

Experiencias motrices deportivas, con enfoque integral, como contribución a la iniciación
deportiva de niños de 7 años.

González Vanegas Gerson German

León Castañeda Diego Alejandro

Nomesque Bautista Paula Daniela

Rey Moreno Brayan Alexander

Universidad Pedagógica Nacional

Facultad de Educación Física

Licenciatura en Deporte

2021

Experiencias motrices deportivas, con enfoque integral, como contribución a la iniciación deportiva de niños de 7 años.

González Vanegas Gerson German

León Castañeda Diego Alejandro

Nomesque Bautista Paula Daniela

Rey Moreno Brayan Alexander

Tutor:

Luis Alberto Rodríguez.

Universidad Pedagógica Nacional

Facultad de Educación Física

Licenciatura en Deporte

2021

Dedicatoria

Dedico mi proyecto en primer lugar a Dios, ya que él me ha dado la existencia y la oportunidad de encontrarme en esta grandiosa universidad, además de nacer en el seno de una excelente familia. En este mismo sentido lo dedico a mis seres amados, los cuales me sirvieron de inspiración y motivación para sacar adelante mi carrera profesional. Por último y no menos importante, a cada uno de mis grandes compañeros autores de este proyecto, por su dedicación, empeño, disposición y gran amor que le pusieron a esta construcción académica. Sin ellos no hubiera sido posible la consolidación de este gran trabajo.

Gerson German González Vanegas

Este proyecto sin duda va dedicado a todas las personas que me han acompañado a lo largo de mi vida guiándome y apoyándome en cada momento para que todo esto sea posible, en primer lugar a mi novia, que nunca dudo de mis capacidades y estuvo conmigo hasta el último momento, a mi madre que me forjo y me ayudo siempre a seguir adelante, a mis compañeros y amigos por su empeño, dedicación y enseñanzas que hicieron de mi un mejor docente y una excelente persona. Ahora inicia una nueva aventura en la que tendré la oportunidad de poner en práctica todo lo aprendido, sin perder el enfoque pero sobre todo, eternamente agradecido.

Diego Alejandro León Castañeda

Por ser parte del proceso y apoyarme en el camino, por creer en mis capacidades como deportista y como licenciada, por ayudarme a crecer como persona y por enseñarme a trabajar duro por mis metas y por mis sueños, dedico este logro a mi padre William Alexander Nomesque León, a mi madre Elizabeth Bautista Ortega y a mis hermanos Laura Nomesque y Nicolai Nomesque.

Paula Daniela Nomesque Bautista

Reconozco que la vida es un largo camino que debemos recorrer, este camino está lleno de todo lo que nos podamos imaginar , algo tan sencillo como la pasión por una vocación llena de alegría mi camino, cuando inicie mi carrera supe que me apasionaba sin embargo sabía la lucha que conllevaba lograrlo, hoy esa lucha se hizo más amena, gracias a mi familia, mis pequeños hijos que me motivaron cada noche a seguir , mi adorada esposa que siempre estuvo allí y la persona más importante, mi mamá, que siempre creerá en mí, no hay nada más allá de la familia , ya gané con ellos a mi lado y ahora con este logro que les comparto, que quiero otorgar a su paciencia, su perseverancia a mi lado , su amor y entrega. Queda mucho por recorrer pero nada me llena más de alegría y es saber que alcance un gran tesoro en el camino y la aventura apenas comienza para descubrir muchos más.

Brayan Alexander Rey Moreno

Agradecimientos

El proyecto presentado a continuación es producto del trabajo, esfuerzo y dedicación del grupo investigador, quienes en el proceso de crecimiento personal y académico tuvimos la oportunidad de contar con el valioso aporte del conocimiento y experiencia de grandes docentes y seres humanos, entre ellos nuestro tutor, el especialista Luis Alberto Rodríguez, a quien por su entrega, acompañamiento, orientación y apoyo expresamos nuestro sincero agradecimiento, al igual que al Magister Jack Billy Escorcía y al Magister Boryi Alexander Becerra por sus grandes aportes y orientación en la construcción teórica e investigativa que fortaleció el desarrollo del estudio. Igualmente, a ZIZU FC por abrir sus puertas y confiar en nuestro proceso como licenciados investigadores. En última instancia, agradecemos a todos nuestros compañeros, docentes y familiares que hicieron parte de este camino que emprendimos con expectativas y sueños, así como a la gloriosa Universidad Pedagógica Nacional por permitirnos ser parte de ella y convertirse así en nuestra alma mater.

