

DISEÑO DE UNA PROPUESTA PEDAGÓGICA PARA LA CONSTRUCCIÓN DE  
COMPETENCIAS Y ESTÁNDARES PARA EL ÁREA DE EDUCACIÓN FÍSICA  
EN EL GRADO QUINTO B DE LA JORNADA DE LA TARDE DEL COLEGIO  
REMIGIO ANTONIO CAÑARTE - PROVIDENCIA EN PEREIRA

ALEJANDRA VIVIANA POLO GUARÍN  
ISSLENNY ANGÉLICA RAMÍREZ MARTÍNEZ  
YURI BIBIANA GÓMEZ RIVERA

UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA DE PEREIRA  
FACULTAD CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN  
LICENCIATURA EN PEDAGOGÍA INFANTIL  
PEREIRA  
2008

DISEÑO DE UNA PROPUESTA PEDAGÓGICA PARA LA CONSTRUCCIÓN DE  
COMPETENCIAS Y ESTÁNDARES PARA EL ÁREA DE EDUCACIÓN FÍSICA  
EN EL GRADO QUINTO B DE LA JORNADA DE LA TARDE DEL COLEGIO  
REMIGIO ANTONIO CAÑARTE - PROVIDENCIA EN PEREIRA

ALEJANDRA VIVIANA POLO GUARÍN  
ISSLENNY ANGÉLICA RAMÍREZ MARTÍNEZ  
YURI BIBIANA GÓMEZ RIVERA

DIRECTOR  
GERARDO TAMAYO BUITRAGO  
Mg. Comunicación educativa

UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA DE PEREIRA  
FACULTAD CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN  
LICENCIATURA EN PEDAGOGÍA INFANTIL  
PEREIRA  
2008

Nota de aceptación

---

---

---

---

---

Presidente del jurado

---

Jurado

---

Jurado

Pereira, octubre 2008

## AGRADECIMIENTOS

Queremos agradecer, primero que todo a Dios que nos brindó la fortaleza, la sabiduría, la energía y la voluntad de hacer de una idea, una propuesta que sirva como base a las Instituciones Educativas, que promuevan el desarrollo físico y mental de los estudiantes.

A nuestros padres y familiares cercanos, quienes nos facilitaron el apoyo económico y moral a la hora de seguir adelante con la propuesta, además de las palabras de aliento que nos brindaron en ciertos aprietos.

Especialmente, reconocemos el gran carisma que nos impartió nuestro asesor Gerardo Tamayo Buitrago, además de su paciencia y su colaboración en cada acontecimiento presentado durante este proceso. Igualmente, nos brindó herramientas teóricas necesarias para complementar nuestros conocimientos frente a la propuesta y nuestra labor como pedagogas.

Alejandra, Angélica y Yuri.

*Dedicamos este trabajo de grado a la profesora de grado quinto de  
La Institución Educativa Remigio Antonio Cañarte y a los  
estudiantes de este grado que hicieron posible la  
realización de este proyecto investigativo,  
dejando con ello conocimientos  
nuevos acerca de la  
educación física*

## TABLA DE CONTENIDO

1.	PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	6
2.	JUSTIFICACIÓN.....	7
3.	OBJETIVOS.....	8
3.1	GENERAL.....	8
3.2	ESPECÍFICOS.....	8
4.	MARCO REFERENCIAL.....	9
4.1	MARCO CONCEPTUAL.....	9
4.1.1	Educación Física:.....	9
4.1.2	Concepto de Estándares.....	10
4.1.3	Concepto de Competencia.....	11
4.1.4	Concepto de Coordinación Viso – Motriz.....	11
4.1.5	Concepto de Psicomotricidad.....	11
4.2	MARCO DE ANTECEDENTES.....	12
4.3	MARCO TEÓRICO.....	14
4.3.1	Medios.....	15
4.3.2	Modelos:.....	17
4.3.3	Elementos conceptuales.....	20
4.3.4	ESTÁNDARES.....	21
4.3.5	COMPETENCIAS.....	21
4.4	MARCO CONTEXTUAL.....	21
5	METODOLOGÍA.....	23
5.1	DISEÑO.....	23
5.2	POBLACIÓN.....	23
5.3	MUESTRA.....	23
5.4	HIPOTESIS.....	23
5.5	VARIABLES.....	23
5.6	PLAN DE ANÁLISIS.....	24
5.7	TÉCNICAS E INSTRUMENTOS.....	24
6.	RESULTADOS.....	26
6.1	TEST.....	26
6.1.1	Pretest.....	26
6.1.2	Postest.....	36

7. ANÁLISIS.....	47
7.1 TEST.....	47
7.1.1 Pretest: Grupo experimental – Grupo control: .....	47
7.1.2 Posttest: Grupo experimental – Grupo control:.....	47
7.1.3 Grupo experimental: Pretest y posttest: .....	47
7.1.4 Grupo control: Pretest y posttest: .....	47
7.2 PROGRAMA.....	48
7.2.1 Planeación de sesiones.....	48
7.2.2 Recursos .....	55
7.3 COMPETENCIAS Y ESTÁNDARES.....	57
7.3.1 Actividades según valoración: .....	57
7.4 ESTÁNDARES Y COMPETENCIAS.....	63
7.4.1 Listado general .....	63
8. CONCLUSIONES .....	67
9. RECOMENDACIONES .....	69
10. BIBLIOGRAFÍA .....	70
11. ANEXOS .....	73
ANEXO 2.....	74

## LISTA DE TABLAS

Tabla 1. Actividades según valoración. Lo hace con eficacia y seguridad. Medios. Elementos conceptuales. 64

Tabla 2. Actividades según valoración. Lo hace con ayuda o no es eficaz. Medios. Elementos conceptuales.

Tabla 3. Propuesta de construcción de competencias y estándares. Hábitos y actitudes. Grado quinto. Remigio Antonio Cañarte - Providencia. Jornada tarde. Pereira. 2008. 71

Tabla 4. Propuesta de construcción de competencias y estándares. Desarrollo psicomotor. Grado quinto. Remigio Antonio Cañarte - Providencia. Jornada tarde. Pereira. 2008. 73

Tabla 5. Propuesta de construcción de competencias y estándares. Formación y realización técnica. Grado quinto. Remigio Antonio Cañarte - Providencia. Jornada tarde. Pereira. 2008. 74

Tabla 6. Propuesta de construcción de competencias y estándares. Destrezas elementales. Grado quinto. Remigio Antonio Cañarte - Providencia. Jornada tarde. Pereira. 2008. 71



## LISTA DE FIGURAS

Figura 1. Actividad 1. Pretest grupo experimental. Niños y niñas grado quinto. Remigio Antonio Cañarte Providencia jornada tarde. Pereira. 2008

Figura 2. Actividad 2. Pretest grupo experimental. Niños y niñas grado quinto. Remigio Antonio Cañarte Providencia jornada tarde. Pereira. 2008

Figura 3. Actividad 3. Pretest grupo experimental. Niños y niñas grado quinto. Remigio Antonio Cañarte Providencia jornada tarde. Pereira. 2008

Figura 4. Actividad 4. Pretest grupo experimental. Niños y niñas grado quinto. Remigio Antonio Cañarte Providencia jornada tarde. Pereira. 2008

Figura 5. Actividad 5. Pretest grupo experimental. Niños y niñas grado quinto. Remigio Antonio Cañarte Providencia jornada tarde. Pereira. 2008

Figura 6. Actividad 6. Pretest grupo experimental. Niños y niñas grado quinto. Remigio Antonio Cañarte Providencia jornada tarde. Pereira. 2008

Figura 7 Actividad 7. Pretest grupo experimental. Niños y niñas grado quinto. Remigio Antonio Cañarte Providencia jornada tarde. Pereira. 2008

Figura 8. Actividad 8. Pretest grupo experimental. Niños y niñas grado quinto. Remigio Antonio Cañarte Providencia jornada tarde. Pereira. 2008

Figura 9. Actividad 9. Pretest grupo experimental. Niños y niñas grado quinto. Remigio Antonio Cañarte Providencia jornada tarde. Pereira. 2008

Figura 10. Actividad 10. Pretest grupo experimental. Niños y niñas grado quinto. Remigio Antonio Cañarte Providencia jornada tarde. Pereira. 2008

Figura 11. Actividad 1. Pretest grupo control. Niños y niñas grado quinto. Institución Educativa Jesús de la Buena Esperanza jornada tarde. Pereira. 2008

Figura 12. Actividad 2. Pretest grupo control. Niños y niñas grado quinto. Institución Educativa Jesús de la Buena Esperanza jornada tarde. Pereira. 2008

Figura 13. Actividad 3. Pretest grupo control. Niños y niñas grado quinto. Institución Educativa Jesús de la Buena Esperanza jornada tarde. Pereira. 2008

Figura 14. Actividad 4. Pretest grupo control. Niños y niñas grado quinto. Institución Educativa Jesús de la Buena Esperanza jornada tarde. Pereira. 2008

Figura 15. Actividad 5. Pretest grupo control. Niños y niñas grado quinto. Institución Educativa Jesús de la Buena Esperanza jornada tarde. Pereira. 2008.

Figura 16. Actividad 6. Pretest grupo control. Niños y niñas grado quinto. Institución Educativa Jesús de la Buena Esperanza jornada tarde. Pereira. 2008

Figura 17. Actividad 7. Pretest grupo control. Niños y niñas grado quinto. Institución Educativa Jesús de la Buena Esperanza jornada tarde. Pereira. 2008

Figura 18. Actividad 8. Pretest grupo control. Niños y niñas grado quinto. Institución Educativa Jesús de la Buena Esperanza jornada tarde. Pereira. 2008

Figura 19. Actividad 9. Pretest grupo control. Niños y niñas grado quinto. Institución Educativa Jesús de la Buena Esperanza jornada tarde. Pereira. 2008

Figura 20. Actividad 10. Pretest grupo control. Niños y niñas grado quinto. Institución Educativa Jesús de la Buena Esperanza jornada tarde. Pereira. 2008

Figura 21. Actividad 1. Postest grupo experimental. Niños y niñas grado quinto. Remigio Antonio Cañarte Providencia jornada tarde. Pereira. 2008

Figura 22. Actividad 2. Postest grupo experimental. Niños y niñas grado quinto. Remigio Antonio Cañarte Providencia jornada tarde. Pereira. 2008

Figura 23. Actividad 3. Postest grupo experimental. Niños y niñas grado quinto. Remigio Antonio Cañarte Providencia jornada tarde. Pereira. 2008

Figura 24. Actividad 4. Postest grupo experimental. Niños y niñas grado quinto. Remigio Antonio Cañarte Providencia jornada tarde. Pereira. 2008

Figura 25. Actividad 5. Postest grupo experimental. Niños y niñas grado quinto. Remigio Antonio Cañarte Providencia jornada tarde. Pereira. 2008

Figura 26. Actividad 6. Postest grupo experimental. Niños y niñas grado quinto. Remigio Antonio Cañarte Providencia jornada tarde. Pereira. 2008

Figura 27. Actividad 7. Postest grupo experimental. Niños y niñas grado quinto. Remigio Antonio Cañarte Providencia jornada tarde. Pereira. 2008

Figura 28. Actividad 8. Postest grupo experimental. Niños y niñas grado quinto. Remigio Antonio Cañarte Providencia jornada tarde. Pereira. 2008

Figura 29. Actividad 9. Postest grupo experimental. Niños y niñas grado quinto. Remigio Antonio Cañarte Providencia jornada tarde. Pereira. 2008

Figura 30. Actividad 10. Postest grupo experimental. Niños y niñas grado quinto. Remigio Antonio Cañarte Providencia jornada tarde. Pereira. 2008

Figura 31. Actividad 1. Postest grupo control. Niños y niñas grado quinto. Institución Educativa Jesús de la Buena Esperanza jornada tarde. Pereira. 2008

Figura 32. Actividad 2. Postest grupo control. Niños y niñas grado quinto. Institución Educativa Jesús de la Buena Esperanza jornada tarde. Pereira. 2008

Figura 33. Actividad 3. Postest grupo control. Niños y niñas grado quinto. Institución Educativa Jesús de la Buena Esperanza jornada tarde. Pereira. 2008

Figura 34. Actividad 4. Postest grupo control. Niños y niñas grado quinto. Institución Educativa Jesús de la Buena Esperanza jornada tarde. Pereira. 2008

Figura 35. Actividad 5. Postest grupo control. Niños y niñas grado quinto. Institución Educativa Jesús de la Buena Esperanza jornada tarde. Pereira. 2008

Figura 36. Actividad 6. Postest grupo control. Niños y niñas grado quinto. Institución Educativa Jesús de la Buena Esperanza jornada tarde. Pereira. 2008

Figura 37. Actividad 7. Postest grupo control. Niños y niñas grado quinto. Institución Educativa Jesús de la Buena Esperanza jornada tarde. Pereira. 2008

Figura 38. Actividad 8. Postest grupo control. Niños y niñas grado quinto. Institución Educativa Jesús de la Buena Esperanza jornada tarde. Pereira. 2008

Figura 39. Actividad 9. Postest grupo control. Niños y niñas grado quinto. Institución Educativa Jesús de la Buena Esperanza jornada tarde. Pereira. 2008

Figura 40. Actividad 10. Postest grupo control. Niños y niñas grado quinto. Institución Educativa Jesús de la Buena Esperanza jornada tarde. Pereira. 2008

## LISTA DE ANEXOS

Anexo 1  
Formato del test

Anexo 2  
Imágenes

Anexo 3  
Cartilla propuesta para la construcción de estándares y competencias en el grado quinto de primaria.

## INTRODUCCIÓN

Para este proyecto el propósito primordial es la propuesta para la construcción de estándares y competencias en educación física para grado quinto, con el fin de que esta pueda servir de evaluación para la población infantil de los grados de básica primaria.

Por otra parte, este estudio hace parte de un proyecto macro donde intervienen otros grupos organizados para cada nivel de básica primaria y en diferentes contextos de la ciudad de Pereira, que aportan a la construcción y desarrollo de esta propuesta.

Los datos obtenidos se realizaron a partir de un test de evaluación (pre y post) llevado a cabo de forma práctica, a dos grupos denominados experimental, al cual se le aplicó la propuesta pedagógica en educación física y al grupo control solo se le aplicó el test (pre y post) con el fin de realizar una comparación entre los dos grupos llegando de esta forma a obtención de resultados.

Además, la metodología utilizada es de tipo cuasiexperimental donde las muestras no son aleatorias sino seleccionadas a partir de la disponibilidad de los grupos de las instituciones Remigio Antonio Cañarte- providencia para el grupo experimental y Jesús de la Buena Esperanza para el grupo control.

Los resultados de la aplicación del test en sus diferentes momentos conlleva un análisis de tipo estadístico usando una hoja de cálculo en Excel, para la cuantificación de las significancias tomadas de las evaluaciones y graficadas según la sábana de datos en frecuencias absolutas, lo que representa la validez del test y por lo tanto de las sesiones del plan pedagógico para luego construir siguiendo el ordenamiento teórico y procedimental de las competencias y estándares.

Es de notar que para la evaluación tanto del test como de las actividades del plan pedagógico se tomó una escala comprendida de 0, 1, 3 y 6, en la que 0 para cuando los participantes no realizan la tarea, 1 cuando la hacen con dificultad, 3 cuando lo hacen con ayuda o no es eficaz y 6 cuando la hace con fluidez y seguridad.

Las competencias y estándares propuestos como resultado de este estudio, se construyeron a partir de las evaluaciones de las actividades del plan de sesiones y como consecuencia de la jerarquización de los elementos conceptuales tomados para el estudio y su aplicación a partir de los medios de la educación física, aspectos que se pueden identificar claramente en el marco teórico del estudio.

## 1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

En nuestro país, se ha notado claramente la necesidad de realizar investigaciones sobre Educación Física que fundamenten la importancia que tiene dentro de los procesos educativos de forma que complementen anteriores investigaciones sobre estas temáticas, lo cual ha reflejado vacíos en cuanto a la percepción del cuerpo en las prácticas pedagógicas. Estas situaciones se evidencian en la escuela, al no tener unos estándares que se planteen desde el Ministerio de Educación Nacional, los cuales proporcionan los parámetros mínimos de desempeño por parte de la población infantil, donde demuestre que es un área primordial y obligatoria como todas las demás.

Actualmente en las escuelas y colegios públicos no se cuenta con una planta de profesores del área de Educación Física, debidamente capacitados para la aplicación de estrategias, tareas y procedimientos que coadyuven a la formación infantil, esta falencia repercute directa y negativamente en las actitudes consigo mismos, las enfermedades que conllevan a problemas del metabolismo, la falta de atención, la hiperactividad, desórdenes en el normal desarrollo del individuo y su comportamiento social, dado que no se atiende desde la Educación Física el proceso secuencial de formación.<sup>1</sup>

La educación en Colombia a nivel de instituciones escolarizadas se rigen principalmente por el cumplimiento de los estándares específicos para cada una de las áreas del conocimiento, teniendo entre ellas las establecidas para competencias ciudadanas, matemáticas, lenguaje, ciencias sociales y ciencias naturales, sin embargo el área de Educación Física, carece de estos planteamientos en cuanto a estándares y competencias.<sup>2</sup>

Así mismo, desde el planteamiento del Plan Nacional de Desarrollo a 2019, no se vislumbra una tendencia en cuanto la aplicación de normas ya establecidas para la Educación Física, la actividad física, el deporte, la recreación y el movimiento, aspectos indispensables en el desarrollo humano desde la educación inicial.

Por lo tanto, surge el interrogante:

¿Cuál es el diseño de una propuesta pedagógica para la construcción de competencias y estándares para el área de Educación Física en el grado quinto b de la jornada de la tarde del colegio remigio Antonio Cañarte - providencia en Pereira?

---

<sup>1</sup> DEVÍS, José. PEIRÓ, Carmen. Aprendizaje motor: Elementos para una teoría de la enseñanza de las habilidades motrices: La iniciación en los juegos deportivos: la enseñanza para la comprensión. Colombia: Universidad de Antioquia, 2007

<sup>2</sup> SANDOVAL, Víctor. Centros de Educación Física. Escuelas de iniciación y formación deportiva. Bogota, D.C: departamento de Cundinamarca. Noviembre de 2006

## 2. JUSTIFICACIÓN

En vista de que la Educación Física es un área fundamental dentro del plan de estudios de cualquier institución, se pretende mostrar que ésta es vital para el desarrollo integral en la formación (física, mental, afectiva y psicosocial), lo cual involucra el cuerpo humano como una base fundamental para el aprendizaje, que no se pueden trabajar de forma aislada de los procesos cognitivos. aleja

Por lo anterior, es posible resaltar la importancia que esta propuesta tiene para las instituciones educativas con respecto a grado quinto, pues proporciona criterios claros a la hora de realizar la clase de Educación Física, que consisten en los estándares y competencias que los y las estudiantes deben lograr.

Sin embargo, el Ministerio de Educación Nacional ha permitido que el área de Educación Física el deporte y la recreación este en un segundo plano, pues no se ha construido aún estándares y competencias que demuestren que es un área obligatoria y fundamental dentro del plan de estudios, en vez de una actividad complementaria, lo cual involucra la creación de espacios que propicien las tareas físicas dentro del deporte y la recreación, mejorando así el bienestar social e individual, así lo indica la ley del deporte 181.

Así mismo, la ley 934 de diciembre de 2004, dicta en el artículo 1º. En todos los establecimientos educativos, privados y oficiales, conforme a la Ley 115 de 1994, se incluirá el programa para el desarrollo de la Educación Física.<sup>3</sup>

Por lo anterior, el trabajar en pro a la construcción de competencias y estándares para el área de Educación Física en grado quinto en la ciudad de Pereira, permite suplir las necesidades en cuanto a sociomotricidad, aprendizaje motor y competencia motriz que beneficie el desarrollo integral de la población infantil. angie

La construcción de las competencias y estándares para el área de la Educación Física en Pereira, es la posibilidad de aportar a nivel regional y nacional las tendencias que en materia de movimiento y acción motriz debe tener la población infantil y juvenil.

Finalmente esta propuesta contribuye a la red de investigadores en Educación Física, recreación, deporte, cultura física, cultura somática y Educación Física, en cuanto que se está planteando este mismo proyecto a nivel nacional, con miras a determinar en cada contexto los estándares y competencias para el sector.

---

<sup>3</sup> PERALTA, Héctor. Taller de pedagogía y didáctica de la Educación Física. Bogotá, D.C: Gobernación de Cundinamarca. Ediciones Ántropos Ltda., 2007

### 3. OBJETIVOS

#### 3.1 GENERAL

Diseñar una propuesta pedagógica para la construcción de competencias y estándares para el área de Educación Física en el grado quinto A, jornada de la tarde del colegio Remigio Antonio Cañarte - Providencia en Pereira.

#### 3.2 ESPECÍFICOS

- Construir las actividades correspondientes a la edad de los estudiantes de grado quinto de primaria. (Se toma la construcción de actividades no como una adaptación o modificación de estas, sino por que al tratarse de una propuesta pedagógica se parte del principio educativo de la organización de la clase y por lo tanto se constituye en una construcción didáctica, más no una creación o modificación de lo ya conocido)<sup>4</sup>
- Fomentar las prácticas educativas en planeación, didáctica, evaluación y manejo de recursos en Educación Física en el grado quinto de primaria a partir de la divulgación de los resultados de este estudio.
- Aplicar los medios de la Educación Física en los elementos conceptuales a partir de las actividades programadas.
- Proponer las competencias y estándares en el área de Educación Física para el grado quinto de primaria.

---

<sup>4</sup> SANCHEZ, Fernando. Didáctica de la educación física. Barcelona. Paidós. 2005.



## 4. MARCO REFERENCIAL

### 4.1 MARCO CONCEPTUAL

#### 4.1.1 Educación Física:

A Partir de la discusión y estudio acerca del concepto de Educación Física, el grupo investigador en pedagogía infantil de la Universidad Tecnológica de Pereira, hace un análisis de las diversas definiciones que desde la historia y la pedagogía como tal se le ha dado y en la cual se refieren algunas características:

Al definirse como área de estudio, trata de abarcar muchas otras que están implícitas o relacionadas al ser humano, como la biología, la psicología, la pedagogía y se plantea con cuidado de no soslayar áreas y disciplinas relacionadas.

Este manejo conceptual, que a lo largo de la historia de la Educación Física da como resultado una especie de definición que más que esto se comporta como un comentario con el cual no se quiere herir a quienes se han aventurado en tal gestión y a la vez quiere decirse muchas cosas de varios aspectos, por lo cual no constituye una definición aplicable en este estudio.

El grupo de estudio, apuesta desde su interés por comprender y aportar desde el caso al debate de una forma mas pedagógica la siguiente explicación en aras de conceptualizar la Educación física, no solo para el propio entendimiento del estudio, sino como un parámetro de discusión con el cual se tenga mayor claridad.

- Explicación del concepto de Educación Física

En primera instancia debe entenderse como una disciplina y no como una ciencia. Aunque autores como Sánchez Bañuelos defiende su posición como una ciencia.<sup>5</sup> Mientras que Parlebas.<sup>6</sup> La argumenta como una práctica pedagógica, se entiende entonces como una aplicación pedagógica y didáctica.

La segunda premisa que se analiza es que la Educación Física se refiere la educación, en un marco general en la que todos tienen inferencia y que toma su importancia en la medida en que es un eje formador que toma el conocimiento del aprendizaje y lo lleva al comportamiento.

Otro aspecto determinante que se intuye en la construcción del concepto, es la integralidad, entendida como la orientación especialmente del ser humano que toma parte desde la biología y su estado actual de salud, llámese en un estado de beneficio y confort o de un estado deficiente y disminuido. También en este sentido se deberá entender que el aspecto psicológico es influyente del estado integral actual del ser humano, pues es un ser lleno de confrontaciones basadas en su pensamiento y actuar, adoptadas en un contexto social y que se representan en su participación en la sociedad.

---

<sup>5</sup> Sánchez, Fernando. Didáctica de la educación física. Barcelona. Paidós. 2003.

<sup>6</sup> PARLEBAS, Pierre. Problemas teóricos y crisis actual en la Educación Física. Disponible en internet: <http://www.efdeportes.com/efd7/pparl71.htm>. consultado: 07 2007.

Dicha integralidad, abordada desde la Educación Física, actúa en el individuo de forma individual y grupal, tomándolo como parte sustancial del por que la práctica y para quien va dirigida su aplicación y accionar, no es posible concebir una práctica educativa o pedagógica sin un objetivo claro de mejoramiento y aporte en el ser, por lo tanto se fortalece en cada tarea que va a respaldar el mejoramiento del accionar humano.

El otro aspecto que marca el concepto que nos convoca es la utilización de medios que sirvan de conexión entre la pedagogía y el protagonista o actor. Dichos medios son el camino por el cual el pedagogo, acerca al participante a un cambio sistemático y duradero en procura del mejoramiento.

Los medios establecidos para el interés de la Educación Física, se plantean como aquellos que proporcionan una forma didáctica de buscar el conocimiento, de los procesos autónomos, de la eficiencia, de la diversidad, de las posibilidades sobre las necesidades, de los principios didácticos que la acompañan y que están respaldados por la gimnasia, el juego, el deporte, la expresión y la danza, como los medios insignias de la Educación Física.

