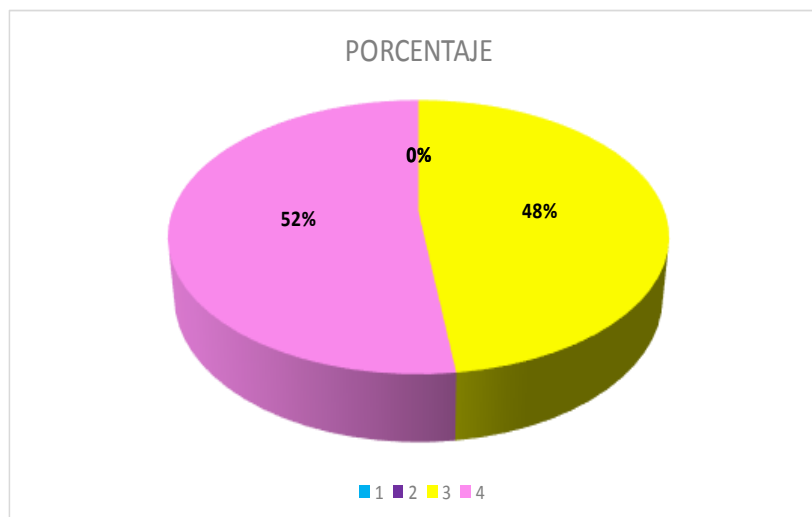
Ilustración 12. Resultados equilibrio dinámico segunda aplicación

EQUILIBRIO DINAMICO: LAS NIÑAS DEBEN EVOLUCIONAR EN EL SUELO SOBRE UNA LINEA RECTA DE TRES METROS DE LARGO, DE MODO QUE AL PASAR UN PIE TOQUE EN LA PUNTA DEL PIE CONTRARIO, SIEMPRE CON LAS MANOS EN LAS CADERAS- SEGUNDA APLICACIÓN

Puntuación	N° de estudiante
3	1
4	2
4	3
4	4
3	5
3	6
4	7
4	8
3	9
4	10
3	11
4	12
3	13
3	14
4	15
4	16
4	17
3	18
4	19
3	20
4	21
4	22
3	23
3	24
3	25



PUNTAJÓN	1	2	3	4	
TOTAL ESTUDIANTES	0	0	12	13	25
PORCENTAJE	0%	0%	48%	52%	100%



Test de lateralidad

Cuadro 29.Indicadores test lateralidad segunda aplicación

OBSERVACION LATERALIDAD : LATERALIDAD OCULAR, MANUAL, PEDAL, AUDITIVA - SEGUNDA APLICACIÓN.

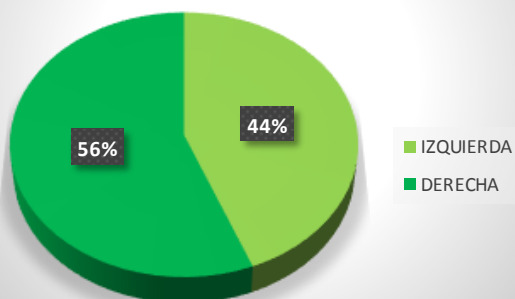
PUNTUACION	INDICADORES
4	Si la niña realiza todas las actividades espontaneamente, sin vacilaciones y con competencia, pudiendi tener un perfil DDDD en el caso del niña de preferencia derecha o IIII en el caso de la niña con preferencia izquierda.
3	Si realiza las actividades con ligeras vacilaciones y pertubaciones psicotónicas y con perfiles discrepantes entre los tele-receptores y los propioefectores
2	si la niña realiza las actividades con permanentes vacilaciones y perturbaciones psicotonicas con perfiles incinsistentes y con presencia de señales de ambidiestro.
1	si la niña realiza las tareas y aparecen señales de ambidiestro nitidamente, lateralidad mixta mal integrada o lateralidad contraida