Resumen

El presente proyecto tiene como finalidad diseñar una propuesta didáctica metodológica, con enfoque integral, para la iniciación deportiva de niños de 7 años de la Escuela de Formación Deportiva (E.F.D) ZIZU FC de Bogotá. Este trabajo da cuenta de la especialización temprana, presente en las modalidades deportivas practicadas por los niños en la etapa inicial, haciendo énfasis únicamente en los aspectos técnico y físico, que tienen como resultado repercusiones negativas en su proceso formativo, evidenciando así la importancia de la contribución al desarrollo integral que se puede brindar, en este caso, a través de la psicomotricidad. El proceso metodológico inicia con un rastreo documental enfocado en la revisión de propuestas de iniciación deportiva con y sin enfoque integral, seguido del análisis de las características, contenidos, metodologías y herramientas de control y seguimiento que permiten estructurar las experiencias motrices deportivas adecuadas para esta edad. Además se realiza un diagnóstico por medio de test enfocados en la evaluación psicomotriz y física, que permite identificar el nivel de desarrollo de los niños en estos dos aspectos. Asimismo, se obtiene como resultado una guía pedagógica que propone contenidos, estrategias didácticas y un sistema de dirección y seguimiento, que permita el proceso adecuado de enseñanza aprendizaje para la iniciación deportiva, con lo cual se da cumplimiento a los objetivos establecidos al comienzo de la investigación. Se concluye que esta propuesta puede representar una herramienta útil para aquellas escuelas de formación deportiva que busquen incluir en su etapa inicial, sin importar su modalidad, un enfoque integral.

Tabla de contenidos

Introducción	11
Capítulo I. Contextualización de la Temática	13
Descripción General	13
Justificación	14
Planteamiento del Enunciado Holopráxico	16
Enunciado holopráxico	18
Objetivos	18
Objetivo general.....	18
Objetivos específicos.....	18
Capítulo II. Sintagma Gnoseológico	20
Marco Teórico.....	20
Marco Contextual	25
Marco Referencial.....	26
Características, necesidades e intereses	27
Contenidos de la iniciación deportiva	28
Metodología de la iniciación deportiva.....	28
Control y seguimiento	29
Experiencias Motrices	29
Marco Conceptual.....	30
Características, necesidades e intereses de los niños de 7 años	30
Contenidos de la iniciación deportiva	44
Metodología de la iniciación deportiva.....	64
Control y seguimiento	76
Experiencias motrices deportivas	101
Marco Legal	112
Capítulo III. Criterios Metodológicos	116
Tipo de Investigación	116
Diseño de Investigación	118

Definición de eventos	119
Población	120
Muestra	121
Técnica de muestreo	122
Revisión documental	123
Encuesta	124
Instrumentos de Recolección de Datos.....	125
Matriz de registro.....	125
Matriz de categorización	126
Matriz de comparación	127
Test.....	128
Capítulo IV. Resultados del Diagnóstico.....	129
Antecedentes del Estudio.....	129
Diagnóstico de Necesidades.....	131
Evaluación de las Condiciones Actuales y Explicaciones Tentativas	132
Posibles Tendencias Futuras.....	133
Futuros posibles	134
Futuros probables	135
Síntesis Diagnóstica.....	135
Capítulo V. Presentación de la Propuesta	137
Título de la propuesta	137
Justificación	137
Finalidad y Metas.....	138
Finalidad	138
Metas.....	139
Descripción de la Propuesta	139
Consideraciones principales	139
Funcionamiento y fases.....	145
Personal Requerido.....	168
Estudio de Costos y Financiamiento	168
Capítulo VI. Discusión de resultados.....	169

Factibilidad del modelo propuesto	169
Control y evaluación de procesos	171
Conclusiones.....	174
Validación	176
Referentes Bibliográficos	177
Anexos.....	183

