

SISTEMATIZACIÓN DE LA ELABORACIÓN Y EJECUCIÓN DE UN  
PLAN PEDAGÓGICO EN EDUCACIÓN FÍSICA A NIÑOS Y NIÑAS  
DEL GRADO TERCERO EN LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA INEM  
FELIPE PÉREZ PEREIRA

ANYELA PATRICIA ARBOLEDA MANCILLA  
ISABEL CRISTINA RODRÍGUEZ ORTIZ  
JOHANA ANDREA VALENCIA HENAO

UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA DE PEREIRA  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN  
LICENCIATURA EN PEDAGOGIA INFANTIL  
JUNIO DE 2009

SISTEMATIZACIÓN DE LA ELABORACIÓN Y EJECUCIÓN DE UN  
PLAN PEDAGÓGICO EN EDUCACIÓN FÍSICA A NIÑOS Y NIÑAS  
DEL GRADO TERCERO EN LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA INEM  
FELIPE PÉREZ PEREIRA

ANYELA PATRICIA ARBOLEDA  
ISABEL CRISTINA RODRÍGUEZ ORTIZ  
JOHANA ANDREA VALENCIA HENAO

Trabajo De Grado Para Optar El Titulo  
De Licenciadas En Pedagogía Infantil  
(PROYECTO)

Director:  
Mg. GERARDO TAMAYO BUITRAGO

UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA DE PEREIRA  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN  
LICENCIATURA EN PEDAGOGÍA INFANTIL  
PEREIRA  
2009

Nota de aceptación del jurado

---

---

---

---

---

---

Pereira, Junio de 2009

## DEDICATORIA

Dedicamos este trabajo de investigación a Dios, que nos da la fortaleza, la sabiduría y el entendimiento necesario para realizar este proyecto. Muy especialmente a nuestros padres y familiares los cuales hicieron posible terminar satisfactoriamente nuestros estudios profesionales.

## AGRADECIMIENTOS

Son muchas las personas a quienes debemos agradecer su aporte y orientación para la realización de este proyecto;

En primer lugar, a nuestro asesor de proyecto de grado, Mg. Gerardo Tamayo, por su guía, apoyo, colaboración y paciencia, el cual nos hizo ver la investigación como una experiencia de aprendizaje, cambiando la imagen y el paradigma de la enseñanza de la Educación Física.

En segundo lugar, a la Facultad de Educación, por el soporte teórico, pedagógico y didáctico dado para la realización de este trabajo.

En tercer lugar, a la Institución Educativa INEM Felipe Pérez, de la ciudad de Pereira, por abrirnos las puertas para implementar las estrategias metodológicas concernientes a las sesiones del plan pedagógico del área de Educación Física, con los estudiantes de 3º de primaria.

Y a todas aquellas personas que de una u otra forma, colaboraron o participaron en la realización de esta investigación, hacemos extensivo nuestro más sincero agradecimiento.

## TABLA DE CONTENIDO

1. PROBLEMA.....	7
2. JUSTIFICACIÓN .....	9
3. OBJETIVOS .....	10
3.1 GENERAL.....	10
3.2 ESPECÍFICOS.....	10
4. MARCO REFERENCIAL .....	11
4.1 MARCO CONCEPTUAL .....	11
4.2 MARCO DE ANTECEDENTES .....	12
4.3 MARCO TEÓRICO .....	15
4.4 MARCO CONTEXTUAL .....	27
5. METODOLOGÍA.....	30
5.1 DISEÑO .....	30
5.2 POBLACIÓN.....	31
5.3 MUESTRA .....	31
5.4 VARIABLES .....	32
5.5 PLAN DE ANÁLISIS .....	32
5.6 TÉCNICAS E INSTRUMENTOS.....	32
6. RESULTADOS Y ANÁLISIS.....	34
7. CONCLUSIONES.....	52
8. RECOMENDACIONES.....	54
9. BIBLIOGRAFIA.....	55
10. ANEXOS.....	58

## 1. PROBLEMA

A partir de las observaciones en instituciones del sector de básica primaria, se percibe que los docentes en la clase de educación física realizan prácticas a su criterio, sin tener en cuenta las características físicas y de desarrollo para la edad del grupo.

De acuerdo con lo anterior, es necesario que el maestro planifique claramente su clase, evidenciándose en ella objetivos de tipo conceptual, procedimental y actitudinal; teniendo en cuenta que esta actividad no solo va a beneficiar al estudiante con actividades que apunten a satisfacer sus necesidades, intereses y propósitos, sino que también el maestro fortalece su potencial como educador físico y se provee de mayor seguridad para llevar a cabo la planeación de la clase.

Según Hipólito Camacho Coy, el proceso de planificación, constituye uno de los aspectos mas descuidados por el profesor de Educación Física, siendo considerado en muchos de los casos como una actividad tediosa y carente de importancia. Por tal razón los profesores deben tener en cuenta que la Educación Física, como área fundamental de un plan de estudios esta inserta en un currículo en general de educación formal y en consecuencia, no puede desarrollarse de manera aislada.<sup>1</sup>

De la misma manera, Camacho plantea que la idea de orientar la Educación Física, a partir de un método único de trabajo es sencillamente inconcebible, sin embargo, el hecho de intentar desarrollarlo sin una definición metodológica previa, amplia, dinámica y flexible genera un desfase que se evidencia en el desempeño de los participantes.<sup>2</sup>

Frente a este mismo fenómeno, y de acuerdo con Jean Jacques Tocqueville, nuestra actuación como profesionales de la Educación, en el área de Educación Física, esta orientada por un saber eminentemente empírico e intuitivo, producto de largas décadas de hacer disciplina mediante la praxis, la ejercitación sobre el terreno, y que este modo de operar ha ido depositando toda una cultura profesional de la que nos es muy difícil desprendernos.<sup>3</sup>

---

<sup>1</sup> CAMACHO, Hipólito. Pedagogía y Didáctica de la Educación Física. Armenia. Editorial Kinesis. 2003. Pág. 98.

<sup>2</sup> Ibid, Pág. 76.

<sup>3</sup> TOCQUEVILLE, Jean Jacques. Teoría de la Educación Física Editorial kinesis. Armenia 199. Pág. 84.

En otro aspecto, se percibe que las practicas pedagógicas en clases de educación física en primaria, descuidan la pertinencia de conocer las necesidades en cuanto a edad, sexo, y capacidades de los estudiantes.

Según Eric Pearson, el profesorado es el que cree conocer las necesidades de los estudiantes, porque el punto de vista del adulto es el que incide en la formación, centrándose en un currículum oficial hacia unas necesidades educativas, el cual debe tener programas de actividades variadas y equilibradas en el que le debe proporcionar a cada niño numerosas oportunidades para satisfacer sus necesidades, intereses y propósitos. Todos los niños necesitan múltiples oportunidades para desarrollar en experiencias físicas y diversas, que exijan esfuerzo, y estén al alcance de sus capacidades.<sup>4</sup>

---

<sup>4</sup> PEARSON, Eric. Guía de educación física para maestros. Editorial Paidós. Pág. 43-44



## 2. JUSTIFICACIÓN

La importancia de este estudio radica en la necesidad de plantear y aplicar un plan pedagógico, el cual contribuya a la realización estructurada de una clase de educación física, tomando para esto los ejes conceptuales del área, permitiendo que la clase siga una secuencia ordenada de las temáticas con sus objetivos desde lo conceptual, procedimental y actitudinal.

La realización de las actividades en Educación Física, se propone que se planeen teniendo en cuenta los conocimientos, el desarrollo, y las aptitudes de los estudiantes, y con base a estas construir el plan de clases.

Los objetivos por lo tanto, facilitan la intención didáctica del maestro y le dotan de una orientación adecuada, la cual garantiza la máxima eficiencia de la clase, de tal manera que se cumpla fielmente los propósitos y se genere en los estudiantes un mejoramiento perceptible, donde se involucre el Saber – Saber, el Saber – Hacer y el Saber – Ser.<sup>5</sup>

Según Hipólito Camacho es importante que los docentes conozcan los elementos generales de planificación partiendo de los currículos de base, para luego presentar los aspectos requeridos a los currículos pertinentes, programaciones de grado, de unidad, hasta llegar al plan de clase.

Por esta razón se debe tener en cuenta que la educación física como área fundamental de un plan de estudios, esta inserta en un currículo general de educación formal y en consecuencia no puede desarrollarse de manera aislada; sino que debe considerar los elementos y disposiciones de carácter nacional, regional e institucional que la determinan y sobre los cuales ella también ejerce influencia.<sup>6</sup>

En otro aspecto, es importante tener en cuenta las características físicas, las necesidades en cuanto a edad y sexo ya que esto le permitirá al niño realizar experiencias múltiples, mediante las cuales va alcanzando el conocimiento integral de su cuerpo y del medio ambiente que lo rodea; así como también se le proporcionará al estudiante la capacidad de crear y transformar el contexto donde se desenvuelve. Además de esto es necesario tener en cuenta el tipo de material que se le va a ofrecer al educando, buscando que este sea acorde tanto para la actividad que se va a realizar como para su edad, ya que esto influirá en el progreso físico, intelectual, motor y social del niño.

---

<sup>5</sup> TORRES, José. Didáctica de la Clase de Educación Física. México. Editorial Trillas.2005. Pág. # 37

<sup>6</sup> HIPOLITO, Camacho Coy, Pedagogía y didáctica de la educación física, Kinesis, Pág., 98-99.

### 3. OBJETIVOS

#### 3.1 GENERAL

Sistematizar la elaboración y ejecución de un plan pedagógico en educación física a niños y niñas de grado tercero en la institución educativa INEM “Felipe Pérez” de Pereira, contribuyendo así a las prácticas educativas en esta área.

#### 3.2 ESPECÍFICOS

Posibilitar una planeación que atienda los objetivos conceptuales, procedimentales y actitudinales para el grado tercero, orientando así la organización metodológica de la clase de educación física.

Proponer las actividades para cada elemento conceptual en función de un medio de la educación física, fortaleciendo de esta manera las habilidades y capacidades motrices de los niños y niñas.

Organizar y analizar los datos obtenidos, jerarquizando el rendimiento de los niños y niñas con respecto a los elementos conceptuales de esta área.

## 4. MARCO REFERENCIAL

### 4.1 MARCO CONCEPTUAL

A partir de la concepción teórica de los temas que atañen este estudio, se presenta a continuación lo concerniente a los planteamientos que se han seleccionado, en primera instancia desde el aporte actual de algunos teóricos seguido de la pertinencia que en cuestión de la metodología similar en esta experiencia.

#### 4.1.1 Educación física:

La educación física es el conjunto de procesos pedagógicos, que tiene como eje la corporalidad y sus manifestaciones motrices en función de la formación integral del ser humano. En este sentido, la recreación, el deporte, la danza, el juego, entre otros, son retomados como medios de formación, por cuanto se concretan en actividades de carácter lúdico que permiten el desarrollo de las dimensiones corporal, cognitiva, comunicativa, ética y afectiva. Hace parte de todo un sistema educativo del cual retoma y a su vez aporta elementos conceptuales, metodológicos y de evaluación, entre otros.<sup>7</sup>

Se puede decir que la educación física, es la educación del hombre, la cual esta centrada en el cuerpo y su movimiento; y es a través de ellos y los demás aspectos de la personalidad que se busca conseguir un mejor conocimiento de si mismo y una adaptación mas perfecta al entorno físico y social.

Por esta razón, debemos comprender que la educación física, es una disciplina en la cual hay una aplicación pedagógica y didáctica, donde se incluyen todas las dimensiones del ser humano, para así hacer de la educación física una educación integral.

Es importante resaltar que dentro de la educación física se requiere de la utilización de medios que proporcionen una forma didáctica de buscar el conocimiento. Además de esto, no se puede desligar la educación física de la acción motriz, la cual hace referencia a la transformación evidente de un estado del cuerpo a otro por acción propia o asistida; esta acción motriz es intencionada y posee un enfoque y objetivo determinado.

Según lo explicado anteriormente se puede plantear la educación física, como:

---

<sup>7</sup> CAMACHO COY, Hipólito. Educación física una alternativa curricular. Armenia. Editorial Kinesis. 1997.

Disciplina de la educación que posibilita la integración del ser humano mediante la acción motriz.

#### 4.1.2 Plan pedagógico:

Plan pedagógico en educación física significa fijar las diversas partes que componen una acción determinada, los criterios de programación consistirán en establecer las directrices generales sobre:

Que se enseña, como se enseña y cuando se enseña, lo que corresponde a fijar los criterios relativos a contenidos, objetivos y pautas de evaluación. Estos tres aspectos fundamentan la acción didáctica.

1. Estadio: niveles de concreción.
2. Unidades didácticas.
3. Sección.
4. Evaluación.<sup>8</sup>

## 4.2 MARCO DE ANTECEDENTES

Los aportes que se han hecho en este campo, contribuyen como fundamentos relacionados para la realización de este estudio.

La investigación realizada por Hipólito Camacho y otros “hacia la construcción de competencia y estándares para la educación física” tuvo por objeto estructurar con la participación de los docentes del Huila las competencias y estándares para el área de Educación Física en los niveles de educación preescolar, básica y media. Se utilizaron unos talleres que definen de manera preliminar las competencias y estándares para el área de Educación Física Recreación y deportes que posteriormente serán confrontados en la práctica por los profesores coinvestigadores en diferentes instituciones educativas del departamento; se desarrollaron en el año 4 talleres.

Los profesores por lo tanto incluirán dentro de su programación académica para los diferentes grados y unidades temáticas las competencias y estándares definidos; los pondrán en práctica y de manera simultánea se evaluarán mediante la aplicación de fichas de seguimiento y control, además de diarios de campo. Esta aplicación la llevan a cabo todos los profesores participantes en la investigación en cada uno de los centros educativos. La información obtenida de las fichas de seguimiento y control a través de los diarios de campo, es la que permitió determinar la pertinencia y la relevancia de las competencias y estándares propuestos. Finalmente quedo estructurado un documento (libro) con los estándares y competencias definidos para el área de Educación Física Recreación y Deportes; además se rediseño el currículo

---

<sup>8</sup> GALDON, Omar y otros. Manual de educación física y deportes, técnicas y actividades practicas. Barcelona. Editorial Océano. 2002. Pág. 18-42

para la misma teniendo en cuenta los estándares y competencias definidos en la investigación.<sup>9</sup>

Con base en la investigación realizada por Juan Luis Hernández Álvarez “La Concepción de la Educación Física en los niños a través de los grupos de discusión” tuvo como finalidad estudiar la concepción que tienen los niños y las niñas sobre algunos tópicos de la Educación Física Escolar. Para realizar dicha investigación se utilizó un grupo de trabajo, el cual estaba constituido por un profesor universitario (Autor de la Investigación) y cuatro maestros especialistas en Educación física.

Se plantearon dos fases, la primera donde el grupo tomó la decisión de utilizar la técnica del grupo de discusión y la segunda que estaría compuesta por cuestionarios y escalas de opinión, esta última aún no se ha llevado a cabo debido al interés y resultados obtenidos con el grupo de discusión.

Para el desarrollo de la investigación se formaron 4 grupos con niñas y niños de diferentes edades y de distintas zonas de Madrid, con estos grupos se realizaron varias sesiones entre 3 y 4 a lo largo del curso 1994/1995; los cuales estuvieron organizados de la siguiente manera:

Grupo A: 8 niños, de edades comprendidas entre los 10 y 11 años de edad

Grupo B: 10 niños, de edades comprendidas entre los 12 y 13 años de edad

Grupo C: 10 niños, de edades comprendidas entre los 12 y 13 años de edad

Grupo D: 8 niños, de edades comprendidas entre los 13 y 14 años de edad

Al finalizar, el grupo investigativo pudo identificar situaciones – problema dentro de la Educación Física, los niños dentro del grupo de discusión clasificaban esta área como una de las materias menos importantes y aunque apreciaban la diversidad de actividades que allí se realizaban, enfatizaba que hay contenidos de expresión corporal que están ausentes en la escuela, aunque aparecen dentro del currículo oficial.<sup>10</sup>

En el estudio “Potenciación de las Capacidades Humanas a Partir de la Pedagogía de la Motricidad” del autor Víctor Alonso Molina Bedoya y su grupo de investigación calidad de la educación física, en la universidad de

---

<sup>9</sup> CAMACHO COY, Hipólito y otros. HACIA LA CONSTRUCCION DE COMPETENCIA Y ESTANDARES PARA LA EDUCACION FISICA. Disponible en: [http://www.huilavirtual.org/edufisica/download/PROYECTO\\_DEPARTAMENTAL.ppt](http://www.huilavirtual.org/edufisica/download/PROYECTO_DEPARTAMENTAL.ppt) -. Consultado: 08/22/08.