Ilustración 13. Resultados test lateralidad segunda aplicación

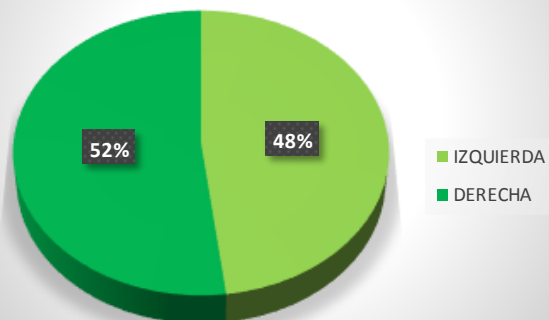
PUNTUACION	LATERALIDAD OCULAR	LATERALIDAD MANUAL	LATERALIDAD AUDITIVA	LATERALIDAD PEDAL	Nº DE LA ESTUDIANT E
4	IZQUIERDA	IZQUIERDA	IZQUIERDA	IZQUIERDA	1
4	IZQUIERDA	IZQUIERDA	IZQUIERDA	IZQUIERDA	2
4	DERECHA	DERECHA	IZQUIERDA	DERECHA	3
4	DERECHA	IZQUIERDA	IZQUIERDA	IZQUIERDA	4
4	DERECHA	DERECHA	DERECHA	IZQUIERDA	5
4	DERECHA	DERECHA	DERECHA	IZQUIERDA	6
3	DERECHA	IZQUIERDA	IZQUIERDA	DERECHA	7
4	IZQUIERDA	IZQUIERDA	DERECHA	DERECHA	8
3	DERECHA	DERECHA	DERECHA	IZQUIERDA	9
3	DERECHA	DERECHA	IZQUIERDA	IZQUIERDA	10
4	IZQUIERDA	IZQUIERDA	IZQUIERDA	IZQUIERDA	11
4	DERECHA	DERECHA	DERECHA	IZQUIERDA	12
4	IZQUIERDA	IZQUIERDA	IZQUIERDA	DERECHA	13
4	DERECHA	DERECHA	DERECHA	DERECHA	14
3	DERECHA	IZQUIERDA	IZQUIERDA	DERECHA	15
3	IZQUIERDA	IZQUIERDA	DERECHA	DERECHA	16
3	DERECHA	DERECHA	IZQUIERDA	IZQUIERDA	17
4	IZQUIERDA	IZQUIERDA	IZQUIERDA	IZQUIERDA	18
4	IZQUIERDA	IZQUIERDA	DERECHA	DERECHA	19
4	IZQUIERDA	IZQUIERDA	IZQUIERDA	IZQUIERDA	20
3	DERECHA	DERECHA	DERECHA	IZQUIERDA	21
4	DERECHA	DERECHA	IZQUIERDA	DERECHA	22
3	IZQUIERDA	DERECHA	IZQUIERDA	DERECHA	23
3	IZQUIERDA	DERECHA	DERECHA	DERECHA	24
4	DERECHA	DERECHA	DERECHA	DERECHA	25

	IZQUIERDA	DERECHA
LATERALIDAD OCULAR	11	14
PORCENTAJE	44%	56%
LATERALIDAD MANUAL	12	13
PORCENTAJE	48%	52%
LATERALIDAD AUDITIVA	14	11
PORCENTAJE	56%	44%
LATERALIDAD PEDAL	13	12
PORCENTAJE	52%	48%