Lista de figuras

<i>Figura 1.</i>	80
Figura 2.	125
Figura 3.	126
Figura 4.	127
Figura 5.	133

Lista de tablas

Tabla 1.....	42
Tabla 2.....	57
Tabla 3.....	85
Tabla 4.....	99
Tabla 5.....	144
Tabla 6.....	169
Tabla 7.....	172

Introducción

El presente proyecto es realizado dentro de la línea de didáctica y metodología de metodología del énfasis de rendimiento en la licenciatura en deporte de la Universidad Pedagógica Nacional. La investigación se aborda desde el modelo holístico, entendiéndolo como un proceso global, evolutivo, integrador y organizado de diversos paradigmas y modelos epistémicos que trabaja los procesos que están relacionados con la invención, formulación de propuestas novedosas, considera la creación de teorías y modelos, entre otras (Hurtado 2000). A través del abordaje de objetivos y estadios que se proponen durante la investigación, se desarrolla una propuesta didáctico metodológica, con enfoque integral, para la iniciación deportiva para niños de 7 años de la Escuela de Formación Deportiva (E.F.D) ZIZU FC de Bogotá.

Como ruta metodológica se realiza un tipo de investigación proyectiva, la cual consiste en la elaboración de una propuesta, un procedimiento, un programa o un plan, como solución a un problema o necesidad ya sea en un grupo social o institución (Hurtado, 2012). Este trabajo evidencia la importancia de la contribución al desarrollo integral que se puede desarrollar en la etapa inicial, ya que denota presencia de la especialización temprana en las modalidades deportivas practicadas por los niños, haciendo énfasis únicamente en los aspectos técnico y físico, que tienen como resultado repercusiones negativas en su proceso formativo.

El proceso se inicia con un rastreo documental enfocado en búsqueda de antecedentes, en la que se ubican propuestas de iniciación deportiva con y sin enfoque integral, seguido del análisis de las características, contenidos, metodologías y herramientas de control y seguimiento que permiten estructurar las experiencias motrices deportivas adecuadas el uso de matrices de recolección y comparación de datos. Además, se realiza un diagnóstico por medio de test enfocados en la evaluación psicomotriz y física como lo son el test de boomerang, el test TGMD -2 y test de fuerza, velocidad, resistencia y flexibilidad, que permite identificar el nivel de desarrollo de los niños en estos aspectos.

Con base en lo anterior se organizan los contenidos y metodologías para la construcción de la propuesta didáctico metodológica, los cuales se pretenden trabajar a través de la psicomotricidad para el desarrollo integral. La propuesta se estructura con la justificación, finalidad y metas, consideraciones principales donde se incluye detalles respecto a contenidos metodológicos, función y fases donde se incluye periodización y unidades didácticas, además personal requerido y estudio de costos y financiamiento.

Se espera que la propuesta se tome como una opción metodológica, hacia la atención de la problemática evidenciada en la E.F.D ZIZU FC, y que a su vez sea útil en otras escuelas de formación deportiva sin importar su disciplina y que estén en busca de la contribución integral de los niños, igualmente que sea un complemento en futuras investigaciones que se deseen llevar a cabo.

Capítulo I. Contextualización de la Temática

Descripción General

Las Escuelas de Formación Deportiva (E.F.D) en Colombia según Coldeportes se establecen como “una estrategia para la enseñanza del deporte al niño y al joven colombiano, buscando su desarrollo motor, intelectual, afectivo y social mediante programas sistematizados que le permitan la incorporación al deporte de rendimiento en forma progresiva” (Resolución 001909, Art. 1, 1991). En estas E.F.D se presentan algunas etapas como pueden ser iniciación, fundamentación y perfeccionamiento deportivo. Para el presente proyecto se abordará la primera etapa la cual está definida según Corrales, Ferrari, Gómez y Renzi (2007) citados por Álvarez (2017) “como una estrategia didáctica para favorecer el aprendizaje del deporte, y no como un contenido en sí mismo” (p. 7). Por lo tanto se entrará a estudiar profundamente la didáctica y metodología al igual que los contenidos que se presentan en la mencionada etapa, esto con el fin de identificar cuáles son los procesos pertinentes para el entrenamiento deportivo infantil.

