



UNIVERSIDAD NACIONAL PEDRO RUIZ GALLO



FACULTAD DE CIENCIAS HISTÓRICO SOCIALES Y EDUCACIÓN

**UNIDAD DE POSTGRADO
MAESTRÍA EN CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN
MENCIÓN: INVESTIGACION Y DOCENCIA**

TESIS

Programa de actividades lúdicas para fortalecer la capacidad física de velocidad, en estudiantes del 1º grado Institución Educativa integrado N° 86414 de Chichucancha, Chavín de Huántar, Huarí – 2017.

Presentada para obtener el grado académico de maestro en Ciencias de la Educación con mención en Investigación y Docencia.

AUTORA: Br. Fredy Antonio Cochachin Yanac

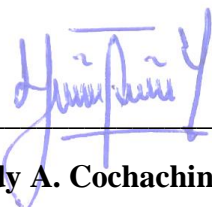
ASESOR: Dr. Jorge Isaac Castro Kikuchi

FECHA DE SUSTENTACION: 31 de Mayo de 2019

Lambayeque – Perú

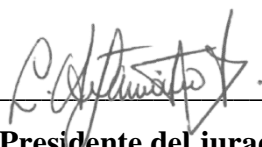
PROGRAMA DE ACTIVIDADES LÚDICAS PARA FORTALECER LA
CAPACIDAD FÍSICA DE VELOCIDAD, EN ESTUDIANTES DEL 1º GRADO
INSTITUCIÓN EDUCATIVA INTEGRADO N°86414 DE CHICHUCANCHA,
CHAVÍN DE HUÁNTAR, HUARI – 2017

Presentado por:



Br. Fredy A. Cochachin Yanac

Investigador



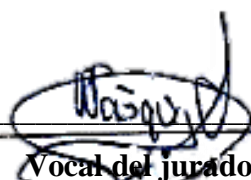
Presidente del jurado

Dra. Laura Isabel Altamirano Delgado



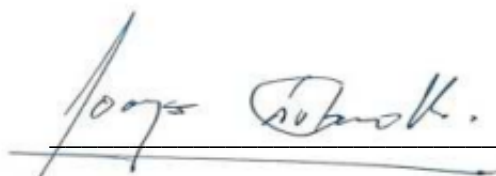
Secretario del jurado

Mg. Juan Carlos Granados Barreto



Vocal del jurado

M. Sc. Carlos Ulices Vásquez Crisanto



Dr. Jorge Isaac Castro Kikuchi

Asesor

ACTA DE SUSTENTACIÓN



Nº 000056



ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS

Siendo las 10:20 horas del día 31 de Mayo del año dos mil diecinueve, en la Sala de Sustentaciones de la Facultad de Ciencias Histórico Sociales y Educación de la Universidad Nacional "Pedro Ruiz Gallo" de Lambayeque, se reunieron los miembros del jurado, designados mediante Resolución N° 204-2018 UP-D-FACHSE, de fecha 06/08/19 conformado por:

Mra. Laura Isabel Altamirano Delgado PRESIDENTE(A)
Mg. Juan Carlos Cárdenas Barreto SECRETARIO(A)
Mg. Carlos Wisquez Cisante VOCAL



con la finalidad de evaluar la tesis titulada Programa de actividades físicas para fortalecer la capacidad física de velocidad, en estudiantes del 1º grado Institución Educativa Integrada N° 86474 de Chichucancha, Chavin de Huancabamba - 2017

presentado por el (la) / los (las) tesista(s) Fredy Antonio Cortezdivin Yonac

Y asesorado por Dr. Felix Lopez Paredes

sustentación que es autorizada mediante Resolución N° 204-2019 UP-D-FACHSE, de fecha 30/04/19

El Presidente del jurado autorizó el inicio del acto académico; producido y concluido el acto de sustentación de tesis, de conformidad con el Reglamento de la Unidad de Posgrado de la Facultad de Ciencias Histórico Sociales y Educación de la Universidad Nacional Pedro Ruiz Gallo, Artículos 97°, 97° 99°, 100°, 101°, 102°, y 103°; los miembros del jurado procedieron a la evaluación respectiva, haciendo una serie de preguntas y recomendaciones a la sustentante(s), quien(es) procedió (ieron) a dar respuesta a las interrogantes y observaciones, quien(es) obtuvo (obtuvieron) 80 puntos que equivale al calificativo de Bueno

En consecuencia el (la) / los (las) sustentante(s) queda(n) apto (s) para obtener el Grado Académico de Maestro en Ciencias de la Educación, con mención en Investigación y Docencia.

Siendo las 11:20 horas del mismo día, se da por concluido el acto académico, firmando la presente acta.

[Firma]
PRESIDENTE

[Firma]
SECRETARIO

[Firma]
VOCAL

Observaciones: La sustentación se realizó en ese horario consagrado 10:20 A.M. por motivos de ubicación del libro de acta.

DECLARACIÓN JURADA DE ORIGINALIDAD

Yo, Jorge Castro Kikuchi, asesor del trabajo de investigación PROGRAMA DE ACTIVIDADES LÚDICAS PARA FORTALECER LA CAPACIDAD FÍSICA DE VELOCIDAD, EN ESTUDIANTES DEL 1º GRADO INSTITUCIÓN EDUCATIVA INTEGRADO N° 86414 DE CHICHUCANCHA, CHAVÍN DE HUÁNTAR, HUARI – 2017,

Cuyo autor es Mg, Fredy Antonio Cochachin Yanac identificado con documento de identidad 80196799, declaro que la evaluación realizada por el programa informático, ha arrojado un porcentaje de similitud de 10 % verificable en el resumen del repositorio automatizado de similitud que se acompaña. declaramos bajo juramento que este trabajo no ha sido plagiado, ni contiene datos falsos. En caso se demostrará lo contrario, asumo responsablemente la anulación de este informe y por ende el proceso administrativo a que hubiera lugar. Que pueda conducir a la anulación del título o grado emitido como consecuencia de este informe.

Lambayeque, Enero de 2023

Br. Fredy A. Cochachin Yánac

Investigador principal

Dr. Jorge Castro Kikuchi

Asesor

DEDICATORIA

Con todo mi amor y cariño a mi amada esposa Elena Rosa Canta Dextre por su sacrificio y esfuerzo, por darme el apoyo en continuar mis estudios para el futuro y por creer en mi capacidad, aunque hemos pasado momentos difíciles siempre ha estado brindándome su comprensión, cariño y amor.

A mi amada hija Sayumi Romina por ser mi fuente de motivación e inspiración para poder superarme cada día más y así poder luchar para que la vida nos depare un futuro mejor.

A mi amada madre, hermanos quienes con sus palabras de aliento no me dejaban decaer para que siguiera adelante y siempre sea perseverante y cumpla con mis ideales. Además a mí querido padre Aquiles que aunque no se encuentra físicamente conmigo pero sé que desde el cielo siempre me cuida y me guía para que todo salga bien.

AGRADECIMIENTO

A Dios por haberme acompañado y guiado a lo largo de mi carrera, por ser mi fortaleza en los momentos de debilidad y brindarme una vida llena de aprendizajes, experiencias y sobre todo felicidad.

ÍNDICE

DEDICATORIA	
AGRADECIMIENTO	
ÍNDICE	
RESUMEN	
INTRODUCCIÓN	

CAPITULO I

UBICACIÓN DEL OBJETO DE ESTUDIO

1.1.Ubicación geográfica del objeto de estudio	20
1.2. Surgimiento del problema	22
1.3. Analisis del objeto de estudio	27
1.4. Manifestaciones y características del problema	34
1.5. Metodología	41
1.5.1. Diseño de la investigación	41
1.5.2. Población y muestra	42
1.5.3. Materiales, técnicas e instrumentos de recolección de datos	45
1.5.4. Análisis estadísticos de los datos	46

CAPÍTULO II

FUNDAMENTOS TEÓRICOS

2.1. Teoría del juego según: Spencer	46
2.1.1 El juego base lúdica	47
2.1.2. Importancia del juego en la escuela	48
2.2. Teoría de la unidad funcional de Henri Wallon	52
2.3. Teoría del método psicocinético de Jean Le Boulch	54
2.4. El juego motor, según X. Fuste M.	56
2.4.1 Didáctica de la enseñanza de los juegos	59
2.4.2 Tipos de juego	61
2.4.3 Clasificación de los juegos	63
2.5 Teoría del desarrollo de las habilidades motrices, según Sánchez Bañuelos (1986)	66
2.5.1. Clasificación de las habilidades motrices básicas	69
2.6. Base conceptual	74

CAPÍTULO III

RESULTADOS Y PROPUESTA DE LA INVESTIGACIÓN

3.1. Resultados de la evaluación diagnostica	80
3.2. Diseño de la Propuesta	81
3.3. Modelo teórico	88

CONCLUSIONES
SUGERENCIAS
REFERENCIAS
ANEXOS

RESUMEN

Este trabajo de investigación propone un programa de actividades lúdicas para el desarrollo de la capacidad física de velocidad en los estudiantes del 1º grado de primaria, de la I.E.I. N° 86414 De Chichucancha, Chavín De Huantar, Huari, donde existe deficiencia en el desarrollo de estas capacidades, lo cual se manifiesta en la falta de organización corporal y la ejecución de actividades motrices vinculadas a la coordinación segmentaria. En esta edad se debe aprovechar al máximo el desarrollo pleno de estas capacidades, y qué mejor a través del juego, lo cual le va a servir en adelante para un buen desempeño físico, determinante para su aprendizaje y la ejecución de movimientos corporales. La finalidad de esta propuesta es dotar al estudiante de esta edad en crear las condiciones básicas, que le facilden los engramas motores y para la activación de habilidades motrices básicas, las cuales brinden dinamismo físico corporal en su proceso formativo.

El objeto de estudio está inmerso dentro del proceso de enseñanza - aprendizaje del área de Educación Física; además, se propone como objetivo general Diseñar un conjunto de actividades ludomotrices, basado en la teoría de Henry Wallon, para desarrollar la capacidad física de velocidad en los estudiantes del grupo de estudio.

PALABRAS CLAVE: Actividades lúdicas, capacidad física, velocidad.

ABSTRACT

This research work proposes a program of recreational activities in the development of the physical capacity of speed, in the students of the 1st grade of primary school, of the I.E.I. N ° 86414 From Chichucancha, Chavín De Huantar, Huari, where there is a deficiency in the development of these capacities, which manifests itself in the lack of corporal organization and the execution of motor activities linked to segmental coordination. At this age you should take full advantage of the full development of these skills and what better through the game, which will serve in future for a good physical performance, determining for their learning and execution of body movements. The purpose of this proposal is to provide the student of this age in creating the basic conditions that empower engrams for the activation of basic motor skills, which provide bodily physical dynamism. The object of study is immersed in the teaching - learning process of the Physical Education area; In addition, a General Objective is proposed, channeled into the Design of a set of recreational activities, based on Wallon's theory, to develop the physical capacity of speed in the students of the study group in question.

KEY WORDS: Playful activities, physical capacity, speed.

INTRODUCCIÓN

La coordinación motriz es todo acto eficiente que se adquiere mediante etapas de crecimiento mental y corporal, el tiempo de entrenamiento también es un factor clave en cuanto al desarrollo integral de la persona, en donde lo cognitivo, social, afectivo y motriz forman parte fundamental y de urgente énfasis en las etapas de la vida. Los primeros años de vida son cruciales para la estimulación del sistema neuromuscular, debido que en este lapso de tiempo es donde los picos de crecimiento neuronal son sumamente elevados por tal motivo debe darse énfasis en el nivel inicial, brindando una adecuada formación psicomotriz. En este sentido el desarrollo de las capacidades físicas básicas son fundamentales para el desarrollo de las habilidades y destrezas físico motoras, sirviendo como referencia el buen estado de salud, y es necesario para el aprendizaje de las Habilidades Deportivas.

Esta etapa a la que nos referimos constituye un factor indispensable tener que analizarla, en tanto se ha observado que los estudiantes que ingresan al 1º grado de secundaria en la I.E. N° 86414 De Chichucancha, Chavín De Huantar, Huari, presentan un bajo nivel en el desarrollo de su velocidad, a razón de ello la finalidad es proponer un conjunto de actividades lúdicas para el desarrollo de la capacidad física de velocidad, en los estudiantes del 1º grado de secundaria, para lo cual se establece qué cantidad de carga y con qué frecuencia se pueden dar estas actividades para el buen desarrollo físico, que le va a servir para un buen rendimiento motor. En esta edad se debe aprovechar el desarrollo pleno de las capacidades físicas básicas y, que mejor, a través del juego que es la actividad física innata y preferida por los estudiantes. La actividad física, sobre todo la lúdica implica cualquier acción, movimiento, ejercicio que incida sobre el rendimiento físico del niño, que no tenga nada que ver una estructura técnica (la estructura técnica está orientada al deporte), lo cual se llega a la conclusión que

todo estudiante en edad escolar debe participar regularmente en actividades físicas adecuadas que a largo plazo forme parte de su estilo de vida.

En el ámbito internacional se han realizado estudios de investigación que señalan que la práctica de la actividad física, en edad escolar, influye en la realización de actividades físico-deportivas en la edad adulta (YANG y colaboradores.1997; TRUDEAU y colaboradores 1999). Consideran que: “Es más predecible la inactividad en la vida adulta por el sedentarismo que en la infancia que vislumbra la actividad en la edad adulta a partir de las actividades físico-deportivas”.

Estudios realizados en Colombia, Elena KONOVALOVA y Jaime CRUZ (2006), manifiestan que: “Se da bastante énfasis a la “actividad física” (8 a 10 años), en los niños y niñas en la etapa de la preparación previa merece una atención especial, debido a que en esta edad se forma la base de la capacidad al trabajo, de la salud, del desarrollo físico multifacético, de la solidez y de la estabilidad de la actividad, de todos los sistemas del organismo, es decir, todo lo que permite en un futuro el logro de una buena maestría deportiva (Educación Física y Deporte - 2006).

Elena Konovalova y Jaime Cruz, señalan que las sesiones en esta etapa deben complementarse orgánicamente con las clases de educación física en la escuela regular y no deben sobrepasarse de 3 a 4 veces a la semana, con una duración de 4 -60 min. Cada una.

El problema científico de esta investigación se determina de la siguiente manera: se observa en los estudiantes del 1er. grado de educación secundaria quienes conforman el grupo de estudio, manifiestan necesidades de aprendizaje en el plano físico-motor, a nivel de coordinación motriz, manifestada en la inadecuada estructuración de segmentos corporales, poca coordinación orgánico motriz, y activación deficiente de su capacidad física de velocidad.

Evidenciado el problema, el objeto de estudio del presente trabajo de investigación, es el proceso de enseñanza aprendizaje en educación física del

nivel secundario, de donde se desprende que el campo de acción **el desarrollo de la capacidad física de velocidad**, sustentadas en la Teoría de la unidad funcional de Henri Wallon, Teoría del método psicocinético de Jean Le Boulch.

A partir del análisis de esta problemática y con el propósito de contribuir al desarrollo de la capacidad física de velocidad, a través de un conjunto de actividades lúdicas, para cuyo efecto se han realizado las siguientes tareas: evaluar el desarrollo de la coordinación motriz mediante una evaluación de entrada, formular una propuesta basada en la actividad lúdica para el trabajo de la capacidad física de velocidad, y finalmente validar la propuesta.

Conforme a lo expuesto, la hipótesis a defender es: El Diseño del Programa de actividades lúdicas, basadas en la Teoría de Wallon, contribuye significativamente en el desarrollo de la capacidad física de velocidad en estudiantes del 1º grado de secundaria de la I.E. N° 86414 De Chichucancha, Chavín De Huantar, Huari.