Finalmente, se considera en el grupo de estudio, que para definir la claridad conceptual de la Educación Física no se puede desligar el acto de la tarea, en este caso de la acción motriz, representada como la transformación evidente de un estado del cuerpo a otro por acción propia o asistida, de forma intencionada o aceptada y que hace parte de la aplicación de la clase, de la duración y del enfoque y objetivo que se requiera, así como su relación permanente con la cultura o contexto actual del individuo.

Por lo tanto y asumiendo la responsabilidad de la osadía de quien quiere entrar en una comunidad académica donde aun se requiere de acuerdos y encuentros que convengan un mejor entendimiento en el campo del ser humano y acudiendo a la interpretación de los ítems argumentados anteriormente, se plantea la Educación Física como:

**DISCIPLINA DE LA EDUCACIÓN QUE POSIBILITA LA INTEGRALIDAD DEL SER HUMANO MEDIANTE LA ACCIÓN MOTRIZ.**

#### 4.1.2 Concepto de Estándares

Según el Ministerio de Educación, se define como: Los criterios claros y públicos que permiten establecer los niveles básicos de calidad de la educación a los que tienen derecho los niños y las niñas de todas las regiones del país, en todas las áreas que integran el conocimiento escolar. En los estándares básicos de calidad se hace un mayor énfasis en las competencias, sin que con ello se pretenda excluir los contenidos temáticos. Y por lo tal, sin el conjunto de ellos no se puede valorar si la persona es realmente competente en el ámbito seleccionado.

Para este estudio la concepción de estándares se entiende como: criterios claros y públicos que permiten establecer los niveles básicos de adquisición de una competencia. Se constituyen en referentes que orientarán a estudiantes, padres de familia, directivos y docentes, en el esfuerzo por convalidarla.<sup>7</sup>

Esta definición es pertinente debido a que se considera como par investigativo en la construcción del objeto de estudio que nos atañe.

#### 4.1.3 Concepto de Competencia

Según Dolores Reinoso define competencia como: aquellas construcciones complejas de saberes y formas de acción que permiten responder inteligentemente a diversas situaciones y distintos ámbitos.

Por otra parte Carlos Vasco citado en (Grupo de Investigación Acción Motriz.2008) plantea una competencia como un conjunto de conocimientos, habilidades, aptitudes, comprensiones y disposiciones cognitivas, metacognitivas, socioafectivas y psicomotoras apropiadamente relacionadas entre sí para facilitar el desempeño flexible, eficaz y con sentido de una actividad o de cierto tipo de tareas en contextos relativamente nuevos y retadores.<sup>8</sup>

Para este proyecto el término mencionado se puede definir, como las destrezas, desempeño o aptitudes que el ser humano adquiere a partir de situaciones problémicas que podrá aplicar en su vida cotidiana o responder a contextos pertinentes con el fin de comprenderlas y desarrollar recursos para su solución.

#### 4.1.4 Concepto de Coordinación Viso – Motriz

Según el texto coordinación viso motriz (unidad 1: esquema corporal) se define como: una sucesión ordenada, funcional y precisa de movimiento ojo – mano y ojo –pie, lo cual implica el conocimiento, manipulación y utilización del objeto; permitiendo así el aprendizaje de lectura y escritura.

Acerca del término, el proyecto opina que: la coordinación viso – motriz es el control, dominio y conocimiento del esquema corporal, donde se familiariza con el objeto manipulándolo sin ningún tipo de restricción.

#### 4.1.5 Concepto de Psicomotricidad

Según Berruazo, 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.

---

<sup>7</sup> Grupo de investigación acción motriz. CAMACHO, Hipólito y otros. Competencias y estándares para la educación física. “una experiencia que se construye paso a paso”. Armenia. Edit. Kínesis. 2008. P. 36.

<sup>8</sup>Ibid., P. 26.

Para el proyecto, la psicomotricidad considera al movimiento como un medio de expresión de comunicación y de relación del ser humano con los demás, desempeña un papel importante en el desarrollo armónico de la personalidad, puesto que, el niño no solo desarrolla sus habilidades motoras, sino que permite integrar las interacciones a nivel de pensamiento, emociones y su socialización.

## 4.2 MARCO DE ANTECEDENTES

*“Los niños no juegan para entretenimiento del público, ni para quedar primeros, sino para divertirse y formarse como personas a través del deporte. Es importante tenerlo siempre en cuenta” (Lic. pablo Esper Di Cesare)*

A continuación se relacionan algunos estudios que sirven de referencia como antecedentes a la propuesta que se presenta, en ellos se plantean los objetivos, los ámbitos problémicos y los resultados que obtuvieron de acuerdo a la metodología.

Estos parámetros nos indican los posibles resultados que se pueden obtener además de aclarar la metodología con que se quieren lograr los objetivos del estudio.

En la investigación “potenciación de las capacidades humanas a partir de la pedagogía de la motricidad (Educación Física, recreación y deporte)” realizada por Víctor Alonso Molina Bedoya (y su grupo de investigación calidad de la Educación Física Universidad de Antioquia) en la Institución Educativa José Félix de Restrepo Vélez del municipio de Sabaneta, Antioquia, quienes tenían por objetivo abordar la Recreación, el Deporte y la Educación Física como prácticas trascendentes y formativas que procuran la formación integral de los seres humanos a partir del desarrollo de las potencialidades individuales y colectivas de las personas y la promoción de la salud dimensionada como el desarrollo de acciones teóricas, prácticas y metodológicas que contribuyen al mejoramiento de las condiciones y las formas de vida de los individuos y los colectivos humanos (2004).

Este estudio, se utilizó como metodología la investigación acción participación, perspectiva que involucra a la comunidad en la construcción del conocimiento y la solución de sus problemas, en la cual se abordaron los momentos de problematización o investigación, tematización, implementación pedagógica o acción. En un primer momento, se permitió la construcción de conocimiento como elemento básico para la comprensión y significación del problema. Para ello se abordaron las siguientes fases: 1) fase de construcción teórica (indagación, análisis y construcción conceptual); 2) fase de identificación, (selección de actores y escenarios) y 3) la fase de comprensión de la realidad (socialización del proyecto y propuesta de capacitación). En un segundo momento, se enfocó en las temáticas a trabajar teniendo en cuenta las siguientes fases: 1) fase de reducción teórica (análisis de la información recolectada con el equipo de investigación); 2) fase de reducción temática (comparación de la información recolectada con la percepción de la población

sobre la realidad); 3) fase de elaboración de la propuesta y 4) fase de socialización.

En un último momento de la investigación, se hizo evidente que la metodología Investigación Acción Participación como forma de construcción de conocimiento no es lineal, todo lo contrario transita de forma interrelacionada entre los planos teórico y empírico, basándose en las siguientes fases: 1) fase de reorganización del equipo investigador; 2) fase de difusión de la acción educativa; 3) fase de elaboración del proyecto integral de área con la participación de los profesores y monitores vinculados al área de trabajo en la institución y 4) fase de ejecución y evaluación. Por otra parte, esta investigación, se apoyó en la observación participante como instrumento de recolección de la información, la cual tiene como objeto recoger datos detallados de la realidad, donde el investigador es partícipe de estas actividades.

Finalmente, se llegó a la conclusión que inicialmente las clases de Educación Física, Recreación y Deporte en la institución “se caracterizaron por el uso predominante de Estilos de enseñanza tradicionales, caracterizados por una relación pedagógica en la cual el maestro generalmente asumió un papel dominante y vertical con respecto al estudiante quién jugo un papel pasivo y receptivo durante la clase”<sup>9</sup> en aspectos como: la participación, el desarrollo de las actividades, la adquisición del conocimiento, el desarrollo de capacidades físicas y en el aprendizaje de diferentes habilidades motrices.

En otro estudio realizado “hacia la construcción de competencias y estándares para la Educación Física” por Hipólito Camacho Coy y su grupo de investigación acción motriz con los docentes que orientan el área de Educación Física Recreación y Deportes en el departamento del Huila desde la educación preescolar hasta la media, los cuales se plantearon como objetivo estructurar las competencias y estándares para el área de Educación Física en los niveles de educación mencionados anteriormente (2005).

Para la realización del proyecto, este grupo de investigadores tuvo como estrategia metodológica la realización de cuatro talleres en cada una de las provincias que conforman el departamento del Huila, con los docentes que integran la unidad de trabajo. Los talleres se constituyeron así: primer taller: (Presentación de la propuesta preliminar de competencias del área de Educación Física y estándares); segundo taller (Socialización, Presentación de propuestas de Pruebas tipo Saber y la evaluación de los docentes); tercer taller (Socialización de la evaluación de las Pruebas tipo SABER); cuarto taller (análisis y la evaluación de los docentes participantes); y el quinto taller (Integración de productos de carácter departamental) en cuanto a la recolección de datos se realizaron 33 talleres provinciales y 1 departamental con el fin de estructurar un documento con los estándares de Educación Física.

---

<sup>9</sup> MOLINA, Víctor Alonso. Potenciación de las capacidades humanas a partir de la pedagogía de la motricidad (educación física, recreación y deporte).Colombia. funlibre.2004.

Para concluir, los resultados obtenidos, permitieron “la estructuración de un documento (libro) con los estándares y competencias definidos para el área de Educación Física Recreación y Deportes”<sup>10</sup>, así mismo, se rediseño el currículo de base para el área de Educación Física Recreación y Deporte teniendo en cuenta los estándares y competencias definidos en la investigación.

Otro de nuestros soportes investigativos se denomina “propuesta pedagógica para el área de Educación Física en la básica primaria teniendo como referente la promoción de la salud” el cual es de autoría de Beatriz Elena Chaverra Fernández (Licenciada en Educación Física. Instituto Universitario de Educación Física). Efectuado en la Institución Educativa Fe y Alegría, del Barrio el Limonar municipio de Itagüí, Colombia, con las maestras de la básica primaria, teniendo como finalidad la búsqueda de una Educación Física que trascienda los fines y objetivos de aprendizaje centrados en el desarrollo de habilidades y capacidades motrices, abordando en otra dimensión la formación del ser humano, además del perfeccionamiento de las facultades de movimiento de la persona; en la cual interactúan todas las dimensiones, capacidades y esferas del sujeto.

La estrategia metodológica utilizada en este proyecto es la Investigación Acción Participación (IAP) la cual “involucra a la comunidad en el conocimiento y solución de sus problemas, busca además de describirlos, generar conocimiento conjuntamente con la comunidad para emprender las acciones de cambio y transformación necesarias”<sup>11</sup>. Esta investigación se dividió en tres momentos: el primero busca encontrar el diagnóstico contextual y los actores que participarían en el trabajo, para luego definir un plan o cronograma de acción básico; en segundo momento es de análisis y organización de la información recolectada con los actores en el momento uno y el tercer momento en el cual se elaboró la propuesta pedagógica para el área con la participación de las maestras de la Institución Educativa Fe y Alegría del barrio el Limonar, siendo esta complementada con la realización de talleres.

Esta investigación concluyó que los talleres posibilitaron espacios de reflexión y construcción con las maestras alrededor de la Educación Física, la Promoción de la Salud y los estilos de enseñanza, comenzando a gestar cambios en sus discursos y practicas. Estos cambios propiciaron transformar los roles de las maestras y los estudiantes, donde la relación vertical dominante, comienza a hacerse horizontal y a compartir las responsabilidades ante la planeación, ejecución y evaluación de las clases.

#### 4.3 MARCO TEÓRICO

Al concretar las teorías que se relacionan con este estudio, se exponen a continuación en primera instancia, las referidas a los elementos conceptuales de la Educación Física, donde se considerarán los medios, modelos, temáticas y teorías relacionadas con esta área y posteriormente, se plantean las teorías

---

<sup>10</sup> CAMACHO, Hipólito. Hacia la construcción de competencias y estándares para la educación física. Colombia.2005.

<sup>11</sup> CHAVERRA, Beatriz Helena. propuesta pedagógica para el área de Educación Física en la básica primaria teniendo como referente la promoción de la salud. Colombia.2004.

referidas a estándares y competencias, las cuales complementan el presente estudio.

#### 4.3.1 Medios

La Educación Física, necesita de unas estrategias establecidas para llevar a cabo unos objetivos, los cuales se logran a través de unos medios, que son en este caso, gimnasia, danza, juego, deporte y expresión.

##### 4.3.1.1 Gimnasia

La gimnasia esta relacionada con los movimientos del cuerpo y la elasticidad de estos, convirtiéndose así en un medio de la expresión corporal. Se entiende también como: “posiciones fundamentales, ejercicios localizados, ejercicios de libre expectativa por parte del estudiante y por último de agilidad, destreza y relajación”<sup>12</sup> La iniciación de la gimnasia se da en el grado 5° porque los niños ya han adquirido las suficientes capacidades y habilidades para realizar actividades de pensamiento, agilidad mental y de movimiento puesto que, sus acciones ya son más coordinadas y espontáneas.

Como medio del aprendizaje y estimulación del cuerpo que se dimensiona desde el proceso secuencial y progresivo que hacemos de nuestro cuerpo en función del movimiento.<sup>13</sup> Es de esta forma como para el presente estudio, se trabaja con Desarrollo psicomotor, hábitos y actitudes, formación y realización técnica y destrezas elementales en niños y niñas de quinto de primaria, a través de la gimnasia, realizando movimientos de manera intencionada.

##### 4.3.1.2 Danza

Otro medio que se involucra en Educación Física es la danza se constituye como un complemento de la expresión corporal, donde se refleja como el lenguaje del cuerpo que permite las relaciones entre los seres humanos manifestando vivencias, sentimientos, ideas y pensamientos que se enuncian en forma de rituales, danzas y juegos las cuales representan creencias, costumbres y situaciones de la vida cotidiana, por lo anterior en el grado 5° debe tener la opción de vincularse a cada uno de estos de organización que promuevan la danza y la expresión corporal, dando lugar a su contenido tanto cultural y artístico como la riqueza que ofrecen en dentro de la formación que participan en él.

Por otra parte, la danza cumple un papel fundamental en la estimulación de temáticas básicas como: el desarrollo psicomotriz, la formación y realización técnica, hábitos y actitudes. Además es el arte de expresarse mediante movimientos del cuerpo; llevando un ritmo que puede estar acompañado o no de sonidos musicales.<sup>14</sup> En niños de quinto de primaria este medio es muy

---

<sup>12</sup> Ministerio de Educación. Ibid, pág. 30

<sup>13</sup> Zapata, Oscar. La psicomotricidad y el niño. Etapa maternal y preescolar. Edit. Trillas. Primera edición. México. 1991. Citado por TAMAYO, Gerardo. Los medios de la Educación Física en el preescolar: las posibilidades del docente. 1° encuentro de saberes. 29 y 30 de Noviembre, 2007. Universidad Tecnológica de Pereira.

<sup>14</sup> VAHOS, Oscar. Juguemos dos. Realgráficas. Medellín. 2000. Citado por TAMAYO, Gerardo. Los medios de la Educación Física en el preescolar: las posibilidades del docente. 1° encuentro de saberes. 29 y 30 de Noviembre, 2007. Universidad Tecnológica de Pereira.

importante ya que a través de éste, los niños fortalecen las destrezas elementales, que es indispensable en esta etapa.

#### 4.3.1.3 Juego

El juego es una herramienta que estimula el aprendizaje mental o físico, que ayuda a desarrollar habilidades psicológicas, cognitivas, emocionales y además involucran al sujeto con su cultura, esto se puede aplicar con estudiantes del grado 5° de primaria cuando se incluye el desarrollo motriz, la formación y realización técnica, hábitos y actitudes como agentes generadores de aprendizaje donde el juego se relaciona intrínsecamente con la Educación Física.

Como medio de la Educación Física y sus diferentes manifestaciones en el mismo hombre han repercutido en la transformación de niño en adulto y se toma como elemento fundamental en la educación y la cultura.<sup>15</sup> Por ello, el juego es tomado como mediador entre diversión y educación del cuerpo a través de movimientos, de esta forma, el juego permite al niño el aprendizaje y la resolución de problemas con relación a su entorno y si se combina con la utilización de elementos, permite estimular las destrezas elementales, los hábitos y actitudes, y el desarrollo psicomotor.

#### 4.3.1.4 Deporte

El deporte “es una actividad que proporciona experiencias lúdicas organizativas, sociales, técnicas y comunicativas y requiere planeación y adecuación de las características de maduración y desarrollo de los estudiantes”<sup>16</sup> En estos estándares se plantea que el deporte no es excluyente, porque involucra a todos los estudiantes aunque no tengan la habilidad; puesto que, este medio no se basa solamente en la competencia y rendimiento.

Así mismo, el desarrollo motriz se encuentra inmerso en el deporte debido a que los niños de 5° grado empiezan a realizar movimientos con mayor agilidad y destreza, mostrando un perfeccionamiento en sus capacidades y en su maduración corporal; también involucra la formación y realización técnica porque se enfoca en la creación y acciones del hombre, donde los estudiantes del grado 5° deben observar, experimentar, resolver problemas y buscar alternativas para dicha solución. Por su parte, los hábitos y actitudes promueven el desarrollo armónico de su cuerpo, donde se estimula a los niños en la actividad física y a cuidar de su salud, mejorando así su calidad de vida.

La práctica deportiva se realizará con los niños y niñas de manera secuencial, teniendo en cuenta que hay que diagnosticar cuáles son las destrezas elementales, hábitos y actitudes, desarrollo psicomotor, formación y realización técnica y así potenciarlas por medio del deporte.

---

<sup>15</sup> Piaget, Jean. La formación del símbolo en el niño. Citado por TAMAYO, Gerardo. Los medios de la Educación Física en el preescolar: las posibilidades del docente. 1° encuentro de saberes. 29 y 30 de Noviembre, 2007. Universidad Tecnológica de Pereira.

<sup>16</sup>Ministerio de Educación Nacional. Lineamientos Curriculares de Educación Física, Recreación y Deporte. Bogotá, Colombia. Editorial Magisterio. 2000, pág. 86



#### 4.3.1.4 Expresión

La expresión es un medio que hace parte de la educación física y primordialmente del ser humano, pues a través de ella nos podemos comunicar por medio de gestos, movimientos corporales y actitudes que posibilitan la manifestación interior y la creación estética, buscando la exploración y el desarrollo de la sensibilidad para el descubrimiento de sus potencialidades.

Este medio también puede definirse como la traducción del pensamiento a una forma perceptible, comprensiva para los demás; puede ser a través del cuerpo, o del lenguaje<sup>17</sup>. Los niños y niñas de quinto de primaria, necesitan expresar su manera de pensar, de percibir, por ejemplo, en esta etapa es muy importante que los niños se expresen a través de su cuerpo, sus gestos, sus movimientos, desinhibiéndose ante los demás. Los estudiantes pueden tener una expresión espontánea, libre o motivada frente a las tareas propuestas y desde sus habilidades.

#### 4.3.2 Modelos:

Los modelos pedagógicos citados por Hipólito Camacho Coy, representan un gran elemento dentro de la Educación Física para comprender las diferentes fases por las que puede pasar una clase dependiendo del maestro o facilitador encargado en este tipo de enseñanza. Los modelos son los siguientes:

El modelo tradicional o decadente hace referencia hacia una pedagogía dirigida hacia el alma, el cual está referido a la transmisión de conocimientos por parte del profesor hacia sus estudiantes, así mismo, el aprendizaje es entendido como memorización de la información que el profesor ofrece y de la repetición por parte del estudiante de lo que el maestro realiza.

Por lo tanto, este debe transmitir a los estudiantes los contenidos de forma extensa, lo cual es la función más importante del profesor. Y su método de enseñanza es la exposición oral de los temas, donde no se permite al estudiante la capacidad de pensar por sí mismo y de construir sus propias ideas.

Por lo anterior, es posible afirmar, que este tipo de modelo, que actualmente se encuentra en vías de extinción, donde se concebía la educación física como una preparación de las cualidades físicas (fuerza, velocidad, resistencia, flexibilidad) y el fortalecimiento del cuerpo, donde se desconocía el desarrollo evolutivo del estudiante, y mucho menos se tenía en cuenta el grado en el que se encontrara el estudiante.

“Una variante de la educación física, estuvo constituida en el pasado, por una gimnasia tipo militar que se preocupaba por la disciplina y obediencia del grupo, para lo cual, las formaciones en escuadras, los giros y las marchas, eran los medios didácticos preferidos”<sup>18</sup>

---

<sup>17</sup> Ibid.

<sup>18</sup> BONILLA, Baquero Carlos Bolívar .Didáctica de la educación física de base. Armenia-Colombia. Ed. Kinesis.2004. pag.31

Aquí no se tiene en cuenta los medios de la educación física, por que el rendimiento y la competencia eran prioridades que se debían desarrollar en los estudiantes.

De otra parte, podemos resaltar que la pedagogía dominante plantea que la educación es un factor de movilidad asenso y armonía social, así mismo el aprendizaje se basa en la modificación de conductas en el hablar, escribir, actuar, comparándolo con el modelo anterior, mejoran un poco las relaciones profesor – estudiante, pues las relaciones son mas cordiales, sin embargo, el docente sigue asumiendo la autoridad y la toma de decisiones, además el contenido no es tan extenso, pero sigue siendo seleccionado y programado y la metodología tiene en cuenta la tecnología y es activa y programada.

A diferencia de la anterior pedagogía, esta se basa en la preparación de deportista, donde “la misión mas importante es la de tomar a los niños para adiestrarlos en un deporte determinado y tenían la idea de que el éxito deportivo era un mecanismo de asenso social”<sup>19</sup>

La principal preocupación que se presentaba en este modelo era la competición con otras instituciones en campeonatos de un deporte determinado, donde el estudiante debía dominar las técnicas básicas del deporte, propuestas por el profesor.

Y por último, se puede hacer referencia a la pedagogía emergente, donde se da un cambio radical de paradigma en cuanto a la educación, pues en este ya se tiene en cuenta el desarrollo histórico, político y social, donde la escuela es un agente generador de cultura y es capaz de transformar el conocimiento.

Además, se cambia la forma de entender el aprendizaje de los estudiantes, que se concibe como un proceso de reflexión – acción dentro de un contexto socio cultural, así mismo, es importante destacar la importancia de las relaciones profesor – estudiante, las cuales se basan en la democracia, donde cada uno de los actores involucrados allí tienen deberes y derechos y donde el profesor es asumido como un coordinador y orientador del proceso de enseñanza – aprendizaje.

Del mismo modo, se comprende el contenido como algo importante para acceder al conocimiento, sin embargo, no debe realizarse de forma tan extensa como el modelo decadente, sino que sean cambiantes y dinámicos, de modo que se permita que el estudiante asuma posiciones críticas en cuanto a diversas situaciones que se le presentan en la vida cotidiana.

Una parte fundamental de este modelo es la metodología utilizada, ya que se interrelacionan la práctica y la teoría, donde el proceso de enseñanza-aprendizaje es mas participativo y donde se promueve la autonomía del estudiante.

---

<sup>19</sup> BOLNILLA. Op.cit. pág. 33

No obstante, en esta nueva concepción de entender la Educación Física, se plantea que el movimiento es un medio activo y flexible por naturaleza, que se encuentra inmerso en todas las actividades motrices que realiza el ser humano, además se tiene en cuenta las etapas de desarrollo del estudiante, por medio de las cuales se organizan los contenidos que se enseñarán en cada grado y nivel.

Igualmente empiezan a surgir nuevas concepciones importantes para la Educación Física como son la educación motriz entendida como “una alternativa de la Educación Física que intenta cualificar el desarrollo integral del niño a través de su propio cuerpo y sus propias vivencias”<sup>20</sup> por lo tanto se busca que el estudiante asuma posiciones creativas e innovadoras en cuanto a su expresión motriz.

#### 4.3.2.1 Modelo pedagógico aplicado

En las sesiones pedagógicas que se llevaron a cabo, es notable la utilización de dos modelos de la Educación Física, los cuales son: el tecnocrático y el integrado; estos modelos, fueron complementos a la hora de realizar las tareas, por eso esta unión permite llevar un proceso más eficaz y organizado con el fin de obtener resultados.

Por ejemplo, del modelo tecnocrático es indispensable retomar puntos claves como: incentivar al estudiante a ser productivo con el fin ser capaz de batir marcas y records y que tenga rendimiento deportivo, además de llevar una relación más amena con los estudiantes, sin embargo el profesor es quien toma las decisiones, puesto que existen razones como el tiempo (2 horas), el orden (cuando la toma de decisiones es colectiva los estudiantes se dispersan). También, en el momento de evaluar a los estudiantes, se toman como instrumentos los test (pretest y postest) que permiten una evaluación sumativa.

Por otra parte, el integrado otorga la posibilidad de visionar al estudiante en un proceso integral, por medio de la construcción de estándares y competencias, partiendo de las necesidades que tienen los estudiantes de ser evaluados de forma integral, (por la ausencia de estándares y competencias en Educación Física), además se permite que el estudiante explore por si mismo, que se evidencia en el juego libre y autónomo.

En cada las dos instituciones (experimental y control) se realiza un proceso de reconocimiento del grupo, donde las docentes en formación se presentan y explican el trabajo a realizar, así mismo se construyen las reglas que se van a tener en cuenta para hacer las actividades. En cada uno de los encuentros la relación entre docente y estudiante es sociable, amena, respetuosa y colaborativa.