Justificación

Es de suma importancia, el papel que juegan las E.F.D en la contribución del desarrollo integral de los niños en la etapa de iniciación. Como se evidencia en el Artículo 16 de la Ley 181, este deporte formativo debe velar y tener como finalidad aportar al desarrollo de las esferas de formación, las cuales componen al sujeto en su totalidad y determinan el desarrollo de este mismo, a su vez se consideran como interdependientes e interinfluyentes, ya que si se ve afectada alguna de ellas, tendrá un efecto en las demás. En concordancia con lo anterior, resulta fundamental que dicha finalidad se cumpla, por tal motivo la contribución que haga la propuesta a las E.F.D fortalecerá las bases requeridas para desarrollar procesos formativos conformes a las necesidades de los niños en la iniciación deportiva.

Por consiguiente, este proyecto busca proponer una alternativa didáctico-metodológica estructurada minuciosamente, que abarque la edad de 7 años, ya que es una de las fases sensibles para el aprendizaje de las bases del deporte con miras al rendimiento, entendiendo a las fases sensibles como lo manifiestan Martin, Nicolaus, Ostrowski y Rost (2004) citando a Thiess, Schnabel y Bumann (1978) de la siguiente manera:

Son intervalos de tiempo limitados en los procesos de desarrollo de los seres vivos, en los que éstos reaccionan a determinados estímulos del entorno con mayor intensidad que en otros periodos temporales y con los correspondientes efectos para el desarrollo. (p. 157)

Es preocupante que en las E.F.D se esté llevando a cabo una especialización temprana en modalidades deportivas y así mismo se descuidan las esferas que se deben trabajar en la

iniciación. Por lo tanto, para que los niños tengan una apropiada formación integral, se tiene la necesidad de crear una propuesta deportiva que responda a sus características.

Con lo anterior se plantea una alternativa para las E.F.D que buscan generar un ambiente propicio por medio de las experiencias motrices deportivas, “las cuales pueden clasificarse como aquellas primordialmente dedicadas a mejorar habilidades físicas o aquellas dirigidas a mejorar habilidades en el movimiento. La combinación de las habilidades físicas y las habilidades de movimientos elementales determina el rendimiento global del niño” (McClenaghan y Gallahue, 2001), implementadas a través de diferentes juegos pre-deportivos, en los que se desarrollen de manera adecuada las esferas que componen al ser humano teniendo como pilar fundamental la esfera psicomotriz, ya que por medio del movimiento los niños pueden construir su realidad. Asimismo, respetando los estadios de desarrollo de los niños según su edad.

Se tomará como deporte el fútbol porque es una modalidad deportiva de muy fácil acceso en Bogotá, y así mismo los escenarios preponderan en la ciudad. Por lo tanto, para realizar el diagnóstico, se escogerá la E.F.D Zizu F.C ya que se tiene cercanía con la escuela y así mismo la aprobación para realizar el diagnóstico. Adicional, se escoge una investigación proyectiva que permitirá establecer una propuesta alternativa para que las E.F.D la adopten y puedan enseñar pensando primero en los niños. Por último no se determina una intervención por 3 razones específicas:

- Protocolos de bioseguridad y cuarentenas generales constantes.
- Dificultad de obtener la muestra por no cumplir los requisitos de edad.
- Poca facilidad de acceso a la aplicación de la intervención en la E.F.D.

Finalizando “solo si tomamos el entrenamiento deportivo infantil como un proceso de formación, lograremos incidir significativamente en el niño para propiciar de alguna manera los elementos necesarios en su desempeño positivo con su medio cultural” (Murcia et al., 2005, p. 63), con lo anterior se evidencia el deber que tienen los educadores deportivos egresados de la Universidad Pedagógica Nacional con la sociedad. En efecto, no sólo contribuir en la formación de deportistas, sino generar por medio del deporte seres activos en las dinámicas sociales que mediante su actuación puedan contribuir activamente a la construcción de una mejor realidad.