Durante el proceso de la investigación se utilizaron métodos, tales como el método histórico, en la contextualización y evolución histórica de la problemática, en el marco teórico, así como en la aplicación de las diferentes actividades de la propuesta; el método inductivo – deductivo, que nos ayudó a seguir una secuencia lógica en el análisis del problema, ya que partimos de hechos observables para luego arribar a conclusiones; el método analítico, que nos permitió analizar la realidad problemática identificando las causas que lo propiciaron, el método abstracto, para la interpretación de los resultados y el método estadístico para el procesamiento de los datos obtenidos.

Para facilitar la comprensión, la investigación se ha estructurado en tres capítulos:

El primer capítulo, contiene el análisis de la problemática del desarrollo de la capacidad física de velocidad en estudiantes del 1er. grado de Educación secundaria del grupo de estudio, a partir de la ubicación o contextualización del problema, el origen y evolución histórica del problema sobre el desarrollo de las

capacidades físicas de velocidad y fuerza, las características y manifestaciones de dicha problemática, asimismo la descripción de la metodología aplicada en la investigación.

El segundo capítulo, presenta el marco teórico sobre desarrollo físico-motriz, que contiene la Teoría de la unidad funcional de Henri Wallon, Teoría del método psicocinético de Jean Le Boulch, propuestas que dan rigor científico a la propuesta diseñada y aplicada, desde donde se consolida en una herramienta para resolver el problema.

El tercer capítulo, se analizó e interpretó los datos recogidos del test, los que permitieron visualizar los avances de los estudiantes que participaron durante la evaluación diagnóstica.

Finalmente, se elaboró la propuesta en base a las teorías mencionadas, el cual comprende: presentación, fundamentación, objetivos, cartel de contenidos, metodología y sistema de evaluación.

Al final de la investigación se presenta las conclusiones, recomendaciones, referencias de consulta y anexos.

El autor.

CAPÍTULO I

ANÁLISIS DEL OBJETO DE ESTUDIO

1.1. Ubicación del contexto del objeto de estudio.

La Institución Educativa Integrado N° 86414 de Chichucancha, se encuentra ubicada en la zona rural marginal del distrito de Chavín de Huántar, Provincia de Huari, Departamento de Ancash, que está a una altura de 3762 m.s.n.m. Ubicada en la parte oriental de la cordillera blanca en la Cuenca Huachecsa, a una distancia de 18 Km. De su jurisdicción hasta el distrito de Chavín de Huántar, teniendo como pueblos en su recorrido a los anexos de Nunupata, Lanchán, Chacpar y Jato.

La Institución Educativa Integrado N° 86414 de Chichucancha, fue creada gracias al entusiasmo de un grupo de pobladores de la comunidad de Huancapampa llamado en ese entonces en Chichucancha, encabezado por las autoridades de la comunidad amantes de la cultura, quienes se preocupaban por la educación de sus hijos, iniciando la gestión para la apertura del nivel primario con el nombre de Escuela Estatal N° 86414, bajo la R.M. N° 1116-1977, para brindar sus servicios en el Nivel Primaria; siendo su primer local una casa de la comunidad cerca a la plaza de Chichucancha y debido a la necesidad y demanda de estudiantes en el nivel secundaria se gestionó para la implementación cambiando de denominación con el nombre de Institución educativa integrado N° 86414 de Chichucancha. Luego trasladándose al local donde hoy viene funcionando con R.M. N° 343-2008, se autoriza su apertura y funcionamiento para brindar atención en el Nivel de Educación Secundaria de Menores extendiéndose hasta quinto Grado y egresando la primera promoción el año 2012. En nuestros días cuenta con más de 197 alumnos en Primaria y Secundaria, a quienes se brinda una educación acorde al avance de la ciencia y la tecnología.

El aniversario de nuestra institución educativa se da en honor al santo patrón “JUAN BAUTISTA”, gracias a la buena voluntad y donación de un docente, es así que celebramos nuestro aniversario todo 24 de junio en memoria al mencionado santo.

La I. E. está organizada por niveles de educación contando con los dos niveles:

- Nivel de Educación Primaria
- Nivel de Educación Secundaria

Por otro lado todos los docentes están organizados, y cada comité coadyuva en el logro de los objetivos de la Institución.

En cuanto de Alumnos:

- Por grados y secciones
- Por Brigadieres y Policías Escolares.
- Junta Directiva del aula.
- Brigada de Defensa Civil
- Municipio Escolares

En cuanto de APAFA:

- Asociación de Padres de Familia
- Comité Interno de APAFA por grados y secciones.

Todos ellos tienen único fin de coadyuvar en el logro del objetivo Institucional priorizando y maximizando en todas las dimensiones al estudiante Chichucanchino que es el futuro hombre del bien social del centro poblado y por ende del Distrito de Chavín de Huantar.

La I.E. I. N° 86414 está en estrecha interrelación desarrollando sus funciones específicas, a través de niveles de participación y responsabilidades en la toma de decisiones, con el único afán de buscar el desarrollo eficiente, armónico y democrático dentro de un clima Institucional favorable, formando a los alumnos en una cultura democrática con participación activa sensibilizando de manera prioritaria a los alumnos para actuar, decidir y elegir consolidando así una formación integral de los mismos a través de una acción coherente de los docentes y de la comunidad en general.

1.2. Surgimiento del problema

El problema se aborda a partir de las necesidades encontradas en los estudiantes del 1º grado del nivel secundaria de la I.E. Integrado N° 86414 de Chichucancha, Chavín de Huántar, Huari, para el desarrollo de la capacidad física de velocidad mediante un programa de actividades lúdicas.

Teniendo en cuenta que el grado de actividad física es extremadamente variable de un niño a otro, de acuerdo a la edad y sexo, y además si tratamos de comparar se podría decir que los niños y niñas de ahora son menos activos que en décadas pasadas. Por tal motivo, se quiere establecer qué cantidad de carga y con qué frecuencia se pueden dar estas actividades para el buen desarrollo de sus capacidades físicas básicas como son la velocidad y la fuerza, lo que le va a servir para un buen rendimiento motor.

En esta edad se debe aprovechar el desarrollo pleno de las capacidades físicas básicas y, que mejor, a través del juego que es la actividad física innata y preferida por los niños y niñas de esta edad. La actividad física, sobre todo la lúdica implica cualquier acción, movimiento, ejercicio que incida sobre el rendimiento físico del niño, que no tenga nada que ver una estructura técnica (la estructura técnica está orientada al deporte), lo cual se llega a la conclusión que todo niño en edad escolar debe participar regularmente en actividades físicas adecuadas que a largo plazo forme parte de su estilo de vida.

En el ámbito internacional, se han realizado estudios de investigación que señalan que la práctica de la actividad física, en edad escolar, influye en la realización de actividades físico-deportivas en la edad adulta (Yang y Cols.1997; Trudeau y Cols. 1999). Consideran que es

más predecible la inactividad en la vida adulta por el sedentarismo en la infancia que vislumbra la actividad en la edad adulta a partir de las actividades físico-deportivas.

Estudios realizados **en Colombia**, Konovalova y Cruz (2006), manifiestan que se da bastante énfasis a la “actividad física” (8 a 10 años), en los niños y niñas en la etapa de la preparación previa merece una atención especial, debido a que en esta edad se forma la base de la capacidad al trabajo, de la salud, del desarrollo físico multifacético, de la solidez y de la estabilidad de la actividad, de todos los sistemas del organismo, es decir, todo lo que permite en un futuro el logro de una buena maestría deportiva.

Los autores señalan que las sesiones en esta etapa deben complementarse orgánicamente con las clases de educación física en la escuela regular y no deben sobrepasarse de 3 a 4 veces a la semana, con una duración de 4 -60 min. Cada una.

García (2010), con **escolares españoles**, en un estudio sobre Niveles de actividad Física habitual en escolares de 10 a 12 años en la región de Murcia, destaca que no cualquier tipo y cantidad de actividad física son adecuados para la salud, sino más bien se debe proponer experiencias divertidas y gratificantes para los alumnos, para que de este modo vayan adquiriendo destreza y competencia en una gran variedad de actividades físicas, además manifiesta que se debe partir de los intereses y motivaciones del niño. Los juegos deportivos populares y tradicionales, además manifiesta que la educación física debe ser lúdica, saludable y significativa.

Según Riddoch y Cols. (2004) en un estudio con escolares de **Dinamarca, Portugal, Estonia y Noruega** de entre 9 y 15 años, establecen una mayor actividad a los 9 años en los niños que en las niñas, considerando significativa la diferencia de actividad física moderada realizada durante los tres o cuatro días de aplicación del procedimiento de obtención de datos. Aun así estos autores concluyen

diciendo que el 97% de los escolares de primaria cumplen las recomendaciones establecidas para una práctica de actividad física saludable, aunque este porcentaje se reduce si incluimos toda la población de entre 9 y 15 años.

Mendoza et al. (1994), realizan un estudio de once países europeos, siendo la población escolar de los países nórdicos (Finlandia, Suecia y Noruega) junto con Austria y Escocia, los que mayor participación tenían en actividades deportivas extraescolares. En la totalidad de los países estudiados, las niñas practicaban menos actividad deportiva que los niños.

Atalah y Cols. (1999), Giraldo y Cols. (2008), en estudios realizados con escolares chilenos, finlandeses, ingleses y colombianos, señalan una mayor práctica de actividad física en niños que en niñas, tanto en la edad de Primaria como en edades posteriores.

Para finalizar, Trudeau y Cols. (1999), señalan la importancia de la influencia de la Educación Física sobre la práctica de la actividad física del escolar en su tiempo libre, ya que un programa de Educación Física diario tiene enormes beneficios en la formación de actitudes que favorezcan hábitos de ejercicio saludables durante la edad adulta para sujetos de ambos sexos.

Garita (2006), manifiesta sobre los motivos de participación y satisfacción en la actividad física, que: “la motivación en la actividad física es una característica psicológica multidimensional”, ya que en esta época la actividad física está en boga a nivel mundial, para todas las personas de cualquier edad, además manifiesta que: “los niños prefieren la diversión y hacer amigos; los adolescentes la competición y las amistades; los universitarios la aventura y la diversión; los adultos obtener actividad física regular y los adultos mayores los beneficios relacionados con la salud”.

Analizando nuestro ámbito nacional, en la gran mayoría de colegios primarios a nivel nacional no cuentan con profesionales especializados o mejor dicho no se dicta el área de Educación Física, y las o los profesores de aula que están a cargo de estos alumnos no están capacitados para realizar estas actividades, recién el gobierno conjuntamente con el Ministerio de Educación desde este año (2014) han ampliado las horas de educación física en los colegio de 2 a 3 horas semanales, por lo que lo están incrementando gradualmente las plazas respectivas para el área de Educación Física y a la vez el Ministerio de Educación está capacitando a estos docentes que están dentro de este Plan de Fortalecimiento de la Educación Física, se ha visto en nuestro medio en esta última década el incremento desmedido de obesidad en niños y niñas y se está buscando que los niños y niñas, realicen más actividad física de lo que normalmente práctica.

Según La República (15/05/11), La Organización Panamericana de Salud (OPS), durante el año 2011, ubico al Perú en el octavo lugar en el mundo, con niños obesos entre 6 y 9 años de edad. Y Según el Ministerio de Salud (2013), manifiesta que “el 50% de los peruanos no realiza actividad física”. Estos problemas de salud van en contra de la edificación de una sociedad sana y reforzadora de valores. (Marco Curricular Nacional 2014. Pág. 81).

Según el MINEDU (2014), en la actualidad la Educación Física está considerada como el área fundamental para el desarrollo integral del estudiante. Al ser integral, se considera todos los aspectos del desarrollo humano: los corporales, motrices, socio-emocionales, afectivos y cognitivos. Estos aspectos favorecen la formación de ciudadanos más democráticos, capaces de convertir sus potencialidades en desarrollo y progreso para todos. (Marco Curricular Nacional 2014. Pág. 4)

Las características propias del área de Educación Física convierten en una disciplina relevante para la promoción de la actividad física como bien para el desarrollo de las capacidades fundamentales que van a servir al logro del desarrollo motor del educando y debe darse de carácter obligatorio ya que la influencia de esta va a formar las conductas de prácticas físico-deportivas de los alumnos fuera del entorno escolar.

El logro de las capacidades físicas básicas, está centrado en mejorar a través de actividades físicas determinadas capacidades, como fuerza, velocidad, resistencia y flexibilidad.

Las capacidades físicas o motoras. Son capacidades necesarias para el buen desempeño físico, determinantes para el aprendizaje y la ejecución de los movimientos deportivos con sus respectivos ejercicios y se dividen en:

- Capacidades físicas condicionales: son determinada en primera instancia por el proceso energético, es decir que se requieren para su realización de la energía o de lo contrario no habrá movimiento; estas son: la fuerza, la velocidad, la resistencia y la flexibilidad
- Las cualidades coordinativas: son también capacidades físicas, pero determinadas en primera instancia por el proceso del sistema nervioso en la programación (imagen - idea) del movimiento y el control del mismo.
- Habilidades y destrezas: son todas las capacidades físicas pero automatizadas, esto ya se manifiesta en el proceso de la formación técnica del movimiento, en especial en el deporte en sí: ritmo, reacción, orientación, sincronización, equilibrio, diferenciación y la capacidad de adaptación al movimiento.

En la actualidad en nuestra región, se ha retomado recién a partir del año 2014, la Educación Física en niños y niñas del nivel primario, teniendo en cuenta que como este el Plan de Fortalecimiento de la Educación Física está creciendo gradualmente año a año, y cabe resaltar que el Ministerio de Educación está capacitando constantemente a los docentes de Educación Física, de manera virtual, presencial y física (RSG-2069-2014-MINEDU)

Es de gran preocupación que en el entorno socioeducativo de la I.E. Integrado N° 86414 de Chichucancha, Chavín de Huántar, Huari, que no existan propuestas, como las actividades o estrategias lúdicas para aplicarlas en favor del desarrollo de la capacidad física de velocidad en los estudiantes de 1º grado de secundaria, por ello esta propuesta se propone con la finalidad de contribuir al desarrollo de la capacidad física de velocidad a fin de desarrollar, el aspecto físico de los estudiantes desde la edad temprana y, es ahí, la finalidad de la presente investigación.

1.3. Análisis del objeto de estudio.

Los avances en los estudios de la condición física han ido tomando importancia por su relevancia en la realidad social, ya que en el contexto del siglo XXI, la necesidad de una buena salud, calidad de vida y ocio, es justamente la manifestación de la práctica de la actividad física, pero en tanto tenemos que entender que este tipo de actividades requieren un mínimo desarrollo de las capacidades físicas básicas y cualidades motrices. Entiéndase por las primeras la fuerza, resistencia, flexibilidad y velocidad, y las segundas como la coordinación y el equilibrio; otros investigadores asumen a la agilidad como capacidad resultante; todas ellas son susceptibles de mejora a través de la práctica de ejercicio físico y el entrenamiento, siendo la etapa de la niñez fundamental para su activación y mejora en su desarrolla edades próximas.

Los métodos y sistemas de entrenamiento han ido evolucionando en el tiempo, hoy en día el desarrollo de Capacidades Físicas es indispensables para el logro de un buen rendimiento físico y motriz. Esto es aplicable a los deportistas de elite, pero no es aplicable a los estudiantes en edad escolar, ya que el tratamiento de la actividad física en el ámbito educativo debe partir de una orientación educativa centrada en una actividad lúdica como elemento fundamental donde el niño vivencie su corporalidad mediante actividades de su interés.

El profesor de educación física debe conocer las necesidades, capacidades y posibilidades de los estudiantes, las pausas de recuperación y progresiones necesarias en el planteamiento de los ejercicios físicos, cómo afectan determinados tipos de ejercicios al organismo, cuáles son aplicables y cuáles no, en qué edades se pueden aplicar, en definitiva, conocer la repercusión de la actividad física en el organismo de los estudiantes.

En general, un adecuado desarrollo de la condición física va a contribuir en el desarrollo integral de los estudiantes, va a mejorar la salud de éstos en el presente y en el futuro, así como su calidad de vida y disfrute personal (ocio).