---

<sup>20</sup> BONILLA. Ibíd. pág. 34

### 4.3.3 Elementos conceptuales

Para esta propuesta y para el desarrollo de las sesiones pedagógicas se toma como referente los siguientes elementos conceptuales:

#### 4.3.3.1 Desarrollo psicomotriz

Se enfoca principalmente en relacionar la mente con el cuerpo respondiendo a diferentes acciones, las cuales se efectúan a través de los movimientos corporales, integrando las interacciones cognitivas, emocionales, simbólicas sensorio motrices en la capacidad de ser y de expresarse en un contexto psicosocial. También se comprende como: “la valoración, cuidado y dominio del cuerpo para el cultivo de las potencialidades de la persona y adquisición de nuevos modelos de movimiento, esto incluye la postura, las condiciones físicas y el dominio corporal del ser humano y sin ser influenciados por leyes de crecimiento, maduración y ambiente”<sup>21</sup>

En el proyecto el desarrollo psicomotriz se aplica en el grado 5º de primaria con actividades, juegos, talleres de resistencia, fuerza, flexibilidad que involucren acciones de menor o mayor grado de experiencia e inteligencia motriz.

#### 4.3.3.2 Formación y realización técnica

La etapa de formación y realización técnica se desarrolla en el individuo teniendo en cuenta sus necesidades, habilidades, exigencias sociales y potencialidades que implican procesos de observación, producción, experimentación hasta solución de problemas, donde se convierte en una virtud, una creación del ser humano para mejorar la calidad de vida.

En este proyecto se aplica como una herramienta fundamental para desarrollar en los estudiantes habilidades que sirvan para su formación, pues, en esta etapa se evidencia la agilidad de los niños para construir modelos, alternativas de solución ante los problemas, como objetivo primordial de la Educación Física.

#### 4.3.3.3 Hábitos y actitudes

Los hábitos y actitudes como etapa procedimental frente al estudiante de grado quinto se desarrollo en la condición física y en las habilidades deportivas, las actividades al aire libre o en la naturaleza, valorándose el rendimiento físico según las capacidades del estudiante, promoviendo hábitos y actitudes favorables al ejercicio físico, graduado en dificultad, potenciando a la vez el desarrollo armónico del cuerpo.

Este se aplica en nuestro proyecto de investigación a partir de la motivación y concientización del estudiante en cuanto a la adquisición de hábitos y actitudes en el área de Educación Física que fortalezcan tanto su aspecto motor, como su psicomotricidad, sociomotricidad, su formación y realización técnica, permitiendo con ello una mejor calidad de vida en cuanto a su salud mental y corporal.

---

<sup>21</sup>Ministerio de Educación. Ibid, pág. 74

#### 4.3.3.4 Destrezas elementales

En primera instancia la destreza está ligada a toda actividad motora que se va adquiriendo a través del tiempo. Estas a su vez son afianzadas por medio de actividades físicas, es decir son los movimientos básicos que realizan las personas en situaciones habituales y cotidianas.

En grado 5° se busca fortalecer las destrezas elementales ya adquiridas, por que en Educación Física es indispensable retomar habilidades que poseen y afianzarlas de modo que el niño pueda realizarlas con mayor agilidad y sin esfuerzo, aplicando sus conocimientos.

#### 4.3.4 ESTÁNDARES

Los estándares no son otra cosa más que niveles mínimos de acuerdo a la especialidad y el grado actual. Así mismo, el grupo de Investigación Acción Motriz propone los estándares como: “referentes conceptuales amplios a los cuales se inspira que el estudiante llegue al finalizar cada uno de los grupos de grado propuestos; para mayor comprensión se desagregan en estándares específicos que son más inmediatos y que permiten el logro del estándar general.”<sup>22</sup>

#### 4.3.5 COMPETENCIAS

Para el grupo de investigación “Acción Motriz” la competencia en el campo educativo no puede ser considerada llanamente como un conocimiento en acto; debe ir acompañado de una intencionalidad que coloque la acción inteligente al servicio de la cualidad debida de la persona, de la sociedad, de la cultura, como de la naturaleza. No puede ser considerada únicamente como una capacidad, es ante todo una vivencia pues se podía incurrir en el error de creer que por el solo hecho de tener muchas capacidades se es competente”.<sup>23</sup>

### 4.4 MARCO CONTEXTUAL

La presente investigación será realizada en el Centro educativo Remigio Antonio Cañarte sede Providencia de la ciudad de Pereira, que se reconoce por las siguientes características:

**MISIÓN:** Formar hombres y mujeres íntegros con gran capacidad de liderazgo para formar y dirigir microempresas y/o continuar su formación superior, que les permita su propio desarrollo personal y familiar, revirtiéndose éste en bienestar social.

**VISIÓN:** Llegar a ser en el año 2013, la primera institución educativa de carácter público gestora de microempresarios, con un nivel académico que les permita además acceder con éxito a la Educación Superior y ser competente para desempeñarse en el mercado laboral.

---

<sup>22</sup> Grupo de Investigación Acción Motriz. Competencias y estándares para la educación física. Una experiencia que se construye paso a paso. Ed kinesis. Armenia. 2008. Pág. 26 .

<sup>23</sup> *Ibíd.*, P27.

El Centro Educativo Remigio Antonio Cañarte sede Providencia está ubicado en la carrera 21 con calle 23b del barrio Providencia, el cual alberga estudiantes de estratos medio y medio alto, correspondientes a estratos 3 y cuatro, aunque también tiene algunos de estratos 1 y 2. La comunidad educativa de esta institución proviene principalmente de los barrios la Churria, Travesuras, Mejía Robledo, La Laguna, La Dulcera, La Curva, Samaria, San Nicolás y El Rocío.

Como grupo experimental, se seleccionó el grupo quinto B de esta institución, el cual está conformado por 39 estudiantes discriminados de la siguiente manera: 22 niños y 17 niñas, entre los 9 y 10 años de edad, los cuales, presentan buenas y aptas condiciones para tener una formación adecuada. Todos con condiciones óptimas de salud y destrezas acordes con su edad.

## 5 METODOLOGÍA

### 5.1 DISEÑO

La metodología que se aplica en este estudio corresponde a un diseño cuasiexperimental, donde se evalúa un pretest y un posttest a un grupo de niños y niñas estudiantes de grado quinto B jornada de la tarde, de la escuela Remigio Antonio Cañarte Providencia en Pereira.

Al grupo experimental se aplican las tareas, protocolos, medidas, baterías de test y actividades que atienden los estándares propuestos desde la teoría para cada edad.

Los datos obtenidos del pretest y posttest se analizan teniendo en cuenta las variables del estudio y para lo cual se establecen valores numéricos que permitan saber si existe o no diferencias significativas entre los dos grupos, una vez practicadas las sesiones pedagógicas planteadas específicamente con los temas conceptuales y para el grupo de grado quinto B, lo que establecería un nuevo parámetro o estándar y las competencias para lograr dicho parámetro de desempeño.

### 5.2 POBLACIÓN

Estudiantes de grado quinto B del Colegio Remigio Antonio Cañarte – Providencia jornada tarde en Pereira.

### 5.3 MUESTRA

Por tratarse de un estudio de tipo cuasiexperimental, la muestra que se toma es la correspondiente al grupo de niños de grado quinto B, jornada de la tarde del Colegio Remigio Antonio Cañarte - Providencia en Pereira.

### 5.4 HIPÓTESIS

Una propuesta pedagógica basada en la aplicación de medios y elementos conceptuales permite construir los estándares y competencias en Educación Física para el grado quinto B de la jornada de la tarde del Colegio Remigio Antonio Cañarte - Providencia en Pereira.

### 5.5 VARIABLES

#### VARIABLE DEPENDIENTE

Nombre: competencias y estándares en Educación Física

Definición: Formulación de competencias y estándares para el área de Educación Física para el grado quinto

Atributo: 4 elementos conceptuales

Unidad de medida: 0, 1, 3, 6.

#### VARIABLE INDEPENDIENTE

Nombre: propuesta pedagógica en Educación Física

Definición: Programa de sesiones de clase con actividades orientadas específicamente para niños y niñas de grado quinto.

Atributo: 4 elementos conceptuales  
Unidad de medida: 0, 1, 3, 6.

## 5.6 PLAN DE ANÁLISIS

Test de evaluación (anexo)

Sabana de datos en la cual se llevan los datos recogidos en los test, se hará un plan estadístico consistente en la calcular la frecuencia absoluta para cada valor de evaluación y a partir de este se establecen la frecuencia relativa y la frecuencia absoluta, para mostrar los datos por cada actividad y compararlos con el mismo grupo en los momentos de pretest y postest así como entre los grupos experimental y control, realizando los análisis respectivos a partir de los datos.

## 5.7 TÉCNICAS E INSTRUMENTOS

“Un test es un grupo de cuestionarios, problemas o ejercicios realizados para determinar el conocimiento, las habilidades, la aptitud y la calificación de un individuo. Permite determinar a través de una o diversas tareas, pruebas o escalas de desarrollo, las capacidades psíquicas y físicas de un sujeto en relación con el resto de la población de su grupo de edad además proporciona retroalimentación a los estudiantes”<sup>24</sup>

Para este proyecto se toma dos Instituciones que sirva de base para la ejecución de las sesiones, donde en la Institución Educativa Remigio Antonio Cañarte – Providencia, se toma el grupo experimental y la otra institución Educativa Jesús de la Buena Esperanza, donde se hace evidente el grupo control, ambos grupos pertenecientes al grado quinto de básica primaria.

A partir de esto, se puede realizar un proceso constante de evaluación de los objetivos planteados inicialmente comparándolos con los resultados finales, observadas en la realización de actividades, tareas y ejercicios, durante el período trabajado.

Este test se realiza con una escala de valoración de 0 – 6, en los intervalos que se muestran a continuación:

- ❖ 0 = No lo hace
- ❖ 1 = Lo realiza con dificultad
- ❖ 3 = Lo hace con ayuda o no es eficaz
- ❖ 6 = Lo hace con fluidez y seguridad

Por lo anterior, es necesario aplicar este test en las sesiones realizadas con los estudiantes, empezando con el pretest y terminando con el postest; teniendo en cuenta que las actividades de ambos son las mismas, con el fin de observar el proceso que se llevo a cabo durante las prácticas en la institución.

---

<sup>24</sup> GALDÓN. Omar. Al. Manual de Educación Física y Deportes. Ed. Océano. Barcelona, España. AÑO Pág. 579, 581 y 587



Durante la práctica realizada se lleva a cabo un pretest que sirve como evaluación inicial en cada uno de los grupos (experimental y control). Este pretest permite observar el desempeño y habilidad con la que los estudiantes se desenvuelven en las actividades físicas.

Con lo anterior se pretende observar el estado inicial de cada uno de los niños y niñas para establecer diferencias y semejanzas obtenidas con el resultado final, lo cual depende del proceso que se sigue en cada uno de las sesiones, que se realiza en el grupo experimental.

De otra manera, el postest permite evidenciar los logros que han alcanzado los estudiantes de grado quinto desde el pretest, lo cual se evidencia mediante un proceso en el grupo experimental, por medio de actividades que fortalecen el resultado final. No obstante, este proceso no se realiza con el grupo control con el fin de comparar los resultados de ambos grupos.

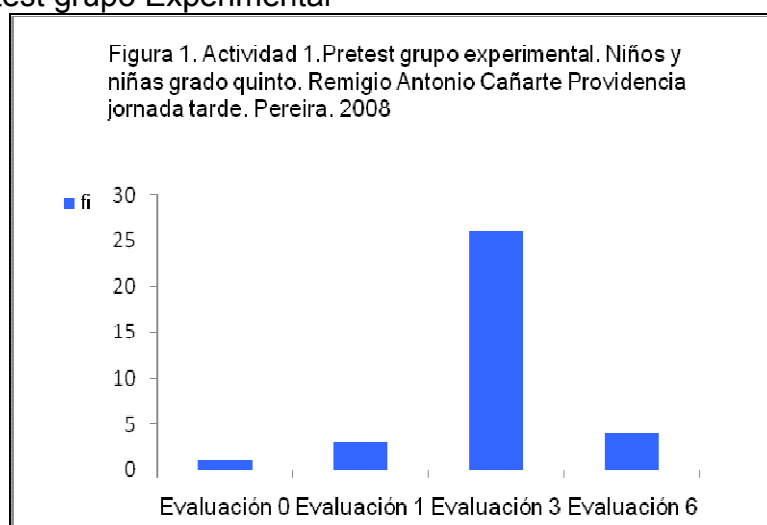
## 6. RESULTADOS

A continuación se presentan los resultados arrojados en el pretest, en la práctica realizada en la Institución Educativa Remigio Antonio Cañarte - Providencia, en el grado quinto B.

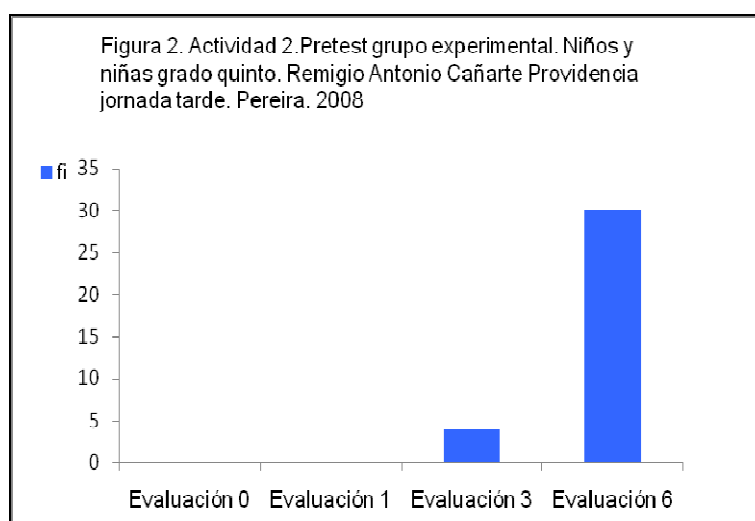
### 6.1 TEST

#### 6.1.1 Pretest

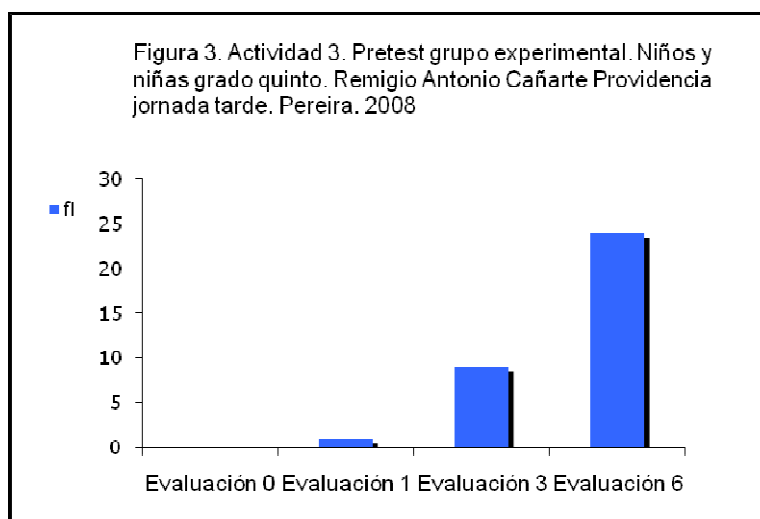
##### 6.1.1.2 Pretest grupo Experimental



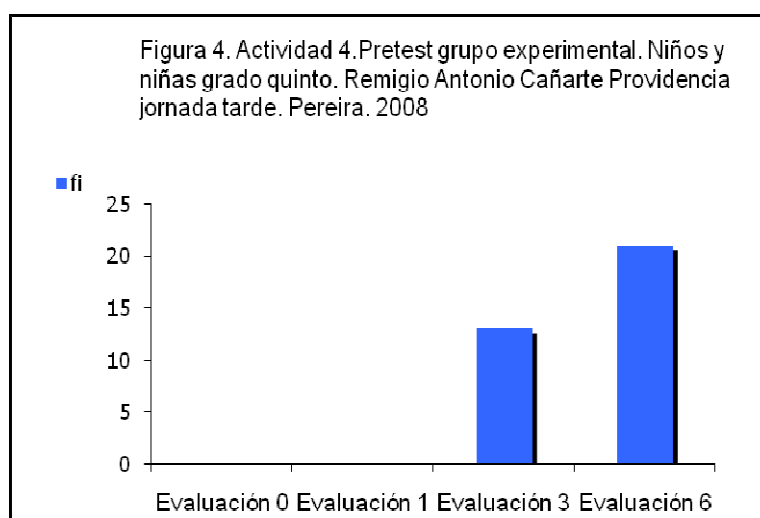
Según la frecuencia absoluta de la Actividad 1, en el pretest, se encuentra que 1 niño está en el nivel de evaluación 0, para un porcentaje de 3% con una frecuencia relativa de 0 que significa que no realiza la tarea. 3 niños están en el nivel de evaluación 1, para un porcentaje de 9%, con una frecuencia relativa de 0,1 que significa que lo hacen con dificultad. 26 niños están en el nivel de evaluación 3, para un 76%, con una frecuencia relativa de 0,8 que significa que lo hacen con ayuda o no es eficaz. Y 4 niños en el nivel de evaluación 6 para un 12%, con una frecuencia relativa de 0,1 que significa que su ejecución es eficiente.



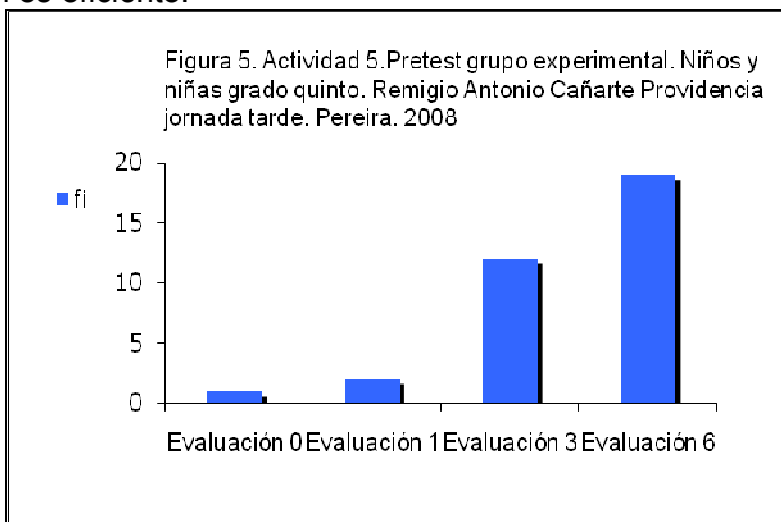
Según la frecuencia absoluta de la Actividad 2, en el pretest, se encuentra que ningún niño está en el nivel de evaluación 0, para un porcentaje de 0% con una frecuencia relativa de 0 que significa que no realiza la tarea. Ningún niño está en el nivel de evaluación 1, para un porcentaje de 0%, con una frecuencia relativa de 0 que significa que lo hacen con dificultad. 4 niños están en el nivel de evaluación 3, para un 12%, con una frecuencia relativa de 0.1 que significa que lo hacen con ayuda o no es eficaz. Y 30 niños en el nivel de evaluación 6 para un 88%, con una frecuencia relativa de 0.9 que significa que su ejecución es eficiente.



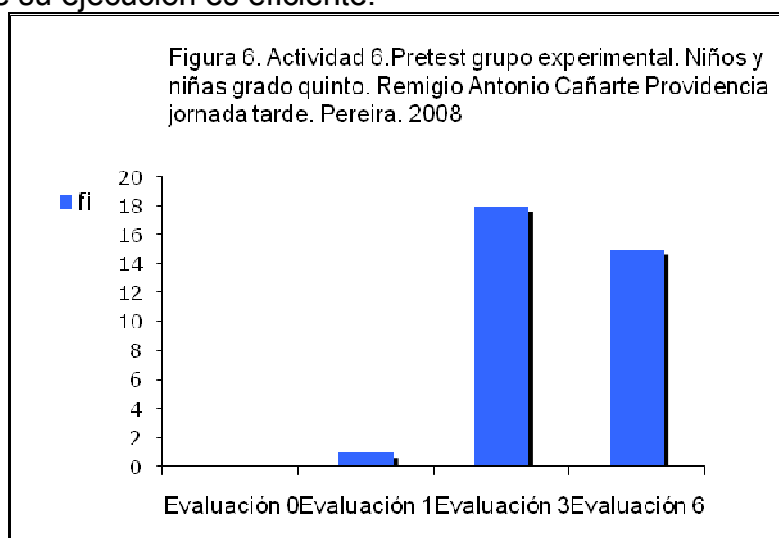
Según la frecuencia absoluta de la Actividad 3, en el pretest, se encuentra que ningún niño está en el nivel de evaluación 0, para un porcentaje de 0% con una frecuencia relativa de 0 que significa que no realiza la tarea. 1 estudiante está en el nivel de evaluación 1, para un porcentaje de 3%, con una frecuencia relativa de 0 que significa que lo hacen con dificultad. 9 niños están en el nivel de evaluación 3, para un 26%, con una frecuencia relativa de 0,3 que significa que lo hacen con ayuda o no es eficaz. Y 24 niños en el nivel de evaluación 6 para un 71%, con una frecuencia relativa de 0,7 que significa que su ejecución es eficiente.



Según la frecuencia absoluta de la Actividad 4, en el pretest, se encuentra que ningún niño está en el nivel de evaluación 0, para un porcentaje de 0% con una frecuencia relativa de 0 que significa que no realiza la tarea. Ningún estudiante está en el nivel de evaluación 1, para un porcentaje de 0%, con una frecuencia relativa de 0 que significa que lo hacen con dificultad. 13 niños están en el nivel de evaluación 3, para un 38%, con una frecuencia relativa de 0,4 que significa que lo hacen con ayuda o no es eficaz. Y 21 niños están en el nivel de evaluación 6 para un 62%, con una frecuencia relativa de 0,6 que significa que su ejecución es eficiente.

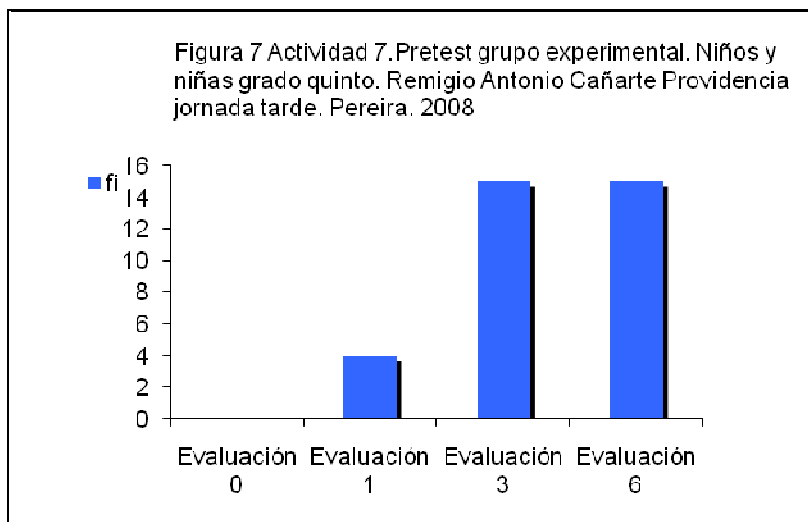


Según la frecuencia absoluta de la Actividad 5, en el pretest, se encuentra que 1 niño está en el nivel de evaluación 0, para un porcentaje de 3% con una frecuencia relativa de 0 que significa que no realiza la tarea. 2 estudiantes están en el nivel de evaluación 1, para un porcentaje de 6%, con una frecuencia relativa de 0,1 que significa que lo hacen con dificultad. 12 niños están en el nivel de evaluación 3, para un 35%, con una frecuencia relativa de 0,4 que significa que lo hacen con ayuda o no es eficaz. Y 19 niños están en el nivel de evaluación 6 para un 56%, con una frecuencia relativa de 0,6 que significa que su ejecución es eficiente.

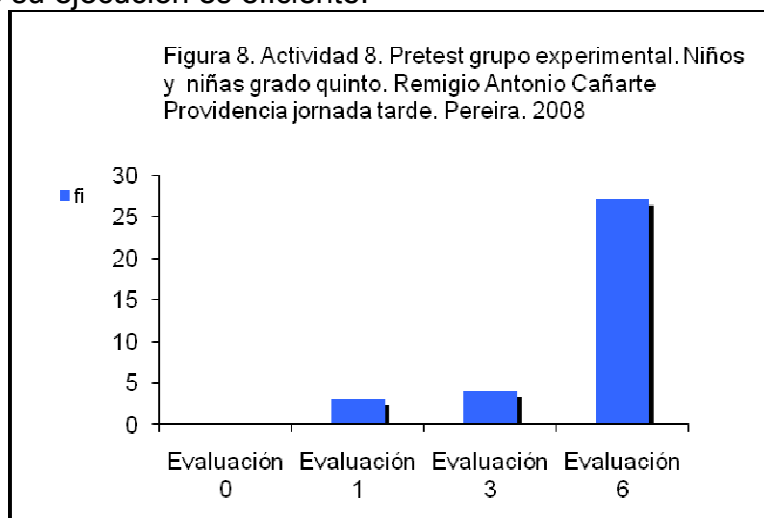


Según la frecuencia absoluta de la Actividad 6, en el pretest, se encuentra que ningún niño está en el nivel de evaluación 0, para un porcentaje de 0% con una frecuencia relativa de 0 que significa que no realiza la tarea. 1 estudiante está en el nivel de evaluación 1, para un porcentaje de 3%, con una frecuencia

relativa de 0 que significa que lo hacen con dificultad. 18 niños están en el nivel de evaluación 3, para un 53%, con una frecuencia relativa de 0,5 que significa que lo hacen con ayuda o no es eficaz. Y 15 niños están en el nivel de evaluación 6 para un 44%, con una frecuencia relativa de 0,4 que significa que su ejecución es eficiente.