Planteamiento del Enunciado Holopráxico

En la actualidad se presenta un incumplimiento con lo establecido por la ley y con el objetivo que se propone en esta etapa. Con base a lo planteado anteriormente se encontraron investigaciones que presentan una problemática dentro de las E.F.D en la etapa de iniciación, por ejemplo, los autores Tabernero, Marquez y Llanos (2002) afirman que:

Desde el deporte de alto rendimiento no parece adecuado el proceso de iniciación deportiva, ya que se presentan abandonos prematuros, talentos que se pierden, carencias notables al llegar a las cotas de rendimiento, incluso críticas más ácidas advierten que no se repara ni en la evolución cognitiva y sobre todo afectiva de los niños que pueden sufrir de interrupciones y bloqueos afectivos de negativa consecuencia en el desarrollo de los sujetos. (p.9)

Es evidente que, en la etapa de iniciación deportiva, se le da un alto grado de importancia a la parte técnica y física, ocasionando una especialización temprana que puede llevar al fracaso y desalentar la participación futura de los jóvenes como lo mencionan Zurlo y Casasnovas (2003), dejando a un lado las esferas que conforman al ser humano en su globalidad, las cuales son: cognoscitiva, socioafectiva, psicomotriz y de capacidades físicas, como las mencionan Murcia, Taborda y Ángel (2005) y añadiendo a estas la esfera biológica. Este problema radica en el afán de conseguir resultados lo más rápido posible y poder llevar al niño, en este caso, a un alto nivel de rendimiento, en el cual, se le da la respuesta a todos los problemas planteados que se necesita para la solución de una situación en el deporte, dejando a un lado la contribución al desarrollo cognitivo, como lo expresa Álvarez (2017).

Asimismo, las experiencias de los investigadores adquiridas a lo largo de la carrera deportiva y profesional, confirman que esta realidad se presenta en algunas E.F.D en la ciudad de Bogotá. Por consiguiente, este hecho causa en los niños un déficit en algunas de las esferas que lo componen y puede llegar a generar interrupciones en su desarrollo integral, como lo manifiesta Gutiérrez (2004), siendo este un desarrollo del ser humano como una entidad global que desde un pilar fundamental como lo es la motricidad, da soporte y sirve como puente entre la persona y el ambiente. También busca contribuir en las esferas biológica, psicológica y social, desde la práctica deportiva logrando la integralidad.

Enunciado holopráxico

¿Cómo contribuir desde un enfoque integral en la iniciación deportiva de los niños de 7 años en la E.F.D ZIZU FC?

Objetivos***Objetivo general***

Diseñar una propuesta didáctica metodológica, con enfoque integral, para la iniciación deportiva de niños de 7 años de la E.F.D. ZIZU FC de Bogotá.

Objetivos específicos

-Describir propuestas de iniciación deportiva, nacionales e internacionales, sin enfoque y con enfoque integral, orientadas a la atención de niños de 7 años mediante un rastreo documental.

-Identificar contenidos, metodologías y herramientas de control y seguimiento para la iniciación deportiva de niños de 7 años, mediante un análisis de documentos especializados.

-Caracterizar psicomotriz y físicamente a los niños de 7 años de la E.F.D ZIZU F.C a través de los test seleccionados previamente.

-Formular los objetivos, contenidos, estrategias didácticas y sistema de dirección seguimiento que permita el proceso adecuado de enseñanza aprendizaje para la iniciación deportiva por medio de una estructura sistemática.

-Planificar la guía pedagógica que contenga las experiencias motrices deportivas seleccionadas, por medio de las unidades didácticas.

-Validar la propuesta diseñada, por pares académicos, atendiendo a criterios como funcionamiento de la propuesta, nivel del diseño y su posible realización en los escenarios naturales.

Capítulo II. Sintagma Gnoseológico

Marco Teórico

La iniciación deportiva es un proceso siempre complejo de analizar, debido a que existe en la actualidad gran variedad de planteamientos y propuestas de cómo se debe abordar esta primera etapa en la vida del niño. Iniciando por el momento o la edad óptima para el comienzo del entrenamiento infantil, hasta teorías que plantean nuevas miradas con respecto a este proceso, sin embargo la mayoría de ellas coinciden en que debe existir un cambio en la metodología tradicional, a continuación se expondrán algunas de ellas.