Existen trabajos muy interesantes que se acercan al campo de estudio considerados en la presente investigación; por ejemplo, en el ámbito internacional, se han realizado estudios de investigación que señalan que la práctica de la actividad física, en edad escolar, influye en la realización de actividades físico-deportivas en la edad adulta. (Yang y Cols.1997; Trudeau y Cols. 1999).

Consideran que es más predecible la inactividad en la vida adulta por el sedentarismo en la infancia que vislumbra la actividad en la edad adulta a partir de las actividades físico-deportivas.

Estudios realizados en Colombia, Konovalova y Cruz (2006), manifiestan que se da bastante énfasis a la “actividad física” (8 a 10 años), en los niños y niñas en la etapa de la preparación previa merece una atención especial, debido a que en esta edad se forma la base de la capacidad al trabajo, de la salud, del desarrollo físico multifacético, de la solidez y de la estabilidad de la actividad, de todos los sistemas del organismo, es decir, todo lo que permite en un futuro el logro de una buena maestría deportiva (Educación Física y Deporte - 2006).

Konovalova y Cruz, señalan que las sesiones en esta etapa deben complementarse orgánicamente con las clases de educación física en la escuela regular y no deben sobrepasarse de 3 a 4 veces a la semana, con una duración de 4 - 60 min. Cada una.

García (2010), con escolares españoles, en un estudio sobre Niveles de actividad Física habitual en escolares de 10 a 12 años en la región de Murcia, destaca que no cualquier tipo y cantidad de actividad física son adecuados para la salud, sino más bien se debe proponer experiencias divertidas y gratificantes par los alumnos, para que de este modo vayan adquiriendo destreza y competencia en una gran variedad de actividades físicas, además manifiesta que se debe partir de los intereses y motivaciones del niño. Los juegos deportivos populares y tradicionales, además manifiesta que la educación física debe ser lúdica, saludable y significativa. (Pág. 174)

Según Riddoch y Cols. (2004) en un estudio con escolares de Dinamarca, Portugal, Estonia y Noruega de entre 9 y 15 años, establecen una mayor actividad a los 9 años en los niños que en las niñas, considerando significativa la diferencia de actividad física moderada realizada durante los tres o cuatro días de aplicación del procedimiento de obtención de datos.

Aun así estos autores concluyen diciendo que el 97% de los escolares de Primaria cumplen las recomendaciones establecidas para una práctica de actividad física saludable, aunque este porcentaje se reduce si incluimos toda la población de entre 9 y 15 años.

Mendoza et. al. (1994), realizan un estudio de once países europeos, siendo la población escolar de los países nórdicos (Finlandia, Suecia y Noruega) junto con Austria y Escocia, los que mayor participación tenían en actividades deportivas extraescolares. En la totalidad de los países estudiados, las niñas practicaban menos actividad deportiva que los niños.

Atalah y Cols. (1999), Giraldo y Cols. (2008), en estudios realizados con escolares chilenos, finlandeses, ingleses y colombianos, señalan una mayor práctica de actividad física en niños que en niñas, tanto en la edad de Primaria como en edades posteriores.

Para finalizar, Trudeau y Cols. (1999), señalan la importancia de la influencia de la Educación Física sobre la práctica de la actividad física del escolar en su tiempo libre, ya que un programa de Educación Física diario tiene enormes beneficios en la formación de actitudes que favorezcan hábitos de ejercicio saludables durante la edad adulta para sujetos de ambos sexos.

Garita (2006), manifiesta sobre los motivos de participación y satisfacción en la actividad física, que: “la motivación en la actividad física es una característica psicológica multidimensional”, ya que en esta época la actividad física está en boga a nivel mundial, para todas las personas de cualquier edad, además manifiesta que: “los niños prefieren la diversión y hacer amigos; los adolescentes la competición y las amistades; los universitarios la aventura y la diversión; los adultos obtener actividad física regular y los adultos mayores los beneficios relacionados con la salud”.

Analizando en nuestro ámbito nacional, en la gran mayoría de colegios primarios a nivel nacional no cuentan con gente especializada o mejor dicho no se dicta el área de Educación Física, y las o los profesores de aula que están a cargo de estos alumnos no están capacitados para realizar estas actividades, recién el gobierno conjuntamente con el Ministerio de Educación desde este año (2014) han ampliado las horas de educación Física en los colegio de 2 a 5 horas semanales, por lo que lo están incrementando gradualmente las plazas respectivas para el área de Educación Física y a la vez el Ministerio de Educación está capacitando a estos docentes que están dentro de este Plan de Fortalecimiento de la Educación Física, se ha visto en nuestro medio en esta última década el incremento desmedido de obesidad en niños y niñas y se está buscando que los niños y niñas, realicen más actividad física de lo que normalmente practican con regularidad en su tiempo libre.

Las características propias del área de Educación Física convierten en una disciplina relevante para la promoción de la actividad física como bien para el desarrollo de las capacidades fundamentales que van a servir al logro del desarrollo motor del educando y debe darse de carácter obligatorio ya que la influencia de esta va a formar las conductas de prácticas físico-deportivas de los alumnos fuera del entorno escolar.

El logro de las capacidades físicas básicas, está centrado en mejorar a través de actividades físicas determinadas la: Fuerza – Velocidad – Resistencia – Flexibilidad,

Las capacidades físicas o motoras. Son capacidades necesarias para el buen desempeño físico, determinantes para el aprendizaje y la ejecución de los movimientos deportivos con sus respectivos ejercicios y se dividen en:

- Capacidades físicas condicionales: son determinada en primera instancia por el proceso energético, es decir que se requieren para su realización de la energía o de lo contrario no habrá movimiento; estas son: la fuerza, la velocidad, la resistencia y la flexibilidad, como capacidades básicas e indispensables para el posterior desarrollo de sus habilidades y destrezas físicas en el plano psicomotor, y/o físico.
- Las cualidades coordinativas: son también capacidades físicas, pero determinadas en primera instancia por el proceso del sistema nervioso en la programación (imagen - idea) del movimiento y el control del mismo, son derivadas porque se manifiestan después de un proceso de activación y ejercitación permanente de los segmentos corporales.
- Habilidades y destrezas: son todas las capacidades físicas pero automatizadas, esto ya se manifiesta en el proceso de la formación técnica del movimiento, en especial en el deporte en sí: ritmo, reacción, orientación, sincronización, equilibrio, diferenciación y la capacidad de adaptación al movimiento.

En nuestra región, se ha retomado recién a partir del año 2014, el desarrollo de las clases de Educación Física en niños y niñas del nivel primario, y considerando que el Plan de Fortalecimiento de la Educación Física fue creciendo gradualmente hasta el año 2016, una fortaleza es que el Ministerio de Educación está capacitando constantemente a los docentes de esta especialidad, de manera virtual, semipresencial y presencial, refrendamos lo dicho citando la RSG-2069-2014-MINEDU.

En todas las Instituciones Educativas se le reconoce a la Educación Física “como un proceso formativo dirigido al desarrollo de capacidades y conocimientos sobre la motricidad y el desarrollo físico; también contribuye a la valoración y toma de conciencia de que el despliegue de sus potencialidades contribuye al disfrute del movimiento; al uso adecuado del tiempo libre; al cuidado de la salud; al mejoramiento de la calidad de vida; y a una mejor interacción social”. (DCN. 2008.)

A través del área de Educación Física se asume una visión holística del cuerpo como “unidad” que piensa, siente y actúa simultáneamente y en continua interacción con el ambiente desarrollando todas sus dimensiones: biológicas, psicológicas, afectivas y sociales; dentro de esta área el desarrollo de la motricidad está considerado como un aspecto esencial. Según DCN. (2008)

En la Educación Física están consideradas dos categorías antropológicas: nuestro organismo (CUERPO) y su capacidad de acción y expresión (MOVIMIENTO), que son los ejes principales a partir de los cuales se organiza la acción educativa generadora de aprendizajes corporales.

El desarrollo del área de Educación Física en lo que se refiere a desarrollo de capacidades físicas existe un organizador en el cual nos vamos a centrar nuestro trabajo pedagógico para el logro de estas y se denomina: Comprensión y desarrollo de su corporeidad y la salud. El Diseño Curricular Nacional (DCN) manifiesta que este organizador “se expresa mediante los procesos funcionales orgánicos que son reconocidos como aquellas características y mecanismos específicos del cuerpo humano que determina que sea un ser vivo; entre los que se encuentran la respiración, regulación térmica, nutrición celular, eliminación de desechos metabólicos y otros que traen consigo el desarrollo de las capacidades físicas identificadas como las

condiciones orgánicas básicas para el aprendizaje y perfeccionamiento de acciones motrices o físicas deportivas.

Estas capacidades favorecen el desarrollo armónico del cuerpo, regulan el esfuerzo según sus posibilidades y contribuyen en los estudiantes al logro de aprendizajes en los que valoren que la actividad física sistemática desarrolla la adquisición de hábitos de higiene, nutrición, preservación del y cuidado de la salud, constituyéndose en un medio para mejorar la calidad de vida”. DCN.

Las competencias se desarrollan a partir de la experimentación y práctica intencionada, sistemática y reflexiva de actividades corporales motrices. Su desarrollo permite a los alumnos percibir, experimentar, conocer, comprender y desarrollar su cuerpo y sus posibilidades motrices.

Sin embargo, en la actualidad se ha observado en actividades curriculares y cocurriculares que los niños 1º grado del nivel secundario de la presentan deficiencias en el desarrollo de la capacidad física de velocidad, manifestándose en deficiente coordinación de brazos y piernas al realizar diversas carreras, poca reacción a las señales de partida.

Esta deficiencia tiene múltiples causas, sin embargo, nos centraremos en la referente al componente didáctico del proceso enseñanza-aprendizaje ya que encontramos la inexistencia de un plan o programa que asegure el desarrollo de las capacidades físicas en la institución educativa, especialmente en el nivel primario.

1.4. Manifestaciones y características del problema

Sin duda el desarrollo inadecuado del componente físico-motor, según la edad cronológica, resulta un problema significativo en el desarrollo de las clases de educación física, de la práctica deportiva, en la actividad física, etc.

Las causas del inadecuado desarrollo del componente físico-motor, obedece a dificultades en los movimientos que comprometen grandes músculos del cuerpo, equilibrio y organización senso-perceptual. Son ejemplos de destrezas motoras gruesas: correr, saltar, trepar, juegos con balón (arrojarlo, atraparlo, patearlo) control postural. Los estudiantes que presentan dificultades en esta área, manifiestan problemas que afectan el desempeño escolar y físico.

a. Trastorno del desarrollo físico-motriz.

Un aspecto importante se refiere a una marcada alteración en el desarrollo de la coordinación motora que interfiere significativamente con el aprendizaje escolar o las actividades de la vida diaria (no se debe a una enfermedad médica general).

Rendimiento inapropiado en coordinación motora por debajo del esperado para la edad o la capacidad intelectual, lo que interfiere en el rendimiento académico y en las actividades cotidianas del estudiante.

Los niños con trastornos en el desarrollo físico-motor, presentan dificultades para establecer secuencias motoras, lo que se expresa en un déficit en la ejecución de ejercicios de coordinación o gesticulación.

El desarrollo físico-motriz en los estudiantes, conforme avanzan en edad, superan sus dificultades motoras con la ejercitación física y motriz. Sin embargo, datos más recientes han sugerido

que, en un grupo de niños con TDFM, el problema no se resuelve espontáneamente y persiste hasta la edad adulta

Aceptando que puede existir un TDFM que corresponde a una variante de la normalidad y de un retraso madurativo, no por ello debe excluirse la existencia de un síndrome persistente de dificultad motora, que causa problemas en la edad infantil (Forster, 2006)

En el aspecto social, se ha detectado que los niños con TDfm son menos competentes y que presentan un nivel más elevado de ansiedad, se perciben a sí mismos como más torpes y tienen una baja autoestima (Piek, 2001)

TDFM. Los signos blandos representan una evidencia sutil de alteración del sistema nervioso, que incluyen diversas disfunciones motoras tales como:

- a) movimientos anormales,
- b) alteraciones de los reflejos,
- c) movimientos asociados,
- d) retraso en las adquisiciones motoras,
- e) mala coordinación y torpeza en general.

Las denominaciones aplicadas al trastorno del desarrollo físico-motor han sido muy variadas, incluyendo la del niño torpe, con las esperables consecuencias para la adaptación escolar, como lo manifiestan los investigadores:

- Déficit de atención, motor y perceptivo (DAMP) Gillberg, 1989
 - Retraso motor Henderson, 1987
 - Disfunción de integración sensorial Ayres 1972

b. Método y estrategias tradicionales.

La aplicación de métodos y estrategias tradicionales significa, que aún los profesores siguen considerando al estudiante como un receptor pasivo, sumiso; mientras que él se cree el dueño del conocimiento, es el centro del proceso de enseñanza-aprendizaje, quien impone la autoridad en el aula, entonces los alumnos no serán críticos, reflexivos, capaces de actuar con independencia, creatividad y responsabilidad en su vida cotidiana.

Muchas veces el profesor en su afán de terminar sus programas se muestra inoperante en el desarrollo de actividades motrices donde se manifieste la expresión y creatividad del niño en sus prácticas físico-motoras.

Otras veces desarrollan sus actividades de aprendizaje exigiendo retos que de acuerdo a su edad no deben ejecutarlos, forzando muchas veces su nivel de actuación y predisposición.

La mayoría de docentes no ayudamos a mejorar la labor pedagógica, no cumplimos nuestro papel de facilitar el avance de los alumnos dentro de la jerarquía de etapas en donde solos deben descubrir, asimilar y acomodar las acciones motrices principales a través de sus interacciones con el ambiente que les rodea.

c. Limitado uso de estrategias didácticas basadas en el movimiento corporal.

Las estrategias didácticas basadas en el movimiento corporal, buscan lograr que los estudiantes desarrollen sus habilidades en el área motora en general, que pueden ser propuestas de la siguiente manera: coordinación orgánico motriz (fuerza, velocidad, resistencia y flexibilidad), coordinación sensorio motriz, coordinación global; con la finalidad de incrementar su

desarrollo en los estudiantes con las actividades de aprendizaje, en relación a su cuerpo, al espacio, al tiempo y a sus compañeros; sin embargo es determinante lograr alcanzar el nivel deseado en estos aprendizajes, siempre y cuando los docentes innoven sus conocimientos y transformen sus actividades previas en acciones relevantes para los nuevos aprendizajes a desarrollar en los estudiantes.

d. Inadaptación de los programas a los intereses de los estudiantes.

Las investigaciones psicológicas han demostrado el importante papel que desempeña el interés en el aprendizaje.

Así, un escolar puede resistirse a aprender si es que no conoce la importancia de lo que se quiere conseguir; si no ve la importancia de la práctica de determinadas actividades evitará hacerlas. Lora; (1999).

Es necesario que se replantee los programas curriculares de acuerdo a la realidad de cada institución o de la zona; los docentes en las sesiones de aprendizaje debemos ayudar a nuestros estudiantes a mejorar su nivel de aprendizaje psicomotriz y físico-motor motivándolos permanentemente a la práctica de juegos y actividades lúdicas mediante el uso de diversas estrategias didácticas. Los profesores de educación física debemos estar convencidos de que todos nuestros niños pueden desarrollar sus capacidades psicomotrices, por eso debemos brindarle a cada uno el tiempo y el apoyo que necesita.

e. Débil formación y capacitación docente.

Se necesita atención urgente en la formación y capacitación de entes para trabajar con estrategias didácticas innovadoras, que permitan relacionar los procesos de aprendizaje cognitivo, motriz y emocional, y su desarrollo integral del estudiante en proceso de formación.

Uno de los graves problemas que arrastra la formación del docente en educación física, se debe a que no existe un proceso de selección adecuado para incorporar a la carrera docente a aquellas personas que no tienen un perfil ideal ejercer esta noble profesión y de mucho arraigo social, hoy en día se necesita de profesionales vinculados con su entorno y vocación de servicio.