<sup>10</sup> FERNANDEZ, Juan. LA CONCEPCION DE LA EDUCACION FISICA EN LOS NIÑOS ATRAVES DE LOS GRUPOS DE DISCUSION. Disponible en: <http://www.deporteyescuela.com.ar/pedf8/jlha.pdf>. Consultado: 09/22/08

Antioquia. Con esta investigación se buscó reflexionar y problematizar la Pedagogía de la Motricidad como elemento potenciador ó no de capacidades humanas desde metodologías participativas y críticas.

El equipo investigador asumió como propuesta metodológica la investigación acción participación, perspectiva que involucra a la comunidad en la construcción del conocimiento y la solución de sus problemas. El grupo de investigación asumió esta metodología por combinar investigación, educación-aprendizaje y acción e involucrar a la población interesada en el proyecto de investigación, para generar procesos de transformación en las comunidades. De la misma manera abordaron los momentos de problematización o investigación, tematización, implementación pedagógica o acción.

Finalmente este estudio concluyó que la institución educativa es un lugar de formación donde se trasciende la educación técnica procurando la formación integral de la persona. En tal sentido se valoran otros procesos como la socialización y las relaciones entre los diferentes actores de la comunidad educativa y aunque sigue manifestándose la preocupación por el aprendizaje de habilidades y el desarrollo de capacidades coordinativas y condicionales, emerge entre los maestros una intención consciente dirigida hacia la formación integral como potenciadora de capacidades humanas orientadas hacia la Promoción de la Salud.

En los maestros empieza a gestarse un proceso en el cual se pasa de una concepción de la educación física, recreación y deporte como medio para el aprendizaje de habilidades, el desarrollo de capacidades y la formación en valores a la adquisición, asimilación e integración de una Pedagogía de la Motricidad como práctica potenciadora de capacidades humanas integradas como: la autonomía, la responsabilidad, la solidaridad, la tolerancia, el goce y la capacidad vital.

Los antecedentes anteriormente mencionados son el resumen de los resultados que fueron encontrados por diversos investigadores sobre temas semejantes al tema de este estudio.

Por lo tanto se puede apreciar que son pertinentes para nuestro proyecto ya que nos orientan y nos sirven como base teórica; además se tratan temáticas relacionadas con la educación física, resaltando la importancia de esta dentro del currículo y reflejando problemáticas, como lo es la poca pertinencia o importancia que le dan los docentes a la clase de educación física.

De igual manera nos permite tener una visión mas amplia acerca de lo que se ha trabajado y de lo significativa que resulta ser esta área de enseñanza cuando se implementa de una manera adecuada, teniendo en cuenta la intencionalidad pedagógica de las actividades, el proceso de

planeación, la edad, el nivel educativo, las necesidades y capacidades motoras de los niños.

### 4.3 MARCO TEÓRICO

La construcción teórica de este estudio se realiza con base en dos ejes fundamentales, los cuales tienen relación directa desde la pedagogía infantil, como son el caso de la educación física y el plan pedagógico.

A su vez, en cada uno de los ejes, se establecen subdivisiones temáticas que buscan dar claridad y rigor argumentativo a la metodología que exige el estudio.

#### 4.3.1 Educación Física.

Para abordar teóricamente este objeto de conocimiento se tratarán los elementos conceptuales que atañen a la educación física, cada uno de ellos constituyen las bases que fundamentan el desempeño de los participantes y que deben incentivarse desde la acción educativa.

También se tratarán además de los anteriores, los medios por los cuales se llega pedagógicamente a las prácticas o actividades; los medios de la educación física son aquellos que permiten tanto al educando como educador, aproximarse efectivamente al objeto de conocimiento y valorar el desempeño de los participantes:

##### 4.3.1.1 Elementos conceptuales

###### 4.3.1.1.1 Esquema Corporal

Es la imagen corporal o representación de cada quien, es una estructura que funciona inconscientemente, y sufre variaciones de todo tipo, ya sea por lesiones en el cuerpo o enfermedades que distorsionan la imagen corporal. Según los especialistas, el desarrollo del esquema corporal tiene todo un proceso, el cual depende de la maduración neurológica como también de las experiencias que el niño tenga y alcanza su pleno desarrollo hasta los 11 o 12 años.<sup>11</sup>

De esta manera se puede concluir, que el conocimiento de nuestro cuerpo es importante para saber como es su funcionamiento en cuanto a su estructura, determinando de esta manera posibles gustos o preferencias.

---

<sup>11</sup> FABRIS, Fernando. Esquema corporal. 2001. Disponible en: <http://www.espiraldialectica.com.ar/12-9-66.htm#Esquema%20corporal>. Consultado el: 30/11/2008.

#### 4.3.1.1.2 Espacio Temporal

Es el conocimiento del propio espacio que nos rodea, el cual se obtiene en gran medida a la integración del esquema corporal del niño como un todo, a partir del cual va a ir integrando y organizando el espacio y el tiempo, según la edad, o capacidades de cada quien.

Conforme a esto el niño empieza a desplazarse en forma independiente en el espacio, y empieza a adquirir mayor destreza y habilidad en sus movimientos.<sup>12</sup>

Por lo anterior se puede decir, que el conocimiento del espacio temporal se hace evidente a medida en que vamos conociendo y experimentando el entorno, y se va fortaleciendo de acuerdo a los cuidados y seguridades que le brinden al niño(a), ya sea en el hogar o en la misma escuela.

#### 4.3.1.1.3 Capacidades Coordinativas.

Son aquellas que se realizan conscientemente en la regulación y dirección de los movimientos, con una finalidad específica, estas se desarrollan sobre la base de determinadas aptitudes físicas del hombre y en su enfrentamiento diario con el medio.

Las capacidades coordinativas son consideradas como pre-requisitos de rendimiento, o de movimiento, que capacitan al individuo para ejecutar determinadas acciones, sean deportivas, profesionales o de la vida cotidiana.<sup>13</sup>

Las capacidades coordinativas son las que están relacionadas con la capacidad de conducción (control) y regulación del movimiento, es decir con los procesos informacionales.

#### 4.3.1.1.4 Capacidades Condicionales

Son cualidades energético-funcionales del rendimiento, que se desarrollan como resultado de la acción motriz consciente del estudiante y que al mismo tiempo constituyen condiciones de esas acciones motrices y de otras a desarrollar.<sup>14</sup>

Son llamadas capacidades condicionales porque se desarrollan con el acondicionamiento físico y condicionan el rendimiento deportivo (Resistencia, Velocidad y Fuerza).<sup>15</sup>

En consecuencia se puede decir que estas capacidades, como su nombre lo indica, condicionan el funcionamiento del cuerpo y se desarrollan en el

---

<sup>12</sup> BOLAÑOS, Cristina. Manual para padres con enfoque humanista, Edit Limusa. 2002. México. Pag 51

<sup>13</sup> PÉREZ, Víctor. Capacidades Coordinativas. PUBLICE Standard. 12/02/2001. Pid: 13.Mantovani. Córdoba. Argentina.

<sup>14</sup> RUIZ y otros. 1985:81, Diccionario Indeportes Antioquia. Disponible en: <http://www.indeportesantioquia.gov.co/educacionfisica/diccionario.htm>. consultado 07/24/08

<sup>15</sup> ALDEA DE SAN NICOLAS, Dpt de Educación Física. Disponible en: <http://www.ieslaaldea.com/documentos/edufisil/cualidbasicas.pdf>. 07/25/08



niño con la edad, la estimulación y el afianzamiento de la cultura del movimiento.

#### 4.3.1.1.5 Patrones de Movimiento.

Se definen como un algoritmo repetible de acciones cuya combinación permiten el ejercicio de una Función Motriz que requiere estabilidad y permanencia en el repertorio motor del ser humano.<sup>16</sup> Estos patrones de movimiento están presentes en la vida cotidiana del niño y se pueden dar por su desarrollo físico (herencia), el aprendizaje y el sistema nervioso, no siempre son aprendibles pero se desarrollan a través del tiempo con las adaptaciones del cuerpo y según lo que requiera cada uno de los patrones. Algunos patrones de movimiento son: Agarrar, Rodar, Reptar, Gatear, Caminar, Correr, Saltar, entre otros.

Los patrones de movimiento hablan de un cambio observable en la posición de alguna de las partes del cuerpo, lo cual implica una serie de movimientos relacionados entre si, estos pueden ser simples o complejos y se practican o realizan en diferentes actividades, juegos y prácticas deportivas; es un deber del docente dotar a los niños con mas patrones de movimiento, para así afianzar y desarrollar correctamente la capacidades y habilidades básicas.

#### 4.3.1.1.6 Desarrollo Psicomotor

La noción de psicomotricidad otorga una significación psicológica al movimiento y permite tomar conciencia de la dependencia recíproca de las funciones de la vida psíquica con la esfera motriz.

Se conoce como desarrollo psicomotor a la madurez psicológica y muscular que tiene una persona, en este caso un niño. Los aspectos psicológicos y musculares son las variables que constituyen la conducta o la actitud.<sup>17</sup>

En consecuencia se puede decir que es el conjunto de comportamientos técnico-gestuales tanto intencionados como involuntarios. La función motriz, en definitiva, no es nada sin el aspecto psíquico; ya que su intervención convierte el movimiento en gesto, es decir, en portador de respuesta, de intencionalidad y de significación.

#### 4.3.1.1.7 Formación y Realización de Técnica

Hace referencia a la ejecución de estrategias de movimiento que conllevan a una eficiencia motriz adaptadas a las estructuras corporales, el manejo y aprovechamiento de los recursos que la actividad exige.

---

<sup>16</sup> MUÑOZ, Luis y otros. Programa carrera de Educación Física Preescolar. 3ª Edición. Neiva. 1996.

<sup>17</sup> BARON, Robert A. Fundamentos de Psicología Prentice Hall Hispanoamérica, S,A

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

Para esto ha explicado a partir de su estudio las siguientes clasificaciones:

Estrategias cognitivas haciendo uso del procesamiento de información del aprendizaje; estrategias metacognitivas, ligadas al proceso de planear, controlar y regular el aprendizaje; uso de recursos, como ayuda de otras personas o de otros medios y estrategias motrices, que hacen referencia a la repetición de la tarea motriz hasta alcanzar el gesto o la meta de desempeño.<sup>18</sup>

Por lo tanto se puede decir, que es importante la forma en que se organiza las actividades de clase, en cuanto a la formación, técnica, y formas de ejecutar dicha tarea, para el logro de los objetivos propuestos.

#### 4.3.1.1.8 Destrezas Elementales

El término destreza está ligado a toda actividad motora que incluye la manipulación o manejo de objetos. Su adquisición se produce cuando el individuo empieza a acortar la distancia que existe entre un movimiento tal cual lo ejecuta y un esquema preconcebido. Destreza y habilidad están muy relacionadas, aunque para hacer una diferenciación, el término habilidad puede ser más generalizado, mientras que en la destreza se forman y afianzan las acciones motrices complementarias que corresponden a las distintas variantes de la técnica, las soluciones prácticas a situaciones imprevistas es su rasgo distintivo. Es importante tener en cuenta que en el desarrollo de las destrezas motoras se incluyen actividades relacionadas con desplazamientos, saltos, giros, lanzamientos y recepciones.<sup>19</sup>

De esta manera, se puede concluir que las destrezas elementales, son de gran importancia para el desarrollo motor de los niños ya que permiten afinar y precisar las habilidades, capacidades y conductas motoras. Por otra parte, Es necesario que el niño cuente con la instrucción tanto de sus padres como de los docentes y la oportunidad para practicar cuantas veces sea necesaria la acción con el fin de desarrollar adecuadamente sus destrezas.

#### 4.3.1.1.9 Hábitos y Actitudes

---

<sup>18</sup> BUND, Andreas. Auto-aprendizaje en el deporte: ¿Qué estrategias utilizan hombres y mujeres?. Aprendizaje motor: elementos para una teoría de la enseñanza de las habilidades motrices. Medellín. Edit. Rodrigo Arboleda Sierra. Funámbulos. Instituto Universitario de educación física Universidad de Antioquia. 2007.

<sup>19</sup>MUÑOZ, Jorge Antonio. El Movimiento Humano: Necesidades y subsistencia, etapas de aprendizaje y desarrollo. Disponible en <http://www.tiquicia.com/columnas/deportes/008q21200.asp>. Julio 26 del 2008

El hábito hace referencia a cualquier comportamiento repetido regularmente, que requiere de un pequeño o ningún raciocinio y es aprendido, más que innato. Por su parte las habilidades son una forma de respuesta, a alguien o a algo aprendido y relativamente permanente. Los hábitos se adquieren y se perfeccionan con la práctica.<sup>20</sup>

Los hábitos y las actitudes hacen referencia a las costumbres de cada persona adaptadas a su contexto.

Desde la educación física se adoptan como las acciones que requieren de tiempos y aprovechamiento de recursos, entre otras: Alimentación, formas de hablar: pedir permiso, saludar, despedirse, dar gracias, permítame, hidratación, vestido, horario de dormir y levantarse, relación de trabajo y descanso, ofrecer ayuda y pedirla, dar el puesto a quien lo necesita.

De esta manera cualquier acto adquirido por la experiencia y realizado regular y automáticamente se denomina hábito. Los hábitos incluyen los gestos, o la forma de mover las manos al hablar, hasta las preferencias en las lecturas, pasando por la satisfacción de las ansias personales, como en el hábito de fumar o de comer. La actitud por su parte es una forma de motivación social que predispone la acción de un individuo hacia determinados objetivos o metas. La actitud designa la orientación de las disposiciones más profundas del ser humano ante un objeto determinado.

#### 4.3.1.2 Medios de la educación física

Los medios pueden enfocarse como las formas o estrategias por las cuales se realizan las actividades para lograr los objetivos; por esta razón se pueden entender como la acción conveniente para conseguir algo, por lo tanto están implícitos en la didáctica.<sup>21</sup>

Ahora veamos dentro de la didáctica de la educación física la aplicación de los medios.

##### 4.3.1.2.1 La Gimnasia

Resuelve las tareas de perfeccionamiento físico de quienes la practican, lo que permite alcanzar gran maestría en la realización de los diferentes ejercicios que exigen una completa coordinación de movimientos, gran fuerza física, movilización de la voluntad, firmeza e intrepidez.

Por lo tanto favorece el desarrollo de la intrepidez, la decisión y la facultad de orientarse en situaciones inesperadas, de igual manera contribuye a perfeccionar cualidades físicas, como son la destreza, la fuerza, la agilidad, y la resistencia. Gracias a la repetida ejecución de los ejercicios

---

<sup>20</sup> MUÑOZ , Juan Carlos. Hábitos y estilos de vida en relación con la actividad física en la educación primaria. Revista Digital - Buenos Aires - Año 10 - N° 79 - Diciembre de 2004. Disponible en: [http:// www.efdeportes.com/efd79/habitos.htm](http://www.efdeportes.com/efd79/habitos.htm). consultado: 09/06/08

<sup>21</sup> TAMAYO, Gerardo. Los medios de la educación física en el preescolar. Las posibilidades del docente. Ponencia del 1er encuentro de saberes, 29 y 30 de noviembre 2007.

gimnásticos el organismo humano reacciona cada vez menos a las posiciones anormales del cuerpo.<sup>22</sup>

Se considera que la gimnasia es de gran importancia para todos los niños, ya que este medio les permite adquirir una mayor elasticidad en su cuerpo, perfección en sus movimientos y contribuye a sobrellevar las agresiones propias de la vida cotidiana y del medio.