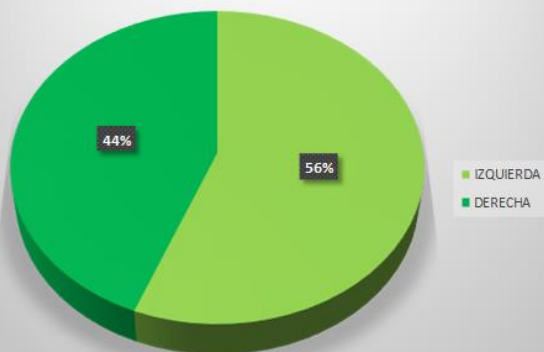
PORCENTAJE ESTUDIANTES LATERALIDAD OCULAR



PORCENTAJE ESTUDIANTES LATERALIDAD MANUAL



PORCENTAJE ESTUDIANTES LATERALIDAD AUDITIVA



PORCENTAJE ESTUDIANTES LATERALIDAD PEDAL

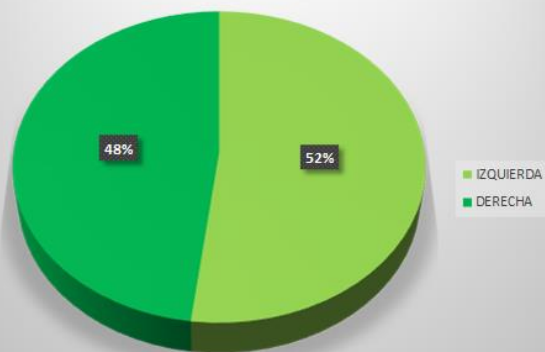
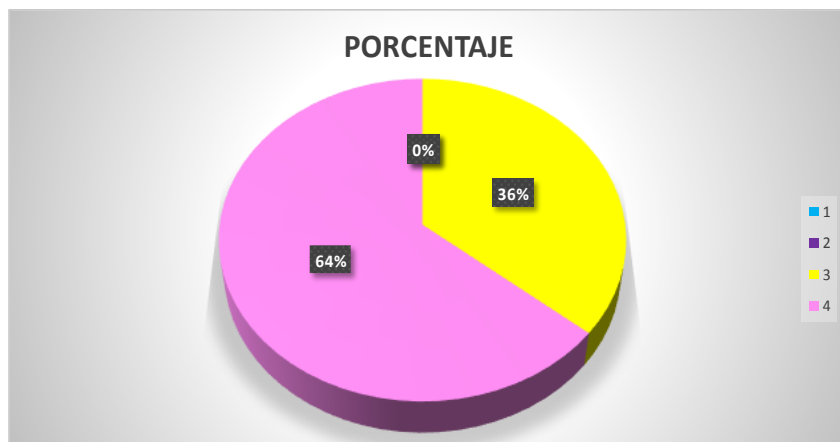


Ilustración 14. Resultados generales test lateralidad segunda aplicación

PUNTUACIÓN GENERAL TEST LATERALIDAD	1	2	3	4	
TOTAL ESTUDIANTES	0	0	9	16	25
PORCENTAJE	0%	0%	36%	64%	100%



ANALISIS DE RESULTADOS: SEGUNDA APLICACIÓN DE BATERIA DE VICTOR DA FONSECA.

Seguido de estas gráficas, pasamos a evidenciar las gráficas de los resultados que nos arrojó la nueva aplicación de la batería de Víctor Da Fonseca, después de todo el proceso mencionado mediante todo el proyecto, resaltando, que se les aplico a la misma población y en las mismas condiciones de la primera aplicación de la batería.

Dejándonos una conclusión favorable en cuanto a los resultados, ya que, al aplicarlo nuevamente, se tuvo puntajes más altos que en la primera aplicación, teniendo la mayoría de las niñas puntajes superiores como lo son 3 y 4, siendo superiores a los anteriores y por lo tanto como porcentaje al graficar, nos dio más de 50% en todas las categorías de esta batería.

Conclusiones

Se reconoció una problemática en los factores psicomotores equilibrio y lateralidad, cuando se realizó una observación directa en la clase de educación física con las estudiantes de segundo grado, jornada tarde del Colegio Magdalena Ortega de Nariño, donde se evidenciaron las dificultades que presentaban las alumnas en los dos factores mencionados anteriormente. Para corroborar la observación realizada se aplicaron unos test que propone Vitor da Fonseca de equilibrio dinámico, estático y de lateralidad donde se evalúa la parte ocular, auditiva, manual y pedal. Al aplicar esta batería se evidencio de una forma más clara las dificultades que tenían las alumnas del grado segundo B.

Al reafirmar las deficiencias en el equilibrio y la lateralidad se planeó y utilizó una propuesta didáctica, que consistía en la aplicación de la gimnasia educativa con ejercicios específicos como rollo corto, alto, atrás, media luna, parada de manos, mosquito, y parada de cabeza. La gimnasia educativa permite un Sistema de ejercicios con el fin de desarrollar, perfeccionar y corregir la capacidad de movimiento, siendo un medio para alcanzar la educación y disciplina física” (OSORIO & AGUDELO, 2002), con esto se fue adquiriendo avances por parte de cada estudiante al ir realizando cada actividad propuesta de forma progresiva y al mismo tiempo se desarrolló la práctica de educación física con las estudiantes de segundo grado.