El nivel académico exigido para el examen de admisión a los centros de formación magisterial es bajo, incluso en las universidades, el puntaje es menor comparado con otras profesiones. Además, la vocación y aptitudes didácticas de los postulantes, características importantes en un docente, no son variables consideradas y/o evaluadas en la selección de los postulantes a la carrera de formación magisterial.

La mayoría de docentes no tiene vocación pedagógica, no se encuentran motivados para seguir especializándose u capacitándose, sin embargo el nivel de conocimiento del área de Educación Física que el profesor presenta, afecta de forma negativa el rendimiento de los estudiantes. Es decir, los estudiantes cuyos profesores tienen un mejor manejo del área curricular que enseñan, tienen mayor probabilidad de rendir mejor.

La capacitación docente llevada a cabo en forma adecuada podría tener un efecto significativo sobre el aprendizaje y rendimiento de los alumnos. En este sentido, se sustenta que se debería continuar con las capacitaciones docentes, pero mejorando algunos factores de la misma tales como: uso de metodologías adecuadas, desarrollo psicomotor del niño, manejo del aula, el monitoreo, etc.

Un porcentaje considerable de las capacidades establecidas en el currículo no son desarrolladas en el aula, por falta de motivación del docente para desarrollar las sesiones de aprendizaje.

f. La experimentación motriz base de los aprendizajes.

Independientemente de la condición económica de la familia del estudiante, los niños cuyas experiencias motrices hayan tenido han alcanzado un mayor nivel de desarrollo motriz, obtienen mejores rendimientos en el área psicomotriz.

Todas aquellas situaciones vinculadas con la experiencia motriz del niño en relación a su entorno tienen una influencia importante en su desarrollo integral, la educación del niño, forma parte de una educación corporal humana que al parecer tiene un peso importante en el desempeño escolar de los estudiantes, sobre todo en la edad escolar del nivel primaria donde los niños están en constante aprendizaje, curiosidad, etc.

En este sentido, el tipo de prácticas, las relaciones con el componente físico-motriz, el espacio, el tiempo, apoyan el proceso de aprendizaje de los estudiantes de las distintas áreas del saber escolar.

g. Limitado desarrollo integral del estudiante.

Los motivos que obstaculizan el aprendizaje de los niños son diversos, muchas son las causas que generan que nuestros niños presenten escaso desarrollo en los procesos madurativos necesarios para el desarrollo de sus capacidades físicas y motrices, tales como: inadecuada nutrición, bajo nivel de autoestima, reducida atención, concentración en los niños originados por la violencia familiar, el maltrato, escasa motivación hacia el juego, etc. El desarrollo integral de los niños implica brindarles un entorno favorable para su aprendizaje, en la realización de actividades lúdicas, deportivas y recreativas, es necesario el compromiso de padres, docentes con su proceso de aprendizaje, son elementos vitales y determinantes en la esfera de equilibrio emocional de los estudiantes.

El desarrollo integral del estudiantes se debe manifestar a partir de los elementos que lo vincula a sus intereses y haceres propios de sus edad, el juego y la motricidad humana son unos de los principales elementos para su desarrollo total, que se refleja en los aprendizajes y el desarrollo de sus capacidades físicas, motrices, cognitivas, emocionales, volitivas y afectivas, todas ellas finalmente juegan un rol importante para su inserción social, que se vincula a la actividad lúdica propiamente dicha con sus pares.

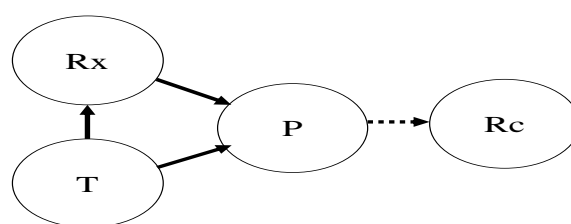
1.5. Metodología de la investigación

1.5.1. Diseño de la investigación

Este trabajo corresponde a una investigación descriptivo – propositiva. Es descriptiva porque se dará a conocer un fenómeno de estudio, en este caso describir la problemática relacionado al desarrollo de la capacidad física de velocidad, en estudiantes del 1º grado de secundaria, en la I.E.

Integrado N° 86414 de Chichucancha, Chavín de Huántar, Huari; así mismo es propositiva porque al haber conocido la realidad anterior se hará una propuesta de un Programa de Actividades Lúdicas basada en la Teoría de Wallon y de Fuste, para mejorar el desarrollo de la capacidad física mencionada.

1.5.2. Diseño esquemático



Leyenda
Rx: Diagnóstico de la realidad
T: Estudios teóricos
P: Propuesta pedagógica
Rc: Realidad cambiada

1.5.3. POBLACIÓN

La población estará conformada por 120 estudiantes de la I.E.

Integrado N° 86414 de Chichucancha, Chavín de Huántar, Huari

1.5.4. MUESTRA

Es una población muestral constituida los alumnos 13 estudiantes del

1º grado de secundaria en la I.E. Integrado N° 86414 de Chichucancha, Chavín de Huántar, Huari.

1.5.5. MATERIALES, TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS

1.5.1. MATERIALES

- Fichas
- Balones
- Lápiz
- Resaltador
- Corrector
- Copias
- Tinta
- Papeles

1.5.2. TÉCNICAS

En el presente estudio se emplearán las siguientes técnicas de investigación:

a) Observación:

Es una técnica que consiste en observar atentamente el fenómeno, hecho o caso, tomar información y registrarla para su posterior análisis.

La observación es un elemento fundamental de todo proceso investigativo; en ella se apoya el investigador para obtener el mayor número de datos. Gran parte del acervo de conocimientos que constituye la ciencia ha sido lograda mediante la observación.

1.5.3. INSTRUMENTOS

El instrumento a utilizar es el siguiente:

Ficha de observación:

Son instrumentos donde se registra la descripción detallada de lugares, personas, etc. Que forman parte de la investigación.

1.5.6. MÉTODOS Y PROCEDIMIENTOS PARA LA RECOLECCIÓN DE DATOS

Para el análisis de los datos se emplea varios procedimientos, uno de ellos es el procedimiento estadístico que se va a trabajar con porcentajes.

Se hará uso del método científico.

1.5.6.1. TÉCNICAS DE GABINETE

Fichas de recojo de instrumentos: El fichaje es una técnica auxiliar de todas las demás técnicas empleada en investigación científica; consiste en registrar los datos que se van obteniendo en los instrumentos llamados fichas, las cuales, debidamente elaboradas y ordenadas contienen la mayor parte de la información que se recopila en una investigación por lo cual constituye un valioso auxiliar en esa tarea, al ahorra mucho tiempo, espacio y dinero.

- Análisis
- Síntesis
- Inductivo/ deductivo

1.5.6.2. TÉCNICAS DE CAMPO

- Entrevistas
- Guías de observación

1.6. ANÁLISIS ESTADÍSTICOS DE LOS DATOS

Luego de recogida la información a través de los instrumentos se procede a su ordenamiento, clasificación e interpretación para lo cual se utilizará los cuadros, tablas y gráficos.

La información de tipo cuantitativo será precisa utilizado medidas estadísticas, distribución de frecuencias, análisis porcentuales y medidas de tendencia central.

La información de carácter cualitativa será procesada utilizando el análisis educativo.

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

2.1. Teoría del juego según: Spencer

Spencer. "El juego es la descarga agradable y sin formalidad de un exceso de energías. Spencer buscó la razón del juego en la existencia de un excedente de energía, que pugnando por evadirse del organismo infantil se desplegaría por los centros nerviosos"

Los niños no solo imitan a los adultos, sino también ellos tienen su propia actividad creadora.

Spencer, concibe que el juego en la educación es grande, pone en actividad todos los órganos del cuerpo, fortifica y ejercita las funciones síquicas. El juego es un factor poderoso para la preparación de la vida social del niño; jugando se aprende la solidaridad, se forma y consolida el carácter y se estimula el poder creador.

En lo que respecta al poder individual, los juegos desenvuelven el lenguaje, despiertan el ingenio, desarrollan el espíritu de observación, afirma la voluntad y perfeccionan la paciencia. También favorecen la agudeza visual, táctil y auditiva; aligeran la noción del tiempo, del espacio; dan soltura, elegancia y agilidad del cuerpo.

La aplicación provechosa de los juegos posibilita el desarrollo biológico, psicológico, social y espiritual del hombre. Su importancia educativa es trascendente y vital. Sin embargo, en muchas de nuestras escuelas se prepondera el valor del aprendizaje pasivo, domesticador y alienante; no se da la importancia del caso a la educación integral y permanente. Tantas escuelas y hogares, pese a la modernidad que vivimos o se nos exige vivir, todavía siguen lastrados en vergonzosos tradicionalismos.

La escuela tradicionalista sume a los niños a la enseñanza de los profesores, a la rigidez escolar, a la obediencia ciega, a la acriticidad, pasividad, ausencia de iniciativa.

Es logocéntrica, lo único que le importa cultivar es el memorismo de conocimientos. El juego está vedado o en el mejor de los casos admitido solamente al horario de recreo.

Frente a esta realidad la Escuela Nueva es una verdadera mutación en el pensamiento y accionar pedagógico. Tiene su origen en el Renacimiento y Humanismo, como oposición a la educación medieval, dogmática autoritaria, tradicional, momificante. Tiene la virtud de respetar la libertad y autonomía infantil, su actividad, vitalidad, individualidad y colectiva. Es paidocentrista. El niño es el eje de la acción educativa. El juego, en efecto, es el medio más importante para educar.

2.1.1 El juego base lúdica.

El juego es una actividad libre, consiste en escaparse de ella a una esfera temporal de actividades que posee su tendencia propia. El siguiente caso, que refiere el padre de un niño. Encuentra a su hijo de cuatro años sentado en la primera silla de una fila de ellas jugando al tren. Acaricia al nene, pero éste le dice: papá no debes besar a la locomotora, porque, si lo haces, piensan los coches que no es verdad.

El juego no es la vida corriente o la vida propiamente dicha.

El juego es absolutamente independiente del mundo exterior, es eminentemente subjetivo.

El juego transforma la realidad externa, creando un mundo de fantasía.

El juego es desinteresado; es una actividad que transcurre dentro de sí misma y se practica en razón de la satisfacción que produce su misma práctica.

Se juega dentro de determinados límites de tiempo y de espacio, su característica es la limitación.

El juego crea orden, es orden. La desviación más pequeña, estropea todo el juego, le hace perder su carácter y le anula.

El juego oprime y libera, el juego arrebat, electriza, hechiza. Está lleno de las dos cualidades más nobles que el hombre puede encontrar en las cosas y expresarlas: ritmo y armonía.

El juego es un tender hacia la resolución, porque se ponen en juego las facultades del niño.

Otra de las características del juego es la facultad con que se rodea de misterio. Para los niños aumenta el encanto de su juego si hacen de él un secreto. Es algo para nosotros y no para los demás.

El juego es una lucha por algo o una representación de algo.

2.1.2. Importancia del juego en la escuela.

Las afirmaciones de Schiller; el citado poeta y educador dice: "que el hombre es hombre completo sólo cuando juega". De ello se desprende de que la dinámica del juego entran en desarrollo completo el ansia de libertad, la espontaneidad en la acción, el espíritu alegra el anhelo de creación, la actitud ingenua y la reflexión, cualidades que en esencia distingue nuestro ser en el juego el hombre despoja todo lo que se encuentra reprimido, ahogado en el mundo interior de su persona.

Desde el punto de vista psicológico el juego es una manifestación de lo que es el niño, de su mundo interior y una expresión de su mundo interior y una expresión de su evolución mental. Permite por tanto, estudiar las tendencias del niño, su carácter, sus inclinaciones y sus deficiencias.

En el orden pedagógico, la importancia del juego es muy amplio, pues la pedagogía aprovecha constantemente las conclusiones de la psicología y la aplica la didáctica.

El juego nos da la más clara manifestación del mundo interior del niño, nos muestra la integridad de su ser.

La importancia de los juegos se puede apreciar de acuerdo a los fines que cumple, en la forma siguiente:

- Las actividades del juego coadyuvan al desarrollo muscular y de la coordinación neuro-muscular. Pero el efecto de la actividad muscular no queda localizado en determinadas masas, sino repercute con la totalidad del organismo.

Hay cierta diferencia entre gimnasia y juego, la complejidad de los movimientos usados en el juego hacen de él un ejercicio sintético, mientras que la gimnasia resulta una actividad analítica que se dirige en ciertos momentos hacia un sector determinado del cuerpo. El juego, por constituir un ejercicio físico además de su efecto en las funciones cardiovasculares, respiratorias y cambios osmóticos, tiene acción sobre todas las funciones orgánicas incluso en el cerebro. La fisiología experimental ha demostrado que el trabajo muscular activa las funciones del cerebro.

❖ **Para el desarrollo físico.**

Es importante para el desarrollo físico del individuo, porque las actividades de caminar, correr, saltar, flexionar y extender los brazos y piernas contribuyen el desarrollo del cuerpo y en particular influyen sobre la función cardiovascular y consecuentemente para la respiración por la conexión de los centros reguladores de ambos sistemas.

Durante el juego el niño desarrollará sus poderes de análisis, concentración, síntesis, abstracción y generalización. El niño al resolver variadas situaciones que se presentan en el juego aviva su inteligencia, condiciona sus poderes mentales con las experiencias vividas para resolver más tarde muchos problemas de la vida ordinaria.

El juego es un estímulo primordial de la imaginación, el niño cuando juega se identifica con el tiempo y el espacio, con los hombres y con los animales, puede jugar con su compañero real o imaginario y puede representar a los animales y a las personas por alguna cosa, este es el período del animismo en el niño. Esta flexibilidad de su imaginación hace que en sus juegos imaginativos puede identificarse con la mayoría de las ocupaciones de los adultos.

❖ **Para el desarrollo mental.**

Es en la etapa de la niñez cuando el desarrollo mental aumenta notablemente y la preocupación dominante es el juego. El niño encuentra en la actividad lúdica un interés inmediato, juega porque el juego es placer, porque justamente responde a las necesidades de su desenvolvimiento integral. En esta fase, cuando el niño al jugar perfecciona sus sentidos y adquiere mayor dominio de su cuerpo, aumenta su poder de expresión y desarrolla su espíritu de observación. Pedagogos de diversos países han demostrado que el trabajo mental marcha paralelo al desarrollo físico. Los músculos se tornan poderosos y precisos pero se necesita de la mente y del cerebro para dirigirlos, para comprender y gozar de las proezas que ellos realizan.

"Educar al niño guiándolo a desarrollar una conducta correcta hacia sus rivales en el juego y hacia los espectadores".

❖ **Para la formación del carácter.**

Los niños durante el juego reciben benéficas lecciones de moral y de ciudadanía, ello influye en el cultivo de los sentimientos sociales.

Los niños que viven en zonas alejadas y aisladas crecen sin el uso adecuado y dirigido del juego y que por ello forman, en cierto modo, una especie de lastre social.

Estos niños no tienen la oportunidad de disponer los juguetes porque se encuentran aislados de la sociedad y de lugares adecuados para su adquisición.

El juego tiene la particularidad de cultivar los valores sociales de un modo espontáneo e insensible, los niños alcanzan y por sus propios medios, el deseo de obrar cooperativamente, aprenden a tener amistades y saben observarlas porque se dan cuenta que sin ellas no habría la oportunidad de gozar mejor al jugar, así mismo, cultivan la solidaridad porque no pocas veces juegan a hechos donde ha de haber necesidad de defender al prestigio, el buen hombre o los colores de ciertos grupos que ellos mismos lo organizan, por esta razón se afirma que el juego sirve positivamente para el desarrollo de los sentimientos sociales.

La mayoría de los juegos no son actividades solitarias, sino más bien actividades sociales y comunicativas, en este sentido se observa claramente en los Centros Educativos; es ahí donde los niños se reúnen con grandes y pequeños grupos, de acuerdo a sus edades, intereses, sexos, para entablar y competir en el juego; o en algunas veces para discutir asuntos relacionados con su mundo o simplemente realizar pasos tratando confidencialmente asuntos personales.