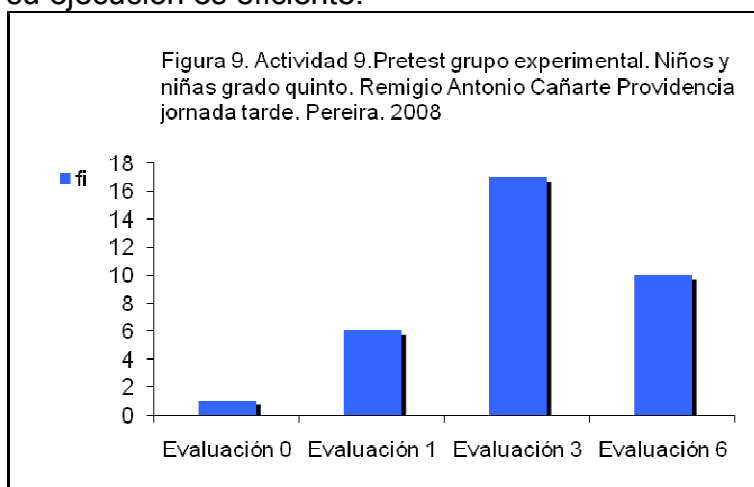


Según la frecuencia absoluta de la Actividad 7, en el pretest, se encuentra que ningún niño está en el nivel de evaluación 0, para un porcentaje de 0% con una frecuencia relativa de 0 que significa que no realiza la tarea. 4 estudiantes están en el nivel de evaluación 1, para un porcentaje de 12%, con una frecuencia relativa de 0,1 que significa que lo hacen con dificultad. 15 niños están en el nivel de evaluación 3, para un 44%, con una frecuencia relativa de 0,4 que significa que lo hacen con ayuda o no es eficaz. Y 15 niños están en el nivel de evaluación 6 para un 44%, con una frecuencia relativa de 0,4 que significa que su ejecución es eficiente.

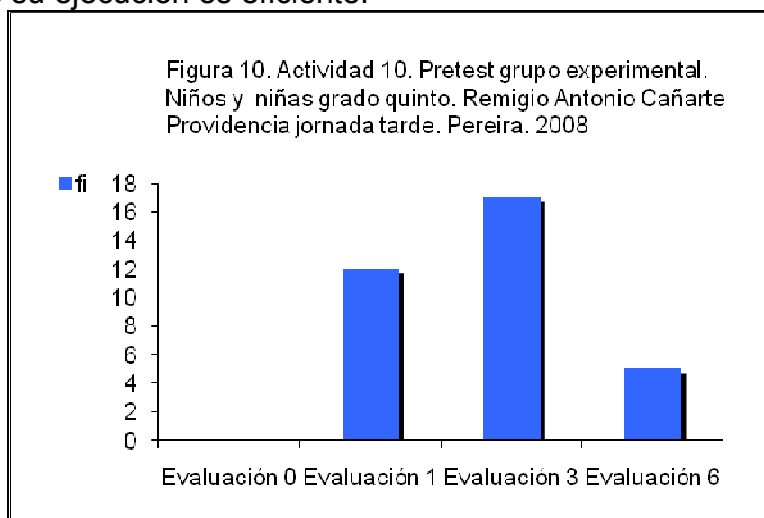


Según la frecuencia absoluta de la Actividad 8, en el pretest, se encuentra que ningún niño está en el nivel de evaluación 0, para un porcentaje de 0% con una frecuencia relativa de 0 que significa que no realiza la tarea. 3 estudiantes están en el nivel de evaluación 1, para un porcentaje de 9%, con una frecuencia relativa de 0,1 que significa que lo hacen con dificultad. 4 niños están en el nivel de evaluación 3, para un 12%, con una frecuencia relativa de

0,1 que significa que lo hacen con ayuda o no es eficaz. Y 27 niños están en el nivel de evaluación 6 para un 79%, con una frecuencia relativa de 0,8 que significa que su ejecución es eficiente.



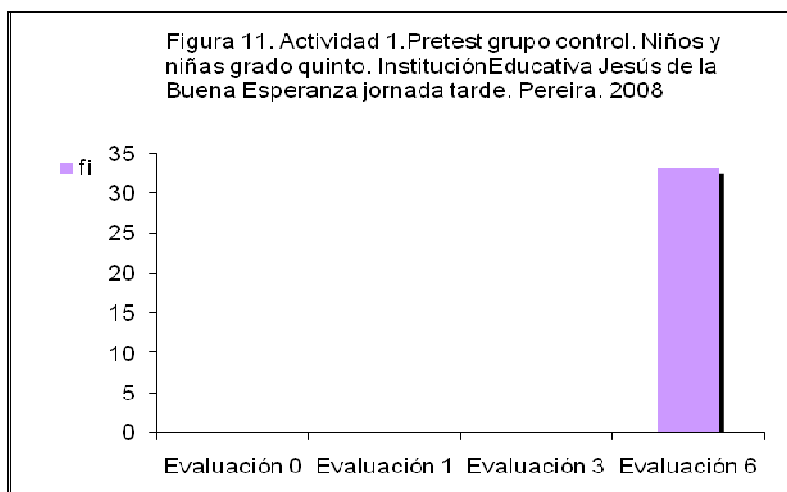
Según la frecuencia absoluta de la Actividad 9, en el pretest, se encuentra que 1 niño está en el nivel de evaluación 0, para un porcentaje de 3% con una frecuencia relativa de 0 que significa que no realiza la tarea. 6 estudiantes están en el nivel de evaluación 1, para un porcentaje de 18%, con una frecuencia relativa de 0,2 que significa que lo hacen con dificultad. 17 niños están en el nivel de evaluación 3, para un 50%, con una frecuencia relativa de 0,5 que significa que lo hacen con ayuda o no es eficaz. Y 10 niños están en el nivel de evaluación 6 para un 29%, con una frecuencia relativa de 0,3 que significa que su ejecución es eficiente.



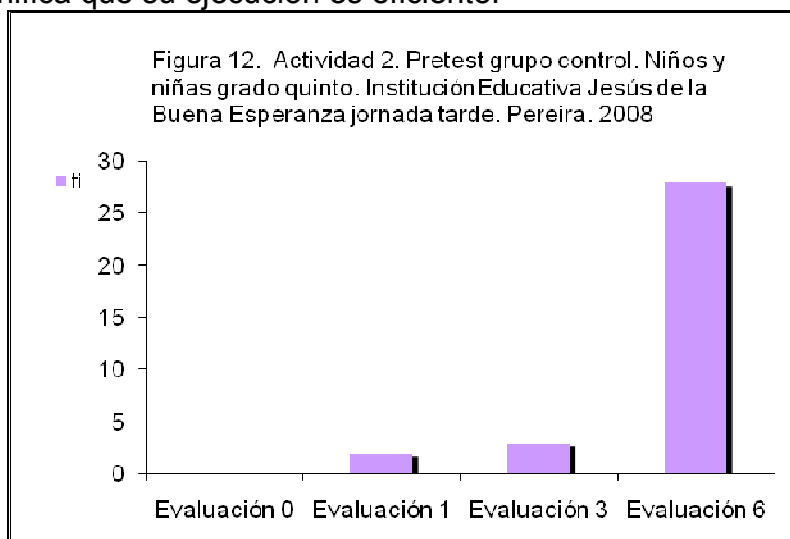
Según la frecuencia absoluta de la Actividad 10, en el pretest se encuentra que ningún niño está en el nivel de evaluación 0, para un porcentaje de 0% con una frecuencia relativa de 0 que significa que no realiza la tarea. 12 estudiantes están en el nivel de evaluación 1, para un porcentaje de 35%, con una frecuencia relativa de 0,4 que significa que lo hacen con dificultad. 17 niños están en el nivel de evaluación 3, para un 50%, con una frecuencia relativa de 0,5 que significa que lo hacen con ayuda o no es eficaz. Y 5 niños están en el nivel de evaluación 6 para un 15%, con una frecuencia relativa de 0,1 que significa que su ejecución es eficiente.

### 6.1.1.3 Pretest grupo control

Es menester presentar a continuación los resultados obtenidos en el pretest realizado en las sesiones de la Institución Educativa Jesús de la Buena Esperanza:

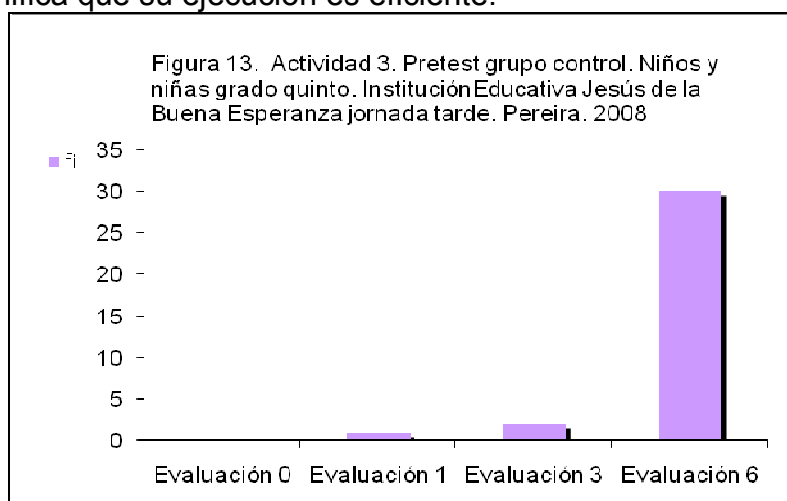


De acuerdo a la frecuencia absoluta de la Actividad 1, en el pretest se encuentra que ningún niño está en el nivel de evaluación 0, para un porcentaje de 0% con una frecuencia relativa de 0 que significa que no realiza la tarea. Ningún estudiante está en el nivel de evaluación 1, para un porcentaje de 0%, con una frecuencia relativa de 0 que significa que lo hacen con dificultad. Ningún niño está en el nivel de evaluación 3, para un 0%, con una frecuencia relativa de 0 que significa que lo hacen con ayuda o no es eficaz. Y 33 niños están en el nivel de evaluación 6 para un 100%, con una frecuencia relativa de 1,0 que significa que su ejecución es eficiente.

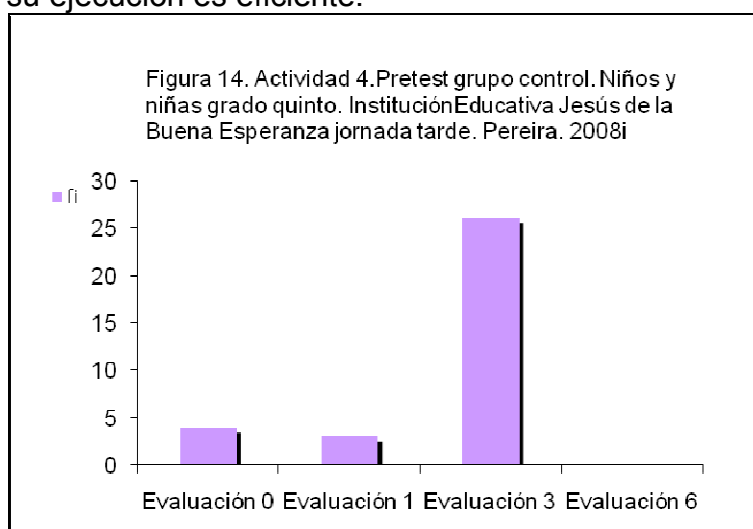


Según la frecuencia absoluta de la Actividad 2, en el pretest se encuentra que ningún estudiante está en el nivel de evaluación 0, para un porcentaje de 0% con una frecuencia relativa de 0 que significa que no realiza la tarea. 2 estudiantes se encuentran en el nivel de evaluación 1, para un porcentaje de 6%, con una frecuencia relativa de 0,1 que significa que lo hacen con dificultad. 3 niños están en el nivel de evaluación 3, para un 9%, con una frecuencia relativa de 0,1 que significa que lo hacen con ayuda o no es eficaz. Y 28 niños

están en el nivel de evaluación 6 para un 85%, con una frecuencia relativa de 0,8 que significa que su ejecución es eficiente.

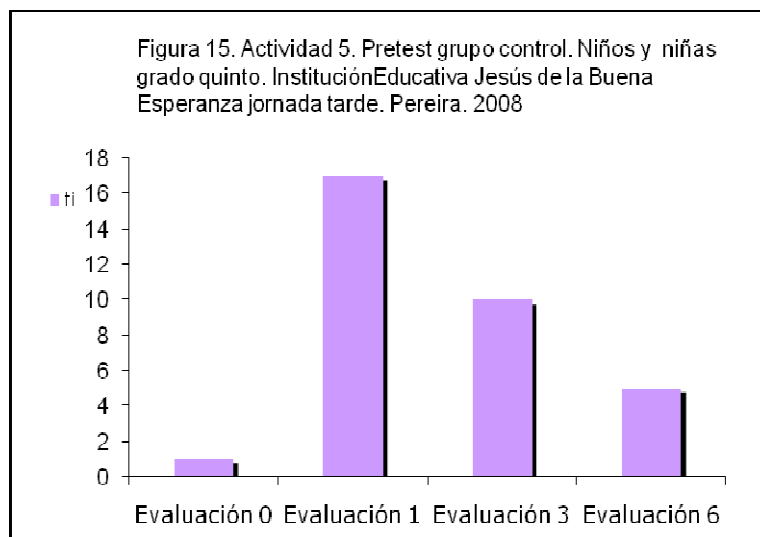


Según la frecuencia absoluta de la Actividad 3, en el pretest se encuentra que ningún estudiante está en el nivel de evaluación 0, para un porcentaje de 0% con una frecuencia relativa de 0 que significa que no realiza la tarea. 1 estudiante se encuentra en el nivel de evaluación 1, para un porcentaje de 3%, con una frecuencia relativa de 0 que significa que lo hacen con dificultad. 2 niños están en el nivel de evaluación 3, para un 6%, con una frecuencia relativa de 0,1 que significa que lo hacen con ayuda o no es eficaz. Y 30 niños están en el nivel de evaluación 6 para un 91%, con una frecuencia relativa de 0,9 que significa que su ejecución es eficiente.

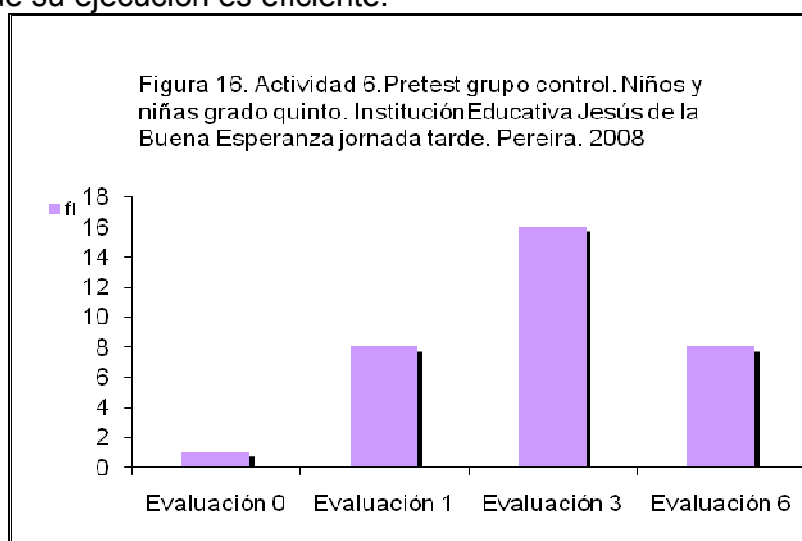


Según la frecuencia absoluta de la Actividad 4, en el pretest del grupo control se encuentra que 4 estudiantes están en el nivel de evaluación 0, para un porcentaje de 12% con una frecuencia relativa de 0,1 que significa que no realiza la tarea. 3 estudiantes se encuentran en el nivel de evaluación 1, para un porcentaje de 9%, con una frecuencia relativa de 0,1 que significa que lo hacen con dificultad. 26 niños están en el nivel de evaluación 3, para un 79%, con una frecuencia relativa de 0,8 que significa que lo hacen con ayuda o no es eficaz. Y ningún niño está en el nivel de evaluación 6 para un 0%, con una frecuencia relativa de 0 que significa que su ejecución es eficiente.

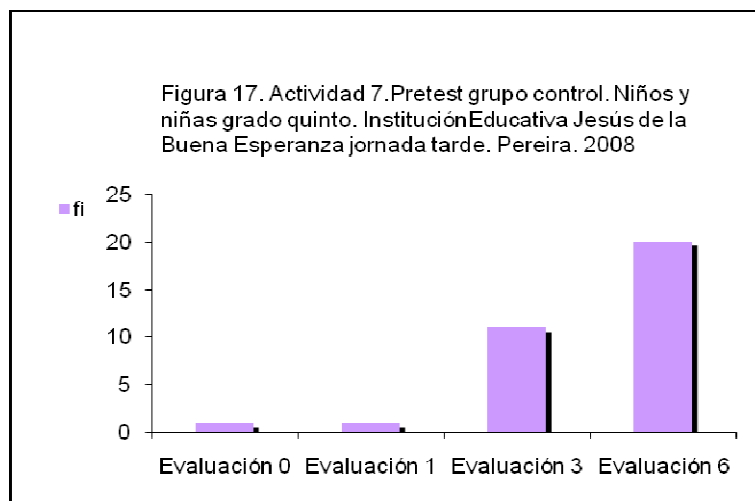




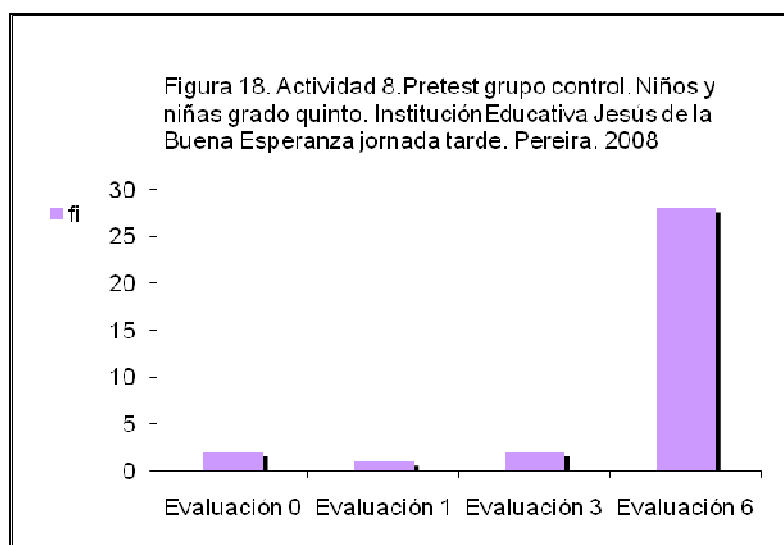
Según la frecuencia absoluta de la Actividad 5, en el pretest se encuentra que 1 estudiante está en el nivel de evaluación 0, para un porcentaje de 3% con una frecuencia relativa de 0 que significa que no realiza la tarea. 17 estudiantes se encuentran en el nivel de evaluación 1, para un porcentaje de 52%, con una frecuencia relativa de 0,5 que significa que lo hacen con dificultad. 10 niños están en el nivel de evaluación 3, para un 30%, con una frecuencia relativa de 0,3 que significa que lo hacen con ayuda o no es eficaz. Y 5 niños están en el nivel de evaluación 6 para un 15%, con una frecuencia relativa de 0,2 que significa que su ejecución es eficiente.



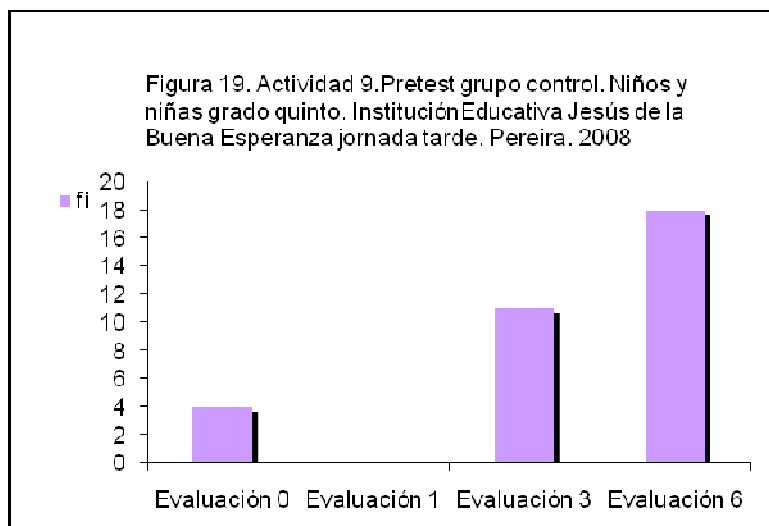
Según la frecuencia absoluta de la Actividad 6, en el pretest se encuentra que 1 estudiante está en el nivel de evaluación 0, para un porcentaje de 3% con una frecuencia relativa de 0 que significa que no realiza la tarea. 8 estudiantes se encuentran en el nivel de evaluación 1, para un porcentaje de 24%, con una frecuencia relativa de 0,2 que significa que lo hacen con dificultad. 16 niños están en el nivel de evaluación 3, para un 48%, con una frecuencia relativa de 0,5 que significa que lo hacen con ayuda o no es eficaz. Y 8 niños están en el nivel de evaluación 6 para un 24%, con una frecuencia relativa de 0,2 que significa que su ejecución es eficiente.



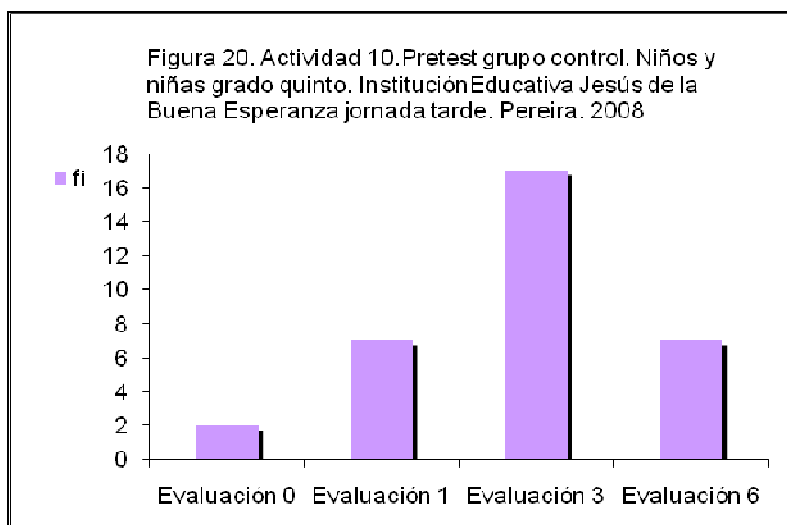
Según la frecuencia absoluta de la Actividad 7, en el pretest se encuentra que 1 estudiante está en el nivel de evaluación 0, para un porcentaje de 3% con una frecuencia relativa de 0 que significa que no realiza la tarea. 1 estudiante se encuentra en el nivel de evaluación 1, para un porcentaje de 3%, con una frecuencia relativa de 0 que significa que lo hacen con dificultad. 11 niños están en el nivel de evaluación 3, para un 33%, con una frecuencia relativa de 0,3 que significa que lo hacen con ayuda o no es eficaz. Y 20 niños están en el nivel de evaluación 6 para un 61%, con una frecuencia relativa de 0,6 que significa que su ejecución es eficiente.



Según la frecuencia absoluta de la Actividad 8, en el pretest se encuentra que 2 estudiantes están en el nivel de evaluación 0, para un porcentaje de 6% con una frecuencia relativa de 0,1 que significa que no realiza la tarea. 1 estudiante se encuentran en el nivel de evaluación 1, para un porcentaje de 3%, con una frecuencia relativa de 0 que significa que lo hacen con dificultad. 2 niños están en el nivel de evaluación 3, para un 6%, con una frecuencia relativa de 0,1 que significa que lo hacen con ayuda o no es eficaz. Y 28 niños están en el nivel de evaluación 6 para un 85%, con una frecuencia relativa de 0,8 que significa que su ejecución es eficiente.



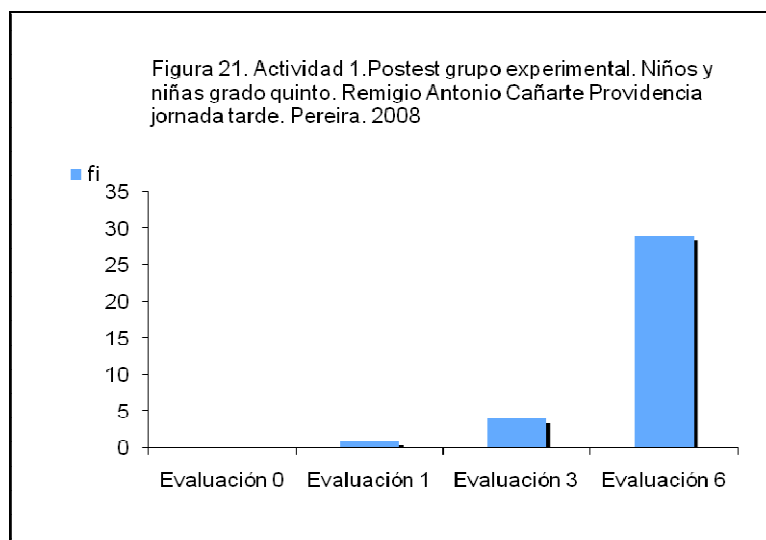
Según la frecuencia absoluta de la Actividad 9, en el pretest se encuentra que 4 estudiantes están en el nivel de evaluación 0, para un porcentaje de 12% con una frecuencia relativa de 0,1 que significa que no realiza la tarea. Ningún estudiante se encuentra en el nivel de evaluación 1, para un porcentaje de 0%, con una frecuencia relativa de 0 que significa que lo hacen con dificultad. 11 niños están en el nivel de evaluación 3, para un 33%, con una frecuencia relativa de 0,3 que significa que lo hacen con ayuda o no es eficaz. Y 18 niños están en el nivel de evaluación 6 para un 55%, con una frecuencia relativa de 0,5 que significa que su ejecución es eficiente.