La propuesta completa, desde la identificación del problema, la primera aplicación de los test de la batería y propiamente la aplicación de la propuesta fue aplicada en el transcurso del año 2018 hasta abril del 2019, donde al finalizar este mes se vuelve a aplicar la batería completa de Vitor da Fonseca en el cual se observa que las estudiantes del grado segundo B del Colegio Magdalena Ortega de Nariño han mejorado sus factores psicomotores equilibrio y

lateralidad, puesto que se realiza un análisis comparativo con los test aplicados antes de plantear la propuesta didáctica y después de aplicar esta misma.

Para lo anterior mencionado se debe tener presente los siguientes resultados arrojados en la primera aplicación de los test, en donde más del 50% de las estudiantes obtuvieron puntajes bajos, siendo estos 1 y 2 en los cuales nos arrojó que tenían insuficiencias en cuanto a los factores ya mencionados, para ser más específicos, en el test de inmovilidad el 56% obtuvieron un puntaje entre 2 y 3, en el test de equilibrio un 48%, en el test de apoyo en punta de pies un 72%, en el test de apoyo unipedal un 60%, en el test de equilibrio dinámico un 52% y por último, en el test de lateralidad un 60% obtuvieron puntajes bajos.

Cuando se vuelve a aplicar los test de la batería psicomotriz, se observa que, por el contrario, a los anteriores resultados, más del 50% de las alumnas obtuvieron puntajes entre 3 y 4, siendo estos los más altos de los puntajes de los indicadores planteadas por Vitor Da Fonseca.

Con estos resultados mencionados, se evidenció que la propuesta que se llevó a cabo fue óptima para la problemática encontrada, con esto se observa que las estudiantes logran tener un mejor desarrollo psicomotriz (equilibrio y lateralidad), y se evidencia que los objetivos planteados se cumplieron.

Se observaron aspectos axiológicos los cuales se propusieron trabajar y se cumplieron mediante la propuesta didáctica, siendo estos:

- ✓ Respeto
- ✓ Solidaridad
- ✓ Autoestima

- ✓ Confianza en sí mismo
- ✓ Cohesión de grupo
- ✓ Compromiso
- ✓ Motivación
- ✓ No discriminación
- ✓ Cooperación

Anexos

Anexo 1. Diario de campo

Diario de campo	
Nombre del observador	Milena Morales, Valeria Espinosa
Fecha: 15/03/2018	
Lugar: Institución Educativa Magdalena Ortega de Nariño	
Tema: Desarrollo factores psicomotrices	
Objetivo: las estudiantes deben realizar las actividades propuestas tratando de desarrollarlas lo mejor posible	
EJES TEMATICOS	DESCRIPCION
CARACTERISTICAS DEL GRUPO	Grupo 2B, integrado por 35 niñas con diferentes personalidades, con edades de 6 a 7 años
ESTRATEGIAS DE TRABAJO	Se utilizó la metodología de asignación de tareas, que ayudo a las estudiantes a reconocer y desarrollar las actividades de lateralidad y el equilibrio.
DESARROLLO EN CLASE	<p>El docente se dirigió al salón a las 2:00 pm, saludo a sus alumnas y dio las indicaciones del desarrollo de la clase. 2:10 pm se realiza desplazamiento al patio de juegos, se realizó movilidad articular y como calentamiento se jugó congelados.</p> <p>Correr de diferentes maneras alrededor de la cancha, las estudiantes siempre estuvieron atentas a las indicaciones del maestro. 2:30 pm Se realiza la fase central, equilibrio dinámico, equilibrio estático, en dos pies, en un pie. Cambio de ejercicios con un compañero según indicaciones. 5.40 pm Se realiza la última actividad Se realiza desplazamientos según indicaciones, derecha izquierda, atrás, adelante. Faltando 10 minutos para terminar la sesión el docente realiza la fase final, estiramiento, regreso a la calma, se dirigen al salón y se finaliza la clase.</p>
COMUNICACIÓN CON LOS ESTUDIANTES	La comunicación entre los estudiantes no fue agradable desde un principio ya que no prestaban atención hasta que se les hace un llamado de atención, en el transcurso de la clase se mostraron más cálidas y a gusto con las didácticas.