Es interesante realizar paseos tratando confidencialmente asuntos personales. Es interesante provocar el juego colectivo en que el niño va adquiriendo el espíritu de colaboración, solidaridad, responsabilidad, etc. estas son valiosas enseñanzas para el niño, son lecciones de carácter social que le han de valer con posterioridad, y que les servirá para establecer sus relaciones no solamente con los vecinos sino con la comunidad entera.

Cuando se fomenta la Educación Física y sus diversas disciplinas en los Centros Educativos, son los profesores, autoridades, padres de familia y ciudadanía en general los llamados a velar y observar por el buen desarrollo de estas actividades físicas, porque los niños cultivan tan agudamente su inteligencia. Los problemas internos que tienen los individuos se pueden solucionar apelando al juego por ejemplo el ajedrez que permite la concentración mental del hombre y meditar intensamente para solucionar dificultades, para conseguir victoria.

2.2. Teoría de la unidad funcional de Henri Wallon.

Sus valiosas investigaciones *Orígenes del carácter en el niño* y *Del acto al pensamiento*. Nos brindan fundamentos científicos muy completos sobre la importancia del movimiento en el desarrollo psicológico del niño. En el primero, Wallon nos habla del papel que le corresponde cumplir al tono muscular en el proceso afectivo y su participación, como telón de fondo en toda acción que el sujeto realiza. Wallon establece las premisas psicofisiológicas de la vida afectiva y estudia profundamente las reacciones del niño: exteroceptivas, interoceptivas y propioceptivas. Analiza igualmente, la naturaleza de las emociones y su significación psicobiológica, el papel de la actividad postural en la evolución psíquica, el tono, el espasmo, el movimiento, la coordinación motriz, etc.

Wallon hace un profundo estudio del movimiento comenzando desde el primer instante de la vida del niño y distingue cuatro parámetros fundamentales: la actividad tónico-postural que la encuentra indisolublemente unida a la emoción; los procesos emocionales; las diferentes etapas de los procesos inteligentes y las formas concretas en que el medio afina la personalidad y las distintas funciones que se manifiestan en la misma. Todo ello sobre la base de la maduración funcional y orgánica. Wallon da entonces al movimiento corporal un sentido y la función de un nuevo lenguaje, al mismo tiempo que eleva al fenómeno motor al más alto nivel en el contexto de la persona total.

Este eminente psicólogo, al determinar la unidad bio-psicológica de la persona humana, deja demostrado también que el psiquismo y la motricidad son dimensiones que se interrelacionan e interactúan la una sobre la otra, constituyendo la expresión concreta de las relaciones entre el medio y el sujeto.

Wallon concede singular importancia a la coordinación motriz en el medio social para el desarrollo y crecimiento del niño y le asigna un papel determinante cuando dice que *"el grupo y el individuo aparecen indisolublemente unidos"*, empieza con la "dupla" niño-movimiento y se van agregando muchas otras de valor diferente. Dialéctica permanente entre el "yo" y sus *"relaciones"* en el que irán surgiendo la conciencia de la autoidentidad y la estructura del *"alter"* primitivamente unida al "yo".

Por último, para completar estos extraordinarios aportes que nos dejó Henri Wallon respecto a la importancia del movimiento corporal y su relación con la conducta del niño y del hombre, reitero el significado que le asignó al tono y a la contracción muscular, al llegar a descubrir que en éste está implícito tanto la actitud del sujeto como su capacidad de movilizarse.

La reflexión y análisis de la teoría de este eminente investigador, se plantea que el movimiento corporal en el proceso de desarrollo humano debe dársele el sentido correspondiente en maduración neurofisiológica y motriz (coordinación), que incluye lo muscular (fuerza, velocidad, flexibilidad y resistencia). Hay que comprender la coordinación motriz como una construcción de la vida en el niño y la niña en edad escolar significado que debe tener a partir de la interacción socio cultural.

Al respecto del juego Wallon dice: El juego está integrado en la actividad general del niño, es un aspecto esencial de su desarrollo del niño, porque va unido a su evolución psicológica en la que inciden: emoción, socialización, el entorno y el movimiento.

Wallon (1958) manifiesta, que "el juego es espontaneo siempre que el niño juegue de forma natural sin estar influenciado por unas normas, o reglas educativas"; además lo clasifica de la siguiente manera:

- Juegos funcionales: Que se relaciona con el movimiento, sirven para ejercitar y desarrollar la motricidad, la coordinación visomotriz.
- Juegos de ficción: Que va con la socialización, se podría decir que en esta etapa incluye los juegos simbólicos.
- Juegos de adquisición: Que se relaciona con la emoción, la cual va a permitir comprender a los seres humanos y a las cosas que lo rodean por medio de los sentidos y la razón.
- Juegos de fabricación: Relaciona con su entorno, permite la integración de los juegos anteriores; mediante los juegos de fabricación el niño reúne objetos, los combina entre ellos, los modifica, transforma y crea otros nuevos.

Wallon, plantea que la conciencia reside en el origen del progreso intelectual, pero ésta no se presenta en el momento del nacimiento, sino que es una cualidad que se construye socialmente, por medio de lo que denomina la simbiosis afectiva. Deja sentado las bases que el movimiento es el referente del desarrollo del aprendizaje social y relacional, determina con esto la posibilidad de establecer los procesos de adquisición y potencian de capacidades intelectivas mediante la ejercitación del movimiento corporal y su afirmación para el desarrollo psicomotor.

2.3. Teoría del método psicocinético de Jean Le Boulch.

Investigación centrada en la *educación por el movimiento*, da una consideración auténtica a la educación psicomotriz, porque se apoya en una psicología unitaria de la persona y otorga un lugar preferencial a la experiencia vivida corporalmente.

El proceso educativo cambia con ello su centro de gravedad y se sitúa en el corazón de la experiencia infantil, en sus necesidades e intereses, que se traducen en actividades cinéticas espontáneas, cargadas de vivencias.

Le Boulch respalda sus formulaciones con los adelantos más avanzados de las ciencias psicobiológicas, neurológicas y de la psicofisiología, como fuentes desde donde surgen las nociones del propio cuerpo, el esquema corporal, la imagen del cuerpo, la actitud corporal, la estructuración espacio-temporal, etc. todas ligadas a la actividad motriz.

Define la noción de esquema corporal como intención global o conocimiento inmediato de nuestro cuerpo, sea en estado de reposo o en movimiento, en función de la interrelación de sus partes y, sobre todo, de su relación con el espacio y los objetos que lo rodean.

Señala las etapas de estructuración del esquema corporal y propone un programa educativo basado en:

- La afirmación de la lateralidad y orientación del esquema corporal.
- La toma de conciencia de las distintas partes del cuerpo, en busca de mejorar la actitud, el equilibrio y la coordinación motriz.

Otro de los aportes teorizados por Le Boulch es en su investigación *“ciencia del movimiento humano - Introducción a la psicocinética”*.

Trabajo que tiene singular valor de integrar muchos de los campos relacionados con el movimiento humano que, generalmente, han sido estudiados en forma aislada y de manera superficial en el campo de la educación física, ofrece al maestro la oportunidad de formarse una perfecta síntesis de los estudios que convergen en este campo del movimiento. *"La ciencia del movimiento humano, escribe Le Boulch, debe partir de la existencia corporal como totalidad y como unidad y desde allí, buscar el conocimiento de la complejidad de sus fenómenos"*.

El investigador pone énfasis en la coordinación motriz como elemento eje de la educación psicomotriz en la escuela primaria, para el desarrollo de estructuras cognitivas, físico motoras y emocionales, sitúa en primer término a la actividad corporal vivenciada por el niño y la niña en edad escolar.

2.4. El juego motor, según X. Fuste M.

El juego siempre ha tenido un papel muy importante dentro de la historia de la humanidad. Ya desde tiempos remotos se integró en la conciencia individual y colectiva de cualquier sociedad, pasando a formar parte de su patrimonio cultural.

Los juegos pueden enriquecer a niños, jóvenes y adultos, para mantener la forma física general, o a los que siguen un entrenamiento para mejorar determinados deportes o cualquier actividad física-motriz. Las personas que busquen una recuperación física y también los deportistas suelen disfrutar midiendo sus fuerzas en las competiciones de juego y se ven estimulados por ello a un mayor esfuerzo, ya que el desarrollo del juego les cautiva por sus momentos de tensión y sus posibilidades de actuar creativamente, lo cual les hace olvidar el esfuerzo de la competición.

Los juegos motores son aquellos que exigen destrezas y habilidades propias de los deportes (desplazamientos, lanzamientos, recepciones, etc.). Su práctica es recomendable como preparación para los niños y niñas que comienzan a practicar cualquier deporte, ya que les aporta una serie de recursos físicos y técnicos.

En este sentido, los juegos en general y los motores se caracterizan por contenidos que propician la adquisición de determinados movimientos, acciones y habilidades primarias que sirven de base para la actividad motriz y por ende para los deportes. Los juegos comparten ciertas reglas y asimilación de habilidades físico-motrices de ahí la significación para el desarrollo de la investigación y el empeño en demostrar las potencialidades de los juegos de este tipo como herramienta para dar cumplimiento a los objetivos de la psicomotricidad, la preparación física en menores y el deporte.

La organización de este tipo de juegos, debe tener una actitud pedagógica sin olvidar que el centro de atención es el niño y su aprendizaje. Con estos juegos, los niños se acercan a la competición y pueden percibir, analizar y tomar decisiones. También se recomienda que, cada día, el estudiante tenga la libertad para improvisar, sin demasiadas explicaciones e interrupciones.

Los juegos, van a suponer la cima, antes de adentrarnos en el mundo complejo del deporte. Los juegos constituyen un tipo de juego con reglas sencillas, y que implica el dominio de un mayor número de habilidades que los juegos simples.

García (1987). Sitúa a la actividad lúdica de forma intermedia entre el juego simple y el deporte. Entiende que el juego en general tienen una mayor duración que los juegos simples pero mucho menor que el deporte, y que tiene reglas algo más complejas que los juegos simples pero no tan excesivamente complicadas como las que intervienen en el deporte, y que exige la movilización de capacidades o habilidades hechas a la medida del participante. En definitiva, son juegos complejos que van a desarrollar habilidades motrices y deportivas de forma genérica o específica.

A razón de ello Fuste, menciona que los juegos en general son una forma de actividad lúdica motora, de tipo intermedio entre el juego y deporte, que contienen elementos afines a alguna modalidad deportiva, permiten aprendizajes concretos con una complejidad estructural y funcional mucho menor; su contenido, estructura y propósito permiten el desarrollo de destrezas motoras que sirven de base para el desarrollo de habilidades motrices, ya que contienen elementos afines a alguna disciplina deportiva.

Con este tipo de juego se prepara al alumno para el tránsito en su adaptación motriz, mientras el profesor dispone de una variada gama de juegos que aplicados convenientemente, pueden cubrir de una manera divertida y más natural el periodo de formación física que separa al juego del deporte, llenando las fases técnicas y también la formación físico-deportiva escolar.

Son una forma didáctica, donde se puede adaptar situaciones vinculadas al deporte, se transforman en juegos más sencillos mediante adaptaciones a su reglamento, aspecto tomado para la elaboración de la alternativa metodológica de juegos de iniciación deportiva en niños de 10 – 12 años al deporte.

Uno de los valores de consideración de estos juegos, es que a través de su práctica se desarrollan capacidades y habilidades motoras, al mismo tiempo que la necesidad de jugar en equipo fomenta las relaciones de grupo, por lo que constituyen un medio formativo por excelencia en la iniciación deportiva.

Para una sistematización de estos juegos como paso previo al deporte se pueden clasificar en función del tipo de habilidades que desarrollen, distinguiéndose principalmente dos tipos:

- 1. Juegos de iniciación deportiva genéricos:** son aquellos que van a desarrollar habilidades comunes a varios deportes como pueden ser por ejemplo los lanzamientos y recepciones.
- 2. Juegos de iniciación deportiva específicos:** son aquellos que van a desarrollar alguna de las habilidades específicas de un deporte en concreto como por ejemplo un juego de 2x2 sin demasiadas reglas y con 2 bases para mejorar algunas de las habilidades del basquetbol.

2.4.1. Didáctica de la enseñanza de los juegos.

Consideramos que en la enseñanza del juego, el maestro debe tener en cuenta como referentes las siguientes recomendaciones para que obtenga el mejor éxito en la dirección de estas actividades.

- Trato adecuado a los estudiantes. Se les debe ayudar, no hacerlos resentir cuando no saben hacer algo.
- Reconozca y celebre los logros e intentos no conseguidos de los estudiantes en algunas actividades.
- Sea un maestro con dialogo horizontal, despierte el interés y entusiasmo para trabajar.

- Tenga presente, que un juego debe imprimir motivaciones, y no desinterés.
- Corrija y retroalimente las acciones ejecutadas.
- Dirija la atención e interés a la actividad y no al niño.
- Esté alerta y preparado para cualquier accidente o situación.
- No cambie las reglas del juego después de haber empezado a jugar, podría generar confusión.
- En los juegos de competencia, anuncie el resultado.
- Si un niño no logra desarrollar algunas acciones propias del juego, no lo saque, considera otorgar una responsabilidad a cumplir.
- El lugar donde se desarrollen estas prácticas deben otorgar al niño, tranquilidad y placer de trabajar.
- No obligue al niño a jugar, aplique estrategias metodológicas para involucrar a los que no gustan de estas prácticas.
- El juego que va a enseñar, debe dominarlo y estar en condiciones de modificar su estado original, para mantener el interés.
- Cuando explique el juego, utilice un lenguaje sencillo y claro para que sea fácil de entender.
- Considere realizar demostraciones cuando sea necesario.
- Demuestre confianza al dirigirse a sus alumnos.
- Acepte sugerencias de los estudiantes, y nútrase de ellas.
- Disponga y organice el material didáctico que utilizará en clase.

Que en claro que cada niño es un mundo distinto, es una realidad diferente, tienen emociones o llegan a la escuela con estados de ánimo distintos; es el docente el que debe conocer a sus alumnos, observar siempre sus cambios y tener disponibilidad siempre de dialogo. A razón de ello se sugiere lo siguiente.

- El juego debe ser adecuado a la edad, año de estudios, se adapta a las características de los niños, además considerar el número de participantes, hora, día y tiempo.
- Estudie y practique la mejor manera de organizar los equipos de trabajo para los juegos (formación circular, en columna, disposición para relevos, número de alumnos por equipo).
- Evitar siempre elegir a los mismos alumnos para dirigir los juegos, deben participar todos los estudiantes.
- Evitar utilizar con mucha frecuencia el silbato para iniciar las actividades, utilice su voz para interactuar con ellos.
- En caso de juegos que deben "eliminarse" con objetos (balones) lanzar debajo de la cintura, para evitar lesiones o agresiones.
- No permitir que los niños transgredan las reglas de los juegos, debe corregirlos oportunamente. Enseñar a ganar y a perder.
- Estimular permanentemente a todos los alumnos, especialmente a los que siempre pierden, a los tímidos, no buscar el campeónísimo.

2.4.2. Tipos de juego.

Existen juegos de innumerables tipos, encontramos desde los que requieren gran número de jugadores y otros que exigen apenas dos participantes; algunos deben realizarse al aire libre, en terrenos espaciosos, y otros se adaptan al salón de clase; unos dependen de equipamiento y otros no necesitan ningún material; unos establecen formaciones determinadas y otros en que los participantes se distribuyen libremente en el campo de juego; unos necesitan de gran organización y reglamentación difícil y otros poco organizados, recurriendo a reducidísimas

reglas; otros consideran tiempo prolongado y otros son breves; unos demandan mucho esfuerzo físico y otros que pueden realizarse hasta en posición acostada, etc.