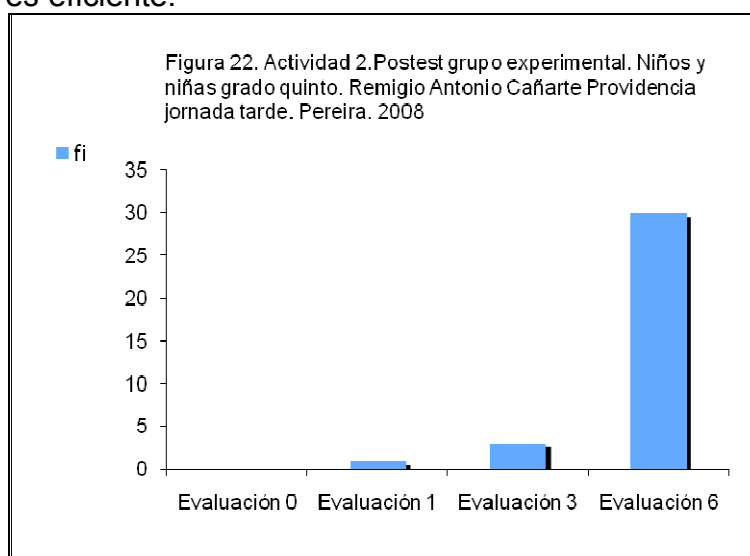
Según la frecuencia absoluta de la Actividad 10, en el pretest se encuentra que 2 estudiantes están en el nivel de evaluación 0, para un porcentaje de 6% con una frecuencia relativa de 0,1 que significa que no realiza la tarea. 7 estudiantes se encuentran en el nivel de evaluación 1, para un porcentaje de 21%, con una frecuencia relativa de 0,2 que significa que lo hacen con dificultad. 17 niños están en el nivel de evaluación 3, para un 52%, con una frecuencia relativa de 0,5 que significa que lo hacen con ayuda o no es eficaz. Y 7 niños están en el nivel de evaluación 6 para un 21%, con una frecuencia relativa de 0,2 que significa que su ejecución es eficiente.

## 6.1.2 Postest

### 6.1.2.1 Postest grupo experimental

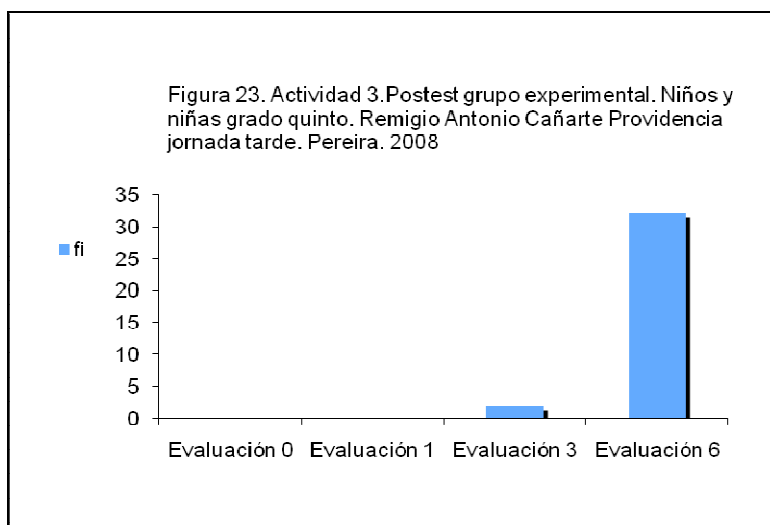


Según la frecuencia absoluta de la Actividad 1, en el postest se encuentra que ningún niño está en el nivel de evaluación 0, para un porcentaje de 0% con una frecuencia relativa de 0 que significa que no realiza la tarea. 1 estudiante está en el nivel de evaluación 1, para un porcentaje de 3%, con una frecuencia relativa de 0 que significa que lo hacen con dificultad. 4 niños están en el nivel de evaluación 3, para un 12%, con una frecuencia relativa de 0,1 que significa que lo hacen con ayuda o no es eficaz. Y 29 niños están en el nivel de evaluación 6 para un 85%, con una frecuencia relativa de 0,9 que significa que su ejecución es eficiente.

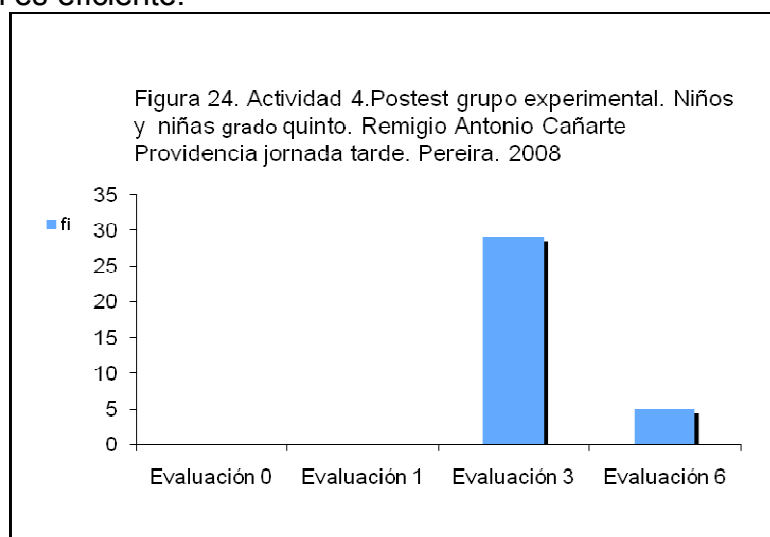


Según la frecuencia absoluta de la Actividad 2, en el postest se encuentra que ningún niño está en el nivel de evaluación 0, para un porcentaje de 0% con una frecuencia relativa de 0 que significa que no realiza la tarea. 1 estudiante está en el nivel de evaluación 1, para un porcentaje de 3%, con una frecuencia relativa de 0 que significa que lo hacen con dificultad. 3 niños están en el nivel de evaluación 3, para un 9%, con una frecuencia relativa de 0,1 que significa que lo hacen con ayuda o no es eficaz. Y 30 niños están en el nivel de

evaluación 6 para un 88%, con una frecuencia relativa de 0,9 que significa que su ejecución es eficiente.

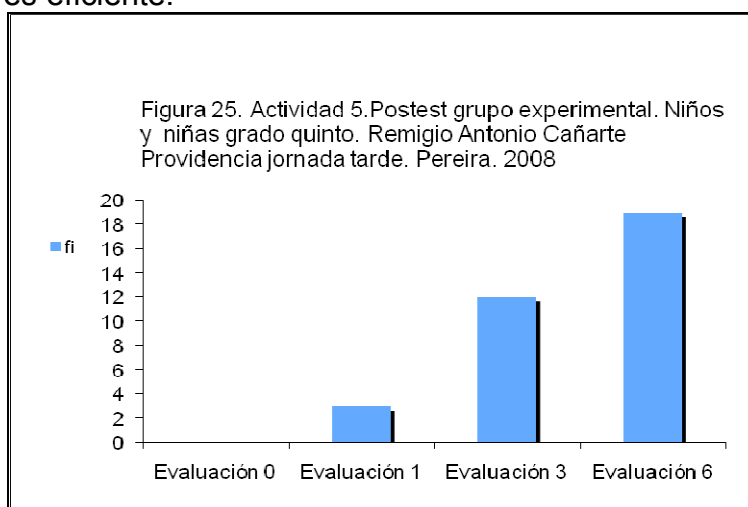


Según la frecuencia absoluta de la Actividad 3, en el postest se encuentra que ningún niño está en el nivel de evaluación 0, para un porcentaje de 0% con una frecuencia relativa de 0 que significa que no realiza la tarea. Ningún estudiante está en el nivel de evaluación 1, para un porcentaje de 0%, con una frecuencia relativa de 0 que significa que lo hacen con dificultad. 2 niños están en el nivel de evaluación 3, para un 6%, con una frecuencia relativa de 0,1 que significa que lo hacen con ayuda o no es eficaz. Y 32 niños están en el nivel de evaluación 6 para un 94%, con una frecuencia relativa de 0,9 que significa que su ejecución es eficiente.

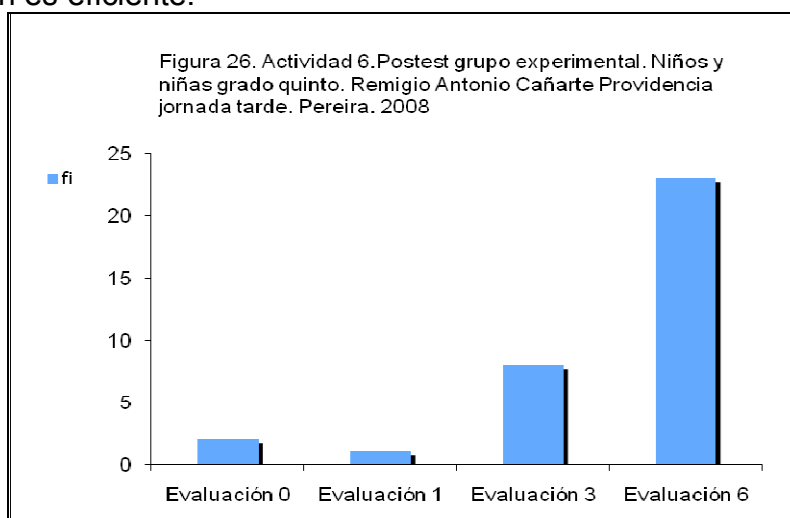


Según la frecuencia absoluta de la Actividad 4, en el postest se encuentra que ningún niño está en el nivel de evaluación 0, para un porcentaje de 0% con una frecuencia relativa de 0 que significa que no realiza la tarea. Ningún estudiante está en el nivel de evaluación 1, para un porcentaje de 0%, con una frecuencia relativa de 0 que significa que lo hacen con dificultad. 29 niños están en el nivel de evaluación 3, para un 85%, con una frecuencia relativa de 0,9 que significa que lo hacen con ayuda o no es eficaz. Y 5 niños están en el nivel de

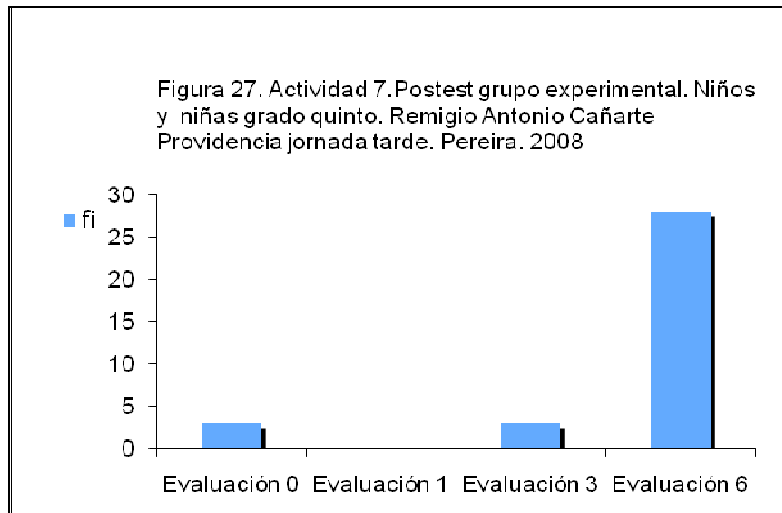
evaluación 6 para un 15%, con una frecuencia relativa de 0,1 que significa que su ejecución es eficiente.



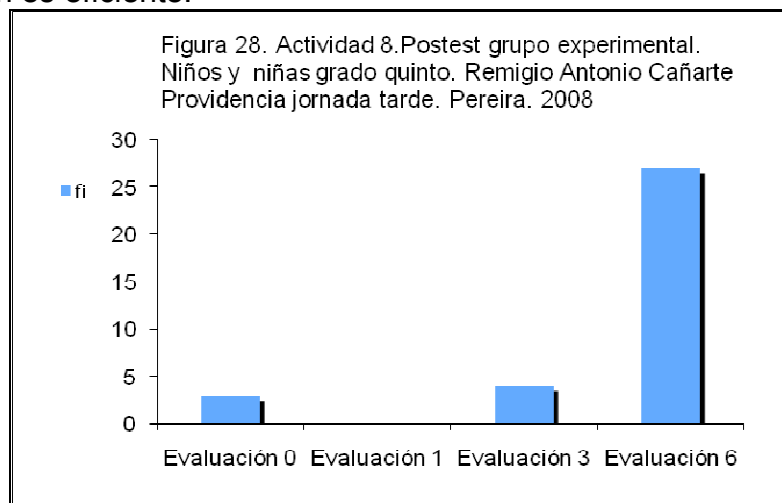
Según la frecuencia absoluta de la Actividad 5, en el postest se encuentra que ningún niño está en el nivel de evaluación 0, para un porcentaje de 0% con una frecuencia relativa de 0 que significa que no realiza la tarea. 3 estudiantes está en el nivel de evaluación 1, para un porcentaje de 9%, con una frecuencia relativa de 0,1 que significa que lo hacen con dificultad. 12 niños están en el nivel de evaluación 3, para un 35%, con una frecuencia relativa de 0,4 que significa que lo hacen con ayuda o no es eficaz. Y 19 niños están en el nivel de evaluación 6 para un 56%, con una frecuencia relativa de 0,6 que significa que su ejecución es eficiente.



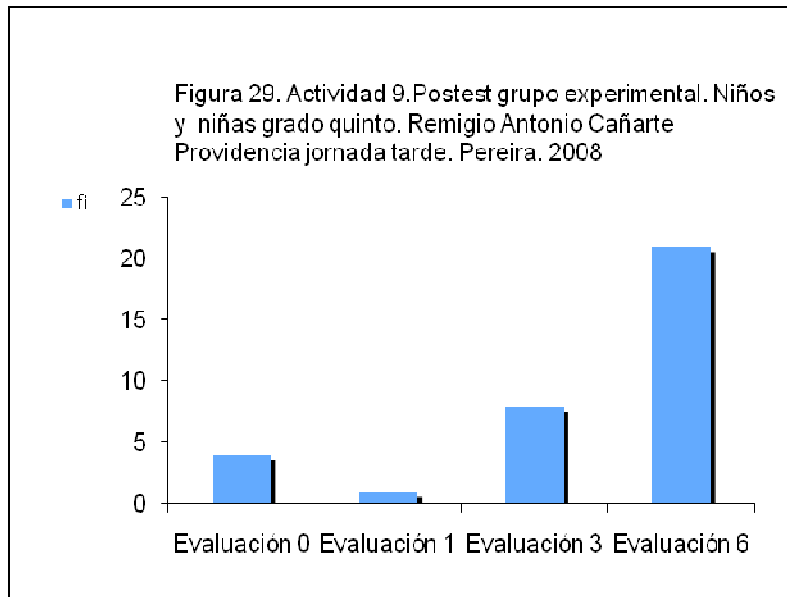
Según la frecuencia absoluta de la Actividad 6, en el postest se encuentra que 2 niños están en el nivel de evaluación 0, para un porcentaje de 6% con una frecuencia relativa de 0,1 que significa que no realiza la tarea. 1 estudiante está en el nivel de evaluación 1, para un porcentaje de 3%, con una frecuencia relativa de 0 que significa que lo hacen con dificultad. 8 niños están en el nivel de evaluación 3, para un 24%, con una frecuencia relativa de 0,2 que significa que lo hacen con ayuda o no es eficaz. Y 23 niños están en el nivel de evaluación 6 para un 68%, con una frecuencia relativa de 0,7 que significa que su ejecución es eficiente.



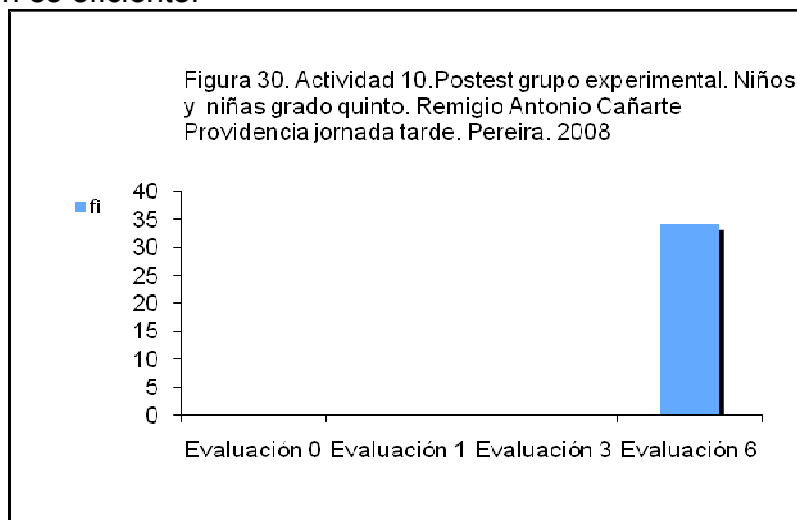
Según la frecuencia absoluta de la Actividad 7, en el postest se encuentra que 3 niños están en el nivel de evaluación 0, para un porcentaje de 9% con una frecuencia relativa de 0,1 que significa que no realiza la tarea. Ningún estudiante está en el nivel de evaluación 1, para un porcentaje de 0%, con una frecuencia relativa de 0 que significa que lo hacen con dificultad. 3 niños están en el nivel de evaluación 3, para un 9%, con una frecuencia relativa de 0,1 que significa que lo hacen con ayuda o no es eficaz. Y 28 niños están en el nivel de evaluación 6 para un 82%, con una frecuencia relativa de 0,8 que significa que su ejecución es eficiente.



Según la frecuencia absoluta de la Actividad 8, en el postest se encuentra que 3 niños están en el nivel de evaluación 0, para un porcentaje de 9% con una frecuencia relativa de 0,1 que significa que no realiza la tarea. Ningún estudiante está en el nivel de evaluación 1, para un porcentaje de 0%, con una frecuencia relativa de 0 que significa que lo hacen con dificultad. 4 niños están en el nivel de evaluación 3, para un 12%, con una frecuencia relativa de 0,1 que significa que lo hacen con ayuda o no es eficaz. Y 27 niños están en el nivel de evaluación 6 para un 79%, con una frecuencia relativa de 0,8 que significa que su ejecución es eficiente.



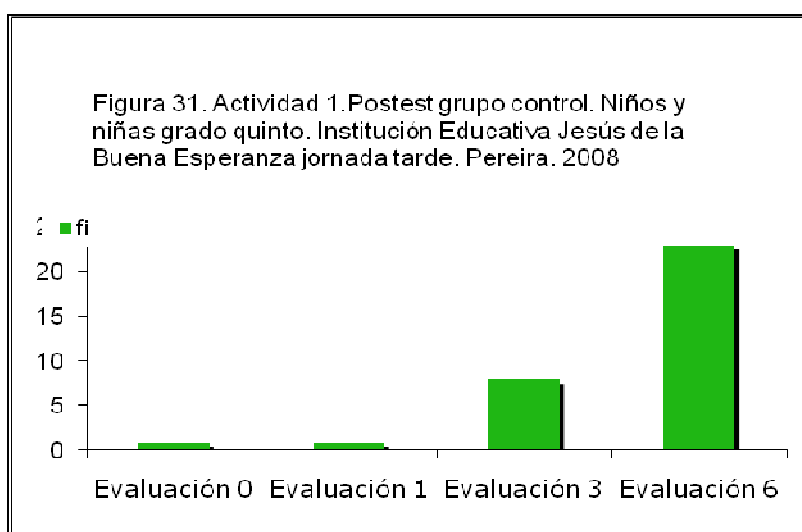
Según la frecuencia absoluta de la Actividad 9, en el postest se encuentra que 4 niños están en el nivel de evaluación 0, para un porcentaje de 12% con una frecuencia relativa de 0,1 que significa que no realiza la tarea. 1 estudiante está en el nivel de evaluación 1, para un porcentaje de 3%, con una frecuencia relativa de 0 que significa que lo hacen con dificultad. 8 niños están en el nivel de evaluación 3, para un 24%, con una frecuencia relativa de 0,2 que significa que lo hacen con ayuda o no es eficaz. Y 21 niños están en el nivel de evaluación 6 para un 62%, con una frecuencia relativa de 0,6 que significa que su ejecución es eficiente.



Según la frecuencia absoluta de la Actividad 10, en el postest se encuentra que ningún niño está en el nivel de evaluación 0, para un porcentaje de 0% con una frecuencia relativa de 0 que significa que no realiza la tarea. Ningún estudiante está en el nivel de evaluación 1, para un porcentaje de 0%, con una frecuencia relativa de 0 que significa que lo hacen con dificultad. Ningún niño está en el nivel de evaluación 3, para un 0%, con una frecuencia relativa de 0 que significa que lo hacen con ayuda o no es eficaz. Y 34 niños están en el nivel de evaluación 6 para un 100%, con una frecuencia relativa de 1,0 que significa que su ejecución es eficiente.



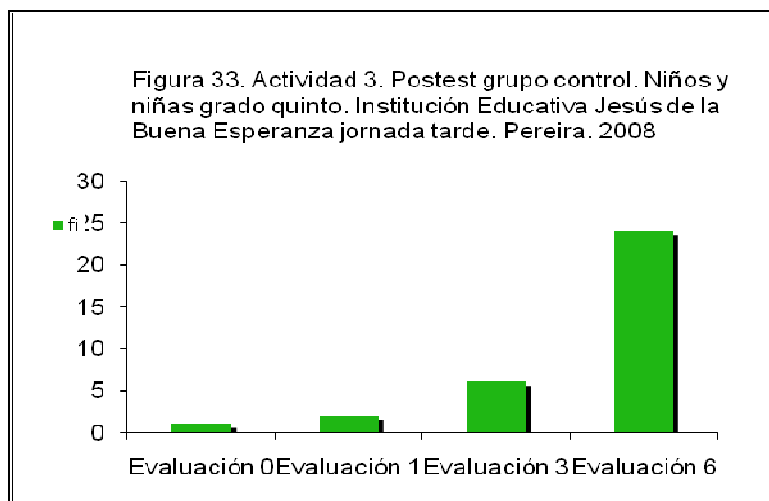
### 6.1.2.2 Postest grupo control



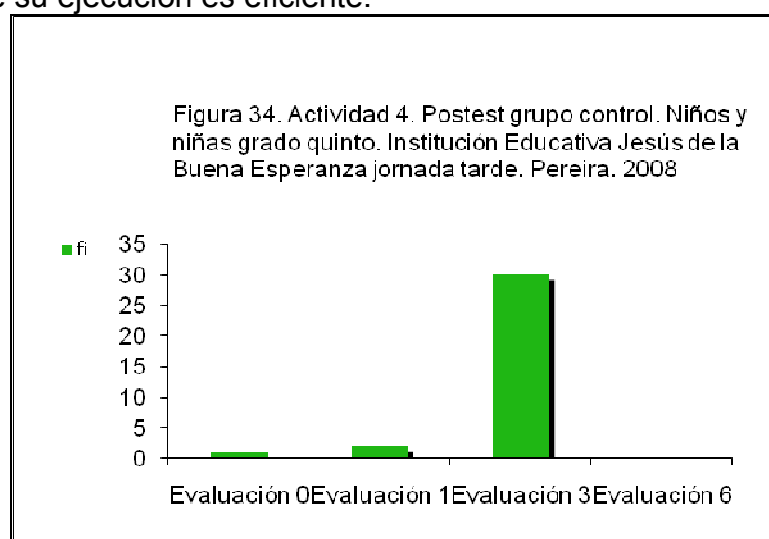
Según la frecuencia absoluta de la Actividad 1, en el postest se encuentra que 1 estudiante está en el nivel de evaluación 0, para un porcentaje de 3% con una frecuencia relativa de 0 que significa que no realiza la tarea. 1 estudiante se encuentra en el nivel de evaluación 1, para un porcentaje de 3%, con una frecuencia relativa de 0 que significa que lo hacen con dificultad. 8 niños están en el nivel de evaluación 3, para un 24%, con una frecuencia relativa de 0,2 que significa que lo hacen con ayuda o no es eficaz. Y 23 niños están en el nivel de evaluación 6 para un 70%, con una frecuencia relativa de 0,7 que significa que su ejecución es eficiente.