Referencias bibliográficas

DEFONTAINE, J., & BONJOUR, J. (1981). *MANUAL DE REEDUCACION PSICOMOTRIZ*. ESPAÑA: MÉDICA Y TÉCNICA.

A. B., & A. O. (2000). LA LATERALIDAD MOTORA COMO HABILIDAD ENTRENABLE. EFECTOS DEL APRENDIZAJE SOBRE EL CAMBIO DE TENDENCIA LATERAL. *European Journal of Human Movement*(6), 7-27.

AGOSTI, L. (1974). *GIMNASIA EDUCATIVA*. MADRID: ERISA SA.

Aramayo, M. E. (1 de marzo de 2017). *UNIVERSIDAD NACIONAL DE LA PLATA facultad de humanidades y ciencia de la educacion* . Obtenido de <http://www.memoria.fahce.unlp.edu.ar/tesis/te.1392/te.1392.pdf>

ARTEAGA CHECA, M., VICIANA GARÓFANO , V., & CONDE CAVEDA, J. (1997). *Desarrollo de la expresividad corporal: tratamiento globalizador de los contenidos de representación*. BARCELONA: INDE.

auditivos, a. C. (s.f.). *Audifon* . Obtenido de <https://www.audifon.es/implicados-entorno>

BERRUELO. (1990). *MOTRICIDAD FINA*.

BERRUEZO ADELANTADO, P. (1995). El cuerpo, el desarrollo y la psicomotricidad. *Psicomotricidad Revista de Estudios y Experiencias*, 15-26.

CAMPO SANCHEZ, G. (2004). *EL JUEGO EN LA EDUCACIÓN FÍSICA BÁSICA. JUEGOS PEDAGOGICOS Y TRADICION*. KINESIS.

CARRETERO, M. (1993). *CONSTRUCTIVISMO Y EDUCACION* . MEXICO, D.F: PROGRESO.

CASTAÑER BALCELLS, M., & CAMERINO FOGUET, O. (1991). *La Educación física en la enseñanza primaria: una propuesta curricular para la Reforma*. BARCELONA: INDE.

CONGRESO DE COLOMBIA. (1995). *LEY 181 DE 1995 - Por el cual se dictan disposiciones para el fomento del deporte, la recreación, el aprovechamiento del tiempo*. Bogotá, Colombia.

CONGRESO DE LA REPÚBLICA DE COLOMBIA. (1994). *LEY 115 DE 1994 - POR LA CUAL SE EXPIDE LA LEY GENERAL DE EDUCACIÓN*. Bogotá, Colombia.

CONTRERAS JORDAN, O. (1998). *DIDACTICA DE LA EDUCACION FISICA: UN ENFOQUE CONSTRUCTIVISTA* . BARCELONA: INDE.

CORDON, N. F. (2011). *EL QUILIBRIO Y SU PROCESO DE APRENDIZAJE EN EDUCACIÓN FÍSICA*. Universidad de Valladolid, Valladolid.

Cruz, M. D. (2007). *pdf* . Obtenido de <http://scarball.awardspace.com/documentos/trabajos-de-filosofia/Platon.pdf>

DA FONSECA, V. (1998). *MANUAL DE OBSERVACION PSICOMOTRIZ*. BARCELONA: INDE.

DÍAZ BOLIO, N. (2006). *FANTASÍA EN MOVIMIENTO*. LIMUSA.

especialidades, i. (septiembre de 2018). *mediciona de rehabilitacion biomecanica* . Obtenido de <http://www.sld.cu/sitios/rehabilitacion-bio/temas.php?idv=20589>

FERNANDEZ, M. A. (2013). *LA LATERALIDAD Y SU INFLUENCIA EN EL APRENDIZAJE ESCOLAR*. Universidad de Rioja, España.