#### 4.3.1.2.2 La Expresión

La expresión son todos aquellos gestos, posturas y la manera propia en que cada persona se mueve.

La función expresiva es tan antigua como el hombre, pero solo adquiere relevancia en la educación física hasta el siglo XX. Surge como reacción al estatismo de algunas escuelas, con la intención de potenciar y destacar la búsqueda del ritmo natural en los movimientos.<sup>23</sup>

Por lo tanto la función expresiva es innata del ser humano, y se manifiesta mientras hablamos, lloramos, reímos, tratando de comunicar lo que sentimos o pensamos a través de nuestro cuerpo.

#### 4.3.1.2.3 La danza

Se contempla, en primer término, dentro de la categoría de enseñanzas artísticas, las cuales están enmarcadas dentro del apartado de enseñanzas de régimen especial.

Por otro lado se encuentra la danza como una actividad natural del ser humano enfocada en dos componentes; el motriz el cual hace referencia a todos los movimientos, capacidades habilidades y competencias que adquieren los niños y adolescentes. Y el expresivo al conjunto de sentimientos, emociones, y acciones del ser humano.<sup>24</sup>

En consecuencia, la danza es un factor importante en la vida del niño y en general para todos los seres humanos ya que esta nos ayuda a tener una mejor coordinación motriz, a ser más creativos e imaginativos y a mantener una mente sana.

#### 4.3.1.2.4 El juego

---

<sup>22</sup> UKRAN, Ma. Gimnasia deportiva. Editorial. Pueblo y educación. Zaragoza España. Pág., 1 y 2

<sup>23</sup> QUINTANA, Yánez. Ritmo y educación física de la condición física a la expresión corporal. edit. Gymnos. Madrid España. PG 12-21

<sup>24</sup> FUENTES, Luís. El valor pedagógico de la danza. Valencia España Disponible en: <http://dialnet.unirioja.es/servlet/tesis?codigo=7186>. Consultado: 11/09/2008.

EL juego es un instrumento de gran riqueza pedagógica, ya que es una actividad lúdica propia de la infancia; con la cual el niño aprende, conoce, descubre el mundo, lo representa, lo imagina, lo verbaliza y se apropia de él. Además de esto, el juego crea disciplina en los niños, permite la interiorización de reglas, lleva consigo el espíritu de la sociabilidad, permite que se elabore hechos y situaciones, contribuye a la profundización de conocimientos, volviéndose de esta manera un aprendizaje para la vida adulta.

De acuerdo a lo anterior el juego es un elemento esencial en la vida una persona, puesto que funciona como agente socializador.

Es necesario reconsiderar el sentido del juego dentro de la escuela e involucrarlo en el proceso de enseñanza y aprendizaje, ya que a través de este el niño conoce el mundo desde sus posibilidades, aprende con vivacidad y sencillez las complejidades de causa y efecto; donde el docente puede crear un espacio de integración y reflexión<sup>25</sup>.

#### 4.3.1.2.5 El deporte

Hace referencia a toda actividad física o mental la cual esta sujeta a reglas y debe realizarse de forma planificada. Puede ser ejercida como juego o competición, cuya práctica supone entrenamiento y sujeción a normas.

Existen diferentes clases de deportes como: el ajedrez que es un deporte mental, la natación un deporte físico, el golf un deporte tanto físico como mental, entre otros.<sup>26</sup>

Finalmente, se puede decir que el deporte permite al ser humano mantener un buen estado físico y mental, además previene enfermedades circulatorias, presión, diabetes, evita la obesidad, entre otros.

#### 4.3.1.3 Modelo Pedagógico:

##### 4.3.1.3.1 Integrado o Emergente:

Retoma los postulados de la pedagogía activa y crítica, presta especial atención al estudiante, como ser humano crítico, creativo, que posee presaberes que son de gran importancia en el proceso pedagógico.

El ideal educativo se enfoca hacia la construcción de un ser humano autónomo, crítico, creativo. La educación física se encamina entonces hacia aspectos relacionados con el deporte, la salud, la ciencia y la

---

<sup>25</sup> ROMERO, Tatiana. Aprender jugando. Edit. alegría de enseñar N° 36. Fundación fes. Año 9 julio- septiembre.1999. pág. 6.

<sup>26</sup> SOLAS, Javier. Definición de deporte. Disponible en: <http://www.todonatacion.com/deporte/>. Consultado el: 11/09/2008.

tecnología, la formación social, la comunicación, tomando como referente la conducta motriz.

La relación profesor – estudiante tiene un carácter dialógico donde ambos aportan en el proceso de enseñanza y aprendizaje. Utiliza estilos de enseñanza creativos y participativos tales como: descubrimiento guiado, resolución de problemas, enseñanza recíproca entre otras.

Los contenidos son definidos a partir de necesidades de la comunidad académica. Tiene vigencia el currículo pertinente, en relación con la expresión corporal, sociomotricidad y psicomotricidad.

La evaluación es considerada como proceso, es participativa, integral, continua, sistemática. Presta atención a las experiencias vividas por los estudiantes. Recurre la integración de procesos de autoevaluación, coevaluación y heteroevaluación.<sup>27</sup>

Este modelo pedagógico se implementa con los niños y niñas durante las sesiones trabajadas, buscando que el estudiante participe activamente dentro de los ejercicios, donde los niños tengan la oportunidad de interactuar con el docente y de esta manera puedan realizar aportes o modificaciones para las actividades propuestas.

En las sesiones se trabaja con los niños actividades donde se evidencie el trabajo en equipo, el aprendizaje colaborativo, la asignación de tareas, la resolución de problemas, con el fin que los niños interioricen las tareas motrices y se fortalezcan actitudes que promuevan la sana competencia, el juego limpio y el respeto.

En este modelo, la evaluación se orienta como un proceso dinámico, continuo, participativo y sistemático, en las cuales se prefiere la autoevaluación, la coevaluación y la heteroevaluación, como estrategias permanentes en las sesiones de trabajo.

Por lo anterior, en las actividades llevadas a cabo con los niños se busca dosificar el esfuerzo, adaptar las actividades de acuerdo con las posibilidades individuales de los niños y de esta manera poder detectar cual es el avance de ellos y compararlo con su propia condición anterior y no con relación a los demás compañeros, valorando de esta manera el proceso que el niño realiza para ejecutar un determinado movimiento o acción.

#### 4.3.1.4 Teorías de la Educación Física:

##### 4.3.1.4.1 Psicomotricidad

---

<sup>27</sup> Ibid., Pag 72, 73.

Es el movimiento considerado desde un punto de vista anatómico, fisiológico y neurológico, es decir; la suma de actividades de tres sistemas:

Sistema piramidal (movimientos voluntarios)

Sistema extrapiramidal (motricidad automática)

Sistema cerebeloso (que regula la armonía del equilibrio interno del movimiento)

Enfoca el movimiento desde su realización, como manifestación de un organismo complejo que modifica sus reacciones motoras en función de las variables de la situación y sus motivaciones.<sup>28</sup>

Para Parlebás, el término “psicomotricidad”, tiene el mérito de haber dirigido la atención hacia “la persona” como ser susceptible de desarrollar sus capacidades físicas e intelectuales a través del movimiento; sostiene que se habla de una acción psicomotriz cuando no hay interacción con otros seres, pero cuando sí se da una relación interactiva, se está hablando de una acción sociomotriz.

Se puede decir que la psicomotricidad esta relacionada con el concepto del cuerpo y sus experiencias, y el acercamiento del cuerpo a través de la dimensión psicológica (en la expresión)

#### 4.3.1.4.2 Socio-motricidad

De acuerdo con Parlebas mientras el término psicomotricidad alude a acciones ejecutadas por un solo sujeto, la sociomotricidad hace referencia a una interacción en la que participa más de una persona, especialmente en los juegos y deportes colectivos en donde los resultados son mucho más enriquecedores.<sup>29</sup>

En este caso el grupo se subdivide en:

- Interacción Sociomotriz de Antagonismo. Cuando los deportes contemplan adversarios o contrincantes.
- Interacción Sociomotriz de Cooperación. Cuando por el contrario, los participantes se complementan y auxilian durante la actividad.<sup>30</sup>

A diferencia de la psicomotricidad, se puede decir que la sociomotricidad se enfatiza en la interacción entre las personas, la cual se da a través de la expresión, la comunicación, la expresividad motriz y el lenguaje. Es

---

<sup>28</sup> LOPEZ VALENCIA, Claudia y otros. Compendio escalas de evolución 0 meses- 6 años. Manizales. 1992. Pág. # 1.

<sup>29</sup> SÁNCHEZ, Ma. de Lourdes. La Concepción Pedagógica De Pierre Parlebás. Disponible en: [http://www.praxiologiamotriz.inefc.es/PDF/Parlebas\\_articulo\\_mexico.pdf](http://www.praxiologiamotriz.inefc.es/PDF/Parlebas_articulo_mexico.pdf). Consultado:09/07/2008

<sup>30</sup> OSSORIO LOZANO, Damián. La Ciencia de la Acción Motriz, un paradigma en continua evolución. Disponible: <http://www.efdeportes.com/efd85/am.htm>. Consultado:09/07/0

decir, las experiencias que el niño realiza a partir de estos aspectos, puestos en relación con el medio y con otros.

#### 4.3.1.4.3 Aprendizaje Motor

Es el proceso a través del cual, se adquiere la capacidad de realizar una serie de movimientos coordinados de forma automatizada, influye la maduración del sistema nervioso central y periférico, junto con la capacidad del tono muscular para efectuar los movimientos requeridos, basándose en la repetición analítica: Descomponer, aprender y luego variar para estimular nuevos aprendizajes y así preparar las nuevas tareas.<sup>31</sup>

También es importante resaltar que a través del aprendizaje motor se estudia cómo las diferentes destrezas y movimientos son aprendidos, mejorados, afianzados y especializados mediante los procesos de práctica y experiencia.<sup>32</sup>

Se presentan unas fases las cuales caracterizan su desarrollo:

- Fase A: Adquisición de la forma tosca inicial: Coordinación primitiva del movimiento.
- Fase B: Corrección, Afinamiento y Diferenciación: Coordinación Elaborada del Movimiento.
- Fase C: Afinamiento y Adaptación a condiciones cambiantes: Estabilización del movimiento.<sup>33</sup>

Cuando hablamos de aprendizaje motor, nos referimos al proceso a través del cual adquirimos un movimiento nuevo, con la finalidad de precisarlo, afirmarlo y aplicarlo de una manera adecuada. Entendiendo, que este aprendizaje es progresivo y requiere de diferentes experiencias, para así a puntar a los fines que persigue.

#### 4.3.1.4.4 Etapa Evolutiva de Desarrollo

Los niños de 7 años se encuentran en una etapa de desarrollo llamada con frecuencia la niñez media, los cuales necesitan afecto por parte de los adultos, que puedan hablar y jugar con ellos. Esta es una etapa muy estimulante donde buscan llegar a ser adolescentes y adultos saludables.

Es necesario permitirles que ayuden a establecer el reglamento y las limitaciones, para establecer parámetros dentro de las actividades y

<sup>31</sup> SOLAS, Javier. Aprendizaje Motor. Disponible en: <http://www.todonatacion.com/deporte/deporte-infantil/aprendizaje-motor/> Consultado: 09/07/2008

<sup>32</sup> LOPATEGUI, Edgar. Aprendizaje Motor. Disponible en: [http://209.85.165.104/search?q=cache:cFN4xUjDJ0J:www.saludmed.com/AprenMotor/ppt/Conceptos\\_Bas-ApredM.ppt+que+es+aprendizaje+motor&hl=es&ct=clnk&cd=8&gl=co.](http://209.85.165.104/search?q=cache:cFN4xUjDJ0J:www.saludmed.com/AprenMotor/ppt/Conceptos_Bas-ApredM.ppt+que+es+aprendizaje+motor&hl=es&ct=clnk&cd=8&gl=co.) Consultado: 09/07/08

<sup>33</sup> MEINEL, Kurt. Didáctica del movimiento. Editorial Meditec. Madrid 1999. Pág. 269



juegos que lleven a cabo. Durante esta etapa, los niños suelen buscar soluciones a los problemas que se les presenta.

En cuanto al desarrollo físico de los 7 y 8 años, los músculos principales en los brazos y las piernas están más desarrollados que los músculos secundarios. Los niños pueden tirar una pelota y correr, pero les es difícil hacer las dos cosas a la vez, por lo tanto es importante que durante las actividades se programen y establezcan periodos de descanso.<sup>34</sup>

Además de esto, existen muchas diferencias entre las habilidades y destrezas de los niños, lo cual incide en las relaciones interpersonales que establecen, en sus sentimientos y emociones.

En cuanto al desarrollo social y emotivo, ellos quieren hacer las cosas por si solos y para ellos mismos. Sin embargo, requieren de ayuda por parte de los adultos.

Los niños del mismo sexo se colaboran entre sí y necesitan de: Entretenimiento y animación, ellos aprenden mediante la observación y la conversación; por lo tanto es necesario acompañarlos en los momentos difíciles, proporcionándoles apoyo en situaciones de tensión, para que de esta manera logren expresar lo que sienten.

Por último, en el aspecto intelectual, los niños poseen una buena memoria, prestan mayor atención, se expresan de una mejor manera y por esta razón sus pensamientos y decisiones son más claras y concretas. Además de esto, aprenden a planear y analizar las actividades que realizan buscando tener gran variedad de estas.

#### 4.3.1.4.5 Didáctica del movimiento

Surge debido a la evolución del problema del movimiento en la educación física ya que este presenta una serie de concepciones muy diversas, es por esta razón que se busca a través de la didáctica del movimiento alcanzar una mayor comprensión, claridad y generalización de los conocimientos adquiridos y comprobados por la experiencia para luego poner en marcha una labor metódica y sistemática.

Nace de las necesidades y problemas que surgen en la enseñanza práctica, por eso busca brindar una enseñanza efectiva de la cultura física, se basa fundamentalmente en un conocimiento profundo de la estructura y de las leyes del desarrollo y funciones dinámicas del organismo humano.<sup>35</sup>

---

<sup>34</sup> NUTTALL, Paúl. El desarrollo de los niños de 7 a 8 años. University of Connecticut. 1995. Disponible en: <http://www.nccc.org/Child.Dev/sp.des.7a8a.html>. Consultado: 27/09/2008

<sup>35</sup> MEINEL, Kurt. Didáctica del movimiento. Editorial Meditec. Madrid 1999. Pág. 5,51,52

La Didáctica del Movimiento es de gran importancia, ya que a través de ella se busca conocer y comprender los diferentes movimientos que se encuentran en la práctica de educación física y el deporte, permitiendo de esta manera, tener una mayor claridad para la enseñanza de dicho movimientos.

#### 4.3.1.5 La educación física en el grado tercero de primaria

Al introducir la educación física en los programas escolares, es oportuno señalar que ella contribuye a que el niño logre un estado de equilibrio y armonía entre sus movimientos y su cuerpo, determine su identidad corporal y se forme una imagen de sí mismo direccionada; es decir, que pueda manejar su cuerpo según sus deseos. Además, la actividad física permite a la manifestación del niño como sujeto social, favoreciendo la comunicación y relación con sus pares a través del trabajo en equipo y la conformación de grupos.

El Aporte que hace la educación física al crecimiento y desarrollo es que en todo momento, trabaja sobre la maduración motora. Siguiendo esta premisa, podemos organizar sus contenidos en torno a los siguientes ejes:

**El propio cuerpo:** En este eje se trabaja el dominio del cuerpo y el establecimiento de los límites corporales; el enriquecimiento del esquema corporal; el desarrollo de cualidades físicas, como fuerza, resistencia, coordinación, equilibrio y creatividad; el cuidado del cuerpo, y, finalmente, la resolución de problemas a través de situaciones corporales.