Los autores Murcia, Taborda y Ángel (2005) realizan una propuesta llamada Escuelas de Formación Deportiva con Enfoque Integral, la cual cuenta con varias fases del proceso de entrenamiento deportivo infantil, entre ellas la Iniciación, en donde según los autores se realiza con el niño una "formación multivariada con miras a que éste, en la edad adecuada seleccione autónomamente la práctica deportiva de su predilección y aquella en la que sintiéndose a gusto, pueda desempeñarse con la mayor competencia de acuerdo a sus posibilidades" (p. 136), lo anterior se lleva a cabo con base en un enfoque problémico en el proceso de enseñanza-aprendizaje del niño. En esta etapa se tienen como papel principal las categorías de movimiento (habilidades motrices básicas).

En las E.F.D. con Enfoque Integral se propone como edad óptima para la iniciación deportiva entre los 6 y 7 años, ya que se asume que en estas edades los patrones básicos de

movimiento se encuentran en un estadio maduro, por lo que pueden combinarse y perfeccionarse en el contexto del entrenamiento deportivo infantil.

Así mismo, Murcia, et al. (2005), proponen que la iniciación deportiva debe dividirse en cuatro periodos o subniveles progresivos, el primero encargado de la estimulación de las habilidades locomotoras, el segundo enfocado en las habilidades manipulativas, el tercero hace referencia a las habilidades axiales, y por último el cuarto enfatiza en las capacidades rítmicas y la expresión corporal. Estos periodos significan el espacio adecuado en el cual el niño y sus familias entiendan el enfoque de la problematización del movimiento, y a su vez comprender la importancia que tienen las habilidades motrices básicas en el contexto deportivo. En cada uno de estos subniveles se tiene como principal herramienta las formas jugadas.

Otro documento consultado, que tiene como título Las Escuelas de Iniciación Deportiva en el Partido de Avellaneda, la autora Debora Alvarez, plantea la necesidad de crear escuelas de iniciación deportiva, en las que se tenga a los niños como sujetos críticos y reflexivos en su quehacer deportivo y no como simples medios para alcanzar un objetivo.

Además de esto propone que en las escuelas se facilite una formación multideportiva y que los niños tengan opción de tener variadas experiencias motrices en diferentes deportes, que les permitan ampliar su repertorio motor y que en el momento de especializarse en un deporte cuenten con las bases para tomar la mejor decisión.

La autora describe a las experiencias motrices como fundamentales para solucionar problemas de carácter motor en la vida y así mismo brinda la siguiente perspectiva sobre la motricidad como:

Proceso en la vida de toda persona, surge y se desarrolla con una intencionalidad concreta, tiene un para qué y estará presente en todo momento de la vida, la motricidad que el cuerpo desarrolla van de las manos, son representativas de la persona (Alvarez, 2017. p. 4).

Por último, resalta que el objetivo de la iniciación deportiva es la contribución al desarrollo integral de los niños y que el deporte debe ser el medio para la transmisión de valores, los cuales les servirán para su cotidianidad, esto se evidencia de manera textual en el siguiente párrafo:

La tarea fundamental de los centros de iniciación y formación deportiva deben contribuir a la formación integral de los niños en el área motriz, cognitiva y afectiva, ayudándolos en su desarrollo personal y social. Colaborar a la formación de personas con valores humanos. Donde los niños puedan equivocarse, explorar, sin ningún riesgo a equivocarse, que conozcan que no hay limitaciones en el deporte y que puedan disfrutarlo. (Álvarez, 2017, p. 14)

Por otro lado, Uribe (1997) en el artículo titulado Iniciación Deportiva y Praxiología Motriz, plantea un nuevo enfoque para los procesos introductorios al entrenamiento deportivo infantil, basado en la ciencia de la acción motriz. El autor define la iniciación deportiva, a partir de una mirada desde la praxiología motriz, como "proceso pedagógico y sistemático orientado a la formación perceptivo-motriz, físicomotriz y sociomotriz del individuo que aprende, considerando sus características psicológicas, sociológicas, las características que configuran el deporte y los objetivos de aprendizaje que se pretenden alcanzar" (p. 71).

Esta propuesta presenta desde un enfoque sistémico, posibles aspectos que componen la estructura de juegos y deportes, estos son El reglamento, Los gestos, la técnica o los modelos

de ejecución, El espacio de juego o espacio deportivo, El tiempo de juego y tiempo deportivo y La comunicación motriz. Los ítems que se mencionan son empleados por el autor para analizar los juegos y los deportes con respecto a la iniciación deportiva, y de esta manera clasificarlos en deportes psicomotrices, sociomotrices, de cooperación, de oposición o de cooperación-oposición.