- FERRANDEZ, A., SARRAMONA , J., & TARIN, L. (1981). *Tecnología Didáctica. Teoría y Práctica de la Programación Escolar*. MADRID: CEAC.
- GARCÍA, J., & FERNANDEZ VIDAL, F. (2002). *JUEGO Y MOTRICIDAD*. MADRID: CEPE.
- GRINNELL, R. (1997). *METODOLOGIA DE INVESTIGACION*.
- IMÍDEO , G. (1985). *HACIA UNA DIDÁCTICA GENERAL DINÁMICA* (3 ed.). BUENOS AIRES: KAPELUSZ.
- Julián Pérez Porto, A. G. (2012). *definiciones.de*. Obtenido de <https://definicion.de/propuesta/>
- JUSTO MARTINEZ, E. (2014). *Desarrollo psicomotor en educación infantil. Bases para la intervención en psicomotricidad*. UNIVERSIDAD DE ALMERIA.
- LAGARDERA OTERO, F. (2008). *DICCIONARIO PAIDOTRIBO DE LA ACTIVIDAD FISICA Y EL DEPORTE*. ESPAÑA: PAIDOTRIBO.
- LE BOULCH, J. (1990). *LA EDUCACION POR EL MOVIMIENTO EN LA EDAD ESCOLAR*. BARCELONA: PAIDÓS.
- LE BOULCH, J. (1995). *EL DESARROLLO PSICOMOTOR DESDE EL NACIMIENTO HASTA LOS 6 AÑOS: CONSECUENCIAS EDUCATIVAS*. PAIDOS IBERICA.
- Luis, B. (1948). *El valor de la gimnasia educativa* . Santiago de Chile: apartado de la revista de educacion fisica N° 57.
- Morin, A. (18 de Marzo de 2018). Pilares del desarrollo tipicos para estudiantes de segundo y tercer grado. *UNDERSTOOD*. Obtenido de UNDERSTOOD (Dificultades de aprendizaje y atencion).

MOSSTON, M. (1993). *LA ENSEÑANZA DE LA EDUCACIÓN FÍSICA*. BARCELONA: PAIDÓS.

Nieto, B. H. (mayo de 2009). *efdeportes.com*. Obtenido de <http://www.efdeportes.com/efd132/los-metodos-de-ensenanza-en-la-educacion-fisica.htm>

OSORIO, J. C., & AGUDELO, C. J. (2002). *Gimnasia: Metodología De La Enseñanza De Los Ejercicios Basicos*. . KINESIS.

PRESIDENTE DE LA REPUBLICA. (1994). *Decreto 1860 de Agosto 3 de 1994*. Bogotá, Colombia.

RODRIGUEZ, C. C. (2011). LA COORDINACIÓN Y EL EQUILIBRIO DENTRO DE LA EDUCACIÓN FÍSICA ACTUAL. *EFDEPORTES.COM, REVISTA DIGITAL*, 16(158).

ROMERO CEREZO, C. (2000). *El predominio de un lado del cuerpo sobre otro a la hora de realizar ciertas acciones motrices, por la dominancia del hemisferio contrario al lado de uso, y como consecuencia de la maduración del sistema nervioso y de la experimentación*". GRANADA: PROYECTO SUR EDICIONES.

ROS, E. C., & GALLEGO, F. M. (2017). UNA MODALIDAD SALUDABLE DE GIMNASIA EN EDAD ESCOLAR: LA GIMNASIA ESTÉTICA DE GRUPO. *E-Balonmano.com: Revista de Ciencias del Deporte*, 13(1), 37-52.

SOSA, V. A., & P. P. (2015). *LA GIMNASIA COMO CONTENEDOR ESCOLAR: UN ANÁLISIS DESDE LOS PROGRAMAS OFICIALES DE URUGUAY*. Universidad de la República, URUGUAY.

VIÑOLES, M. A. (2013). CONDUCTISMO Y CONSTRUCTIVISMO: MODELOS PEDAGÓGICOS CON ARGUMENTOS EN LA EDUCACIÓN COMPARADA.

HumanArtes. Revista Electrónica de Ciencias Sociales y Educación, 7-20.

ZAMBRANO LEAL, A. (2015). PEDAGOGÍA Y DIDÁCTICA: ESBOZO DE LAS DIFERENCIAS, TENSIONES Y RELACIONES DE DOS CAMPOS. *Praxis & Saber*,

7(13), 45-61.