**El cuerpo en relación con el medio físico:** Abarca el establecimiento de relaciones de espacio y tiempo; el reconocimiento del cuerpo a través de movimientos y acciones; ritmos personales en relación con ritmos grupales; armonía de ritmos; coordinación del cuerpo con diferentes objetos y cuidado del medio ambiente.

**El cuerpo como medio de relación social:** Esto es sinónimo de comunicación con los demás. La fluidez y sanidad con la que se establezca será resultado del trabajo con temáticas que involucren ciertos valores, como compartir, cooperar, aceptar, respetar, obedecer reglas, normas y construir las mismas desde el espacio lúdico.

Cabe destacar que en los diferentes ciclos de escolarización, o de crecimiento y maduración del niño, se trabajan las mismas temáticas con diferente grado de complejidad.

#### 4.4 MARCO CONTEXTUAL

La presente investigación será realizada en La institución educativa INEM “Felipe Pérez” de la ciudad de Pereira, que se reconoce por las siguientes características:

La institución educativa INEM “Felipe Pérez” esta ubicada en <sup>36</sup>*“un lugar privilegiado por la naturaleza. Sobre una tierra abonada con cementerios de cultura indígena. Al frente de cerro imponente del Alto del nudo, en las estribaciones de la cordillera central, desde donde se ve la cúspide, cabelleras blancas de los volcanes, en contraste con las riberas de los ríos Cauca y Risaralda, donde nace el Valle y se levanta escarpada la cordillera Occidental, que muchas tardes nos deja viajar hasta el pacífico a través de la policromía: montaña, ocaso y mar. No cabe duda que este contexto, junto con la labor constante y humana de muchos trabajadores de nuestro Instituto han propiciado la inspiración y el trabajo de muchos estudiantes; ex alumnos, profesionales, padres y madres de más vida, historia y cultura”*.

El colegio Inem Felipe Pérez cuenta con 4200 estudiantes en las dos jornadas, distribuidos en 81 grupos. La planta de personal docente asciende a 150 profesores.

En el programa Educación en Alianza Padres e hijos de los sábados hay una población estudiantil de 1300 estudiantes y 60 profesores.

#### MISIÓN

La Institución Educativa INEM "Felipe Pérez". Desarrolla la investigación y la pedagogía para la formación de personas con sentido Ético, Crítico, Creativo y Propósito; ciudadanos con conciencia Nacional y Universal; recreadores de cultura, sociabilidad, equidad y trabajo, libres de dogmatismos hacia el desarrollo sustentable de Pereira, Risaralda y Colombia.

#### VISIÓN

La Institución Educativa INEM "Felipe Pérez", es una organización posicionada por su alta calidad académica, técnica y pedagógica, participa en la formación de personas Éticas, que intervengan en los procesos recreadores y renovadores de su entorno Social, Cultural y Ambiental.

#### ESCUDO

---

<sup>36</sup> SARACAY, Carlos. Panorámica del colegio Inem Felipe Pérez. Pagina disponible. Fecha de consulta 13 de septiembre de 2008.



Representa un triángulo, como símbolo de unidad y compromiso, con la llama ardiente que en su centro, se constituye en una invitación al saber.

## BANDERA



Tiene el color blanco y en su centro lleva el escudo de la institución. Fue diseñada y presentada por el Departamento de Educación Física, para participar en los primeros juegos intercolegiados, en 1975.

## HIMNO DEL COLEGIO

Letra: Luis Carlos González Mejía - Maestro Pereirano.

Música: Aníbal Cáceres - Maestro Pereirano, Ex-Profesor del INEM y Ex-Integrante de la Orquesta Sinfónica de Colombia.

Voz: José orlando Gómez Herrera - actualmente profesor de música de la Institución.

## CORO

En el INEM se forja el porvenir  
de la juventud con casta y con honor  
y cuyo fin es con valor servir  
a la nación la dueña de su amor.

I

Enpuñamos la airosa bandera  
del estudio reivindicador  
del progreso que Colombia espera  
con la fé del tenaz labrador.

II

Superados errores pasados  
nos alienta la esperanza  
de dejar como altivo legado  
convertido el anhelo acción

## RESEÑA HISTÓRICA

El Instituto Nacional de Educación Media Diversificada de Pereira, cuyo nombre constituye un homenaje al eminente escritor y estadista Boyacense Felipe Pérez, inició labores en el mes de febrero de 1972 con el Doctor Alberto Gil Cardona como Rector, Libardo Martínez Gutiérrez como Director de Unidad docente, quienes en la oficina 606 de la Gobernación de Risaralda acordaron la planeación y organización del primer semestre académico del Instituto.

El día 20 de marzo del mismo año, 20 profesores iniciaron con clases con 10 secciones en que se clasificaron los 364 alumnos que se matricularon para nivel I, en ese entonces ya nos acompañaba el Doctor Hermann Bachenheimer Arango como Director de Bienestar Estudiantil.

No podemos olvidar las circunstancias en que nuestras primeras labores administrativas y docentes se desarrollaron porque gracias a la mística, al entusiasmo de su personal, el INEM dio los primeros pasos en firme para llegar a ser esta bella realidad, orgullo de Pereira y su región.

Recordamos una especie de romería de personal del INEM cuando cada mañana desde la Avenida principal se tenía que llegar al Instituto a pie por falta de carretera adecuada, directivos, profesores y secretarías compartiendo una misma oficina, profesores y estudiantes laborando en medio del ajeteo de obreros y el ruido de los equipos de construcción.

Debemos recordar a Don Pedro, el primer encargado de hacer timbrar un pedazo de riel que obsequiaron los Ferrocarriles Nacionales, que nos sirvió de campana, instrumento este que luego fue reemplazado por un magnífico timbre eléctrico de resonancia más amplia y efectiva. Hoy nuestro riel está en uso de buen retiro, claro hasta por cuestiones de avance tecnológico.

La matrícula estudiantil ascendió en su primer semestre académico de 1973 a 799 estudiantes y la nómina de profesores a 34, con un incremento estudiantil y profesores aproximado al 50%.

Hemos crecido notablemente lo cual nos exige más dedicación y esmero con nuestra labor de educar.

## 5. METODOLOGÍA

### 5.1 DISEÑO

Este estudio corresponde a un modelo descriptivo de tipo observacional, donde se interpretan datos tomados a partir de un test para luego aplicar un plan pedagógico basado en teorías de la educación física, para terminar con un Postest.

El modelo descriptivo de tipo observacional sirve para analizar cómo es y cómo se manifiesta un fenómeno y sus componentes. Permiten detallar el fenómeno estudiado básicamente a través de la medición de uno o más de sus atributos. También nos sirve para llegar a conocer las situaciones, costumbres y actitudes predominantes a través de la descripción exacta de las actividades, objetos, procesos y personas. Su meta no se limita a la recolección de datos, sino a la predicción e identificación de las relaciones que existen entre dos o más variables.

Etapas:

1. Examinar las características del problema elegido.
2. Definir y formular hipótesis.
3. Elección de fuentes apropiados.
4. Selección o elaboración de técnicas para la recolección de datos.
5. clasificar los datos a partir de categorías precisas, que se adecuen al propósito del estudio y permitan poner de manifiesto las semejanzas, diferencias y relaciones significativas.
6. Verificar la validez de las técnicas empleadas para la recolección de datos.
7. Realizar observaciones objetivas y exactas.
8. Describir, analizar e interpretar los datos obtenidos, en términos claros y precisos.<sup>37</sup>

Para efectos de la metodología de proyecto de grado, corresponde a un estudio de aplicación del conocimiento, según el acuerdo 25 del Consejo Académico de la Universidad, para la presentación de trabajos de grado.

En este caso se evaluará la población objeto a partir de un pretest y un postest a un grupo de niños y niñas del grado 3 con características

---

<sup>37</sup> DEOBOLD, Van Dalen y MEYER, William J. Investigación descriptiva. Disponible en:<http://noemagico.blogia.com/2006/091301-la-investigacion-descriptiva.php>. Consultado el 10/11/08

similares y parámetros homogéneos en lo que concierne a edad, nivel académico y grupo de estudio.

Los datos obtenidos del pretest y posttest serán analizados a nivel estadístico, utilizando tablas de frecuencias absolutas y relativas, así como la frecuencia porcentual, con el fin de establecer el rendimiento de los niños y niñas en las actividades propuestas y la confrontación con los aspectos teóricos como objetivo del estudio.

Se elabora una propuesta de plan pedagógico el cual está fundamentado en teorías de la educación física, para esto se tiene en cuenta la secuencia didáctica de una planeación de clase, como sigue:

- El tema que se intenciona de la sesión.
- El título que se dará.
- El tiempo estipulado.
- La fundamentación teórica que sustenta la clase.
- Los objetivos conceptuales, procedimental y actitudinal.
- Las actividades distribuidas en fase inicial, central y final, cada una de estas con un tiempo determinado. La fase central que por su parte estará dividida en tres aspectos; actividades conocidas, nuevas y libres.
- De igual manera en la planeación se presentan los materiales acordes y pertinentes para las actividades y los niños; así como la evaluación la cual estará orientada por indicadores de desempeño.
- Las actividades se basan en trabajar los nueve elementos conceptuales respectivamente, estos en función de los medios de la educación física. Estas actividades se diseñan teniendo en cuenta la edad de los niños, sus capacidades y habilidades motoras.

## 5.2 POBLACIÓN

Niños y niñas del grado 3 de La institución educativa INEM “Felipe Pérez” en Pereira, comprendido por 1 grupo en la jornada de la mañana con un grupo de 42 niños y niñas en edades que comprenden 7, 8 y 9 años. Los participantes se encuentran en un nivel socioeconómico entre 1 y 4 y viven en diferentes sectores de la ciudad de Pereira y Dosquebradas, así como algunas veredas cerca a Pereira.

## 5.3 MUESTRA

Según Hernández y Fernández, se contempla como muestra el grupo de participantes del grado 3 de la jornada de la mañana, siendo esta de tipo selectivo, donde no se demuestra aleatoriedad y se trabaja con la totalidad del grupo para un igual de 42.

## 5.4 VARIABLES

### VARIABLE DEPENDIENTE

Nombre: Desempeño en educación física de niños y niñas del grado 3

Definición: niños y niñas pertenecientes al grado 3 La institución educativa INEM "Felipe Pérez"

Atributo: niños y niñas matriculados

Unidad de medida: n° niños y niñas

### VARIABLE INDEPENDIENTE

Nombre: Plan pedagógico en educación física

Definición: Programa de sesiones de clase con actividades orientadas específicamente para niños y niñas de grado 3.

Atributo: 9 elementos conceptuales

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

## 5.5 PLAN DE ANALISIS

A partir de los resultados suministrados en los test, se construye una sabana de datos en la cual se llevan los datos recogidos en cada una de las sesiones y en los test, se hará un plan estadístico, que consiste en 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 posttest, realizando los análisis respectivos.

Se evaluará en cada elemento conceptual, los aspectos conceptuales, procedimentales y actitudinales que orientan las sesiones de clase en el grupo de niños y niñas.

## 5.6 TECNICAS E INSTRUMENTOS

Para la realización de este estudio se tendrá en cuenta un test como instrumento de recolección de datos.

Dicho test valorará las condiciones físicas entendidas a partir de nueve elementos conceptuales e intencionados por los medios de la educación física, estos elementos están determinados por: capacidades condicionales, capacidades coordinativas, hábitos y actitudes, destrezas elementales, relación espacio tiempo, desarrollo psicomotor, esquema corporal, formación y realización técnica y patrones de movimiento.

Por tal razón se propusieron actividades que evaluarán el rendimiento de los niños con respecto al elemento conceptual.

Al iniciar las sesiones, el Pretest tendrá como objetivo conocer como se encuentran los niños en relación con las capacidades, habilidades y



destrezas motoras, y de esta manera generar estrategias que permitan la estimulación de dichos elementos en los niños.

Por su parte el Postest pretende evaluar y valorar el rendimiento final de los niños, además del progreso que obtengan durante las sesiones trabajadas con respecto a cada uno de los elementos conceptuales.

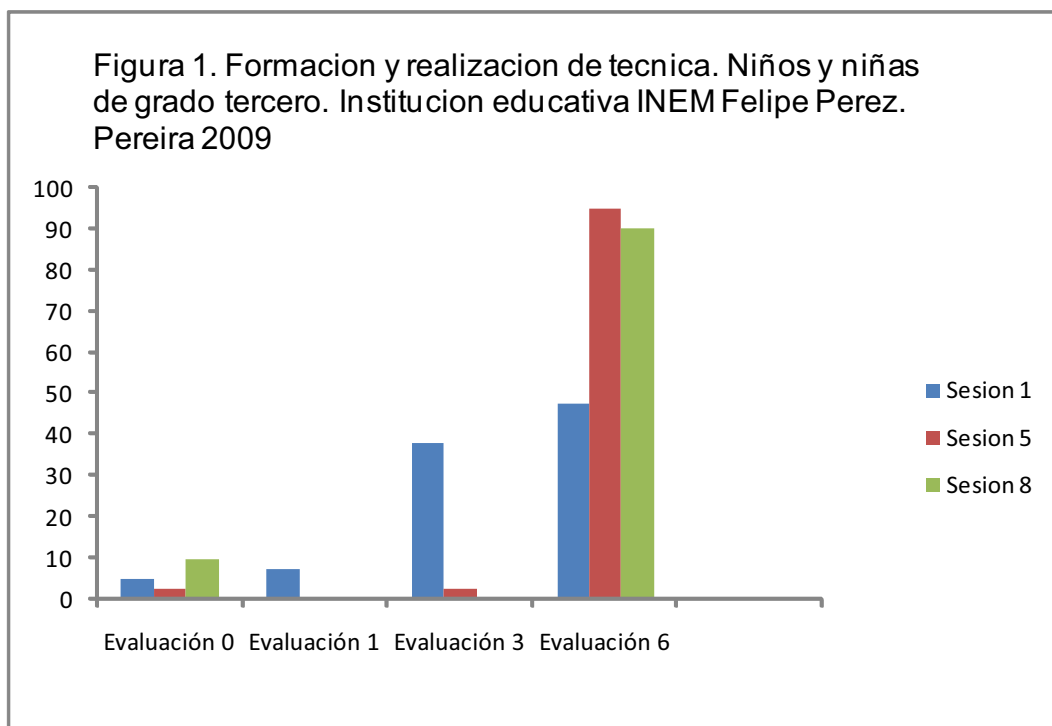
Este instrumento evaluativo se realizó a partir de una triangulación, la cual esta conformada por los siguientes aspectos:

En primer lugar de un fundamento teórico que ha recibido aportes de diferentes autores, entre ellos Hipólito Camacho, el cual ha realizado y propuesto diversos test psicomotores para el área de Educación Física.

En segundo momento se atienden las recomendaciones de profesionales idóneos de la educación física y la aplicación estadística, cumpliendo así para la ejecución del test con un juicio de expertos.

En tercer lugar se ha realizado una prueba piloto donde este test se aplicó con población del mismo rango de edad (7-9 años) diferentes a los niños y niñas de 3º de primaria de la Institución educativa INEM Felipe Pérez.

## 6. RESULTADOS Y ANÁLISIS



Según la figura 1 se observa que los niños alcanzaron un buen rendimiento con respecto al elemento conceptual que se trabajó, ya que durante las sesiones 8 y 5 la mayoría de ellos obtuvieron en la evaluación 6; mientras que en la primera sesión esta evaluación solo la tuvieron 20 niños referentes a los 42 del grupo. Con respecto a la sesión 1, dieciséis niños obtuvieron evaluación 3, tres lo hicieron con dificultad y dos niños no lo hicieron por problemas de salud. Esta grafica evidencia que durante las tres sesiones la mayoría de niños se ubico en el rango evaluativo 6, lo cual indica que hicieron eficazmente la actividad, siendo muy pocos los estudiantes que tuvieron evaluaciones en 0 y 1 durante la primera sesión.