La siguiente clasificación, considera la tipología del juego, su naturaleza y los que más frecuentemente parecen atender los intereses y responder a las capacidades de los niños, considerando su naturaleza y finalidades en cada bloque de contenidos. Así, por ejemplo participar en una carrera de velocidad (revelos) en juegos de iniciación deportiva del atletismo, el estudiante debe haber desarrollado ciertas cualidades físico-motoras y sociales, para poder vivir el espíritu de equipo y hasta sacrificio individual, por una causa común.

Se necesita además cierto dominio de sí mismo, para no sobrepasar la línea de partida antes de que sea entregado el testimonio y para esperar, pacientemente, un único turno durante toda la carrera, eso deviene de su maduración filogenética y afectiva.

En otros juegos de carácter “cognitivo”, es indispensable determinado nivel de evolución mental del participante, por la complejidad de sus reglas, sin hablar de las habilidades motoras específicas que puede requerir el juego para su práctica.

Por las mismas razones preferimos dar un balón al niño de dos años en lugar de un trompo, ello indica que el desarrollo de los juegos deben atender las necesidades de los participantes y su nivel de complejidad está en razón también a su nivel de maduración, además de la experimentación psicomotriz que este tenga en su medio social y de referencia en el de su propio hogar.

Esta clasificación, se cita en la teoría de Xavier Fusté Masuet. La adecuación o no de determinada actividad a un grado, dependerá del docente, que es quien mejor conoce las capacidades y los intereses de sus alumnos y, sobre todo, del grupo humano con el que trabaja.

A razón de ello se presenta esta organización de los juegos tomada de la obra juegos de iniciación deportiva para la práctica del fútbol en divisiones menores del mismo autor.

2.4.3. Clasificación de los juegos.

El cuadro muestra una clasificación, que representa la sistematicidad en los juegos.

GRUPO	NIVEL TEMÁTICO
Juegos psicomotores.	Sensoriales y de conocimiento corporal. Motores. De iniciación deportiva. Tradicionales.
Juegos cognitivos.	Manipulativos (construcción). Exploratorio o de descubrimiento. De atención y memoria. Juegos imaginativos. Juegos lingüísticos.
Juegos sociales.	Simbólicos o de ficción. De reglas. Cooperativos.
Juegos afectivos.	De rol o juegos dramáticos. De autoestima.

- **Juegos sensoriales y de conocimiento corporal.** Se parte del análisis al observar las primeras conductas motoras sincinéticas de la vida del niño en contacto con el exterior, depende exclusivamente de las sensaciones que reciba y estas pueden ser reconocidas a través de la boca, más adelante por la vista, luego el tacto y la manipulación, así como el oído, y poco a poco irán aumentando su receptividad sensorial tanto en cantidad como en complejidad.

A lo largo de su desarrollo la importancia sensorial disminuirá pero esto no quiere decir que no se trabaje paralelamente a otras capacidades que van surgiendo.

Los juegos sensoriales también son juegos utilizados en la finalización de la clase permitiendo la relajación global, y mayor atención y concentración al niño sobre su cuerpo.

- Juegos de discriminación visual.
- Juegos de discriminación auditiva
- Juegos de discriminación táctil.
- Juegos de conocimiento corporal.
- Juegos de expresión corporal
- Juegos de ajuste postural.
- Juegos de control tónico.
- Juegos de relajación autógena.
- Juegos de respiración.
- Juegos de espacialidad y temporalidad.
- Juegos de lateralidad.
- Juegos de equilibrio.

- **Juegos motores.** Producen en el niño una movilización amplia del sistema locomotor, predomina el movimiento, la manipulación y exploración motora. Todo ello ligado al aspecto afectivo e intelectual. Adquiere conocimientos por la experiencia, entendemos que durante las primeras etapas no podemos considerar el desarrollo de este tipo de juegos, hasta aproximadamente los cuatro años, aunque hayan comenzado ya con la bipedestación.

Atendiendo al nivel evolución, pasarán de juegos sencillos a juegos más complicados, de juegos en solitario a juegos equipo, sin reglas a juegos reglados.

La complejidad creciente de los movimientos, su simultaneidad y coordinación exige un esfuerzo psicomotor en el desarrollo de los juegos y sobre todo en los años de mayor importancia, donde se producirá una verdadera educación motriz mejorando y ampliando sus aptitudes físicas. Entre estos juegos tenemos:

- Juegos de locomoción.
 - Juegos de velocidad.
 - Juegos de saltos.
 - Juegos de lanzamientos y recepciones.
 - Juegos de fuerza.
 - Juegos de equilibrio.
- **Juegos de iniciación deportiva.**

Actividades que van a preparar al niño en sus inicios deportivos, se adaptan a sus posibilidades fijadas por el desarrollo. Para dar un mayor alcance conceptual citamos a: Fuste “El juego es el medio de aprendizaje más importante para el niño en las primeras edades.

En el campo de la Educación Física y el deporte, el juego motriz será el medio en el que vayamos trabajando no solo las diferentes habilidades, sino que será también un excelente instrumento para trabajar a nivel cognitivo y social. Las capacidades y habilidades motrices las desarrollaremos empezando por las más sencillas como las perceptivas, que trabajaremos a través de juegos simples, hasta las más complejas como las genéricas o específicas, que desarrollaremos utilizando juegos complejos, entre ellos los juegos de iniciación deportiva.

2.5. Teoría del desarrollo de las habilidades motrices, según Sánchez Bañuelos (1986).

Sánchez (1986) establece cuatro fases en el proceso de desarrollo en las edades escolares y las considera especialmente significativas para el desarrollo, la distribución y aprendizaje óptimo de los diferentes contenidos de la educación física.

Fase del “desarrollo de las habilidades perceptivas a través de tareas motrices habituales”, va desde los cuatro a los seis años. Se busca la mejora de las diferentes habilidades perceptivas mediante la utilización de tareas motrices habituales, cuya finalidad es la mejora de los aspectos perceptivos implicados en la ejecución motriz.

Fase del “desarrollo de las habilidades motrices básicas”, abarca las edades de siete a nueve años. El niño inicia la escuela primaria con unos patrones básicos de movimientos relativamente estructurados y consolidados, lo que permite un cierto grado de autonomía motriz. Esta segunda fase, se caracteriza por la estabilización, la fijación y refinamiento de los esquemas motores básicos. Aquí es donde se desarrollan todas las habilidades motrices.

Fase de “iniciación a las habilidades motrices específicas y desarrollo de los factores básicos de la condición física”, abarca desde los diez a los trece años. Esta fase supone la culminación de las dos anteriores, permitiendo desarrollar todas aquellas habilidades específicas (habilidades deportivas), a través de la transferencia de los aprendizajes realizados anteriormente.

En el aprendizaje de las habilidades motrices, la transferencia se refiere a la adquisición de un amplio repertorio de habilidades motrices, que repercutirá posteriormente de forma positiva en el aprendizaje de las mismas.

Por ejemplo, la transferencia positiva se establece, y por la especificidad de nuestro contenido, nos centraremos en aquellas que nos van a proporcionar un mayor dominio del Mini básquetbol, como pueden ser: dominio de balón, equilibrios en diferentes posiciones, variación en los desplazamientos, pases, tiros etc. y es que cuando un estudiante ha aprendido diferentes habilidades deportivas como recibir un balón, dominar un balón, tirara o pasar un balón y posteriormente aprende a utilizar estas habilidades en un juego establecido como el mini básquetbol, la transferencia de conocimientos ha sido positiva. Para ello, en primer lugar, hemos de procurar que los aprendizajes realizados tengan una transferencia a la vida real y, segundo, que en la programación y temporalización de los contenidos se procure la construcción de nuevos aprendizajes, que se sustenten o se construyan sobre los anteriores. Ambas finalidades conectan con los grandes principios que la reforma educativa postula en la actualidad, como pueden ser aprendizajes significativos y constructivos.

En esta fase, empezaremos a proporcionar al alumnado una serie de juegos pre deportivos para el basquetbol, en los que tendrán que demostrar el dominio de las habilidades motrices que se trabajaron en ciclos anteriores, pero ahora con el inconveniente de

que debe mantener el contacto con un balón a la vez que realizan rebotes, conduce, pasa o tira o sencillamente mientras se desplazan por el campo. Al finalizar esta fase, el niño ha de ser capaz de realizar de manera segura acciones en un medio natural o acondicionado, para posteriormente introducirse en una cuarta fase.

Fase del desarrollo de las habilidades motrices específicas y el desarrollo de la condición física general", abarcando desde los catorce a los diecisiete años. Se caracteriza por el desarrollo de un número importante de las habilidades deportivas, y en nuestro caso comenzaremos a introducir a nuestros alumnos en la técnica específica, preparación física y la táctica, una vez desarrolladas todas aquellas habilidades específicas para el dominio de dicho deporte en la fase anterior.

Ejemplificando lo expuesto podemos asimilar el aprendizaje de las habilidades motrices a la construcción de una pirámide donde será necesario el escalon inferior para edificar los escalones superiores

- **Habilidades motrices básicas.**

Son un conjunto de movimientos fundamentales que surgen en la evolución humana de los patrones motrices, teniendo su fundamento en la dotación hereditaria (genética). Las habilidades motrices básicas se apoyan para su desarrollo y mejora en las capacidades perceptivo motrices, evolucionando con ellas. Son decisivas para el desarrollo de motricidad humana, justifica nuestro interés por ellas y su presencia dentro de la educación Física.

Son características de las habilidades motrices básicas, entre otras: ser comunes a todos los individuos, decisivas para el desarrollo motriz y el ser fundamento de todos los aprendizajes motores posteriores.

2.5.1. Clasificación de las habilidades motrices básicas.

Sánchez Bañuelos agrupa las habilidades motrices básicas en dos categorías:

Locomotorices: movimientos que implican el manejo del propio cuerpo (desplazamientos, saltos y giros).

Manipulativas: movimientos en los que la acción fundamental se centra en el manejo de los objetos (lanzamientos y recepciones).

Los desplazamientos. Se considera como la habilidad básica más importante por ser la base y el sustento de la mayoría de las habilidades. A través de los desplazamientos el niño toma contacto, explora y aprende en el medio que le rodea, desarrollando sus capacidades perceptivo motrices (percepción corporal, estructuración espacio – temporal, equilibrio y coordinación) al tiempo que se mejoran y perfeccionan los patrones de movimiento.

Los desplazamientos se definen generalmente como el hecho de pasar nuestro cuerpo de un punto a otro en el espacio.

Según Bañuelos, desde el punto de vista motriz, los desplazamientos sirven entre otras cosas para:

- 1.- Llegar antes que los demás o en el mínimo tiempo posible a un punto determinado.
- 2.- Seguir trayectorias: concretas de elementos o móviles o efectuar determinadas acciones (pasar obstáculos, o realizar determinadas tareas).
- 3.- Interceptar trayectorias de móviles o compañeros.
Esquivar trayectorias determinadas de móviles o compañeros.

Clasificación:

a) La marcha.

Es un desplazamiento activo eficaz, que evoluciona de los patrones elementales locomotores (gateo, hasta lograra ponerse de pie) para pasar a la marcha elemental.

Para Rigal (1987), la marcha confiere al niño autonomía en sus desplazamientos y la capacidad de conquistar su entorno.

La marcha es una locomoción producida por el apoyo sucesivo y alternativo de los pies sobre la superficie de desplazamiento, sin que exista fase aérea. Se caracteriza por la acción alternativa de las piernas en contacto continuo de la superficie de apoyo.

Entre las tareas motrices más básicas con las que se puede trabajar la marcha podemos citar:

- ✓ La orientación del cuerpo en el espacio (adelante, atrás, lateral, diagonal).
- ✓ Los cambios de sentido y dirección, las detenciones, el ritmo.

b) La carrera.

Es un desplazamiento activo eficaz que evoluciona a partir de la marcha. Álvarez (1985) afirma que la carrera surge como consecuencia de una aceleración de la marcha.

El doble apoyo de la marcha queda reemplazado en la carrera por la ausencia del apoyo en el suelo en la fase aérea.

Igual que la marcha el patrón del que procede, la carrera consiste en una sucesión alternativa de apoyos de los miembros inferiores, sobre la superficie de desplazamiento.

Es un movimiento similar a la marcha (evolucionando) al que se le asocia el factor velocidad, apoyo sucesivo y alternativo de los pies sobre la superficie de desplazamiento, con la existencia de una fase aérea, al realizarse a mayor velocidad.

La carrera exige mayores requerimientos motrices que la marcha, entre las tareas motrices además de la propia marcha en la carrera podemos incluir:

- ✓ Las actividades de la marcha a mayor velocidad.
- ✓ Tareas durante la fase aérea (evitar obstáculos) lanzamientos recepciones, etc.

c) Las cuadrupedias.

Es un desplazamiento activo menos eficaz que evoluciona a partir del patrón locomotor elemental del gateo. La cuadrupedia se puede realizar supina o prono

Son desplazamientos en los que interviene más de dos puntos de apoyo de forma que siempre intervengan segmentos superiores e inferiores en el plano horizontal.

Las tareas motrices aunque son muy limitadas por las características podemos realizarlas con:

- ✓ Desplazamientos habituales cambiando el número y las formas de apoyo.
- ✓ Ejecutando simultáneamente otra tarea, evitar obstáculos, pequeños transportes, etc.

d) Los saltos.

El salto es un patrón locomotor elemental que tiene su origen en los patrones locomotores de la marcha y la carrera, el salto difiere de la carrera en que exige mayores niveles de impulsión, equilibrio, coordinación de movimientos más complejos sin descartar aspectos psicológicos como la confianza y el valor. Aunque algunos autores lo consideran como un desplazamiento más, otros como Sánchez por su importancia en la actividad física, lo considera como una habilidad motriz básica.

El salto es una habilidad básica propia de la especie humana que implica el despegue del cuerpo del suelo, quedando suspendido momentáneamente en el aire.

Según Sánchez Bañuelos el salto implica un despegue del suelo, como consecuencia de la extensión violenta, de una o ambas piernas. El cuerpo queda momentáneamente suspendido en el aire, para cumplir su misión.

Los aspectos motrices del salto son los mismos que los de la carrera más los debidos a la variante del despegue del suelo, como consecuencia del empuje de una o las dos piernas.

Clasificación:

- Salto horizontal o profundidad, que conocemos como salto longitudinal.
- Salto en vertical, el patrón inicial es más parecido a un salto hacia arriba.
- Salto sobre un pie (salto pata coja) es un salto que se caracteriza porque la impulsión se realizan con el mismo pie.

Con el empleo de los saltos podemos conseguir, la mejor coordinación dinámica general, favorece el desarrollo de la estructuración espacio temporal, por eso es que los saltos forman parte de la mayoría de los juegos y las actividades físico deportivas, juegos colectivos, deportes básicos, deportes específicos como el atletismo, la gimnasia deportiva, rítmica, etc.

e) Los giros.

El giro es la rotación que se produce alrededor de alguno de los ejes del cuerpo humano. Las posibilidades de giro del cuerpo humano se resumen en tres ejes posibles de rotación: vertical, transversal y sagital. En función de los ejes corporales se consideran en el cuerpo humano, los siguientes planos: Frontal (es vertical se dirige de izquierda a derecha y divide el cuerpo en parte anterior y posterior), transversal (es horizontal, y divide al cuerpo en parte superior e inferior) y sagital (es vertical se dirige de adelante hacia atrás, y divide el cuerpo, en parte derecha e izquierda).

2.6. BASE CONCEPTUAL

CAPACIDADES FÍSICAS. Son muchos los autores que han indicado y demostrado que cada una de las capacidades físicas, que globalmente determinan la capacidad, tiene características propias y se diferencian así mismo, el uno del otro, y además de un sujeto a otro. Sabemos que hay alumnos rápidos, especialmente dotados para la velocidad, los hay que son capaces de realizar esfuerzos durante un tiempo importante (resistencia). Otros son muy flexibles, mientras que otros están dotados particularmente para desarrollar la fuerza.