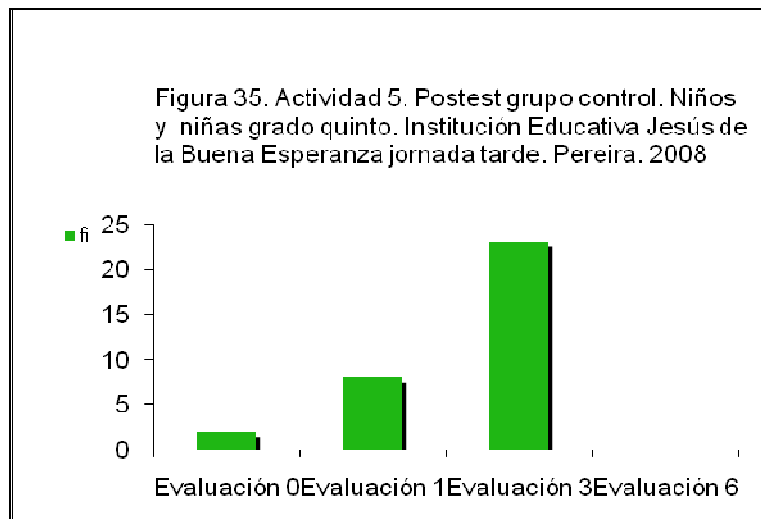
Según la frecuencia absoluta de la Actividad 2, en el postest se encuentra que 3 estudiantes están en el nivel de evaluación 0, para un porcentaje de 9% con una frecuencia relativa de 0,1 que significa que no realiza la tarea. 2 estudiantes se encuentran en el nivel de evaluación 1, para un porcentaje de 6%, con una frecuencia relativa de 0 que significa que lo hacen con dificultad. 7 niños están en el nivel de evaluación 3, para un 21%, con una frecuencia relativa de 0,2 que significa que lo hacen con ayuda o no es eficaz. Y 21 niños están en el nivel de evaluación 6 para un 64%, con una frecuencia relativa de 0,6 que significa que su ejecución es eficiente.



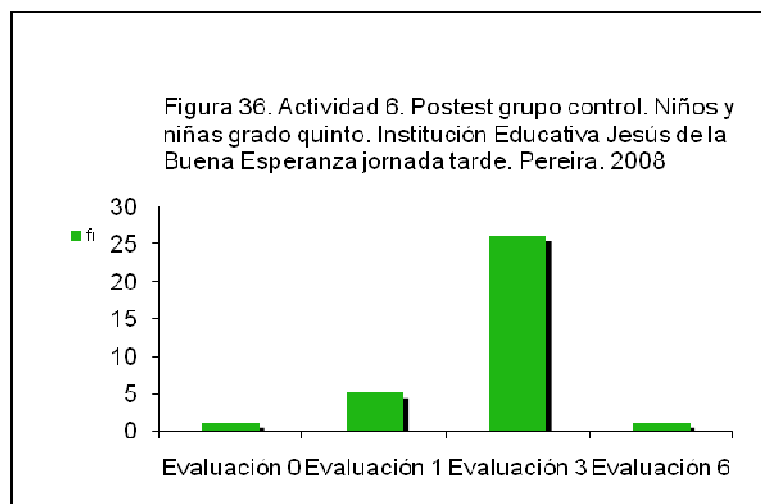
Según la frecuencia absoluta de la Actividad 3, en el postest se encuentra que 1 estudiante está en el nivel de evaluación 0, para un porcentaje de 3% con una frecuencia relativa de 0 que significa que no realiza la tarea. 2 estudiantes se encuentran en el nivel de evaluación 1, para un porcentaje de 6%, con una frecuencia relativa de 0,2 que significa que lo hacen con dificultad. 6 niños están en el nivel de evaluación 3, para un 18%, con una frecuencia relativa de 0,2 que significa que lo hacen con ayuda o no es eficaz. Y 24 niños están en el nivel de evaluación 6 para un 73%, con una frecuencia relativa de 0,7 que significa que su ejecución es eficiente.



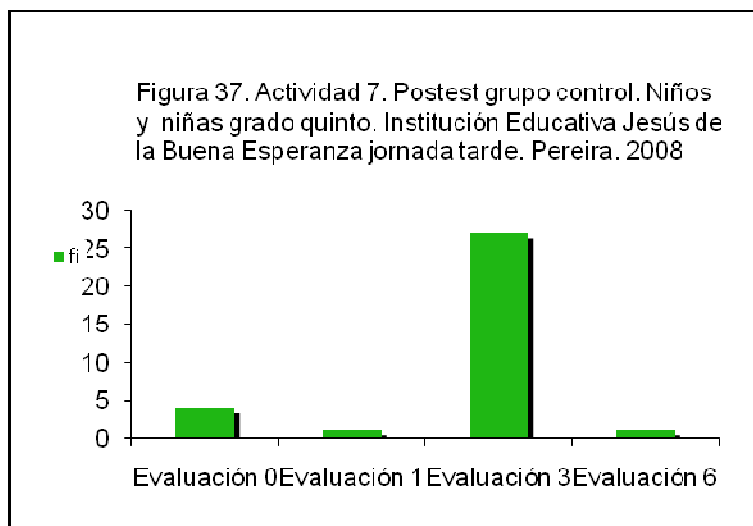
Según la frecuencia absoluta de la Actividad 4, en el postest se encuentra que 1 estudiante está en el nivel de evaluación 0, para un porcentaje de 3% con una frecuencia relativa de 0 que significa que no realiza la tarea. 2 estudiantes se encuentran en el nivel de evaluación 1, para un porcentaje de 6%, con una frecuencia relativa de 0,1 que significa que lo hacen con dificultad. 30 niños están en el nivel de evaluación 3, para un 91%, con una frecuencia relativa de 0,9 que significa que lo hacen con ayuda o no es eficaz. Y ningún niño está en el nivel de evaluación 6 para un 0%, con una frecuencia relativa de 0 que significa que su ejecución es eficiente.



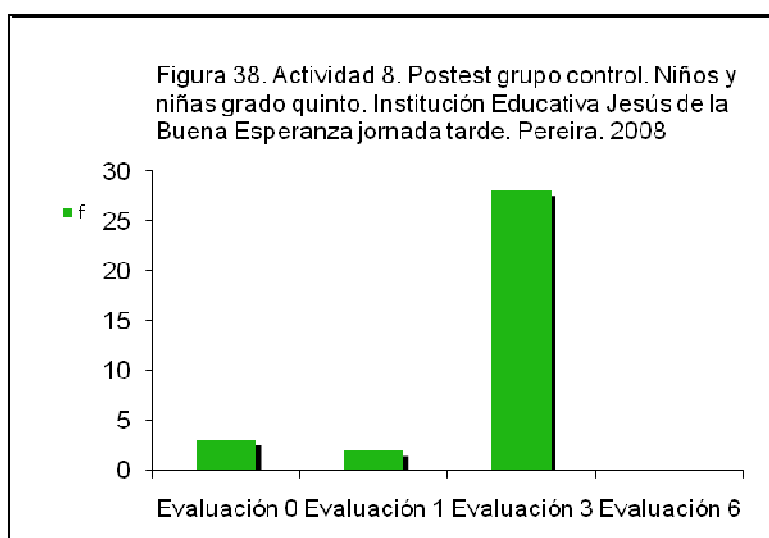
Según la frecuencia absoluta de la Actividad 5, en el postest se encuentra que 2 estudiantes están en el nivel de evaluación 0, para un porcentaje de 6% con una frecuencia relativa de 0,1 que significa que no realiza la tarea. 8 estudiantes se encuentra en el nivel de evaluación 1, para un porcentaje de 24%, con una frecuencia relativa de 0,2 que significa que lo hacen con dificultad. 23 niños están en el nivel de evaluación 3, para un 70%, con una frecuencia relativa de 0,2 que significa que lo hacen con ayuda o no es eficaz. Y ningún niño está en el nivel de evaluación 6 para un 0%, con una frecuencia relativa de 0 que significa que su ejecución es eficiente.



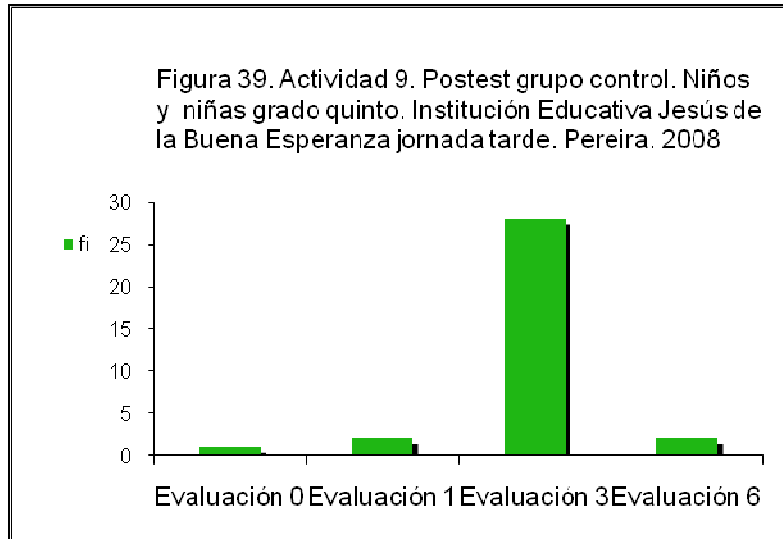
Según la frecuencia absoluta de la Actividad 6, en el postest se encuentra que 1 estudiante está en el nivel de evaluación 0 para un porcentaje de 3% con una frecuencia relativa de 0 que significa que no realiza la tarea. 5 estudiantes se encuentran en el nivel de evaluación 1, para un porcentaje de 15%, con una frecuencia relativa de 0,2 que significa que lo hacen con dificultad. 26 niños están en el nivel de evaluación 3, para un 79%, con una frecuencia relativa de 0,8 que significa que lo hacen con ayuda o no es eficaz. Y 1 niño está en el nivel de evaluación 6 para un 3%, con una frecuencia relativa de 0 que significa que su ejecución es eficiente.



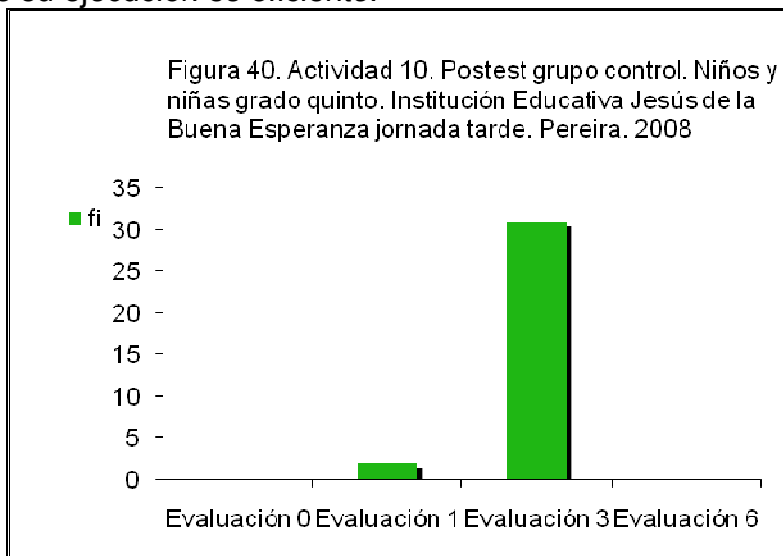
Según la frecuencia absoluta de la Actividad 7, en el postest se encuentra que 4 estudiantes están en el nivel de evaluación 0, para un porcentaje de 12% con una frecuencia relativa de 0,1 que significa que no realiza la tarea. 1 estudiante se encuentra en el nivel de evaluación 1, para un porcentaje de 3%, con una frecuencia relativa de 0 que significa que lo hacen con dificultad. 27 niños están en el nivel de evaluación 3, para un 82%, con una frecuencia relativa de 0,8 que significa que lo hacen con ayuda o no es eficaz. Y 1 niño está en el nivel de evaluación 6 para un 3%, con una frecuencia relativa de 0 que significa que su ejecución es eficiente.



Según la frecuencia absoluta de la Actividad 8, en el postest se encuentra que 3 estudiantes están en el nivel de evaluación 0, para un porcentaje de 9% con una frecuencia relativa de 0,1 que significa que no realiza la tarea. 2 estudiantes se encuentran en el nivel de evaluación 1, para un porcentaje de 6%, con una frecuencia relativa de 0,1 que significa que lo hacen con dificultad. 28 niños están en el nivel de evaluación 3, para un 85%, con una frecuencia relativa de 0,8 que significa que lo hacen con ayuda o no es eficaz. Y ningún niño está en el nivel de evaluación 6 para un 0%, con una frecuencia relativa de 0 que significa que su ejecución es eficiente.



Según la frecuencia absoluta de la Actividad 9, en el postest se encuentra que 1 estudiante está en el nivel de evaluación 0, para un porcentaje de 3% con una frecuencia relativa de 0 que significa que no realiza la tarea. 2 estudiantes se encuentran en el nivel de evaluación 1, para un porcentaje de 6%, con una frecuencia relativa de 0,1 que significa que lo hacen con dificultad. 28 niños están en el nivel de evaluación 3, para un 85%, con una frecuencia relativa de 0,8 que significa que lo hacen con ayuda o no es eficaz. Y 2 niños están en el nivel de evaluación 6 para un 6%, con una frecuencia relativa de 0,1 que significa que su ejecución es eficiente.



Según la frecuencia absoluta de la Actividad 10, en el postest se encuentra que ningún estudiante está en el nivel de evaluación 0, para un porcentaje de 0% con una frecuencia relativa de 0 que significa que no realiza la tarea. 2 estudiantes se encuentran en el nivel de evaluación 1, para un porcentaje de 6%, con una frecuencia relativa de 0,1 que significa que lo hacen con dificultad. 31 niños están en el nivel de evaluación 3, para un 94%, con una frecuencia relativa de 0,9 que significa que lo hacen con ayuda o no es eficaz. Y ningún niño está en el nivel de evaluación 6 para un 0%, con una frecuencia relativa de 0 que significa que su ejecución es eficiente.

Por lo tanto, es necesario afirmar que los estudiantes del grupo experimental reflejaron motivación constante hacia el proceso realizado durante el tiempo de práctica, mostrándose con mejor desempeño en las actividades propuestas, y reflejando un satisfactorio resultado en el postest, con respecto al pretest, lo que evidencia un progreso con relación a sus competencias motrices.

No obstante, el grupo control, demostró una actitud competitiva frente a todas las actividades presentadas y esto representaba en ellos una motivación hacia las actividades, generando con ello competencias entre ellos mismos por alcanzar logros y superar a los demás. Teniendo en cuenta que este grupo no tuvo el mismo proceso que el grupo experimental y sin embargo sobresalieron en algunas actividades mostrando mejor desempeño que el grupo experimental.

Para concluir, cabe resaltar que durante el trabajo realizado en el pretest y el postest en ambas instituciones, se muestra muy variado, puesto que los estudiantes de la Institución Remigio Antonio Cañarte evidencian mejor desempeño en algunas de las actividades propuestas, especialmente en las de formación y realización técnica y desarrollo psicomotor, mientras que los estudiantes de la Institución Jesús de la Buena Esperanza muestran más habilidad en las tareas de hábitos y actitudes y en las de destrezas elementales.

Sin embargo, este proceso es relativo, pues los logros alcanzados por ambas instituciones, varían de acuerdo a las actividades y a la motivación que presentan los estudiantes, por lo tanto, estas actividades planteadas pueden ser retomadas en cualquier momento con el fin de mejorar el proceso, aclarando que la Educación Física se debe trabajar constantemente, con el fin de optimizar el desarrollo físico y mental de los y las estudiantes.

## 7. ANÁLISIS

### 7.1 TEST

El test comprende una serie de 10 actividades construidas a partir del medio y del elemento conceptual teniendo en cuenta la edad y grado de los estudiantes, la cual permite validar el desempeño en la realización de estas, tomadas como base para la valoración de cada uno de los elementos conceptuales propuestos.

#### 7.1.1 Pretest: Grupo experimental – Grupo control:

Mediante los datos obtenidos en el pretest de los grupos experimental y control, se puede notar que ambos grupos presentan resultados similares, especialmente en las actividades de formación y realización técnica y las de desarrollo psicomotor, en las cuales obtuvieron como valoración 6, es decir, que lo hacen con fluidez y seguridad; además se pudo evidenciar que en la realización de este pretest, los estudiantes no conocen algunos términos utilizados por la maestra al dar instrucciones. Por ejemplo: “ubíquense en posición dorsal ¡ya!”, por lo tanto se debía explicar los términos para que realizaran la actividad.

#### 7.1.2 Posttest: Grupo experimental – Grupo control:

Con respecto a los datos obtenidos en el grupo experimental y control con referencia al posttest, se puede denotar que el grupo experimental muestra mayor desempeño en esta prueba, debido al proceso realizado durante las sesiones en las cuales se estimularon habilidades y competencias físicas que aportaron un desempeño más eficaz y seguro al final de la prueba. Mientras que el grupo control se mostraba más inseguro y evidenciaba la necesidad de la ayuda de sus compañeros, ya que la mayoría de las actividades obtuvieron resultados de 3. No obstante, el resultado obtenido por el grupo control era de esperar porque no hubo un proceso, es decir, simplemente se realizó un pretest y un posttest.

#### 7.1.3 Grupo experimental: Pretest y posttest:

En relación con el pretest y posttest frente al grupo experimental, se puede decir que fue notable el progreso obtenido, dado a las intervenciones continuas para llevar a cabo la práctica, puesto que se trabajó con constancia sobre las competencias motrices que debían adquirir en su desempeño a la hora de trabajar Educación Física. Por lo tanto, el posttest, demuestra fortalezas y logros satisfactorios alcanzados por los estudiantes gracias al trabajo realizado con ellos.

#### 7.1.4 Grupo control: Pretest y posttest:

Referente al grupo control en las pruebas de pretest y posttest, se puede evidenciar que no surgió, ni se reflejó cambios relevantes. Esto se debe a que en este grupo no se hicieron las intervenciones prácticas. Sin embargo,

presentaron motivación y agrado por la realización de las tareas planeadas para el trabajo motriz.

## 7.2 PROGRAMA

### 7.2.1 Planeación de sesiones

INSTITUCIÓN: Providencia		FECHA: 27/05/08	SESIÓN N° 1	
NIVEL: Quinto				
ESTUDIANTES:				
FASE 1	FASE 2		FASE 3	
Introducción	Actividades conocidas	0 1 3 6	Vuelta a la calma	
Saludo inicial y motivación	1. Recorrer 18 m caminando con una cuchara llena de agua en la boca y depositarla en un vaso que estará al otro extremo.		Mover las manos en el puesto	
	2. Danzar alrededor de las sillas y sentarse al terminar la canción.		Disociación de los miembros superiores.	
Calentamiento	3. Inclinarsse hacia abajo sin doblar las rodillas para tocar el piso.		Acostarse en el piso en posición dorsal y mover los pies.	
Articulación de todos las partes del cuerpo.	Actividades nuevas		Estiramiento	
	4. Tirar el balón por el piso, con el fin de tumbar los bolos		Estiramiento de miembros inferiores	
Coordinación dinámica general	5. Imitar los gestos de su compañero de forma exacta y precisa sin reírse.			
	Actividades libres		Estiramiento de miembros superiores	
Coordinación dinámica específica	6. Saltar la cuerda de forma individual			
EVALUACIÓN	EVALUACIÓN		EVALUACIÓN	
	INDICADORES			
	1. Recorre 18 m caminando con una cuchara llena de agua en la boca y la deposita en un vaso que está al otro extremo.	3		
	2. Danza alrededor de las sillas y se sienta al terminar la canción.	6	Qué pasó?	
Ritmo cardiaco	3. Se inclina hacia abajo sin doblar las rodillas para tocar el piso.	6	Cómo fue?	
Disposición	4. Tira el balón por el piso, con el fin de tumbar los bolos.	3	Qué aprendió?	
Preconceptos	5. Imita los gestos de su compañero de forma exacta y precisa sin reírse.	6	A qué se compromete?	

INSTITUCIÓN: Providencia		FECHA: 30/06/08	SESIÓN N° 2	
NIVEL: Quinto				
ESTUDIANTES:				
FASE 1	FASE 2		FASE 3	



Introducción	Actividades conocidas	0 1 3 6	Vuelta a la calma
Saludo inicial y motivación	1. Danzar en ronda al ritmo de la canción la Negra Carlota y realizar los movimientos que exija la canción.		Sentados tomar agua y rotarla a los compañeros.
	2. Lanzar la pelota hacia la arquería, correr y llegar antes que la pelota.		Caminar alrededor de la cancha.
Calentamiento	3. Saltar la Cuerda 20 veces seguidas.		Cantar una canción sentados.
Articulación de todos las partes del cuerpo.	Actividades nuevas		Estiramiento
	4. Arrastrase sobre la espalda; empujar el cuerpo con los pies apoyado en el suelo cruzando de lado a lado de la cancha.		Estiramiento de miembros inferiores
Coordinación dinámica general	5. La maestra ejecuta una serie de 5 movimientos (saltar, reptar, correr, gatear, lanzar) y el niño la reproduce en el mismo orden.		
		Actividades libres	Estiramiento de miembros superiores
Coordinación dinámica específica	6. Seco maraco seco.		
EVALUACIÓN	EVALUACIÓN		EVALUACIÓN
	INDICADORES		
	1. Danza en ronda al ritmo de la canción la Negra Carlota y realiza los movimientos que exija la canción.	5	
	2. Lanza la pelota hacia la arquería, corre, para llegar antes que la pelota.	6	Qué pasó?
Ritmo cardiaco	3. Salta la Cuerda 20 veces seguidas.	6	Cómo fue?
Disposición	4. Se arrastra sobre la espalda; empujando el cuerpo con los pies apoyado en el suelo, cruzando de lado a lado de la cancha.	3	Qué aprendió?
Preconceptos	5. Ejecuta una serie de 5 movimientos (saltar, reptar, correr, gatear, lanzar) en el mismo orden que la maestra.	6	A qué se compromete?

INSTITUCIÓN: Providencia	FECHA:03/06/08	SESIÓN N° 3
NIVEL: Quinto		
ESTUDIANTES:		
FASE 1	FASE 2	FASE 3
Introducción	Actividades conocidas	0 1 3 6
Saludo inicial y motivación	1. Realizar 10 series de abdominales de diferente tipo (pies cruzados, 90° y el apoyo de un compañero).	
	2. Rebotar el balón corriendo mientras se pasa al otro extremo de la cancha.	
Calentamiento	3. Bailar con un compañero de un extremo a otro (de la cancha) llevando un tarro de agua.	
Articulación de todos las partes del cuerpo.	Actividades nuevas	
		Vuelta a la calma
		Contar chistes a sus compañeros.
		Jugar picachu (Juego de manos).
		Caminar por la cancha con un compañero encima de los pies.
		Estiramiento

	4. Cantar la canción "La buena aldeana" a partir de expresiones de su cuerpo.		Estiramiento de miembros inferiores
Coordinación dinámica general	5. Correr por la cancha de un extremo a otro con un balón en la mano, retrocediendo, encestará el balón y se devolverá para entregárselo a su compañero.		
		Actividades libres	
Coordinación dinámica específica	6. Saltar la cuerda en parejas.		
EVALUACIÓN	EVALUACIÓN		EVALUACIÓN
	INDICADORES		
	Realizar 10 series de abdominales de diferente tipo (pies cruzados, 90° y el apoyo de un compañero).	6	
	Rebotar el balón corriendo mientras se pasa al otro extremo de la cancha.	3	Qué pasó?
Ritmo cardiaco	Bailar con un compañero de un extremo a otro (de la cancha) llevando un tarro de agua.	6	Cómo fue?
Disposición	Cantar la canción "La buena aldeana" a partir de expresiones de su cuerpo.	6	Qué aprendió?
Preconceptos	Correr por la cancha de un extremo a otro con un balón en la mano, retrocediendo, encestará el balón y se devolverá para entregárselo a su compañero.	3	A qué se compromete?

INSTITUCIÓN: Providencia		FECHA:05/06/08	SESIÓN N° 4	
NIVEL: Quinto				
ESTUDIANTES:				
FASE 1	FASE 2		FASE 3	
Introducción	Actividades conocidas	0 1 3 6	Vuelta a la calma	
Saludo inicial y motivación	1. Caminar en puntillas, con las manos hacia arriba, dándole la vuelta a la cancha, pasando objetos en zigzag.		Jugar piedra, papel y tijera.	
	2. Recorrer 20 m en parejas sosteniendo una bomba con agua en diferentes posiciones (la frente, espalda, abdomen)		Jugar Don Pepe (juego de manos).	
Calentamiento	3. Dos niños sostienen una cuerda y los demás brincan encima sin tocarla y se arrastran por debajo.		Hacer sonidos con los dedos imitando el aguacero.	
Articulación de todos las partes del cuerpo.	Actividades nuevas		Estiramiento	
	4. Inventar una coreografía por grupos, cantando las letras del abecedario y siguiendo los movimientos que allí indica (flechas en diferentes direcciones).		Estiramiento de miembros inferiores	
Coordinación dinámica general	5. Una pareja de niños sostienen una cuerda y galopan siguiendo el ritmo de la música, con la mano extendida y un pin pon sobre ella.		Estiramiento de miembros superiores	
	Actividades libres			
Coordinación dinámica específica	6. Manzanita de Perú			
EVALUACIÓN	EVALUACIÓN		EVALUACIÓN	
	INDICADORES			
	Camina en puntillas, con las manos hacia arriba, dándole la vuelta a la cancha, pasando objetos en zigzag.	3		

	Recorre 20 m en parejas sosteniendo una bomba con agua en diferentes posiciones (la frente, espalda, abdomen).	6	Qué pasó?
Ritmo cardiaco	Brinca por encima de la cuerda sin tocarla y se arrastra por debajo.	6	Cómo fue?
Disposición	Inventa una coreografía en grupo, cantando las letras del abecedario y siguiendo los movimientos que allí indica.	6	Qué aprendió?
Preconceptos	Galopa siguiendo el ritmo de la música, con la mano extendida y un pin pon sobre ella.	3	A qué se compromete?