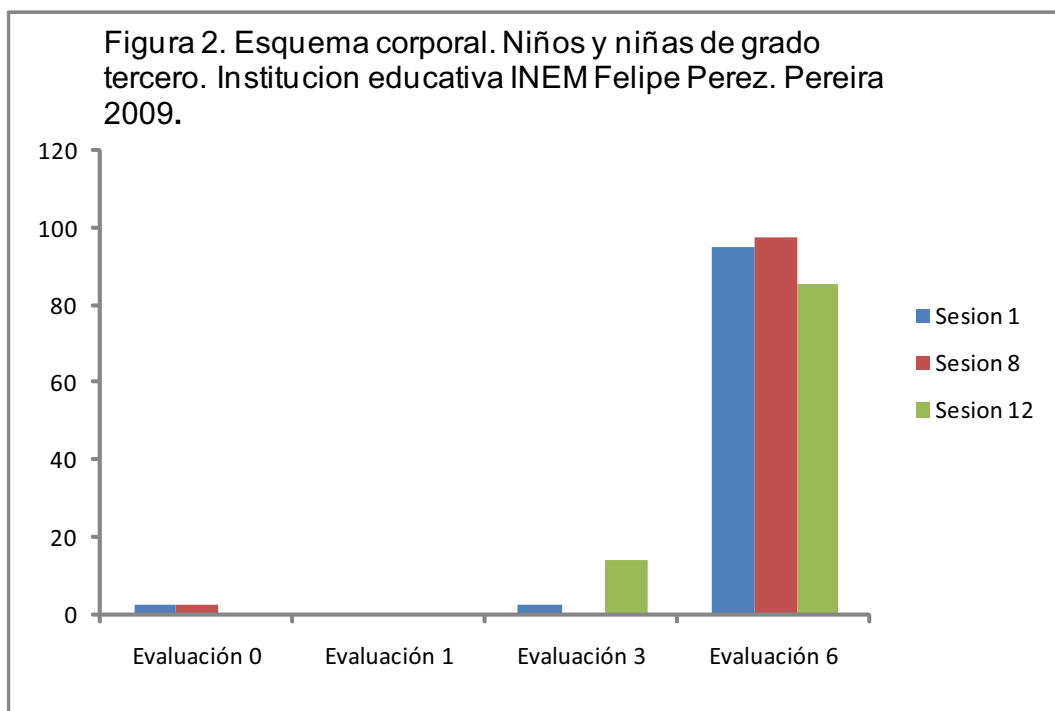
Al respecto Andreas Bund, expone desde la teoría del aprendizaje motor que la forma como se adquieren y se realizan las tareas obedecen a la forma como el ejecutante plantea su desempeño motriz.<sup>38</sup> Por esta razón, las actividades planeadas para este elemento conceptual pretendían generar en los niños estrategias de movimiento que les permitiera alcanzar una eficiencia motriz, adaptadas a la estructura corporal, al manejo y aprovechamiento de los recursos que la actividad exigía.

Para la realización de las actividades se implementó como medio de la educación física el juego como instrumento lúdico que permite la diversión

<sup>38</sup>BUND. Op. Cit., p. 18

y el disfrute de los niños, en donde se utilizaron estrategias de trabajo en equipo, ejercicios entre pares y liderazgo en las actividades, permitiendo una eficiencia motriz.

En las diversas actividades de este elemento se debía realizar procesos mentales por parte de los niños, es decir representar las diferentes ideas que tenían en su mente, buscando así opciones o estrategias para llegar a la meta o a cumplir el objetivo de las actividades, para estas se utilizaron pocos materiales ya que los niños requerían de atención a la norma, concentración, escucha para realizar los ejercicios y poder finalizar la actividad, ya que el espacio donde nos encontrábamos era cerrado y requería generar en los niños los procesos mentales anteriormente mencionados.



En la figura 2 se puede observar que durante las tres sesiones trabajadas, la mayoría de los niños tuvieron en la escala evaluativa 6, lo cual indica que realizaron con fluidez y eficacia las actividades propuestas. Se debe resaltar que ninguna de las actividades se ejecutó con dificultad; los niños que tuvieron una evaluación de 3, durante la sesión 12 corresponden al 14% del grupo, lo cual demuestra que fueron muy pocos los niños que necesitaron ayuda de un compañero o la docente para realizar las actividades.

Según Ivett del R. Díaz y Claudia López Valencia, el esquema corporal es la toma de conciencia global del cuerpo, que permite simultáneamente el uso de determinadas partes de él, así como conservar su unidad en las

múltiples acciones que puede ejecutar. A medida que el niño se desarrolla, llega a ser consciente de su propio cuerpo y logra, finalmente, su adecuado conocimiento, control y manejo<sup>39</sup>.

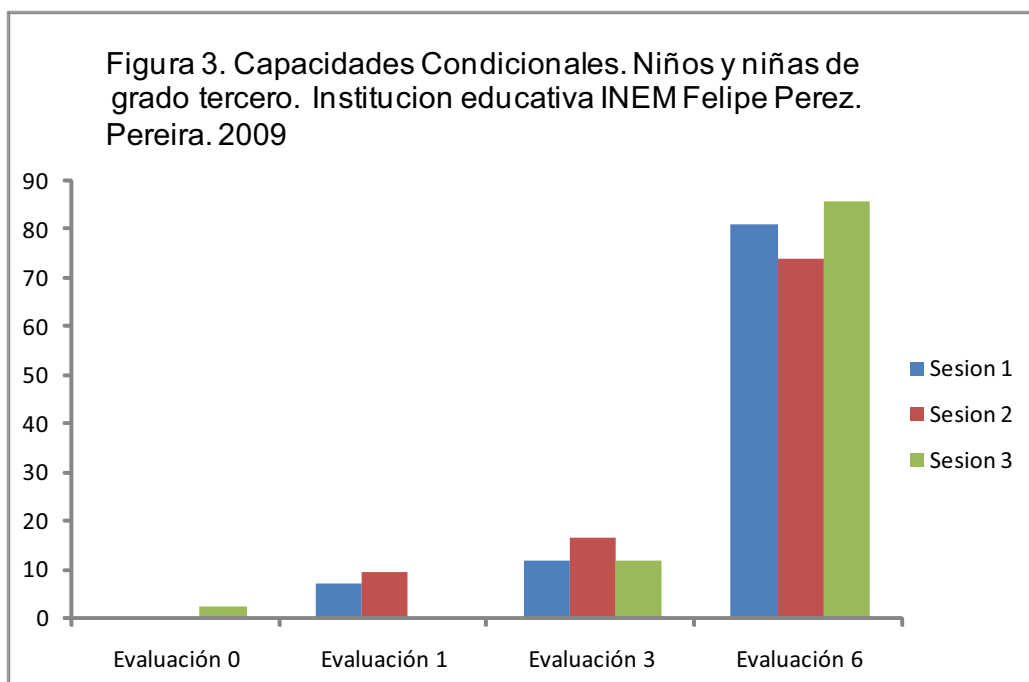
Para el trabajo de este elemento conceptual los estudiantes de tercero de primaria, requerían de un pleno conocimiento de cada una de las partes de su cuerpo, ya que la conciencia del cuerpo nos permite elaborar voluntariamente un ejercicio antes de su ejecución, logrando así controlar y corregir los movimientos. Es importante destacar que el esquema corporal se enriquece con las experiencias, y que incluye el conocimiento que uno tiene de sí mismo, con la finalidad que en sus movimientos se implemente el uso de sus partes corporales, las palancas y apoyos acordes con la exigencia, la misma percepción y el acompañamiento de los sentidos.

Por esta razón, es importante generar estrategias que apunten a este saber y de esta forma llevar a cabo un adecuado proceso de estimulación de la Educación Física.

Algunas de las estrategias que se utilizaron fueron la competencia tanto individual como grupal, ya que esto motiva a los niños para realizar los ejercicios de forma activa, además se llevaron diferentes materiales para llevar a cabo lo planeado, trabajando el modelo integral, ya que este modelo les permite a los niños ser creativos y críticos frente a las actividades realizadas. Mostrando de esta forma autonomía y liderazgo positivo dentro del grupo.

---

<sup>39</sup> DÍAZ, Ivett del R. LÓPEZ V, Claudia. Compendio escalas de desarrollo de cero a seis años. Manizales, 1992



De acuerdo con la figura 3, la mayoría de los niños, durante las tres sesiones, estuvieron ubicados en la escala valorativa 6; no obstante en lo que respecta a las capacidades condicionales de fuerza y resistencia, que fueron trabajadas durante las sesiones 2 y 7, se puede observar que algunos niños están en una evaluación de 1 y 3, lo que nos indica que este tipo de actividades les genera dificultad y deben buscar ayuda de un compañero o de la docente para ejecutarlas eficazmente.

La figura 3 también muestra que en la sesión 10 solo hubo un niño del grupo que no realizó la actividad y esto se presentó durante la mayoría de las sesiones.

Las capacidades condicionales, son aquellas que condicionan el funcionamiento del cuerpo y se desarrollan en el niño con la edad, la estimulación y el afianzamiento de la cultura del movimiento. Las cuales son: Flexibilidad, Velocidad, Resistencia y Fuerza<sup>40</sup>.

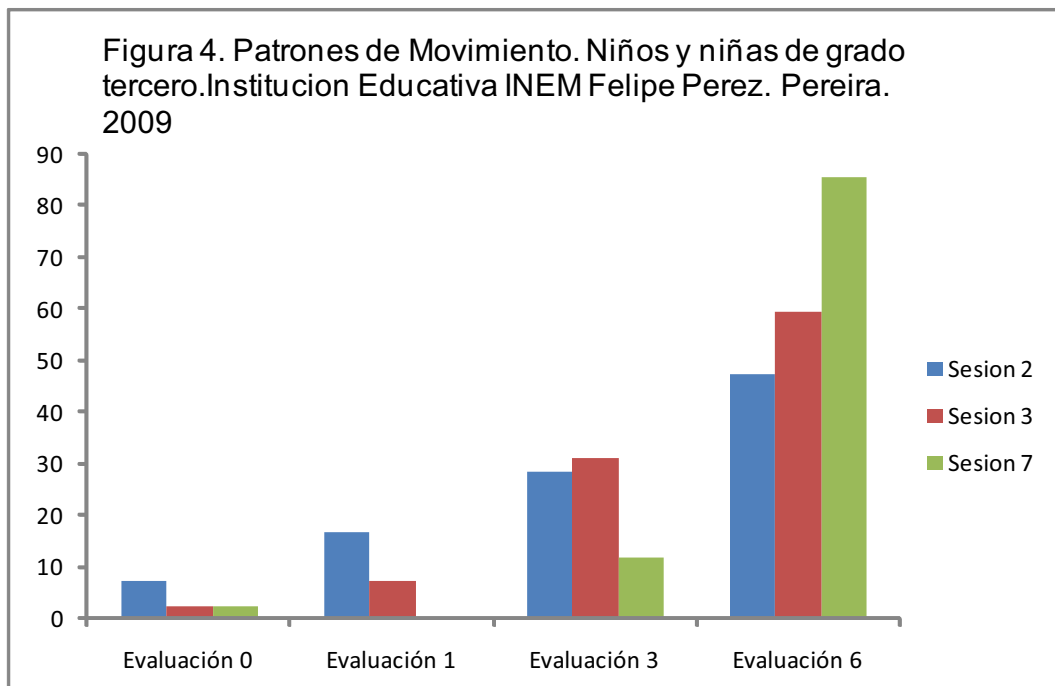
Las actividades planeadas para estas sesiones fueron diseñadas utilizando el modelo integrado y pensando en mejorar el aprendizaje motor de los niños, se realizaron actividades colectivas utilizando diversos implementos, los cuales contribuyeron de manera positiva, para la ejecución de las actividades. Se debe resaltar que en algunas sesiones este elemento conceptual se trabajo en conjunto con las capacidades coordinativas, logrando un mayor rendimiento por parte de los estudiantes.

<sup>40</sup> TAMAYO, Gerardo. Documentos de asignatura Recreación y deportes. Universidad Tecnológica de Pereira. 2003.

Al observarse que algunos de los estudiantes demostraban dificultad al realizar los ejercicios relacionados con la fuerza y la resistencia, se buscó dosificar el esfuerzo, adaptando las actividades de acuerdo con las posibilidades individuales de los niños y de esta manera detectar cual era el grado del avance de ellos, comparándolo con su propia condición anterior y no con relación a los demás compañeros del grupo, valorando de esta manera, mas el proceso que el niño realizara para ejecutar determinado movimiento o acción.

En cuanto a realización de las actividades, estas se llevaron a cabo en un espacio abierto, con la finalidad de que los niños tuvieran mayor libertad para ejecutar los ejercicios planteados; hubo flexibilidad en las normas y se realizaron distintas exigencias durante las actividades, llevando a los niños de movimientos simples a movimientos complejos, con la finalidad que existiera mayor consciencia de los movimientos que debían ejecutar.

Los medios de la Educación Física que se implementaron, para trabajar este elemento conceptual fueron el deporte y el juego ya que estos medios, posibilitan que los niños interioricen reglas e instrucciones y promueven la interacción con los demás compañeros.



A partir de la figura 4 se puede apreciar que por parte de los niños hubo un progreso con respecto al elemento conceptual trabajado. Durante la sesión 2 el 17% y el 29% estuvieron ubicados en la escala evaluativa 1 y 3 respectivamente, mientras que en la sesión 3 los niños que habían presentado dificultad ascendieron a una escala de 3, notándose de esta

manera la disminución de los niños que se encontraban en la escala 1. Para concluir, en la sesión 7 se puede evidenciar que la mayoría de los niños pudo realizar eficazmente las actividades que se propusieron obteniendo una valoración en 6.

Los patrones de movimiento se definen como un algoritmo repetible de acciones cuya combinación permiten el ejercicio de una Función Motriz que requiere estabilidad y permanencia en el repertorio motor del ser humano. Los patrones de movimiento hablan de un cambio observable en la posición de alguna de las partes del cuerpo, lo cual implica una serie de movimientos relacionados entre si, estos pueden ser simples o complejos y se practican o realizan en diferentes actividades, juegos y prácticas deportivas; por lo tanto buscábamos que con las actividades los niños fortalecieran los patrones de movimiento, para que afianzar correctamente sus capacidades y habilidades básicas.<sup>41</sup>

Para el progreso de este elemento conceptual influyó el tipo de actividades que se utilizaron ya que estas, fueron actividades colectivas donde se utilizaron diversas clases de recursos didácticos. Se debe resaltar que durante las sesiones se busco trabajar los mismos patrones de movimiento con la finalidad de poder notar su avance y perfeccionamiento en los niños.

Al realizar cada actividad una de las docentes se encargaba de darle a los niños una explicación o demostración del ejercicio que se iba a realizar, esto con la finalidad de que hubiera más comprensión por parte de ellos; comprendiendo que el rol ejercido por el maestro es fundamental para que el ambiente en que se realicen las actividades sea propicio, por esta razón, las docentes buscaban brindar confianza y seguridad a los niños, para que ellos no sintieran temor o pena al no poder ejecutar eficazmente una tarea motriz.