Álvarez (1983) define a las cualidades o capacidades físicas como “los factores que determinan la condición física del individuo, y lo orienta para la realización de una determinada actividad física y posibilitando mediante el entrenamiento que un sujeto desarrolle al máximo su potencial físico”. Según Delgado (1996), Las capacidades físicas son “aquellos factores o componentes físicos que permiten la ejecución de movimientos”.

Uno de los objetivos de la Educación Física es planificar y llevar a cabo actividades que le permitan satisfacer al alumno sus propias necesidades de movimiento, previa valoración del estado de sus capacidades físicas y habilidades motrices, tanto básicas como específicas. Por tanto el alumno deberá conocer cuáles son esas capacidades de cara a evaluar su propia condición física y planificar actividades que permitan mejorarla así como las condiciones de calidad de vida y salud.

FUERZA. Capacidad de vencer una resistencia exterior mediante un esfuerzo muscular. También lo podemos definir como la capacidad de ejercer tensión contra una resistencia. Esta capacidad hace referencia al músculo y por tanto dependerá fundamentalmente de las características del mismo.

Es la capacidad que nos permite, mediante acciones musculares (contracción), vencer una resistencia u oponerse a ella. El entrenamiento de la fuerza consigue un aumento de masa muscular, de fuerza muscular y desarrolla velocidad y agilidad.

Cada individuo es un mundo, con unas características propias, con mayor o menor facilidad a obtener fuerza, pero que en cualquier caso todo pueden mejorarla.

La Fuerza consiste en ejercer tensión para vencer una resistencia, es una capacidad fácil de mejorar. Hay distintas manifestaciones de la fuerza: si hacemos fuerza empujando contra un muro no lo desplazaremos, pero nuestros músculos actúan y consumen energía. A esto se le llama Isométrica. Con este tipo de trabajo nuestras masas musculares se contornean porque se contraen y la consecuencia es que aumenta lo que llamamos “tono muscular”, que es la fuerza del músculo en reposo. Si en vez de un muro empujamos a un compañero, sí que lo desplazaremos y se produce una contracción de las masas musculares que accionan a tal fin. A este trabajo se le llama Isotónico.

Fuerza estática. Es aquella en la que manteniendo la resistencia no existe modificación en la longitud del músculo.

Fuerza dinámica. Aquella en la que al desplazar o vencer la resistencia, el musculo sufre un desplazamiento. Esta fuerza dinámica puede ser, a su vez, lenta (máxima), rápida o explosiva (fuerza-velocidad), fuerza resistencia.

VELOCIDAD.

Es la capacidad de realizar uno o varios movimientos en el menor tiempo posible.

La Velocidad. Es el tiempo que se necesita para recorrer un espacio determinado. O también es la capacidad de hacer uno o varios movimientos en el menor tiempo posible. El entrenamiento de varios aspectos es imprescindible para llevar a cabo el entrenamiento de la velocidad. Los aspectos son: la fuerza, la resistencia, la técnica, la relajación, la recuperación y la edad.

Los factores que determinan la velocidad son de orden diferente:
Muscular, en relación con el estado de la fibra muscular, su tonicidad y elasticidad, etc., o sea, la constitución íntima del músculo.

Nervio, se refiere al tiempo de reacción de la fibra muscular a la excitación nerviosa.

La coordinación más o menos intensa de una persona es un factor importante para su velocidad de ejecución.

Estas cualidades físicas están desarrolladas de forma diversa en cada persona de acuerdo con el esfuerzo que debe realizar diariamente o en su actividad deportiva, en conjunto determinan la condición física de un individuo.

Velocidad de reacción. Es la capacidad de efectuar una respuesta motriz a un estímulo en el menor tiempo posible. Ej. Carreras por parejas de unos 20 metros.

Velocidad de desplazamiento. Es la capacidad de recorrer una distancia en el menor tiempo posible. Ej. Carrera de 100 metros planos.

El objetivo del presente trabajo es abordar los elementos teóricos metodológicos del proceso de ejecución de actividades físicas mediante el planteamiento de actividades lúdicas, que permita lograr un adecuado desarrollo de cada capacidad física, teniendo en cuenta

las necesidades e intereses de cada niño y niña, tratando de lograr en ellos un buen desarrollo motor de acuerdo a su edad y nivel.

Estas actividades físicas pueden propiciar independencia relativa, en relación a sus posibilidades y una participación activa y armónica en la ejecución de diferentes acciones motrices. La actividad colectiva o en grupo va a contribuir a desarrollar las emociones y los sentimientos, las relaciones interpersonales, las reglas y normas de comportamiento.

ACTIVIDAD FÍSICA. Adaptada a la diversidad, en correspondencia con las características bio-psico-social y posibilidades de los practicantes, posibilitara potenciar el proceso de integración en el contexto social.

ESTRATEGIAS LÚDICAS. Son conductas, actividades o pensamientos racionales, producto de la reflexión lógica cognitiva que, de manera placentera y gratificante son utilizadas por el docente o los educandos para facilitar el aprendizaje.

“La actividad lúdica es muy importante en el niño pequeño, que posee una inteligencia, un cuerpo y un espíritu en proceso de construcción y desarrollo. Tiene, por tanto, un valor educativo esencial como factor de desarrollo, como gimnasia física y mental, como estímulo del espíritu”. Centro de Investigación y Difusión Pedagógica CIDPE (2002).

Las estrategias lúdicas pueden y deben enseñarse como parte integrante del currículo general, dentro del horario escolar y en el seno de cada área con las mismas capacidades, contenidos y actividades; que se realizan en el aula. Su enseñanza va vinculada a la metodología de enseñanza, y se relaciona con las actividades que el profesor plantea en el aula, con los métodos usados, con los recursos que utiliza y con la modalidad de discurso que usa para interactuar con sus alumnos. Todo ello, eso sí, programado en su unidad didáctica.

LÚDICA. Según Jiménez (2002) sostiene que "La lúdica, como proceso ligado al desarrollo humano, no es una ciencia, ni una disciplina, ni mucho menos, una nueva moda. La lúdica es más bien una actitud, una predisposición del ser frente a la cotidianidad, es una forma de estar en la vida, de relacionarse con ella, en esos espacios en que se producen disfrute, goce y felicidad, acompañados de la distensión que producen actividades simbólicas e imaginarias como el juego, la chanza, el sentido del humor, la escritura y el arte".

La lúdica debe ser concebida no solamente como una necesidad del ser humano sino como una potencialidad creativa. Esto es, que el hombre no sólo requiere de la lúdica para su desarrollo armónico, sino que también puede, y en verdad lo hace, producir satisfacciones de dicha necesidad, durante su desarrollo histórico, social y ontogenético.

JUEGO. El juego es la actividad natural y el modo peculiar de la expresión creadora del niño; además es una necesidad vital tanto como para su desarrollo físico, como para el psicológico, los niños necesitan estar en constante movimiento y el juego es el medio idóneo para hacerlo. (Gonzales, 2008).

CAPÍTULO III

RESULTADOS DE LA INVESTIGACIÓN, PROPUESTA Y MODELO TEÓRICO

3.1. RESULTADOS DE LA EVALUACIÓN DIAGNÓSTICA, APLICADO A LOS ESTUDIANTES DEL 1º GRADO DE LA I.E.I. N° 86414 86414 DE CHICHUCANCHA, CHAVÍN DE HUÁNTAR, HUARI, AGOSTO 2017

TABLA N° 01

ITEMS	Muy Bueno	Bueno	Regular	Malo	Muy Malo	TOTAL
V1	0	0	2	2	9	13
V2	0	0	3	8	2	13
V3	0	0	3	9	1	13

Fuente: Resultados de la aplicación del test de velocidad aplicado a los estudiantes que conforman el grupo de intervención. Agosto 2017

Análisis e Interpretación.

El test nos demuestra que en los aspectos que comprende el componente de velocidad (V1, V2 y V3), los resultados de 13 estudiantes son: del ítems (V1), 2 se encuentran en el nivel muy malo, 8 con el calificativo malo y solo 3 en el nivel regular, estos aspectos corresponden al desarrollo de la velocidad, con respecto al ítems (V2) desplazamiento en esalon, 1 estudiante califica en el nivel muy malo, 9 se ubica en el nivel de logro de malo y solo 3 en regular, la determinación de ello manifiesta en este rubro los elementos del aprendizaje, ya que ello involucra el manejo del espacio, tiempo y su organización corporal en general.

Respecto al ítems (V3) que comprende el desplazamiento en zig-zag, los niveles de logro del total de 13 estudiantes evaluados es; 2 se encuentran en un nivel muy malo, 10 tienen un rango de valoración de aprendizaje de malo y solo 1 se encuentra en un nivel regular respecto al desarrollo de su capacidad física de velocidad.

3.2. Diseño de la propuesta.

ACTIVIDADES LÚDICAS PARA EL DESARROLLO DE LA CAPACIDAD FÍSICA DE VELOCIDAD, EN ESTUDIANTES DEL 1º GRADO DE LA I.E.I. N° 86414 DE CHICHUCANCHA, CHAVÍN DE HUÁNTAR, HUARI, AGOSTO 2017

DATOS INFORMATIVOS.

- Institución Educativa : N° 86414
- Distrito : Chavin de Huanter
- Región : Huari
- Destinatario : Estudiantes del 1er. Grado secundaria
- Responsable : Fredy Cochachin Yanac

PRESENTACIÓN.

La presente propuesta resulta de la necesidad de activar y mejorar el nivel de desarrollo de la capacidad física de velocidad de estudiantes en edades entre 10 a 12 años que cursen estudios de educación secundaria, se constituye en una propuesta alternativa para el desarrollo y adaptación curricular para la activación de la capacidad física de velocidad, mediante la aplicación de juegos motores variados y adaptados a la preparación física en menores, los mismos tienen como propósito desarrollar en el niño y la niña sus capacidades de aprendizaje en relación a la coordinación motriz, cognitiva y emocional.

JUSTIFICACIÓN.

Considerando las necesidades del grupo de estudiantes que conforman la muestra de estudio, se hace necesario el diseño de un programa de actividades lúdicas para promover el desarrollo de la capacidad física básica de velocidad.

FUNDAMENTACIÓN CIENTÍFICA DE LA PROPUESTA.

Consideramos para los sustentos científicos las principales teorías de los más renombrados investigadores en el campo, en relación a los postulados de nuestra investigación.

Wallon concede singular importancia a la coordinación motriz del niño, cuando afirma que esta capacidad es muy importante para su desenvolvimiento en el medio social, su desarrollo y crecimiento; le asigna un papel determinante cuando dice que *"el grupo y el individuo aparecen indisolublemente unidos"*, empieza con la "dupla" niño-movimiento y se van agregando muchas otras de valor diferente. Dialéctica permanente entre el "yo" y sus *"relaciones"* en el que irán surgiendo la conciencia de la autoidentidad y la estructura del *"alter"* primitivamente unida al "yo".

Queda explícitamente refrendado en este discurso, la importancia que se le asigna al movimiento corporal, su relación con la conducta del niño y del hombre, al tono y la contracción muscular, al llegar a descubrir que en éste está implícito tanto la actitud del sujeto como su capacidad de movilizarse.

La reflexión y análisis de la teoría de este eminente investigador, es la importancia que le da al movimiento corporal en el proceso de desarrollo humano, lo que involucra, la maduración neurofisiológica y motriz (coordinación), lo muscular (fuerza, velocidad, flexibilidad y resistencia). Finalmente es necesario comprender la coordinación motriz como una construcción de la vida en el niño y la niña en edad escolar.

Le Boulch centra sus aportes desde la *educación por el movimiento*, formulaciones centradas en la experiencia infantil, que se traducen en actividades cinéticas espontáneas, cargadas de vivencias. El investigador toma las ciencias psicobiológicas, neurológicas y la psicofisiología, como fuentes desde donde surgen las nociones del propio cuerpo, el esquema corporal, la imagen del cuerpo, la actitud corporal, la estructuración espacio-temporal, coordinación motriz, etc. todas ligadas a la actividad motriz.

Define la noción de esquema corporal como intención global o conocimiento inmediato del cuerpo, en función de la interrelación de sus partes y, sobre todo, de su relación con el espacio y los objetos que lo rodean. En su investigación "*ciencia del movimiento humano - Introducción a la psicocinética*". Escribe Le Boulch, se debe partir de la existencia corporal como totalidad y como unidad y desde allí, buscar el conocimiento de la complejidad de sus fenómenos".

El investigador enfatiza, la coordinación motriz, constituye un elemento eje de la *educación psicomotriz en la escuela primaria*, para el desarrollo de estructuras cognitivas, físico motoras y emocionales, sitúa en primer término a la actividad corporal vivenciada por el niño y la niña en edad escolar.

OBJETIVOS DE LA PROPUESTA.

Diseñar una propuesta basada en la actividad lúdica para promover el desarrollo de la capacidad física básica de velocidad en estudiantes del primer grado de educación secundaria.

Proponer una propuesta, que garantice el desarrollo de las capacidad física básica de velocidad en estudiantes dl primer grado de educación secundaria, haciendo uso de su movimiento libre y vivenciado.

ORGANIZACIÓN DE CONTENIDOS.

N°	Denominación de la actividad de aprendizaje	Indicadores de logro	Medios y materiales	T.
01	Las actividades de locomoción: caminar y correr.	Muestra disposición y evidencias de desarrollo de su capacidad física de velocidad, a través de juegos motores.	Campo deportivo. Balones de futbol n° 5. Conos. Platos. Estacas. Ligas. Sogas. Tizas.	100`
02	Correr fases y procedimientos de ejecución.			
03	Juegos de organización corporal dinámica.			
04	Juegos de desarrollo de coordinación de movimientos globales.			
05	Juegos de integración socio-motriz.			
06	La velocidad. Desplazamientos en distintas direcciones, sin tiempo.			
07	Desplazamientos en eslalon.			
08	Desplazamientos en zig-zag.			
09	Desplazamientos en líneas curvas.			
10	Juegos en línea recta.			

METODOLOGÍA: enfoque y sistema de organización.

a) Componente: *enfoque y modelo.*

El enfoque metodológico corresponde a la connotación activa – participativa, se sustenta en la práctica psicomotriz vivencial, además se da un tratamiento didáctico a las actividades de aprendizaje desde una perspectiva lúdica, consideramos métodos propios de la educación física, como el método creativo y su estrategia didáctica la tarea de movimiento como elemento fundamental del dinamismo psicomotor del estudiante.

El modelo didáctico incluye la orientación, asimilación, dominio, sistematización y evaluación de los nuevos contenidos. Se partirá del planteamiento de situaciones problemáticas específicas de cada componente, comprende tres momentos “inicio, proceso y finalización”.

Inicio. Comprende actividades de motivación y activación corporal (calentamiento articular y fisiológico), se utilizan por lo general actividades de desplazamiento caminar, correr, saltar, etc.

Proceso. Se desarrollan actividades específicas de la clase, considerando el tema principal, comprenden ejercicios, juegos con diversos materiales educativos que facilitan el proceso de aprendizaje en los estudiantes.

Final. En esta parte se aplican ejercicios de relajación a fin de estabilizar los niveles de esfuerzo orgánico funcional de los estudiantes, se dialoga y relaciona los aprendizajes para la extensión.

b) Componente: espacial y temporal.

Las actividades lectivas se desarrollan en un área deportiva, donde se desarrollan las clases del área de educación física.

Temporalmente las actividades dispondrán de un calendario donde se contempla el proceso de evaluación inicial.

c) DIMENSIÓN INSTRUMENTAL.

Comprende el sistema de recursos y equipos que apoyan el desarrollo de los contenidos que comprende la propuesta.

Los equipos de apoyo requeridos son:

VISUALES	AUDIOVISUALES	DEPORTIVO	OTROS MATERIALES
Laminas.	Vídeos.	Balones.	Plumones.
Papelotes.		Conos.	Cinta makestey.
		Ligas.	
		Platos.	
		Sogas	
Diapositivas.	TV, DVD.	Silbato.	
		Cronómetro.	Pizarra.

EVALUACIÓN.