El autor brinda gran importancia a la clasificación de los juegos y deportes, debido a que señala que es fundamental tener en cuenta en la iniciación deportiva, la estructura del deporte que se pretende enseñar, es decir que se deben contemplar las situaciones motrices que componen determinada práctica deportiva, ya que los procesos de iniciación al entrenamiento deportivo infantil son diferentes según estas características.

En un artículo escrito por Tabernero, Márquez y Llanos (2002) titulado Elementos a Analizar en el Proceso de la Iniciación Deportiva, se evidencia como el proceso que se lleva en la etapa estipulada en el título, no es el adecuado por varios factores. Dentro de estos aparece: el actuar del entrenador o encargado de llevar a cabo las diferentes sesiones, la inadecuada elección en los contenidos para esta etapa, la metodología incorrecta que se utiliza en las diferentes clases, entre otras.

De una manera más específica, los autores de este artículo citando a Saura (1996) enumeran algunas características que sufre este proceso en la etapa de iniciación, las cuales son:

1. Dar excesiva importancia al aspecto competitivo.
2. Problemas de especialización prematura.
3. Ser copia del deporte adulto.
4. No estar adaptado.

5. Excesiva importancia al aprendizaje técnico.
6. Cada vez hay más entrenadores y menos educadores como responsables del deporte.
7. Modelo selectivo, solamente deporte para los mejores. (p. 10)

Con este escenario, se aprecia la manera en que esta etapa (que es fundamental para que los niños desarrollen y puedan llevar al máximo todas sus potencialidades) está siendo limitada y no está permitiendo el adecuado desenvolvimiento por parte de los principales protagonistas. Es así, como queda expuesta la problemática que se presenta en la iniciación deportiva y que requiere de atención urgente.

Por otro lado aparece la falta de apoyo que se tiene por parte de los encargados de promover y auspiciar al deporte en esta etapa, esto debido a la falta de conocimiento sobre cuán importante es el desarrollo del niño en esta edad y como puede llegar a ser un futuro campeón. Esta situación se presenta por la falta de interés en respetar un proceso y el afán de conseguir logros de manera fugaz, sin siquiera comprender que para este fin, se necesita tener unos cimientos sólidos que se desarrollaran en la etapa de iniciación. Lo anterior se encuentra sustentado en la afirmación que Acosta (2012) realiza en un artículo sobre iniciación y formación deportiva: "Pocos saben que todo inicia con un proceso organizado e ininterrumpido en edades muy tempranas, que asegure el mejor desempeño de acuerdo a las posibilidades" (p. 57).

Lo planteado por Acosta en este artículo se fundamenta en la falta de apoyo por parte de los directivos deportivos en el proceso que debe de tener un deportista de altos logros, específicamente resalta el abandono en las etapas de iniciación y formación, las cuales las considera como fundamentales para el desarrollo de todas las esferas en el deportista.

Este autor propone que para que se dé un desarrollo propicio y adecuado en las etapas mencionadas previamente, se debe contar con profesionales bien preparados. que garanticen la plena formación de los niños o adolescentes que están entrenando, de igual manera estas personas deben contar con un amplio conocimiento en las ciencias del deporte y su óptimo uso en la planificación deportiva, con el fin de que aseguren el cumplimiento de los objetivos propuestos.

Otro punto que resalta este autor, es que el apoyo debe ser incondicional y constante por parte de los directivos deportivos, sin importar intereses políticos y priorizar el proceso que se esté llevando a cabo en los deportistas. Esto requiere de una inversión por parte del Estado y una visualización que le preste atención y respeto a los procesos y no a los resultados fugaces y efímeros, ya que con una buena base deportiva, se podrá gozar de una considerable cantidad de grandes deportistas en un futuro.