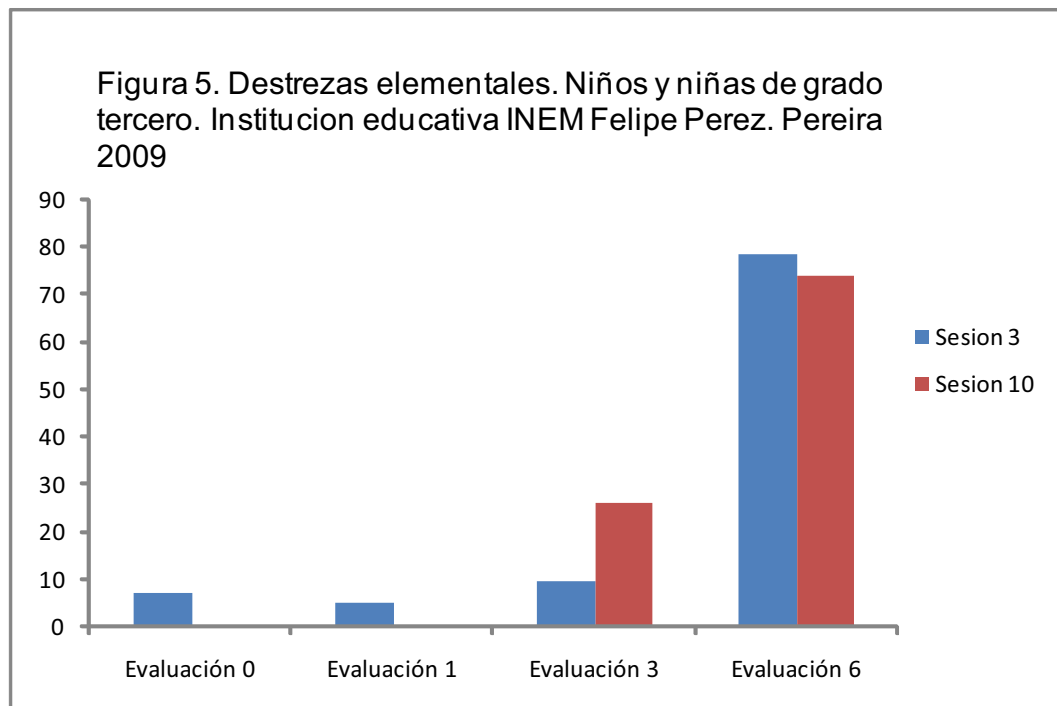
Durante estas actividades, las docentes utilizaron como metodología la asignación de tareas, realizando de esta manera un trabajo por estaciones; donde a cada uno de los equipos, se les delegaba un implemento y se les explicaba la acción que debían ejecutar, para que después de determinado tiempo los equipos pasaran a otra estación y así sucesivamente. Con este tipo de actividades, los niños demostraron responsabilidad ya que cada equipo realizaba su tarea correspondiente, preocupándose por hacer los movimientos de una manera coordinada y precisa, además de esto se pudo observar que estas actividades llaman la atención de los niños y les genera mayor motivación.

Además de esto, se evidenció un aprendizaje colaborativo ya que las actividades permitieron que los niños, con sus palabras y propios

---

<sup>41</sup> MUÑOZ, Op. Cit., p. 16

movimientos, explicaran a otros compañeros que demostraban dificultad al realizar los ejercicios.



Según la figura 5 se puede decir que durante las dos sesiones la mayoría de los niños alcanzaron una evaluación en 6, indicando fluidez y eficacia en los movimientos y tareas motrices que debían realizar. En la sesión 3 se presenta que hay variedad en las escalas evaluativas, indicando que el 7% del grupo no hizo el ejercicio, el 5% lo hizo con dificultad y el 10% necesito la ayuda de algún compañero o la docente. Mientras que en la sesión 10 los niños estuvieron ubicados en el rango evaluativo 3 y 6.

Las destrezas elementales hacen referencia a toda actividad motora que incluye la manipulación o manejo de objetos. Su adquisición se produce cuando los niños empiezan a acortar la distancia que existe entre un movimiento tal cual lo ejecuta y un esquema preconcebido<sup>42</sup>.

Las actividades planeadas para este elemento conceptual estaban enfocadas en permitirles afinar y precisar sus habilidades, capacidades y conductas motoras. Por otra parte, se requería que los niños contaran con la instrucción de las docentes y la oportunidad para practicar cuantas veces fuera necesaria la acción, con el fin de potenciar adecuadamente sus destrezas. Las estrategias que se utilizaron para realizar estas actividades estuvieron enfocadas en fomentar el trabajo en equipo, donde cada persona debía desempeñar un rol dentro del grupo para alcanzar el objetivo de dicha actividad.

<sup>42</sup>MUÑOZ. Op. Cit., p. 18



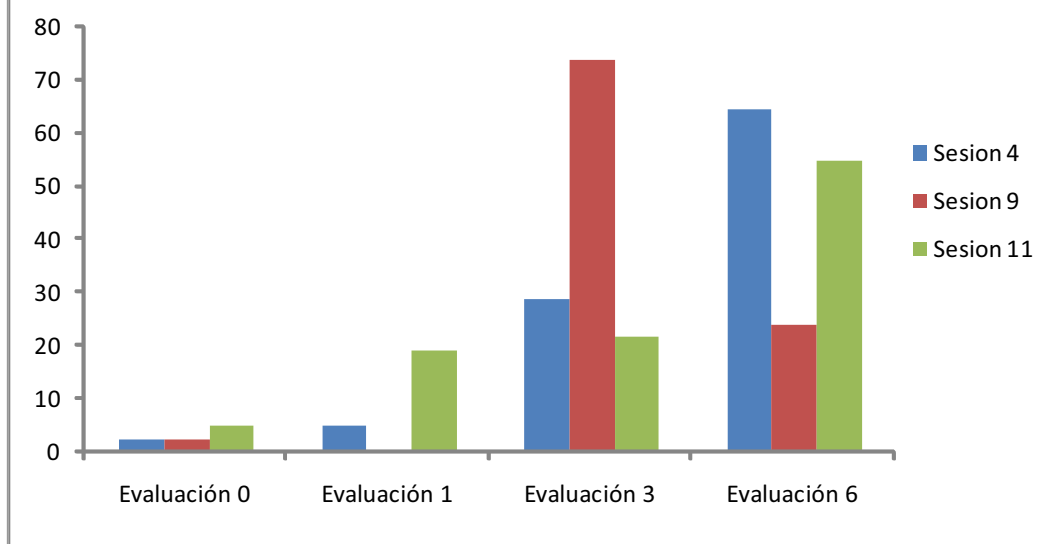
Estas actividades fueron planeadas de tal manera que los niños pudieran relacionar sus conocimientos previos con los nuevos contenidos y actividades que se fueran a realizar durante estas sesiones, de igual manera, se tuvo en cuenta el tipo y ritmo de aprendizaje que tenían los niños, para adaptar las actividades de acuerdo con las posibilidades de ejecución y comprensión de los estudiantes.

Para llevar a cabo las actividades las docentes tuvieron en cuenta los siguientes procedimientos: Explicación, Demostración, Ensayo, Repetición y Perfeccionamiento, donde una de las docentes explicaba la actividad, mientras otra compañera realizaba una demostración para que con este ejemplo los niños pudieran observar los diferentes movimientos y ejercicios que debían hacer y posteriormente empezaran a ejecutarlos.

Con respecto a la metodología utilizada para trabajar este elemento conceptual, se asignaron tareas y se conformaron equipos de trabajo, estos grupos fueron homogéneos, del mismo sexo, ya que se observó que los niños trabajan mejor en compañía de su mismo género. Además se realizaron actividades colectivas porque durante esta edad contribuyen en la cooperación y la participación de los estudiantes, fomentando de esta manera el dialogo, la reflexión en grupo acerca del sentido del "juego limpio" la solidaridad y la responsabilidad.

El medio de la educación física implementado para el trabajo con este elemento conceptual fue el juego, siendo este un instrumento de gran riqueza pedagógica, ya que ayuda a establecer relaciones y contactos con otros compañeros, permite que se compartan experiencias, contribuye a que los niños adquieran habilidades y destrezas físicas básicas y mejoren las actitudes perceptivas.

Figura 6. Capacidades Coordinativas. Niños y niñas de grado tercero. Institucion educativa INEM Felipe Perez. Pereira 2009.



En la figura 6, se puede evidenciar que durante las tres sesiones la valoración fue diversa, en cuanto a la mayoría de estudiantes durante la sesión 4 estuvieron en una escala de 6, en la sesión 9, tuvieron una valoración de 3 y en la sesión 11 una evaluación de 6; lo cual indica que el elemento conceptual tuvo variaciones poco significativas, ya que las diferencias evaluativas entre rango y rango son mínimas.

Las capacidades coordinativas son consideradas como pre-requisitos de rendimiento, o de movimiento, que capacitan al individuo para ejecutar determinadas acciones, sean deportivas, profesionales o de la vida cotidiana. Se deben ejecutar conscientemente para regular y direccionar los movimientos, con una finalidad específica, estas se fortalecen sobre la base de determinadas aptitudes físicas que las actividades exigen, y que están relacionadas con la capacidad de conducción (control) y regulación del movimiento.<sup>43</sup>

En las diversas actividades que se llevaron a cabo se involucró la competencia, ya que este es un elemento fundamental que causa mayor interés y motivación en los niños de 7 y 8 años de edad. Los niños al competir en las diferentes actividades, van paulatinamente desarrollando habilidades físicas y psicológicas con las que posteriormente podría desenvolverse con mayor facilidad y éxito en la vida cotidiana. De la misma manera fortalece la tolerancia, la comprensión, y solución de conflictos encontrados en los equipos de trabajo, modifican la estructura

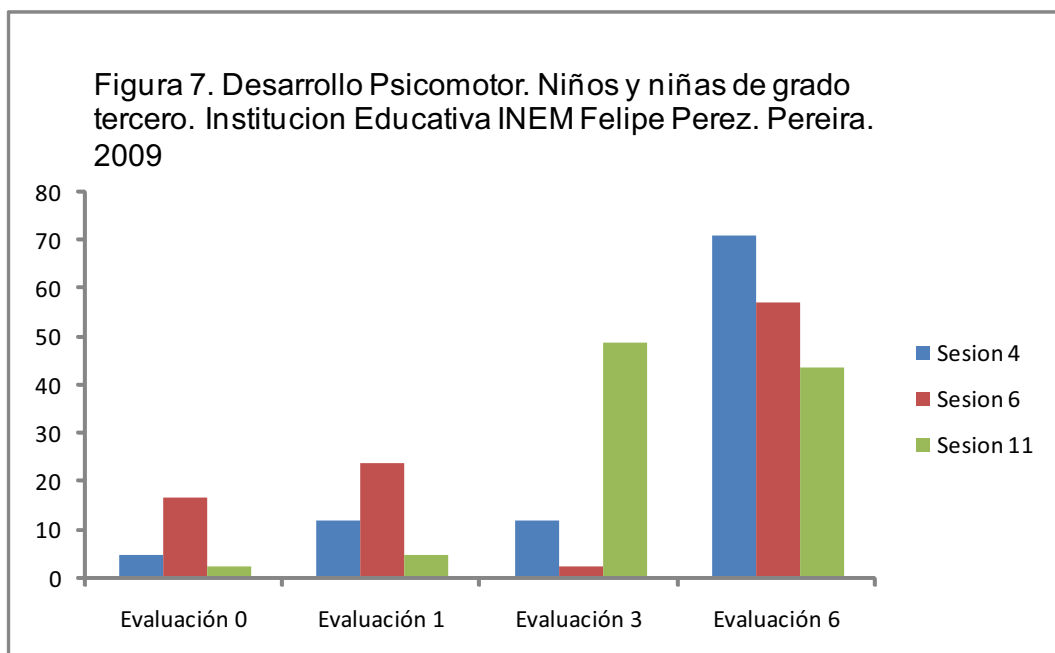
<sup>43</sup> Pérez. Op. Cit., p. 16

individual de cada participante permitiéndole canalizar sus aspectos negativos dentro de un marco competitivo.

Cabe resaltar que estas capacidades coordinativas lograron buen desempeño debido a que en la edad que se encuentran los niños es posible estimular las habilidades motoras básicas, por los diversos factores que posibilitan la adquisición y desarrollo de estas, pero esto no significa que las mismas transcurren en cada niño con igual velocidad, exactitud, diferenciación y movilidad. Estas particularidades son precisamente las que determinan la esencia de las capacidades coordinativas, y el fundamento de la individualidad en cada niño.

En las actividades algunos niños necesitaron en determinado momento ayuda por parte de la docente. Se evidenció que los niños trabajan mejor cuando las personas que conforman el equipo son del mismo sexo.

Uno de los medios que se implementó para trabajar este elemento conceptual fue la danza, el cual no obtuvo buen rendimiento por parte de los niños, ya que tuvieron dificultad en la ejecución de la actividad, se evidencia entonces que en la rutina de educación física no se ha implementado la danza como medio potenciador de esta asignatura.



A partir de la figura 7 se puede deducir que durante la sesión 4 y 6 la mayoría del grupo se ubicó en una valoración de 6, mientras que en la 11 los niños obtuvieron una valoración en 3; de igual manera se nota que en las sesiones 4 y 6 el 12% y el 24% respectivamente realizaron las actividades con dificultad. En la sesión 6 se presenta un 17% de niños

que no hicieron la actividad, debido a diferentes causas como enfermedad e inasistencia.

La noción de psicomotricidad otorga una significación psicológica al movimiento y permite tomar conciencia de la dependencia recíproca de las funciones de la vida psíquica con la esfera motriz. Entendiéndose como el conjunto de comportamientos técnico-gestuales tanto intencionados como involuntarios. La función motriz, en definitiva, no es nada sin el aspecto psíquico; ya que su intervención convierte el movimiento en gesto, es decir, en portador de respuesta, de intencionalidad y de significación.<sup>44</sup>

Para las sesiones que trabajaron este elemento conceptual, se buscó estimular la psicomotricidad por intervención corporal, tratando de potenciar, instaurar y/o reeducar la globalidad de los estudiantes, teniendo en cuenta sus aspectos motores, cognitivos y afectivos.

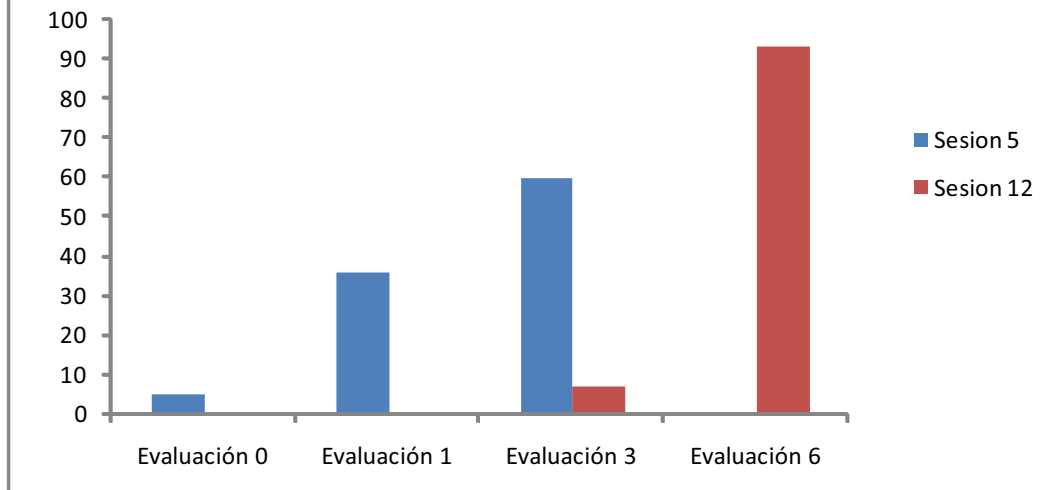
Con respecto a la metodología que se implementó para el trabajo de este elemento conceptual, se utilizó el juego como instrumento lúdico y agente socializador propio de la edad de 7 y 8 años, este permitió la interiorización de reglas, trabajo entre pares e individual, el cual contribuyó al buen rendimiento de la mayoría de los niños con respecto a las sesiones planeadas.

A través de las diversas actividades que se planearon para este elemento conceptual se pretendía que los niños, al tiempo que se divirtieran, también estimularan y perfeccionaran todas sus habilidades motrices básicas y específicas. Además, que se potenciara la socialización con los compañeros de su grupo.

---

<sup>44</sup> BARON. Op. Cit., p.17

Figura 8. Espacio temporal. Niños y niñas de grado tercero. Institucion educativa INEM Felipe Perez. Pereira 2009.