La evaluación tiene un enfoque desarrollador, la misma se concibe como un medio para que el estudiante desarrolle sus capacidades cognitivas, físico-motoras y emocionales.

La evaluación como proceso es concebida como una actividad pedagógica, interactiva y contextual, en el sentido que los resultados de la misma permitan acompañar y orientar al estudiante construir sus capacidades psicomotoras a partir de sus experiencias previas, de la interacción con sus compañeros y con su medio social y natural.

Así mismo, le permitirá al docente determinar logros progresivos y las deficiencias en el proceso de aprendizaje de los estudiantes (evaluación de proceso) y hasta qué puntos fueron desarrolladas las capacidades previstas en ellos (congruencia entre objetivos previstos y resultados alcanzados), y de esta forma poder tomar las decisiones pertinentes.

✓ **Modelo de evaluación.**

La evaluación será permanente (inicio, proceso y final), se tomará al docente como parte de la evaluación a través de la heteroevaluación, y el estudiante a través de la autoevaluación y coevaluación, considerando sus instrumentos debidamente organizados.

Se valorará cualitativamente cada avance dado en la asimilación, dominio y sistematización de los contenidos, y se derivará en la cuantificación y cualificación sobre la base del nivel de logro propuesto en el sistema de contenidos que comprenden la propuesta.

✓ **Lineamientos de evaluación.**

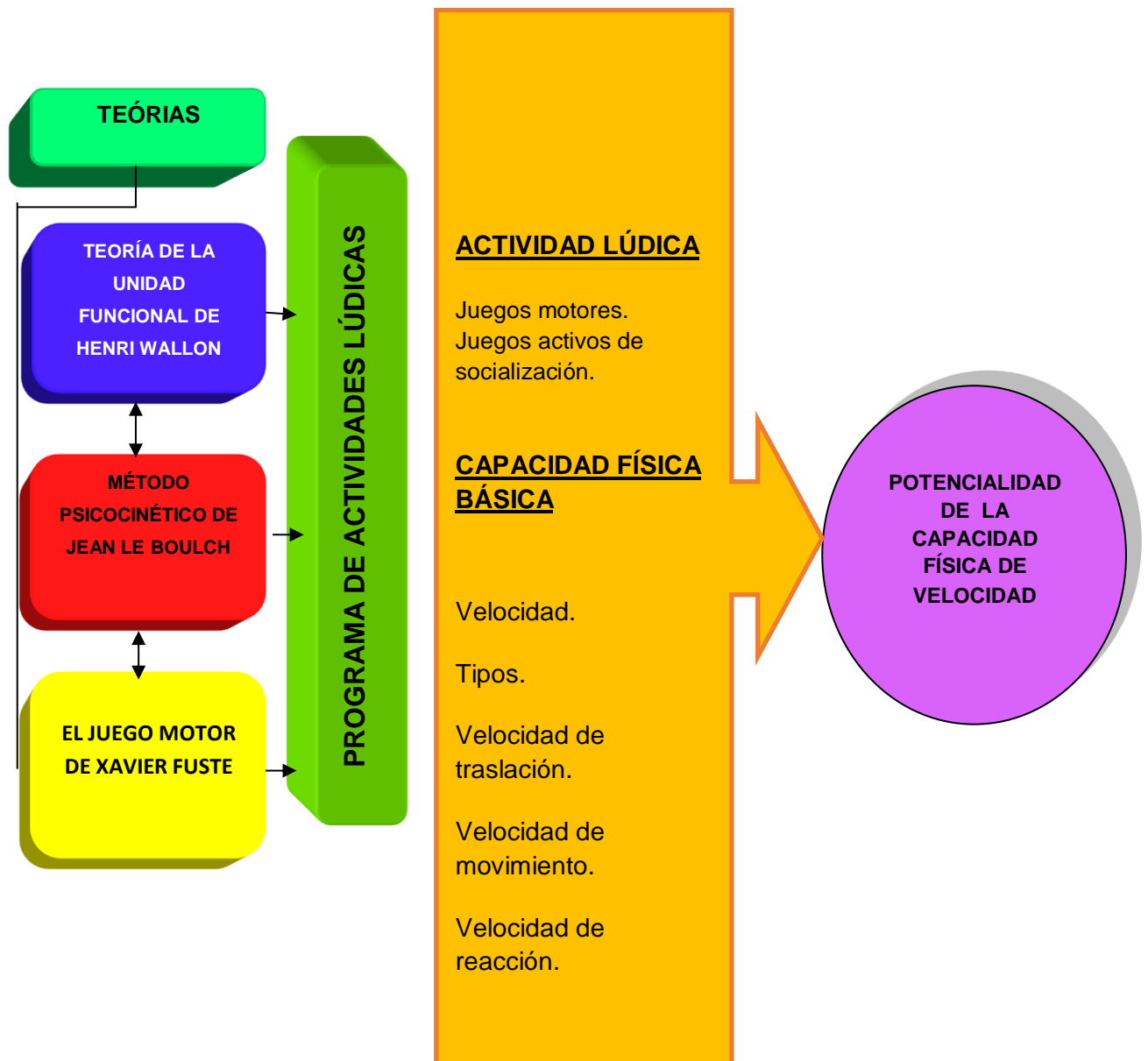
Se evaluarán los procesos en función del desarrollo de capacidades psicomotrices, con las evaluaciones programadas en la propuesta en las sesiones de aprendizaje.

Las actitudes, se evaluarán utilizando una guía de observación en las distintas actividades de aprendizaje.

En la evaluación deberá considerarse niveles de desarrollo psicomotriz, en relación al desarrollo de la capacidad física de velocidad en relación a la actividad como elemento base para la formación deportiva.

3.3. MODELO TEORICO.

MODELO DE ACTIVIDADES LÚDICAS PARA EL DESARROLLO DE LA CAPACIDAD FÍSICA DE VELOCIDAD, EN ESTUDIANTES DEL 1º GRADO DE PRIMARIA.



Fuente: elaboración propia del investigador.

Conclusiones

- ❖ Al inicio del trabajo de investigación se observó que los estudiantes no mostraron un desarrollo adecuado de su capacidad física de velocidad, situándose en un desarrollo de inicio y en proceso, lo que de acuerdo con los criterios de evaluación comprendidos en el test, ello corresponde a niveles (regular, malo y muy malo), esto nos indica que los estudiantes necesitan afianzar sus capacidades físico-motrices.
- ❖ Se diseñó una propuesta basada en un conjunto de actividades lúdicas, que permita afianzar y desarrollar su capacidad física de velocidad para la práctica de las actividades físicas motrices en estudiantes de educación primaria que oscilen entre las edades de 10 a 12 años, para promover la actividad motriz.
- ❖ La experiencia fue significativa en tanto se apreció que es una necesidad desarrollar este tipo de actividades en la educación secundaria, a fin de activar sus capacidades físicas en general, y potencializarlas para aplicarlas en el deporte y la actividad motriz en general.

Recomendaciones

- Esta experiencia investigativa de carácter didáctico metodológica, basada en la experimentación motriz, para desarrollar la capacidad física de velocidad en estudiantes de edad escolar en educación secundaria, considerando los resultados obtenidos en esta investigación, puede ser utilizada por docentes de la especialidad de educación física, educación inicial, educación primaria, de esta manera podemos encaminar el logro de capacidades y potencialidades de los niños.
- A los docentes vinculados con el desarrollo de la educación física, se les recomienda orientar su trabajo pedagógico en el marco de la actividad físico-motriz vivencial, tomando como referente la generación de aprendizajes bajo la premisa de educación en libertad, confianza y respeto mutuo. Se trata de plantear una reingeniería en nuestras prácticas pedagógicas donde pongamos al niño en situación de crear sus oportunidades de aprendizaje, a partir de sus vivencias corporales con propia expectativa.
- Diseñar nuevas estrategias basadas en el movimiento corporal, para enfrentar los diversos cambios sociales, culturales, educativos, institucionales, a fin de establecer una línea de trabajo propositivo en el plano de la educación del movimiento, con recursos didácticos innovadores que permitan el surgimiento de una práctica pedagógica acorde con los avances de las ciencias humanas.

Referencias

- Angel, C. (1981). Desarrollo psicomotor del niño. Edit. Kapeluz Madrid
- Aucouturier, B; Darrault, I Empinet, J. (1999). La práctica psicomotriz". Barcelona
- Avensur L. (2001). Manual de dinámicas: Vamos a Jugar. Lima - Perú
- Atalah, E. y Cols (1999). Patrones alimentarios y de la actividad física en escolares de la región de Aysen. Revista Chilena de pediatría. Pág. 208-214.
- Alvarado, E. (2008). Programa de actividades lúdicas para el mejoramiento de las relaciones interpersonales. Trujillo.
- Ascí, F. H., Kin, A. S. & Kosar, N. (1998). Efecto de participación en una semana, programa sobre satisfacción física de autopercepción y la imagen corporal. Revista Internacional de psicología del deporte, 29, 366-375.
- Calero, M. (2003) Educar Jugando. San Marcos Lima Perú.
- CIDPE (2002) Términos pedagógicos Huancayo. Universidad del Centro.
- DCN. (2009) Diseño Curricular Nacional de la EBR.
- De Zubiría (2006). Los Modelos Pedagógicos, Hacia una pedagogía dialogante. Cooperativa Editorial Magisterio 2ª. Edición. Bogotá. Colombia.
- F. P. F. (2015) Proyecto Creciendo con el fútbol.
- García C. E. (2010). Niveles de actividad física habitual en escolares de 10 a 12 años de la región de Murcia. Tesis de la Universidad de Murcia, España, Pág. 477
- Garifa A. E. (2006) Revista digital en Ciencias del Movimiento Humano y Salud, Vol. 3 Nro. 1. Recuperado de <http://www.revistas.una.ac.cr/mhsalud>.
- Garcés C. J. (2013). Fundamentos teóricos metodológicos de la actividad física y el deporte adaptado en la diversidad poblacional. EFdeporte.com, Revista Digital. Buenos Aires, Año 17, Nº 177.
Recuperado de www.efdeportes.com/ Visitado el 29-10-2014
- Garrios & Fulcado (2004). Juegos Lúdicos. España: Editorial Grupo Planeta. Santiago de Chile.

- Giraldo, D. (2008) Actividad Física auto - reportada, comparación con indicadores antropométricos de grasa corporal en un grupo de escolares de Bogotá y de cinco departamentos del centro oriente, Colombia.
- Gonzales, W. (2008) El juego como técnica de Aprendizaje.
- Granados & Pérez (2009) Pedagogía, contenidos y métodos del juego". Fondo Editorial FACHSE, Lambayeque Perú.
- Granados B. J. (2009). Actividad lúdica y equilibrio". Chiclayo Perú
- Huizinga J. (2009). Escencia y significación del juego como fenómeno cultural. Recuperado de <http://bibliotecaignona.blogspot.com/2009/06/hohan-huizinga>
- Konovalova, E. y Cruz Cerón, J. (2006). Educación Física y Deporte. Programa Editorial del valle. Cali - Colombia.
- Konovalova & Cruz (2006). Educación Física y Deportes. Disponible en: https://books.google.com.pe/books?id=7NPSUvPIId58C&printsec=frontcover&hl=es&source=gbs_ge_summary_r&cad=0#v=onepage&q&f=false
- López A. (2003). El proceso de enseñanza aprendizaje de Educación Física. Hacia un enfoque integral físico educativo. Ciudad de la Habana, Editorial Deporte.
- Mercado (2004). Modelos de estrategias lúdicas en el área educativa. Universidad Pedagógica Experimental Libertador. Editorial UPEL-FEDUPEL. Santiago de Chile.
- Mendoza & Oliva. (1994). Actividad Física, Salud y Calidad de Vida.
- MINEDU. Marco Curricular Nacional. (2014) Propuesta para el dialogo. Segunda Versión. Lima.
- Organización Mundial de la Salud (OMS). Recuperado de <http://www.who.int/dietphysicalactivity/pa/es/>
- Piaget J. (1964) Seis Estudios de Psicología. Editorial Labor S.A. Traducida por Jordi Marí a (1991). Barcelona, España
- Riddoch, C. J. (2004) Medicina y Ciencia en juegos y ejercicios, Vol. 36.
- Ríos H. M. (2006). Actividades físicas adaptadas: El juego y los alumnos con discapacidad. Editorial Paidotribo. Barcelona

- Ríos H. M. (2003). Manual de Educación Física adaptada al alumno con discapacidad. Editorial Paidotribo. Barcelona.
- Ruiz P. L. (1994). Desarrollo Motor y Actividades Físicas”. Editorial Gymnos. Madrid.
- Trudeau, F. (1999). Medicina y Ciencia en juegos y ejercicios, Vol. 36
- Wallon, H. (1987). Psicología y educación del niño. Una comprensión dialéctica del desarrollo y la Educación Infantil. Madrid, Visor Libros. Editado por: Jesús Palacios Gonzales

ANEXOS

ANEXO 1

TEST DE VELOCIDAD

El presente test, busca evaluar el nivel de actividad motriz vinculada al desarrollo de la capacidad física de velocidad.

CONTENIDOS	ACTIVIDADES	INDICADOR	TIEMPO Segundos
VELOCIDAD	Ir de un lugar a otro desplazándose corriendo en: Línea recta. Línea curva (eslalon). Línea curva (zig-zag).	Muestra nivel adecuado de organización corporal en miembros superiores e inferiores al utilizar su capacidad física de velocidad.	Valoración del tiempo en fracción de segundos en distancias cortas.

TABLA DE VALORACIÓN

ACTIVIDAD	VALORACIÓN				NIVEL	OBSERVACIONES
	M	R	B	MB		
	T	T	T	T		
Línea recta. Desplazamiento en 50 mts.						
Línea curva (eslalon). Desplazamiento en 50 mts.						
Línea curva (zig-zag) Desplazamiento en 50 mts.						

LEYENDA:

Malo (01 a 05) Regular (06 a 10) Bueno (11 a 15) Muy Bueno (16 a 20)

Tiempo (Segundos)

Valoración según escala de evaluación.

ESCALA	SIGNIFICADO	CUÁNDO
Categoría (MB)	Logro Significativo	El estudiante evidencia el logro de los aprendizajes previstos.
Categoría (B)	Logro Definido	El estudiante está en camino de lograr los aprendizajes previstos, para lo cual requiere acompañamiento durante un tiempo razonable.
Categoría (R)	En proceso	El estudiante evidencia dificultades mínimas para el desarrollo de los aprendizajes previstos.
Categoría (M)	En inicio	El estudiante evidencia dificultades considerables para el desarrollo de los aprendizajes previstos.

RECIBO DIGITAL



Recibo digital

Este recibo confirma que su trabajo ha sido recibido por Turnitin. A continuación podrá ver la información del recibo con respecto a su entrega.

La primera página de tus entregas se muestra abajo.

Autor de la entrega: **Fredy Cochachin**
Título del ejercicio: **Quick Submit**
Título de la entrega: **INFORME**
Nombre del archivo: **TESIS_FREDY_COCHACHIN.docx**
Tamaño del archivo: **245.99K**
Total páginas: **89**
Total de palabras: **18,939**
Total de caracteres: **103,592**
Fecha de entrega: **02-ene.-2024 08:59a. m. (UTC-0500)**
Identificador de la entrega: **2266157296**



Derechos de autor 2024 Turnitin. Todos los derechos reservados.

REPORTE DE SIMILITUD TURNITIN

INFORME

INFORME DE ORIGINALIDAD

10 %	11 %	1 %	3 %
INDICE DE SIMILITUD	FUENTES DE INTERNET	PUBLICACIONES	TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

1	hdl.handle.net Fuente de Internet	9 %
2	repositorio.unprg.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
3	repositorio.utc.edu.ec Fuente de Internet	<1 %
4	repositorio.ucss.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
5	1library.co Fuente de Internet	<1 %
6	www.coursehero.com Fuente de Internet	<1 %

Excluir citas

Activo

Excluir coincidencias < 15 words

Excluir bibliografía

Activo