INSTITUCIÓN: Providencia	FECHA:09/06/08	SESIÓN N° 5
--------------------------	----------------	-------------

NIVEL: Quinto	
---------------	--

ESTUDIANTES:
--------------

FASE 1	FASE 2	FASE 3	
Introducción	Actividades conocidas	0 1 3 6 Vuelta a la calma	
Saludo inicial y motivación	1. Danzar en ronda cantando la canción en la batalla del calentamiento, a medida que se mueven las partes del cuerpo que dice la canción.	Hacer movimientos con las manos en diferentes direcciones.	
	2. Jugar carretillas por parejas	Sentados, hacer rodar el balón para pasarlo al compañero.	
Calentamiento	3. Realizar una carrera de encostados por grupos.	Tomar agua para hidratarse.	
Articulación de todos las partes del cuerpo.	Actividades nuevas	Estiramiento	
	4. Inventarse varias formas de realizar un saque de voleibol, utilizando las manos.(mínimo cinco).	Estiramiento de miembros inferiores	
Coordinación dinámica general	5. Recorrer 20 m saltando en un pie (en cada pie habrá una tira,(violeta, rosada y negra) cuando la maestra diga violeta deberán saltar con el pie en el cual tenga la tira violeta.		
		Actividades libres	Estiramiento de miembros superiores
Coordinación dinámica específica	6. Jugar canicas.		
EVALUACIÓN	EVALUACIÓN	EVALUACIÓN	
	INDICADORES		
	1. Danza en ronda cantando la canción en la batalla del calentamiento, moviendo las partes del cuerpo que dice la canción.	6	
	2. Juega carretillas en parejas.	6	Qué pasó?
Ritmo cardiaco	3. Compite en una carrera de encostados por grupos.	3	Cómo fue?
Disposición	4. Inventa varias formas de realizar un saque de voleibol, utilizando las manos (mínimo cinco).	3	Qué aprendió?
Preconceptos	5. Recorre 20 m saltando en un pie, saltando según el color que la maestra indique.	3	A qué se compromete?

INSTITUCIÓN: Providencia	FECHA:10/06/08	SESIÓN N° 6
--------------------------	----------------	-------------

NIVEL: Quinto	
---------------	--

ESTUDIANTES:
--------------

FASE 1	FASE 2	FASE 3
--------	--------	--------

Introducción	Actividades conocidas	0 1 3 6	Vuelta a la calma.
Saludo inicial y motivación	1. Hacer 3 series de 10 cuclillas.		Jugar el puente esta quebrado.
	2. Subir y bajar una silla.		Juego de: Caminar – estatua.
Calentamiento	3. Imitar una historia donde hay animales.		Sapo, sapito, sapo (juego de manos).
Articulación de todos las partes del cuerpo.	Actividades nuevas		Estiramiento
	4. Levantar un pie extendido y tocarlo con la mano contraria en el puesto, alternando con el otro.		Estiramiento de miembros inferiores
Coordinación dinámica general	5. En posición de 4 apoyos levantar alternadamente los brazos por encima de la cabeza.		
		Actividades libres	
Coordinación dinámica específica	6. Jugar lleva televisor.		
EVALUACIÓN	EVALUACIÓN		EVALUACIÓN
	indicadores		
	1. Hace 3 series de 10 cuclillas.	6	
	2. Sube y baja de una silla.	3	Qué pasó?
Ritmo cardiaco	3. Imita una historia donde hay animales.	6	Cómo fue?
Preconceptos	5. Levanta los brazos alternadamente por encima de la cabeza, en posición de 4 apoyos.	6	A qué se compromete?

INSTITUCIÓN: Providencia		FECHA: 11/06/08	SESIÓN N° 7
NIVEL: Quinto			
ESTUDIANTES:			
FASE 1	FASE 2		FASE 3
Introducción	Actividades conocidas	0 1 3 6	Vuelta a la calma.
Saludo inicial y motivación	1. Jugar ponchado.		Formados en hilera seguir los movimientos que haga el compañero de adelante.
	2. Rebotar un balón de baloncesto por 5 minutos, usando las dos manos alternadamente.		Comunicar con gestos una palabra al resto del grupo.
Calentamiento	3. Saltar la cuerda, correr, reptar agarrando el pin pon y encestarlo en la caja.		Pasar rodando por debajo de una cuerda, sin tocarla.
Articulación de todos las partes del cuerpo.	Actividades nuevas		Estiramiento
	4. Jugar lleva por tríos, llevando un pin pon (que indicaba la lleva).		Estiramiento de miembros inferiores
Coordinación dinámica general	5. Correr, tocar el poste, llevar un tarro de agua, y traerlo a su compañero siguiente.		
		Actividades libres	

Coordinación dinámica específica	6. Hacer la media luna.		
EVALUACIÓN	EVALUACIÓN		EVALUACIÓN
	INDICADORES		
	Juega ponchado.	3	
	Rebota un balón de baloncesto por 5 minutos, usando las dos manos alternadamente.	3	Qué pasó?
Ritmo cardiaco	Salta la cuerda, corre y repta agarrando el pin pon para encestarlo en la caja.	3	Cómo fue?
Disposición	Juega lleva por tríos, llevando el pin pon.	3	Qué aprendió?
Preconceptos	Corre, toca el poste, llevando un tarro de agua, y lo trae a su compañero siguiente.	6	A qué se compromete?

INSTITUCIÓN: Providencia		FECHA: 12/06/08	SESIÓN N° 8
NIVEL: Quinto			
ESTUDIANTES:			
FASE 1	FASE 2	FASE 3	
Introducción	Actividades conocidas	0 1 3 6	Vuelta a la calma.
Saludo inicial y motivación	1. Pasar por encima de una cuerda que sostienen dos compañeros, la cual baten haciendo ondulaciones verticales (montañas) y horizontales (culebra) sin tocarla.		Llevar una pelota rodando con una mano hasta 10m y traerla con la otra mano.
	2. Saltar en círculos ubicados en forma de zigzag a distancia de 10 o 15m.		En parejas hacer masajes a su compañero.
Calentamiento	3. Ejecutar 20 remates al arco de un grupo de niños y niñas por medio del cobro de penaltis.		Acostados jugar a tingo, tingo, tango, sin dejar caer el balón.
Articulación de todas las partes del cuerpo.	Actividades nuevas		Estiramiento
	4. Por parejas, juntos de espaldas, tomados por los brazos, el 1 carga al 2, haciendo que se pase de adelante el 1 por encima.		Estiramiento de miembros inferiores
Coordinación dinámica general	5. En cuatro apoyos en posición decúbito ventral, avanzar 10 m y volver en decúbito dorsal.		
		Actividades libres	
Coordinación dinámica específica	6. Jugar mete gol tapa.		
EVALUACIÓN	EVALUACIÓN		EVALUACIÓN
	INDICADORES		
	Pasa por encima de una cuerda que sostienen dos compañeros, la cual baten haciendo ondulaciones verticales (montañas) y horizontales (culebra) sin tocarla.	6	
	Salta en círculos ubicados en forma de zigzag a distancia de 10 o 15m.	6	Qué pasó?
Ritmo cardiaco	Realiza el cobro de penaltis.	6	Cómo fue?
Disposición	Por parejas, juntos de espaldas, tomados por los brazos, el 1 carga al 2, y viceversa.	6	Qué aprendió?
Preconceptos	Avanza 10 m en posición decúbito ventral y se devuelve en decúbito dorsal.	6	A qué se compromete?

INSTITUCIÓN: Providencia		FECHA: 16 /06/08		SESIÓN N° 9	
NIVEL: Quinto					
ESTUDIANTES:					
FASE 1	FASE 2			FASE 3	
Introducción	Actividades conocidas	0 1 3 6		Vuelta a la calma.	
Saludo inicial y motivación	1. Carreras de 30m de la cancha.			Tirar una pelota hacia arriba y recibirla alternadamente con antebrazo y dedos	
	2. Cargar al compañero 15m y cambiar de pareja.			Realizar la técnica de saque de voleibol por encima del hombro.	
Calentamiento	3. Realizar una carrera de zancos.			Cantar la canción en el puente de abignon, haciendo los movimientos de las profesiones.	
Articulación de todos las partes del cuerpo.	Actividades nuevas			Estiramiento	
	4. Saltar y llevar las rodillas al pecho durante el salto.			Estiramiento de miembros inferiores	
Coordinación dinámica general	5. Jugar al diluvio.			Estiramiento de miembros superiores	
	Actividades libres				
Coordinación dinámica específica	6. Saltar cuerda en grupo.				
EVALUACIÓN	EVALUACIÓN			EVALUACIÓN	
	Indicadores				
	Compite en carreras de 30m de la cancha.	3			
	Carga al compañero 15m y cambia de pareja.	3		Qué pasó?	
Ritmo cardíaco	Realiza la carrera de zancos.	3		Cómo fue?	
Disposición	Salta y lleva las rodillas al pecho durante el salto.	6		Qué aprendió?	
Preconceptos	Juega al diluvio.	3		A qué se compromete?	

INSTITUCIÓN: Providencia		FECHA: 17 /06/08		SESIÓN N° 10	
NIVEL: Quinto					
ESTUDIANTES:					
FASE 1	FASE 2			FASE 3	
Introducción	Actividades conocidas	0 1 3 6			
Saludo inicial y motivación	1. Trotar suavemente para elevar el ritmo cardíaco.			Abrir y cerrar los pies sin saltar.	
	2. Hacer 3 series de 10 abdominales.			Jugar "mi tía viajó a Europa" imitando los movimientos que esta indica.	
Calentamiento	3. Hacer 10 repeticiones de rebotar una pelota con el empeine del pie sin dejar tocar el piso.			Jugar a la negra carlota.	
Articulación de todos las partes del cuerpo.	Actividades nuevas			Estiramiento	

	4. Pararse en un muro o banco y tomarse una pierna levantada haciendo equilibrio por 30 segundos.		
Coordinación dinámica general	5. Se escoge un líder de cada grupo, quien recibirá una lista de ejercicios que deberán hacer en el menor tiempo posible.		Estiramiento de miembros inferiores
	Actividades libres		
Coordinación dinámica específica	6. Jugar futbol de forma colectiva.		Estiramiento de miembros superiores
EVALUACIÓN	EVALUACIÓN		EVALUACIÓN
	INDICADORES		
	Trotar suavemente para elevar el ritmo cardíaco.	6	
	Hacer 3 series de 10 abdominales.	6	Qué pasó?
Ritmo cardíaco	Hacer 10 repeticiones de rebotar una pelota con el empeine del pie sin dejar tocar el piso.	6	Cómo fue?
Disposición	Pararse en un muro o banco y tomarse una pierna levantada haciendo equilibrio por 30 segundos.	3	Qué aprendió?
Preconceptos	Se escoge un líder de cada grupo, quien recibirá una lista de ejercicios que deberán hacer en el menor tiempo posible.	3	A qué se compromete?

Luego de haber realizado una serie de actividades pedagógicas y un posterior análisis de las mismas, se puede evidenciar como producto final la creación de una cartilla con la propuesta de construcción de estándares y competencias en educación física del grado quinto (ver anexos).

### 7.2.2 Recursos

Durante la práctica de Educación Física realizada en la Institución Remigio Antonio Cañarte – Providencia, donde se realizaron una serie de actividades referentes a los elementos conceptuales (desarrollo psicomotor, formación y realización técnica, hábitos y actitudes y destrezas elementales) y los medios (danza, gimnasia, juego, expresión y deporte), son recursos que posibilitan el desempeño de las tareas.

Estos se pueden clasificar en:

- Didácticos
- Físicos
- Humanos

Nos referimos a los recursos didácticos para aquellos elementos que permiten la realización de ejercicios en un espacio adecuado, como son la cuerda, utilizada para saltar de forma individual y grupal, para pasar por debajo y por encima y para hacer movimientos con las manos. También se utiliza diferentes balones (fútbol, baloncesto y voleibol) en las actividades que requieren rodar, lanzar, driblar, patear, recibir, golpear, etc.

De igual modo, se toma en cuenta otros elementos didácticos como bolos, costales, zancos, pin pones, cucharas, vasos y tarros, con los cuales se lleva a

cabo actividades de juego que evalúan elementos conceptuales. Cada uno de estos recursos propicia el buen desempeño de todas las actividades planteadas durante la práctica.

Por otra parte, se hace referencia a los recursos físicos, que corresponden a los espacios deportivos brindados por la institución como son: la cancha y el patio que facilitan la realización de cada una de las sesiones planeadas; además de esto el salón de clase sirve como espacio de encuentro para la introducción y finalización de las actividades la cual se puede evidenciar en preguntas, charlas, construcción de reglas, sugerencias, entre otras, que promuevan la responsabilidad y la motivación en el grupo.

Por último, es necesario resaltar los recursos humanos, puesto que son indispensables dentro de la ejecución y desempeño de las sesiones, los cuales hacen referencia a los estudiantes de grado quinto de la Institución Educativa Remigio Antonio Cañarte – Providencia, la maestra titular del grupo, quien colaboró en la realización de las sesiones, (recordando las reglas acordadas, el vestuario que se debían llevar, propiciando tiempo de la clase, etc.) y las docentes en formación, quienes son las encargadas de llevar a cabo cada una de las sesiones y cumplir el objetivo propuesto.



## 7.3 COMPETENCIAS Y ESTÁNDARES

### 7.3.1 Actividades según valoración:

Tabla 1. Actividades según valoración. Lo hace con eficacia y seguridad. Medios. Elementos conceptuales

MEDIO	ELEMENTO CONCEPTUAL	ACTIVIDADES
Deporte	Hábitos y actitudes	Trotar suavemente para elevar el ritmo cardíaco.
Danza		Danzar alrededor de las sillas y sentarse al terminar la canción.
Gimnasia		Se inclina hacia abajo sin doblar las rodillas para tocar el piso.
Gimnasia		Saltar la Cuerda 20 veces seguidas.
Expresión		Imitar los gestos de su compañero de forma exacta y precisa sin reírse.
Expresión		Imitar una historia donde hay animales.
Gimnasia	Desarrollo Psicomotor	Ejecutar una serie de 5 movimientos (saltar, reptar, correr, gatear, lanzar) en el mismo orden que la maestra.
Deporte		Lanzar la pelota hacia la arquera, corre, para llegar antes que la pelota.
Juego		Recorrer 20 m saltando en un pie, según el color que la maestra indique.
Juego		Saltar en círculos ubicados en forma de zigzag a distancia de 10 o 15 m.
Gimnasia		En posición de cuatro apoyos, levanta los brazos alternadamente por encima de la cabeza.
Gimnasia		En posición decúbito ventral avanza 10 m y en posición decúbito dorsal retrocede la misma distancia
Deporte		Realiza el cobro de penaltis.
Gimnasia	Formación y realización técnica	Realizar 10 series de abdominales de diferente tipo (pies cruzados, 90° y el apoyo de un compañero).
Expresión		Cantar la canción "La buena aldeana" a partir de expresiones de su cuerpo.
Expresión		Imitar una coreografía por grupos, cantando las letras del abecedario y siguiendo los movimientos que allí indica (flechas en diferentes direcciones).

Juego		Brincar por encima de la cuerda sin tocarla y arrastrarse por debajo.
Gimnasia		Hacer 3 series de 10 cucullas.
Gimnasia		Saltar y llevar las rodillas al pecho durante el salto.
Deporte		Correr por la cancha de un extremo a otro con un balón en la mano, retrocediendo, encestando el balón y se devolverá para entregárselo a su compañero
Gimnasia	Destrezas elementales	Caminar en puntillas, con las manos hacia arriba, dándole la vuelta a la cancha, pasando objetos en zigzag.
Juego		Corre, toca el poste, llevando un objeto y lo trae a su compañero siguiente.
Gimnasia	Formación y realización técnica	Hacer 3 series de 10 abdominales.
Deporte		Hacer 10 repeticiones de rebotar una pelota con el empeine del pie sin dejar tocar el piso.
Juego	Destrezas elementales	Pasar por encima de una cuerda que sostienen dos compañeros, la cual baten haciendo ondulaciones verticales (montañas) y horizontales (culebra) sin tocarla.
Gimnasia		Por parejas, juntos de espaldas, tomados por los brazos, el 1 carga al 2 y viceversa.
Danza	Desarrollo Psicomotor	Danzar en ronda cantando la canción en la batalla del calentamiento, moviendo las partes del cuerpo que dice la canción.
Gimnasia		Se arrastra sobre la espalda; empujando el cuerpo con los pies apoyado en el suelo, cruzando de lado a lado de la cancha.

En la tabla anterior se evidencia, que durante la ejecución de las actividades el elemento conceptual más relevante es el de hábitos y actitudes, donde los estudiantes reflejan eficacia y seguridad en el cumplimiento de las tareas, que son: trotar, danzar, saltar, imitar etc. que corresponden a los medios de danza, deporte, gimnasia y expresión; donde gimnasia y la expresión son los más distinguidos en este mismo elemento conceptual.

Desde la teoría se considera como hábitos cotidianos en realización de actividad física desarrollada de forma periódica, coherente y estructurada puesto que tiene repercusiones muy positivas sobre el organismo en el mantenimiento de la salud. Esto es debido a la interacción social, puesto que los hábitos y situaciones presentadas en la vida diaria fomentan actividades corporales y lúdicas que juegan un papel fundamental como un campo propio

de la actividad y aprendizaje social; donde se fomenta una actitud activa en pro a los estímulos del contexto.

De acuerdo a lo anterior la perspectiva frente al elemento conceptual de hábitos y actitudes, cabe resaltar que el trabajo de los estudiantes es satisfactorio en cuanto a la importancia que este tiene en las actividades cotidianas.

Por otra parte, se encuentra, el elemento conceptual de desarrollo psicomotor donde se esta en una segunda posición, demostrando que en las actividades de: ejecución de movimientos, lanzamiento, recorrer una determinada distancia etc. los estudiantes son eficaces y seguros a la hora de cumplir la actividad acompañados de la gimnasia, deporte y juego que son los medios que se destacan en este elemento.

Con respecto a este elemento conceptual es posible hacer referencia a que “el desarrollo psicomotor la capacidad de atención y conciencia se incrementa, así mismo se gana habilidad y agilidad, pues el desarrollo mayor se dará en la estructura corporal aumentando así la fuerza y la resistencia. Desde el punto de vista de la maduración de la coordinación dinámica general y de casi todas las funciones motrices, la capacidad de atención evoluciona notoriamente y los movimientos deben ser controlados y armónicos”<sup>25</sup>

Por lo anterior es importante resaltar que el elemento conceptual ya mencionado presenta buenos resultados a través de las actividades planteadas, puesto que este elemento se presta para que los estudiantes desarrollen destrezas y habilidades en el área de Educación Física. Esto quiere decir que en la realización de estas tareas se han hecho de forma eficaz debido al perfeccionamiento que han adquirido en la psicomotricidad durante la actividad física.

En tercer lugar, con respecto al elemento conceptual de formación y realización técnica, se puede notar que el trabajo realizado por los niños, en este medio es eficaz y seguro a la hora de llevar a cabo las actividades tales como: abdominales, cantar, imitar, hacer cuclillas y correr, acompañado de los medios de expresión, juego, gimnasia y deporte, donde sobresale el medio de deporte.

Según los Lineamientos Curriculares este elemento conceptual plantea que la formación y realización técnica “implica procesos complejos de observación, experimentación, producción, solución de problemas y búsqueda creativa de alternativas que involucra la eficiencia y el rendimiento.”<sup>26</sup> Por ende es preciso decir que los estudiantes de grado quinto en la ejecución de las tareas mencionadas demuestran curiosidad, e interés por los retos, por lo tal tienen intereses múltiples y cambiantes aunque después son cambiantes y persistentes, pues “sus instintos de lucha se canalizan hacia la competencia,

---

<sup>25</sup> BONILLA, Carlos Bolívar. Didáctica de la Educación Física de base. Ed. Kinesis. 2004. Armenia. Pág. 73

<sup>26</sup> Ministerio de Educación Nacional. Lineamientos curriculares de Educación Física, Recreación y Deportes. Ed. Delfín. Ltda. Bogotá. 2000. Pág. 80.

en el juego hacia a la acumulación de trabajo.”<sup>27</sup> Es decir, que los niños en el deporte se desenvuelven con mayor habilidad porque buscan alcanzar un objetivo que puede ser individual o colectivo.

Lo anterior, nos verifica que el desempeño de los niños en este elemento son más eficaces porque esta en juego su capacidad de superación, además tienen más habilidad para estos deportes, son activos, participativos y poseen iniciativa para la ejecución de las actividades mencionadas.

En última instancia, se puede evidenciar las destrezas elementales realizadas por los estudiantes de grado quinto de forma eficaz y segura en las actividades de: caminar, correr, cargar a su compañero y arrastrarse. Resaltando que en este elemento conceptual el medio que más prevalece es la gimnasia.

Según María Teresa Vásquez, citada por Bonilla, “las destrezas son el nivel de habilidad sobresaliente que se logra alcanzar mediante la realización de una serie ordenada de acciones”<sup>28</sup>, aclarando que en este elemento conceptual se notó un grado de eficacia y seguridad por parte de los niños y niñas de grado quinto, pues ellos desarrollan estas habilidades de forma rápida y con agrado e iniciativa.

Esto nos lleva a concluir que los niños y niñas empiezan a desarrollarse debido a su maduración, lo que conlleva a una buena realización de estas actividades, donde es evidente una mejor postura por parte de ellos, más rapidez de reacción, agilidad al pasar obstáculos que incluyan subir y bajar, teniendo en cuenta que ellos no se rinden hasta llegar al objetivo.

Tabla 2. Actividades según valoración. Lo hace con ayuda o no es eficaz. Medios. Elementos conceptuales

MEDIO	ELEMENTO CONCEPTUAL	ACTIVIDADES
Juego	Hábitos y actitudes	Recorrer 18 m caminando con una cuchara llena de agua en la boca y la depositarla en un vaso que estará al otro extremo.
Juego	Desarrollo Psicomotor	Tirar el balón por el piso, con el fin de tumbar los bolos.
Juego		Cargar al compañero 15m y cambia de pareja.
Juego		Subir y bajar de una silla.
Juego		Saltar la cuerda, correr y reptar agarrando el pin pon para encestarlo en la caja.
Juego		Jugar carretilla en parejas.
Juego		Jugar al diluvio.
Juego		Jugar ponchado.
Gimnasia		Se escoge un líder de cada grupo, quien recibirá una lista de ejercicios que deberán hacer en el menor tiempo posible.

<sup>27</sup> LONDOÑO, Samuel Al. Trabajo de grado

<sup>28</sup> BONILLA. Op cit

Gimnasia		Pararse en un muro o banco y tomarse una pierna levantada haciendo equilibrio por 30 segundos.
Deporte	Formación y realización técnica	Rebotar el balón corriendo mientras se pasa al otro extremo de la cancha.
Juego		Recorre 20 m en parejas sosteniendo una bomba con agua en diferentes posiciones (frente, espalda, abdomen).
Juego		Galopar siguiendo el ritmo de la música, con la mano extendida y un pin pon sobre ella.
Gimnasia		Levantar un pie extendido y lo toca con la mano contraria.
Deporte		Rebotar un balón de baloncesto por 5 minutos, usando las dos manos alternadamente.
Deporte		Competir en carreras de 30m de la cancha.
Danza		Destrezas elementales
Juego	Jugar lleva por tríos, llevando el pin pon.	
Juego	Competir en una carrera de encostados por grupos.	
Danza	Danzar en ronda al ritmo de la canción la Negra Carlota y realiza los movimientos que exija la canción.	
Juego	Realizar la carrera de zancos.	

De otra manera, se hace necesario hacer referencia a estos elementos conceptuales en la valoración de 3, que demuestra que el estudiante hace la ejecución con ayuda o no es eficaz, puesto que la tabla anterior refleja lo siguiente:

El desarrollo psicomotor es un elemento conceptual que sobresale específicamente frente a los otros elementos conceptuales y por su puesto a su valoración máxima obtenida durante la ejecución de las actividades que son: cargar, saltar, subir y juegos grupales. En estas actividades se encontró que igualmente el medio del juego se repite con frecuencia aunque también encontramos la gimnasia en este mismo elemento conceptual.

De acuerdo a esto, se entiende que “el desarrollo motor es ese conjunto de cambios y transformaciones motrices que un individuo experimenta durante su vida como resultado del proceso de crecimiento, maduración y aprendizaje. La adquisición de estos patrones motores y habilidades motrices permiten una mayor habilidad”<sup>29</sup>.

Lo anterior demuestra que los estudiantes del grado quinto presentan un desarrollo de sus capacidades motoras adecuadas para la ejecución de actividades que requieran este tipo de elemento, destacando que en estas actividades su rendimiento no fue el esperado como se desea en el nivel 6.