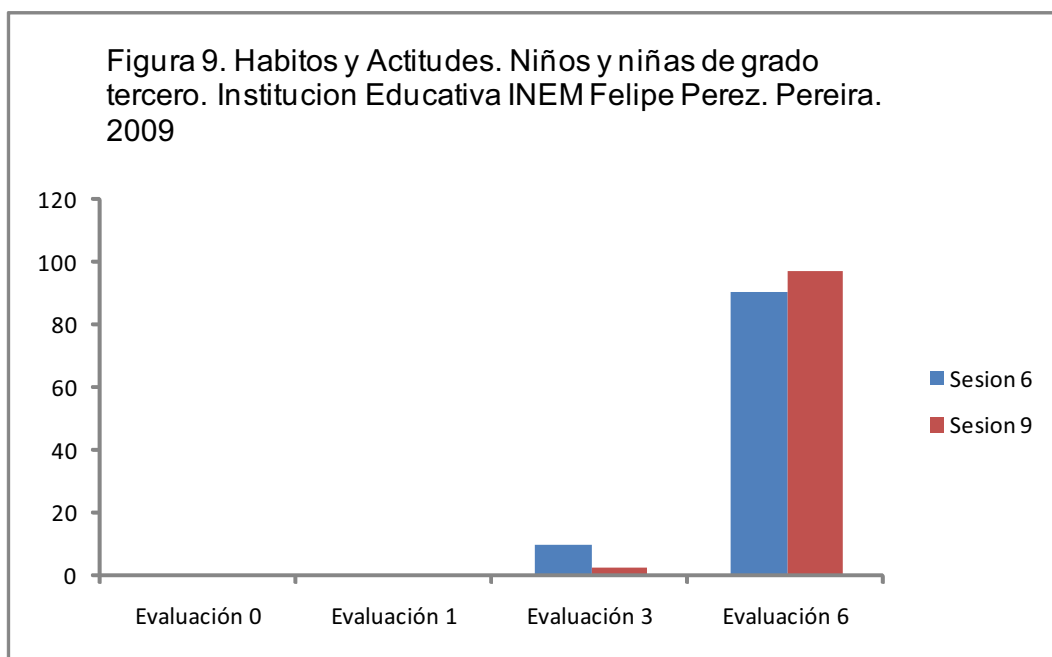
De acuerdo con la figura 8 se puede observar que en la sesión 5 los niños les genera dificultad y necesitan de ayuda para realizar ejercicios y actividades que estén relacionadas con este elemento conceptual, ya que ninguno logro llegar a la escala evaluativa de 6; mientras que en la sesión 12 se nota el avance del grupo ya que solo el 7% necesito de ayuda y colaboración para realizar la actividad; evidenciándose que el 93% ejecuto eficaz y fluidamente la tarea motriz.

Es importante resaltar que el espacio temporal esta conformado por dos conceptos inseparables, ya que ambos se dan de forma innata y se desarrollan a través de una actividad. El tiempo es definido como una coordinación de movimientos o de velocidades en el mismo sentido que el espacio es una coordinación de cambios de posición<sup>45</sup>.

Con las actividades planeadas para éste día se pretendía estimular ambas nociones “espacio, tiempo” y precisarlas con un estándar establecido, buscando que los niños se ubicaran dentro de un espacio limitado, siguiendo las instrucciones del juego y realizando algún tipo de desplazamiento; por ende se buscó que los niños construyeran su conocimiento espacio-temporal, en una perspectiva grupal e individual, logrando que los niños se acoplaran al espacio delimitado y al trabajo del compañero, por lo que cada estudiante debía ser consciente de cumplir la indicación dada sobre el espacio en que debía realizar la acción, permitiendo de esta manera que los niños asuman normas e instrucciones para aplicarlas no solo en las actividades propuestas sino también en su vida cotidiana.

<sup>45</sup> ESCRIBA, Antonio. Psicomotricidad, fundamentos teóricos aplicables en la práctica. España: Editorial gymnos, 1999.

Para la realización de estas sesiones se utilizaron diferentes materiales didácticos, entendiéndose estos como el conjunto de elementos o estrategias, utilizándolos como un soporte o complemento para la realización de las actividades, además nos permiten tener y hacer visible una clase más planificada y ordenada.



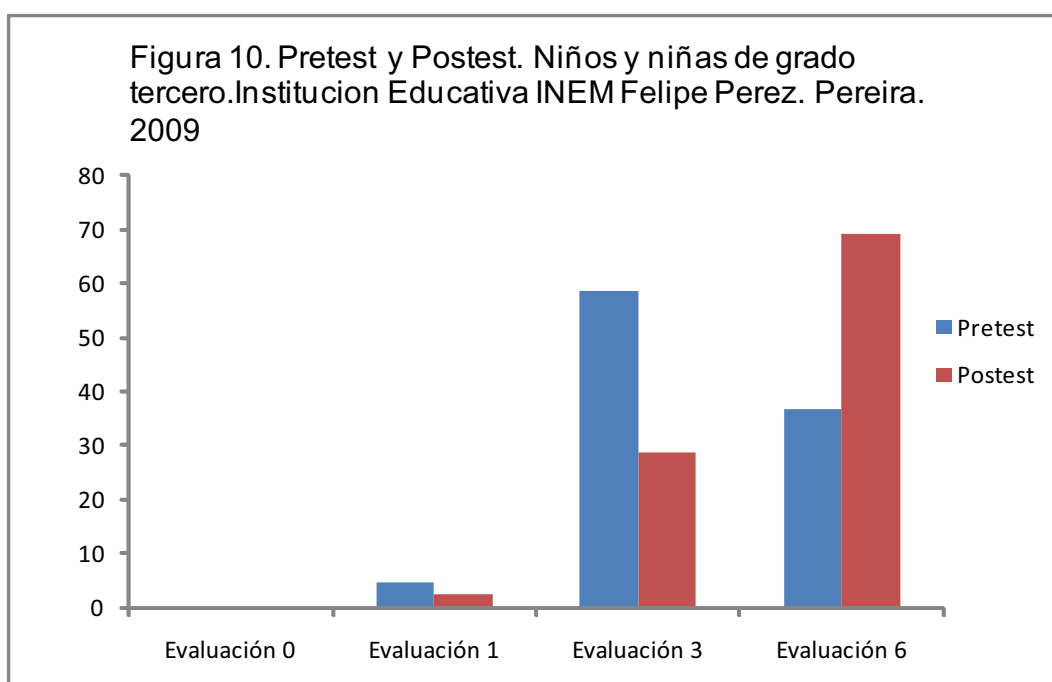
En la figura 9 se evidencia que en la primera sesión (6) donde se trabajó el elemento conceptual de hábitos y actitudes el 10% de los niños obtuvieron una valoración en 3, siendo esta una minoría con respecto al 90% del grupo que obtuvo 6. En cuanto a la sesión 9 solamente el 2% necesitó ayuda de la docente para realizar la actividad, mientras que el 98% del grupo la realizó eficazmente. La figura 9 nos indica que los niños trabajan adecuadamente actividades relacionadas con este elemento conceptual.

Los hábitos y actitudes hacen referencia a las costumbres de cada persona adaptadas a su contexto. Desde la educación física se adoptan como las acciones que requieren de tiempos y aprovechamiento de recursos. De esta manera cualquier acto adquirido por la experiencia y realizado regular y automáticamente se denomina hábitos. La actitud por su parte es una forma de motivación social que predispone la acción de un individuo hacia determinados objetivos o metas. La actitud designa la orientación de las disposiciones más profundas del ser humano ante un objeto determinado<sup>46</sup>.

<sup>46</sup> TAMAYO, Gerardo. Documentos de asignatura Recreación y deportes. Universidad Tecnológica de Pereira. 2003.

Las actividades diseñadas para este elemento conceptual, buscaban la adopción de hábitos favorables en los niños y niñas hacia la actividad física regular, con la finalidad de traer beneficios para las habilidades motoras y cognitivas, lo cual favorece las relaciones personales y el trabajo en grupo, ya que esto les permite aprender a integrarse y obtener un bienestar físico y psicológico.

Para trabajar este elemento conceptual se planearon dos actividades específicas en las cuales se involucró el juego, con la finalidad de que los niños interiorizaran reglas, elaboraran hechos y situaciones que contribuyeran a la profundización de conocimiento y de esta manera se convirtiera en un aprendizaje para la vida cotidiana. De la misma manera la intencionalidad de las actividades era transversalizar este elemento conceptual a través de todas las sesiones, ya que cada niño asume diferentes actitudes según la situación y actividad que se le presente.



Tanto al inicio como al final de las actividades se aplicó con los estudiantes de 3º un test (ver anexo A).

El Pretest tenía la finalidad de observar y evaluar las capacidades y habilidades motrices de los niños y niñas.

La figura evidencia que en el Pretest el 59% de los niños requerían de ayuda para llevar a cabo las actividades propuestas, solo el 37% logró realizarlo eficazmente y el 5 % lo hizo con dificultad; esto nos indica que

los niños necesitaban de una estimulación donde afinaran y precisaran destrezas motoras, además de que mejoraran el rendimiento de los elementos conceptuales de la educación física.

Con el Postest se pretendía verificar el progreso y la evolución que habían tenido los niños con respecto a los elementos conceptuales trabajados.

Por esta razón la figura 10 demuestra que el 69% tuvo una evaluación en escala 6 y el 29% una valoración en 3, evidenciándose notablemente el avance de los niños y niñas.

Al realizar el Pretest se tuvo en cuenta el nivel en que se encontraban los estudiantes con respecto a los elementos conceptuales sin discriminar la edad y el sexo de los niños y niñas.

En cuanto al Postest se debe resaltar que este permite el conocimiento objetivo de la evolución de los elementos conceptuales. Según Ricardo Quintasi Villarroel este Postest permitirá los siguientes beneficios;

Para el estudiante

Averiguar mejor cuales son sus puntos fuertes y débiles.

Conocer su rendimiento respecto a si mismo.

Desarrollar una fuerte motivación.

Para el docente:

Conocer la evolución de sus estudiantes.

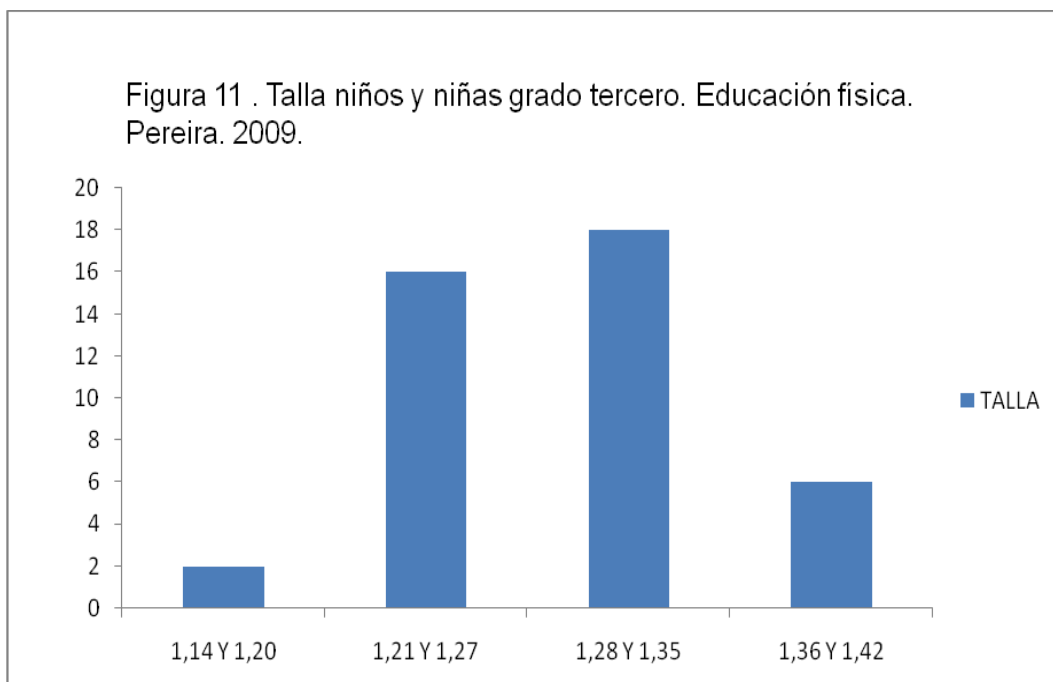
Descubrir nuevos valores.

Autoevaluar<sup>47</sup>

---

<sup>47</sup> QUINTASI, Ricardo. Educación física. Aplicación de test físicos en la especialidad de educación física. Lima: tarea, 2006. Disponible en: [http://www.tarea.org.pe/modulos/pdf/RicardoQuintasi\\_EducacionFisica.pdf](http://www.tarea.org.pe/modulos/pdf/RicardoQuintasi_EducacionFisica.pdf). consultado: 08/04/09





Según la figura 11, se puede observar que la mayoría de los niños presentan una talla entre los rangos 1, 21 – 1,27 cm y 1,28 – 1,35 cm. Se evidencia que el niño más alto del salón mide 1, 42 cm. Mientras que el mas bajo mide 1, 14 cm. Además de esto, en el rango 1, 14 y 1, 20 cm, solamente se encuentran dos niños, lo cual nos indican que son pocos los estudiantes que se encuentran por debajo del nivel de talla acorde con su edad. También se debe resaltar que en el rango 1, 36 y 1,42 cm solamente hay seis niños que sobresalen entre los demás compañeros por su estatura.

Según los estándares establecidos para la talla ideal en los niños y niñas de 7, 8 y 9, años de edad, se ha propuesto lo siguiente:

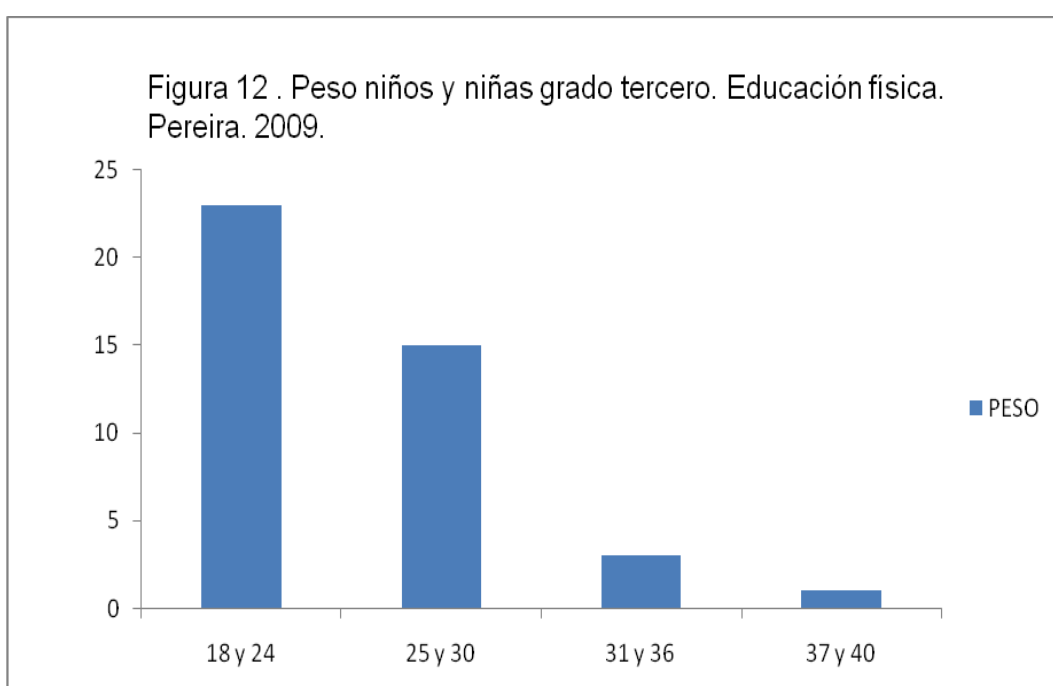
Edad	Talla
7	118 cm
8	123 cm
9	129 cm

En cuanto a la talla, se debe decir que ésta aumenta a razón de unos 5-8 cm por año hasta el inicio de la pubertad. Sin embargo, no todos los niños y niñas crecen a este ritmo, se deben tener en cuenta los condicionantes genéticos (la etnia, la talla de los familiares tanto por parte de madre como del padre), el estado de salud y por supuesto, los hábitos de alimentación.<sup>48</sup>

<sup>48</sup> Revista Consumer. Como alimentarnos según nuestra edad, niños de 4 a 11 años. Disponible: <http://revista.consumer.es/>

Se debe resaltar que tanto al momento de iniciar con las sesiones como al momento de finalizarlas, se tomaron los datos de la talla de cada niño con la finalidad de observar si estos datos variaban, sin embargo en el último registro no se evidencio un incremento significativo en la estatura de los niños.

Consideramos que la tanto la talla y el peso no tienen que interpretarse como un problema fisiológico o nutricional, sino que este diagnóstico debe ir acompañado de otras referencias dadas por expertos o especialistas en estas áreas, para así darle un tratamiento y acompañamiento adecuado a los niños.



De acuerdo con la figura 12, se evidencia que la mayoría de los niños se encuentran en los rangos de 18 – 24 Kg y 25 – 30 Kg; mientras que solo tres niños se ubican en el rango de 31 y 36 Kg y solamente uno en el rango 37 y 40 Kg.

Según los estándares establecidos para el peso ideal en los niños y niñas de 7, 8 y 9, años de edad, se ha propuesto lo siguiente:

Edad	Peso
7	24 Kg
8	26 Kg
9	29 Kg

Durante el periodo escolar, el crecimiento y la ganancia de peso son lentos pero uniformes. Se trata de una etapa de preparación para el desarrollo y el crecimiento característicos de la adolescencia (estirón puberal) que sobrevendrá posteriormente. Es importante continuar con la formación de buenos hábitos alimentarios y con una dieta equilibrada, tanto en casa como en la escuela.

Por esta razón, consideramos que es importante realizar un trabajo de acompañamiento y de asesoría donde se concientice a los padres sobre la importancia de recurrir a un especialista, con la finalidad de ofrecerle diferentes alternativas para disminuir la obesidad que presentan los niños, ya que este no solo es un problema de salud, sino que también influye notablemente en su autoestima y en las relaciones interpersonales con sus compañeros.

## 7. CONCLUSIONES

Con la realización de este estudio, se evidencia la importancia del proceso de planeación y estructuración de la clase de Educación Física, donde la planeación involucre objetivos de tipo conceptual (Saber – Saber), procedimental (Saber – Hacer) y actitudinal (Saber – Ser) involucrando de esta manera todas las dimensiones del ser humano. Por esta razón, es necesaria la implementación de un plan pedagógico que integre tanto los elementos conceptuales como los medios de la Educación Física.

El modelo pedagógico utilizado durante las 12 sesiones fue el Integrado, el cual retoma los postulados de la pedagogía activa y crítica, prestando especial atención al estudiante, como ser humano crítico, autónomo, creativo, que posee presaberes los cuales son de gran importancia en el proceso pedagógico. De este modelo pedagógico, se utilizaron diversas estrategias metodológicas propias de la Educación Física, tales como: La enseñanza recíproca, asignación de tareas, descubrimiento guiado, resolución de problemas, trabajo en equipo y de igual manera durante las sesiones se planearon actividades tanto individuales como colectivas, buscando la participación de todos los niños, además de esto se utilizó material didáctico el cual permitió que las actividades se realizaran de una manera lúdica y didáctica.

En cuanto a los elementos conceptuales se debe resaltar que durante las sesiones, los niños progresaron paulatinamente. Con referencia al elemento conceptual que mejor desempeño tuvo por parte de los niños fue el Esquema Corporal, ya que para este se propusieron actividades donde se hacía uso de la competencia y esto hacía que los estudiantes participaran y estuvieran más motivados durante las actividades. Con respecto a los demás elementos conceptuales, a continuación se mencionan en el orden descendente, que obtuvieron referente al rendimiento que tuvieron los niños: Capacidades Condicionales, Formación y realización de técnica, Patrones de movimiento, Hábitos y actitudes, Desarrollo psicomotor, Destrezas Elementales, Capacidades Coordinativas y Espacio Temporal.

Cabe resaltar que la realización de este estudio, nos deja aportes significativos, tanto para nuestra labor docente como para nuestra vida cotidiana, ya que nos permitió profundizar en los fundamentos teóricos y metodológicos concernientes al área de Educación Física, fortaleciendo de esta manera los conocimientos adquiridos durante la carrera.

En cuanto a la experiencia que tuvimos con los niños del grado 3, se puede afirmar que fue enriquecedora, debido a que se afianzó nuestra práctica docente y nos propició espacios para la innovación y creación de estrategias metodológicas las cuales debían ser acordes con la edad, capacidades y necesidades de los niños y niñas.

Para finalizar, la realización de éste estudio, nos permite apreciar la importancia que tiene el área de Educación Física, dentro del currículo de grado tercero, no solo por que contribuye al buen desarrollo físico y motor, sino por la formación integral que ofrece a sus estudiantes siendo esta una educación que beneficia al cuerpo, las relaciones con el medio físico y con el medio social, por que cuando se les enseña a compartir se facilita la socialización y el trabajo en equipo.

Por lo tanto La actividad física, debe ser tomada como una práctica regular y sistemática en la educación infantil, por el sin fin de beneficios para la salud orgánica, emocional y psíquica de los niños y niñas, ya que ofrece herramientas que les permite afrontar la vida con una actitud diferente, con mejor salud, fortaleciendo la diligencia y la perseverancia, con un sentido de responsabilidad y del cumplimiento de las normas; en fin, permite que los niños como entes individuales tengan la vitalidad, vigor, fuerza y energía fundamentales para cumplir con su deber en el grupo social al que pertenecen.

## 8. RECOMENDACIONES

Se sugiere la implementación de un plan pedagógico por parte de los docentes de tercero de primaria, el cual contribuya en la orientación de su quehacer pedagógico en el área de educación física, este debe estar fundamentado en bases teóricas (elementos conceptuales, los medios de la educación física, y las fases de la clase) y contener unas estrategias metodológicas que permitan fortalecer las acciones motrices y destrezas elementales de los niños y niñas.

Se recomienda a demás que los docentes de tercero de primaria obtengan un plan de actualización e innoven permanentemente en el proceso de planeación y estructuración de la clase de educación física y de esta manera logren en sus estudiantes buenos rendimientos en las actividades que se propongan.

La cartilla “algo mas sobre la educación física” esta dirigida a los docentes de tercero de primaria, esta se ofrece como una guía y apoyo que direcciona los procesos teóricos y didácticos propios del área de educación física; además de esto, el docente puede tomarla como base para planear sus propias clases y poder ampliar sus conocimientos con respecto a como enfocar esta asignatura.

Con respecto al uso de la cartilla se recomienda a los docentes organizar su clase, de tal manera que se implemente el elemento conceptual en función del medio de la educación física, de igual manera se sugiere utilizar diversas clase de material que sea acorde con la actividad y la edad de los estudiantes; también es importante que los docentes tengan en cuenta los puntos de interés que se encuentran especificados dentro de la cartilla.

## 9. BIBLIOGRAFIA

ALDEA DE SAN NICOLAS, Dpt de Educación Física. Disponible en: <http://www.ieslaaldea.com/documentos/edufisi/cualidbasicas.pdf>. 07/25/08

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

BOLAÑOS, Cristina. Manual para padres con enfoque humanista, Editorial Limusa. 2002. México. PG 51

BUND, Andreas. Auto-aprendizaje en el Deporte. Medellín. Edit. Rodrigo Arboleda Sierra. 2007.

CAMACHO COY, Hipólito. Pedagogía y Didáctica de la educación física. Armenia. Kinesis. 2003. Pág. 69, 70,98

CAMACHO COY, Hipólito y otros. HACIA LA CONSTRUCCION DE COMPETENCIA Y ESTANDARES PARA LA EDUCACION FISICA. Disponible en: [http://www.huilavirtual.org/edufisica/download/PROYECTO\\_DEPARTAMENTAL.ppt](http://www.huilavirtual.org/edufisica/download/PROYECTO_DEPARTAMENTAL.ppt) -. Consultado: 08/22/08.

DEOBOLD, Van Dalen y MEYER, William J. Investigación descriptiva. Disponible en: <http://noemagico.blogia.com/2006/091301-la-investigacion-descriptiva.php>. Consultado: 10/11/08

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

ESCRIBA, Antonio. Psicomotricidad, fundamentos teóricos aplicables en la práctica. España: Editorial gymnos, 1999.

FABRIS, Fernando. Esquema corporal. 2001. Disponible en: <http://www.espiraldialectica.com.ar/12-9-66.htm#Esquema%20corporal>. Consultado: 30/11/2008.

FERNANDEZ, Juan Luís. LA CONCEPCION DE LA EDUCACION FISICA EN LOS NIÑOS ATRAVES DE LOS GRUPOS DE DISCUSION. Disponible en: <http://www.deporteyescuela.com.ar/pedf8/jlha.pdf>. Consultado: 09/22/08

FUENTES, Luís. El valor pedagógico de la danza. Valencia España Disponible en: <http://dialnet.unirioja.es/servlet/tesis?codigo=7186>. Consultado: 11/09/2008.

GALDON, Omar y otros. Manual de educación física y deportes, técnicas y actividades practicas. Barcelona. Editorial Océano. 2002. Pág. 18-42

LOPATEGUI, Edgar. Aprendizaje Motor. Disponible en: [http://209.85.165.104/search?q=cache:cFN4xUrjDJ0J:www.saludmed.com/AprenMotor/ppt/Conceptos\\_Bas-ApredM.ppt+que+es+aprendizaje+motor&hl=es&ct=clnk&cd=8&gl=co](http://209.85.165.104/search?q=cache:cFN4xUrjDJ0J:www.saludmed.com/AprenMotor/ppt/Conceptos_Bas-ApredM.ppt+que+es+aprendizaje+motor&hl=es&ct=clnk&cd=8&gl=co). Consultado: 09/07/08

LOPEZ, Claudia y otros. Compendio escalas de evolución 0 meses – 6 años. Manizales. 1992. Pág. # 1.

MEINEL, Kurt. Didáctica del movimiento. Editorial Meditec. Madrid 1999. Pág. 5, 51, 52, 269

MUÑOZ, Jorge. El Movimiento Humano: Necesidades y subsistencia, etapas de aprendizaje y desarrollo. Disponible en: <http://www.tiquicia.com/columnas/deportes/008q21200.asp>. Consultado: 06/26/08

MUÑOZ, Juan Carlos. Hábitos y estilos de vida en relación con la actividad física en la educación primaria. Revista Digital - Buenos Aires - Año 10 - N° 79 - Diciembre de 2004. Disponible en <http://www.efdeportes.com/efd79/habitos.htm>. consultado: 09/06/08

MUÑOZ, Luís, y otros. Programa carrera de Educación Física Preescolar. 3ª Edición. Neiva. 1996.

NUTTALL, Paúl. El desarrollo de los niños de 7 a 8 años. University of Connecticut. 1995. Disponible en: <http://www.nccc.org/child.Dev/sp.des.7a.8.html>. Consultado: 27/09/2008

OSSORIO, Damián. La Ciencia de la Acción Motriz, un paradigma en continua evolución. Disponible: <http://www.efdeportes.com/efd85/am.htm>. Consultado: 09/07/08

PEARSON, Eric. Guía de educación física para maestros. Editorial Paidós. Pág. 43-44

PEREZ, Víctor. Capacidades Coordinativas. PUBLICE Standard. 12/02/2001. Pid: 13. Mantovani. Córdoba. Argentina.

QUINTANA, Yánez. Ritmo y educación física de la condición física a la expresión corporal. Editorial Gymnos. Madrid España. PG 12-21

QUINTASI, Ricardo. Educación física. Aplicación de test físicos en la especialidad de educación física. Lima: tarea, 2006. Disponible en: [http://www.tarea.org.pe/modulos/pdf/RicardoQuintasi\\_EducacionFisica.pdf](http://www.tarea.org.pe/modulos/pdf/RicardoQuintasi_EducacionFisica.pdf)



REVISTA CONSUMER. Como alimentarnos según nuestra edad, niños de 4 a 11 años. Disponible: <http://revista.consumer.es/>

ROMERO, Tatiana. Aprender jugando. Editorial. Alegría de enseñar N° 36. Fundación fes. Año 9 Julio – Septiembre.1999. pág. 6.

RUIZ y otros. 1985:81, Diccionario Indeportes Antioquia. Disponible en: <http://www.indeportesantioquia.gov.co/educacionfisica/diccionario.htm>. Consultado 07/24/08

SÁNCHEZ, Maria de Lourdes. La Concepción Pedagógica De Pierre Parlebás. Disponible en: [http://www.praxiologiamotriz.inefc.es/PDF/Parlebas\\_articulo\\_mexico.pdf](http://www.praxiologiamotriz.inefc.es/PDF/Parlebas_articulo_mexico.pdf). Consultado: 09/07/2008

SARACAY, Carlos. Panorámica del colegio Inem Felipe Pérez. Pagina disponible. Fecha de consulta 13 de septiembre de 2008.

SOLAS, Javier. Definición de deporte. Disponible en: <http://www.todonatacion.com/deporte/>. Consultado el: 11/09/2008.

SOLAS, Javier. Aprendizaje Motor. Disponible en: <http://www.todonatacion.com/deporte/deporte-infantil/aprendizaje-motor/> Consultado: 09/07/2008

TAMAYO, Gerardo. Los medios de la educación física en el preescolar. Las posibilidades del docente. Ponencia del 1er encuentro de saberes, 29 y 30 de noviembre 2007.

TAMAYO, Gerardo. Documentos de asignatura Recreación y deportes. Universidad Tecnológica de Pereira. 2003.

TOCQUEVILLE, Jean Jacques. Teoría de la Educación Física Editorial kinesis. Armenia 199. Pág. 84.

TORRES, José. Didáctica de la Clase de Educación Física. México. Editorial Trillas.2005. Pág. # 37

UKRAN, Ma. Gimnasia deportiva. Editorial. Pueblo y educación. Zaragoza España. Pág., 1 y 2

## 10. ANEXOS

### A. Test de evaluación

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

SISTEMATIZACIÓN DE LA ELABORACIÓN Y EJECUCIÓN DE UN PLAN PEDAGÓGICO  
EN EDUCACIÓN FÍSICA A NIÑOS Y NIÑAS DEL GRADO TERCERO EN LA INSTITUCIÓN  
TEST DE EVALUACIÓN GRADO: 3 FECHA:

ESTUDIANTES:

ELEMENTO CONCEPTUAL	ACTIVIDAD	VALORACIÓN
ESQUEMA CORPORAL	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!	
	Llevar una pelota cambiando de acción cada 10 pasos: golpeándola con la palma de cada mano alternadamente, pegada a la cabeza, levantándola con el muslo derecho e izquierdo alternadamente, golpeándola con el empeine de cada pie alternadamente.	
RELACIÓN ESPACIO TIEMPO	Saltar una cuerda contando hasta 20 saltos sin parar y avanzando	
	Tirar una pelota hacia arriba, a una altura que sea el doble de la talla del participante y cogerla sin dejarla rebotar.	
CAPACIDADES COORDINATIVAS	Rebotar una pelota en una distancia de 10 metros, ir con una mano y volver con la otra.	
	Hacer girar una cuerda sobre la cabeza mientras se camina una distancia de 15 metros, ir con una mano volver con la otra.	
CAPACIDADES CONDICIONALES	En posición de 4 apoyos, sostenerse durante 40 segundos sin cambiar de posición.	
	Correr a tocar dos líneas paralelas en la cancha ubicadas a 10 metros una de la otra durante 10 veces, lo más rápido posible.	
DESTREZAS ELEMENTALES	Llevar una pelota rodando con las dos manos siguiendo la línea lateral de la cancha y volver con las dos manos siguiendo la misma línea hacia atrás.	
	En posición de cuatro apoyos, avanzar 20 mts, en decúbito ventral y volver en decúbito supino.	

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