La formación y realización técnica se ubica dentro de los elementos conceptuales que acompañan a las actividades realizadas, donde es posible notar que las tareas como: correr con objetos, galopar, rebotar el balón entre

<sup>29</sup> GALDÓN. Omar. AI. Manual de Educación Física y Deportes. Ed. Grupo Océano. Barcelona, España. Pág. 43 y 45

otras que los estudiante no realizaron de forma eficaz, lo por lo tanto se obtiene una valoración de 3, especialmente en el medio del deporte, gimnasia, el juego.

Desde la teoría, “ejecutar una formación técnica implica el dominio de destrezas y habilidades para realizar con eficacia y precisión determinados gestos que se requieren en las distintas modalidades. Es un conjunto de acciones simultaneas consecutivas orientadas con el fin de resolver las tareas propias en diferentes situaciones del juego.”<sup>30</sup>

Retomando lo anterior, deducimos que la realización y formación técnica es el producto de las habilidades y destrezas motrices que desarrollan en el ser humano desde la infancia, por lo cual se debe estimular desde temprana edad actividades que favorezcan esta formación.

Otro elemento a retomar es el de destrezas elementales donde se observan actividades tales como: bailar, jugar a lleva, competir y realizar carreras en un determinado espacio, para lo cual su ejecución no es eficaz, dando como resultado una valoración de 3, pues se puede notar tan sólo dos medios, el de danza y el juego.

De acuerdo a esto Mateiew Kolokolowa (citado por Germán Silva Camargo) considera que “la destreza es la facultad de dominar, controlar y modificar las coordinaciones motrices y pasar de una acción coordinada a otras secciones subsiguientes dependiendo de las transformaciones”.

Nuestro aporte frente a este elemento conceptual, se enfoca más a la libertad del niño para experimentar, explorar y poner a prueba sus capacidades, permitiendo que el estudiante tenga libertad para adquirir sus ritmos de aprendizaje que tarde o temprano producirá una destreza ajustándose a su ritmo propio.

Finalmente, se evidencia otro elemento conceptual llamado hábitos y actitudes que con respecto a las actividades se evidencia un bajo desempeño en las realización de las actividades, en este caso recorrer una determinada distancia con objetos en la boca, que presenta la valoración de 3, puesto que sólo se evidencio una vez en el medio del juego.

Con respecto a este elemento conceptual es posible hacer referencia a que “el ejercicio es una actitud necesaria para el crecimiento físico y normal y el desarrollo motor, pero también para el equilibrio psicológico, la maduración afectiva y el rendimiento escolar. Tanto el juego como la actividad física constituyen una parte fundamental del desarrollo y del proceso de socialización del estudiante.”<sup>31</sup>

Por lo tal razón, es posible expresar que el deporte y la actividad física se debe convertir al paso del tiempo en un hábito constante que requiere de una actitud,

---

<sup>30</sup> SILVA, Germán. Diccionario Básico del Deporte y la Educación Física. Ed. Kinesis. Armenia. 2002. Pág. 230

<sup>31</sup> GALDÓN. Omar. Al. Manual de Educación Física y Deportes. Ed. Océano. Barcelona, España. AÑO Pág. 204

positiva y con espíritu competitivo enfocándose en la diversión como un acto lúdico, beneficiando esto la salud y el desarrollo motor.

## 7.4 ESTÁNDARES Y COMPETENCIAS

### 7.4.1 Listado general

A partir de los datos obtenidos en el programa pedagógico se plantean los siguientes estándares y competencias para el grado quinto de la Institución Remigio Antonio Cañarte – Providencia.

Tabla 3. Propuesta de construcción de competencias y estándares. Hábitos y actitudes. Grado quinto. Remigio Antonio Cañarte - Providencia. Jornada tarde. Pereira. 2008.

<b>HÁBITOS Y ACTITUDES</b>			
<b>MEDIO</b>	<b>COMPETENCIA</b>	<b>ÁMBITO</b>	<b>ESTÁNDAR</b>
Deporte	Reconoce la importancia de tomar el ritmo cardíaco como hábito y actitud a la hora de realizar una actividad deportiva	Conceptual	Reconozco los momentos en los cuales debo tomar mi ritmo cardíaco durante una actividad deportiva
		Procedimental	Tomo el ritmo cardíaco por minuto como hábito y actitud cuando realizo actividades deportivas
		Actitudinal	Concientizo a mis compañeros sobre la importancia de adquirir el hábito y la actitud de tomar el ritmo cardíaco al iniciar y terminar un deporte
Danza	Identifica el hábito y la actitud de expresarse por medio de movimientos corporales durante la danza	Conceptual	Identifico los movimientos corporales que puedo representar en una danza durante 10 minutos a partir de los hábitos y actitudes
		Procedimental	Practico en una danza el hábito y la actitud de realizar diferentes movimientos con mi cuerpo, durante 10 minutos
		Actitudinal	Comparto con mis compañeros en una danza diferentes hábitos y actitudes con mi cuerpo, en mas de tres veces
Gimnasia	Ejecuta tareas de gimnasia involucrando ejercicios de flexión y extensión, propiciando el fortalecimiento de hábitos y actitudes	Conceptual	Comprendo la necesidad de realizar flexiones y extensiones, durante 10 minutos, como una forma de rutina diaria para mejorar el desempeño físico, en actividades de gimnasia
		Procedimental	Realiza diferentes ejercicios de gimnasia, que involucran tareas de flexión y extensión durante 10 minutos en el progreso de hábitos y actitudes
		Actitudinal	Trabajo en equipo, resaltando el hábito y la actitud en la realización de tareas de flexión y extensión durante 10 minutos, por medio de la gimnasia

Expresión	Manifiesta el hábito y la actitud de expresarse corporalmente de manera precisa, en actividades recreativas	Conceptual	Reconozco que el expresarme es un hábito y actitud, en la realización de tareas recreativas durante 5 minutos
		Procedimental	Represento diferentes roles cotidianos, a través de la expresión, en actividades de 5 minutos de duración
		Actitudinal	Guío a mis compañeros hacia la representación de roles, por medio de la expresión durante 5 minutos, demostrando su hábito y actitud

Tabla 4. Propuesta de construcción de competencias y estándares. Desarrollo psicomotor. Grado quinto. Remigio Antonio Cañarte - Providencia. Jornada tarde. Pereira. 2008.

DESARROLLO PSICOMOTOR			
MEDIO	COMPETENCIA	ÁMBITO	ESTÁNDAR
Gimnasia	Lidera a sus compañeros en actividades psicomotrices que requieran esfuerzo y resistencia en tareas de gimnasia	Conceptual	Comprendo los beneficios de realizar actividades psicomotrices con 10 minutos de duración en actividades de gimnasia
		Procedimental	Hago tareas de desarrollo psicomotor en mas de 10 minutos, por medio de la gimnasia
		Actitudinal	Planteo soluciones que se puedan presentar en tareas de desarrollo psicomotor en mas de 10 minutos de duración utilizando la gimnasia
Deporte	Participa del lanzamiento en actividades deportivas que permitan el desempeño psicomotor	Conceptual	Identifico diferentes formas de lanzamiento en 10 repeticiones, que se practican en los deportes a través el desarrollo psicomotor
		Procedimental	Practico diversas formas de lanzamiento en 10 repeticiones por medio de tareas deportivas de desarrollo psicomotor
		Actitudinal	Cumplo con las reglas establecidas para actividades psicomotrices de lanzamiento en mas de 10 repeticiones en tareas deportivas
Juego	Compito en juegos que involucren obstáculos desarrollando habilidades psicomotrices	Conceptual	Identifico la estrategia a utilizar para cruzar los obstáculos del juego en menos de 5 minutos, por medio de acciones psicomotrices que permitan llegar a la meta.
		Procedimental	Planeo una estrategia pertinente que ayude agilizar los movimientos psicomotrices en la realización de un juego en menos de 3 minutos
		Actitudinal	Respeto a mis compañeros durante juegos competitivos y psicomotrices realizados en menos de 3 minutos



Danza	Efectúa diferentes movimientos psicomotrices en medio de una danza, representando una canción	Conceptual	Reconoce movimientos corporales y psicomotrices adecuados para representar una canción en medio de una danza, durante 3 minutos
		Procedimental	Aplica cada uno de los movimientos psicomotrices a la representación de una canción en medio de una danza, durante 4 minutos
		Actitudinal	Manifiesto disponibilidad hacia la representación de una canción, utilizando diferentes movimientos psicomotrices, en más de 3 minutos

Tabla 5. Propuesta de construcción de competencias y estándares. Formación y realización técnica. Grado quinto. Remigio Antonio Cañarte - Providencia. Jornada tarde. Pereira. 2008.

FORMACIÓN Y REALIZACIÓN TÉCNICA			
MEDIO	COMPETENCIA	ÁMBITO	ESTÁNDAR
Gimnasia	Participa en ejercicios de resistencia por medio de la gimnasia, a través de la formación y realización técnica	Conceptual	Comprendo las actividades gimnásticas que procuran una formación y realización técnica, en series de 10 repeticiones
		Procedimental	Realizo actividades físicas de formación y realización técnica, en series de 10 repeticiones, por medio de la gimnasia
		Actitudinal	Expreso motivación hacia actividades de resistencia que requieran esfuerzo en tareas de formación y realización técnica, en series de 10 repeticiones, a través de la gimnasia
Expresión	Representa diferentes movimientos corporales, de formación y realización técnica siguiendo instrucciones	Conceptual	Identifico algunas expresiones pertinentes, siguiendo instrucciones, durante 5 minutos en actividades de formación y realización técnica
		Procedimental	Expreso diferentes movimientos corporales de formación y realización técnica, en actividades que requieran seguir instrucciones durante 5 minutos
		Actitudinal	Respeto el trabajo de los compañeros en la realización de actividades de formación y realización técnica a través de la expresión en más de 5 minutos
Deporte	Realiza ejercicios específicos de formación y realización técnica en diferentes deportes	Conceptual	Reconozco cuáles son las técnicas apropiadas para cada deporte, en más de tres veces.
		Procedimental	Aplico diferentes técnicas en la realización de actividades deportivas en más de 10 minutos
		Actitudinal	Manifiesto disposición hacia la realización de actividades técnicas que involucren un deporte en más de tres repeticiones

Juego	Ejecuta diferentes técnicas en un juego, para hallar soluciones en una determinada actividad	Conceptual	Comprendo las técnicas a ejecutar en actividades de solución de problemas a través del juego, durante 10 minutos
		Procedimental	Práctico y ejecuto mis ideas en el momento de utilizar diferentes estrategias para solucionar algún obstáculo dentro del juego, durante 10 minutos
		Actitudinal	Propongo de forma interesada en la ejecución de técnicas para solucionar obstáculos dentro de un juego que duren 10 minutos

Tabla 6. Propuesta de construcción de competencias y estándares. Destrezas elementales. Grado quinto. Remigio Antonio Cañarte - Providencia. Jornada tarde. Pereira. 2008.

DESTREZAS ELEMENTALES			
MEDIO	COMPETENCIA	ÁMBITO	ESTÁNDAR
Gimnasia	Reconoce algunas destrezas elementales por medio de actividades de gimnasia, donde se involucre resistencia.	Conceptual	Identifico cuáles destrezas elementales aportan a la realización de actividades de resistencia, por medio de la gimnasia, durante 5 minutos.
		Procedimental	Hago tareas que permitan fortalecer las destrezas elementales, en actividades de gimnasia durante 5 minutos.
		Actitudinal	Respeto los puntos de vista de mis compañeros al realizar actividades de gimnasia donde se utilizan destrezas elementales.
Juego	Participa de juegos competitivos que incluyan destrezas elementales pasando obstáculos.	Conceptual	Reconozco la competitividad en actividades de destrezas elementales, a través de juegos, en mas de tres veces
		Procedimental	Compito activamente en juegos que involucren destrezas elementales, en mas de 3 veces
		Actitudinal	Motivo a mis compañeros de grupo hacia la realización de destrezas elementales en juegos competitivos en mas de tres veces

## 8. CONCLUSIONES

Después de haber realizado un proceso de investigación en aras de construir una propuesta de estándares y competencias en el área de Educación Física, en el grado quinto B, en la Institución Educativa Remigio Antonio Cañarte-Providencia, en la ciudad de Pereira, es posible concluir que:

La Educación Física es un área fundamental para el proceso de enseñanza y aprendizaje, pues no se puede dejar de lado e ignorar que por medio de nuestro cuerpo es posible construir conocimientos y por ende obtener un aprendizaje integral, resaltando que esta puede ser un complemento de las demás áreas, de modo que se logre una interdisciplinariedad.

Así mismo, se evidencia, la construcción de actividades y tareas teniendo en cuenta el grado y edad de los estudiantes, las cuales fueron elaboradas con el fin de responder a los medios (juego, deporte, danza, expresión y gimnasia) y los elementos conceptuales (desarrollo psicomotor, destrezas elementales, hábitos y actitudes y formación y realización técnica) de la Educación Física.

Igualmente, es necesario resaltar la importancia que tuvo cada uno de los elementos conceptuales y los medios de la Educación Física a la hora de planear y ejecutar alguna tarea, puesto que orientaron las sesiones, enfocándolas hacia un fin determinado y proporcionando herramientas conceptuales, procedimentales y actitudinales para el desarrollo de la práctica.

Siguiendo esta misma línea, durante las prácticas ejecutadas en la institución, se evidenció la aplicación de procesos pedagógicos, puesto que se realizaron planeaciones previas, se evidenció la utilización de recursos humanos, físicos y didácticos que facilitaron el pleno desarrollo de cada una de las actividades. Sin embargo, se hace necesario aclarar que los recursos didácticos fueron gestionados por las docentes en formación, puesto que la Institución no prestaba estos servicios o no contaba con ellos.

Partiendo de lo mencionado anteriormente, se alcanzó el objetivo fundamental de este estudio investigativo, que se enfocó hacia la propuesta de construcción de estándares y competencias en el área de Educación Física para el grado quinto de primaria, mostrando la importancia de establecer criterios que posibiliten enseñar, aprender y evaluar las actividades de Educación Física y el desempeño de estas.

Así mismo, fue posible evidenciar el cumplimiento de tres de los objetivos específicos planteados; en primer lugar se construyeron actividades acordes a la edad, al grado y a sus capacidades que sirvieron como base para una posterior evaluación, en segunda instancia fue posible vincular los medios con los elementos conceptuales como eje articulador de la propuesta. Sin embargo existe un objetivo que se cumple a largo plazo, en la medida que se divulguen los resultados de este estudio, además con la posibilidad de que personas interesadas en este campo puedan profundizar y aplicarlo en la educación.

Finalmente, el enfoque de investigación fue pertinente y adecuado para obtener unos resultados precisos y coherentes a esta propuesta, teniendo en cuenta que fue posible establecer diferencias y semejanzas a nivel cuantitativo en los grupos experimental y control, a fin de conocer el desempeño y rendimiento físico en cada una de las tareas propuestas y por consiguiente obtener unos resultados arrojados por unos test (pre y post) y por la evaluación realizada en cada una de las sesiones, comprobando con esto la viabilidad de la hipótesis planteada, puesto que, es a partir de los elementos conceptuales y los medios de la Educación Física que se pudo elaborar la propuesta de construcción de estándares y competencias para el grado quinto.

## 9. RECOMENDACIONES

Luego de haber realizado el proceso de investigación, fue posible encontrar falencias que se deben replantear, en cuanto al área de Educación Física, por esto se sugiere:

Gestionar diferentes proyectos educativos que permitan la dotación de recursos didácticos a diferentes instituciones, con el fin de garantizar un trabajo más eficaz y productivo del docente hacia los estudiantes y una motivación e interés del estudiante hacia la clase, además es imprescindible que el maestro sepa darle un adecuado y creativo uso a estos elementos. Aclarando que estos recursos son para el aprovechamiento y disfrute de los estudiantes y no para almacenarlos como una reliquia.

Promover diferentes capacitaciones a los docentes en Educación Física y didáctica con el fin de fortalecer la práctica educativa de esta área, donde no solo tomen el juego, sino todos los medios de la educación física, además de los elementos conceptuales y su eficiente aplicabilidad, haciendo con ello, que las clases de Educación Física sean un espacio de interacción y de aprendizaje.

Igualmente se propone que las clases de Educación Física no se remitan solamente a la cancha, sino que trascienda al aula de clase y otros espacios, donde se permita un intercambio de conocimientos teóricos sobre su cuerpo y las actividades que realizan, teniendo en cuenta que estos deben proporcionarse según el grado y la edad de los estudiantes. Esto permite que el estudiante sea consciente de que la Educación Física posee el mismo valor que cualquier área y que por lo tanto se debe reflexionar sobre las actitudes que se asumen hacia ella.

## 10. BIBLIOGRAFÍA

BOLIVAR, Carlos. Didáctica de la Educación Física de base. Ed Kinesis. Armenia. 2004

CAMACHO, Hipólito, Carlos Bolívar. Programas de Educación Física en básica primaria: incluye competencias, estándares y desarrollo de cada unidad. Ed. Kinesis. Armenia 2004

CAMACHO, Hipólito. Hacia la construcción de competencias y estándares para la Educación Física. Colombia.2005.

CAMACHO, Hipólito. Pedagogía y didáctica de la Educación Física. Armenia: Ed. Kinesis, 2003.

CHAVERRA, Beatriz Helena. Propuesta pedagógica para el área de Educación Física en la básica primaria teniendo como referente la promoción de la salud. Colombia. 2004.

DEVÍS, José. PEIRÓ, Carmen. Aprendizaje motor: Elementos para una teoría de la enseñanza de las habilidades motrices: La iniciación en los juegos deportivos: la enseñanza para la comprensión. Colombia: Universidad de Antioquia, 2007

DÍAZ, Mario. Revista Educación y cultura. En: ABC DEL EDUCADOR. Pedagogía y otros conceptos afines. Bogotá: Ediciones SEM, 2004.

GALDÓN. Omar. Al. Manual de Educación Física y Deportes. Ed. Grupo Océano. Barcelona, España. Pág. 43 y 45

MEN. Lineamientos Curriculares. Educación física, recreación y deportes. Ed. Delfín Ltda. Bogotá 2000

MOLINA, Víctor Alonso. Potenciación de las capacidades humanas a partir de la pedagogía de la motricidad (Educación Física, Recreación y Deporte).Colombia. funlibre.2004.e

MUÑOZ, Luis Armando y YOVANIC, Daniel. Programa curricular de educación física par preescolar. Tercera edición. Neiva: Universidad Surcolombiana. Copigráficas del Huila, 1996.

l en

LOSADA, Álvaro, Heladio Moreno. Competencias básicas por áreas aplicadas al aula. Ed. S.E.M. Ltda. Bogotá. 2006

NAVIA, Éibar. Al (Grupo de Investigación Acción Motriz) Competencias y Estándares para la Educación Física: una experiencia que se construye paso a paso. Ed. Kinesis. Armenia. 2008

PEARSON, Erick. Guía de Educación Física para el maestro. Edición Pardos. Buenos Aires. 1964.

PERALTA, Héctor. Taller de pedagogía y didáctica de la Educación Física. Bogotá, D.C: Gobernación de Cundinamarca. Ediciones Ántropos Ltda., 2007

PIAGET, Jean. La formación del símbolo en el niño. Citado por TAMAYO, Gerardo. Los medios de la Educación Física en el preescolar: las posibilidades del docente. 1° encuentro de saberes. 29 y 30 de Noviembre, 2007. Universidad Tecnológica de Pereira.

SANDOVAL, Víctor. Centros de Educación Física. Escuelas de iniciación y formación deportiva. Bogotá, D.C: departamento de Cundinamarca. Noviembre de 2006.

SÁNCHEZ, Fernando. Didáctica de la Educación Física. Barcelona. Paidós. 2003.

SILVA, Germán. Diccionario Básico del deporte y la Educación Física. Ed. Kinesis. Armenia. 2002

VAHOS, Oscar. Juguemos dos. Realgráficas. Medellín. 2000. Citado por TAMAYO, Gerardo. Los medios de la Educación Física en el preescolar: las posibilidades del docente. 1° encuentro de saberes. 29 y 30 de Noviembre, 2007. Universidad Tecnológica de Pereira.

ZAPATA, Oscar. La psicomotricidad y el niño. Etapa maternal y preescolar. Ed. Trillas. Primera edición. México. 1991. Citado por TAMAYO, Gerardo. Los medios de la Educación Física en el preescolar: las posibilidades del docente. 1° encuentro de saberes. 29 y 30 de Noviembre, 2007. Universidad Tecnológica de Pereira.

TOCKEVILLE, Jean. Teoría de la Educación Física. Kinesis. Colombia. 1999. Citado por TAMAYO, Gerardo. Los medios de la Educación Física en el preescolar: las posibilidades del docente. 1° encuentro de saberes. 29 y 30 de Noviembre, 2007. Universidad Tecnológica de Pereira.

#### PAGINAS DE INTERNET

GOMEZ, Raúl."La enseñanza de la Educación Física." Disponible en Internet: (<http://www.efdeportes.com/efd62/parlebas.htm>)

OSSORIO, Damián. La ciencia de la acción motriz, un paradigma en continua evolución. Revista Digital - Buenos Aires - Año 10 - N° 85 - Junio de 2005. Disponible en: <http://www.efdeportes.com/efd85/am.htm>

PERALTA, Héctor. "No Hay Educación Integral Sin Educación Física. Disponible en Internet (<http://es.geocities.com/enlef/HECTOR.doc>). Miércoles 26 de Agosto de 2008.

PARLEBAS, Pierre. Problemas teóricos y crisis actual en la Educación Física. Disponible en internet: <http://www.efdeportes.com/efd7/pparl71.htm>. consultado: 07 2007.

B Emily Mary. "Educación Física". Disponible en Internet (<http://www.monografias.com/trabajos12/edfis.shtml>) Disponible en internet (<http://es.wikipedia.org/wiki/Chico>) miércoles 26 de agosto de 2008.



## 11. ANEXOS

### Anexo 1 Formato test

TEST DE EVALUACIÓN GRADO:

FECHA:

ESTUDIANTES:

ELEMENTO CONCEPTUAL	ACTIVIDAD	VALORACIÓN
DESARROLLO PSICOMOTOR	Realizar las siguientes acciones siguiendo la instrucción docente: sentarse ¡YA!, pararse ¡YA!, Posición de 6 apoyos ¡YA!, posición de 4 apoyos ventral ¡YA!, pararse en pie derecho ¡YA!, posición de 4 apoyos dorsal ¡YA! pararse en pie izquierdo ¡YA! pararse en el pie izquierdo y la mano derecha ¡YA!, acostarse ventral ¡YA! pararse en el pie derecho y la mano izquierda ¡YA!, acostarse dorsal ¡YA!	
	Abra y cierre las piernas: primero con las manos quietas 20 veces. Luego abriendo y juntando los brazos, saltando seguido.	
FORMACIÓN Y REALIZACIÓN TECNICA	Caminar por una línea siguiendo cada paso sobre ella, ir hacia adelante y volver hacia atrás.	
	Abra y cierre las piernas: primero con las manos quietas 20 veces. Luego abriendo y juntando los brazos.	
HÁBITOS Y ACTITUDES	Recorrer en cuclillas una distancia de 30 metros y volver corriendo.	
	Batir una cuerda con una mano, después con la otra y luego con las dos. En 6 momentos cada ubicación.	
DESTREZAS ELEMENTALES	Siguiendo la línea de una cancha hacer las siguientes actividades por cada lado: correr, saltar, caminar hacia adelante y caminar hacia atrás.	
	El director deberá lanzar una pelota al participante de tres formas: rodando, a nivel del pecho y más alto que la talla del testado. 4 veces por nivel.	
	Pasar por debajo de una cuerda sostenida a 30 cm del piso, rodando de lado y devolverse de frente reptando cuatro repeticiones.	
	Caminar 30 metros haciendo girar hacia un lado un bastón entre las manos y devolverse haciéndolo girar para el otro lado.	

#### VALORACIÓN

0 =NO LO HACE

1 = LO HACE CON DIFICULTAD

3= LO HACE CON AYUDA O NO ES EFICAZ

6= LO HACE CON FLUIDEZ Y SEGURIDAD

## ANEXO 2

### IMÁGENES

Imagen 1. Niños y niñas grado quinto. Colegio Remigio Antonio Cañarte - Providencia. Jornada tarde. Pereira. 2008



Imagen 2. Niños y niñas grado quinto. Colegio Remigio Antonio Cañarte - Providencia. Jornada tarde. Pereira. 2008



Imagen 3. Niños y niñas grado quinto. Colegio Remigio Antonio Cañarte - Providencia. Jornada tarde. Pereira. 2008



Imagen 4. Niños y niñas grado quinto. Colegio Remigio Antonio Cañarte-Providencia. Jornada tarde. Pereira. 2008



Imagen 5. Niños y niñas grado quinto. Colegio Remigio Antonio Cañarte-Providencia. Jornada tarde. Pereira. 2008



Imagen 6. Niños y niñas grado quinto. Colegio Remigio Antonio Cañarte - Providencia. Jornada tarde. Pereira. 2008



Imagen 7. Niños y niñas grado quinto. Colegio Jesús de la Buena Esperanza. Jornada tarde. Pereira. 2008



Imagen 8. Niños y niñas grado quinto. Colegio Jesús de la Buena Esperanza. Jornada tarde. Pereira. 2008



Imagen 9. Niños y niñas grado quinto. Colegio Jesús de la Buena Esperanza. Jornada tarde. Pereira. 2008



Imagen 10. Niños y niñas grado quinto. Colegio Jesús de la Buena Esperanza. Jornada tarde. Pereira. 2008