Marco Contextual

Para la construcción del presente proyecto en la ciudad de Bogotá D.C. se encuentra ubicada la E.F.D. ZIZU FC, su origen se remonta al año 2010 por parte de José Wilson Sabogal Velásquez como una alternativa estratégica de emprendimiento. Su nombre hace referencia a la admiración que tenía el primer alumno por el ex-jugador y ahora técnico del Real Madrid C.F, Zinedine Zidane, persona de gran entrega y dinamismo, características que busca la organización para sus asociados.

El proyecto deportivo tiene como principal iniciativa participar activamente de la formación futbolística y personal de los niños y jóvenes habitantes de la localidad. La categoría de iniciación de la escuela, está conformada por niños de 6 y 7 años, que entrenan los fines de semana en el Parque Champions ubicado en el barrio La Francia en la localidad de Puente Aranda, y hacen parte del presente estudio.

Con respecto a los aspectos sociodemográficos, como se mencionó anteriormente, la E.F.D se encuentra establecida en la localidad de Puente Aranda, en donde es posible hallar una variada oferta de escenarios adecuados para la práctica, enseñanza y disfrute de la actividad física y el deporte, lo anterior potenciado principalmente por el IDRD y la alcaldía local.

Esta localidad, situada en el sur de Bogotá, limita al norte con la localidad de Teusaquillo, al sur con la localidad de Tunjuelito, al oriente con las localidades de Los Mártires y Antonio Nariño y al occidente con las localidades de Fontibón y Kennedy, está conformada por 1.724 hectáreas, las cuales se componen por cincuenta y cinco barrios. Es conocida por ser un centro importante de diversas actividades industriales en sectores como alimentos, plásticos, textiles, gaseosas, metalmecánica, entre otros.

Marco Referencial

En el presente proyecto, a partir de la indagación realizada en diversas bases de datos como Dialnet, Scielo, ResearchGate y Redalyc junto al repositorio de la Universidad Pedagógica Nacional, se revisan antecedentes bibliográficos enfocados en el desarrollo

psicomotriz, la iniciación deportiva y la contribución integral como eje principal para el proceso de enseñanza-aprendizaje de los niños de 7 años.

Para la construcción de la propuesta, se realiza inicialmente una búsqueda documental en la que se da el fundamento y se evidencia la problemática planteada en el proyecto.

Posterior a ello se realiza la búsqueda documental de las siguientes unidades de análisis, enfocadas en las diferentes esferas del desarrollo integral en los niños de 7 años:

Características, contenidos, metodología, control y evaluación y experiencias motrices deportivas. Para las cuales se diseñó una matriz en la que se categorizaron los documentos referentes a cada unidad.

Características, necesidades e intereses

Para esta categoría se encontró como antecedente nacional el libro “Escuelas de formación deportiva y entrenamiento deportivo infantil con enfoque integral” escrito por Murcia et al. (2005) el cual contiene conceptualizaciones y enfoques acerca de “el proceso que debe seguirse en la iniciación de los deportistas desde una perspectiva de desarrollo humano, articulando los principios pedagógicos y del entrenamiento a la formación y a las fases del proceso de entrenamiento deportivo infantil”, así mismo presenta enfocadas en las esferas, las características que pueden tener los niños entre las edades de interés, las necesidades que pueden surgir a partir con ellas y más importante aún el cómo se pueden y deben abordar cada una de ellas teniendo como base o pilar fundamental la esfera psicomotriz.

Contenidos de la iniciación deportiva

En el libro Metodología general del entrenamiento infantil y juvenil escrito por Martin et al. (2004) se expone “los conocimientos, las reglas y el sistema de reglas sobre el desarrollo del rendimiento deportivo, el entrenamiento y las situaciones de rendimiento infantil y juvenil. Los autores presentan en este documento el entrenamiento deportivo con estructuras, etapas, objetivos, contenidos y métodos, así como procedimientos dirigidos en las diferentes etapas de la niñez y juventud.

Metodología de la iniciación deportiva

Para esta categoría se encontró el libro “Entrenamiento total” escrito por Weineck (2005) el cual con énfasis en el entrenamiento deportivo presenta los fundamentos generales, los principios y las características, contenidos y métodos de las principales formas de trabajo motor, el documento ofrece múltiples sugerencias, tanto al entrenador de élite como al profesor de educación física en el ámbito escolar, que permitirán optimizar el entrenamiento deportivo. El documento según Weineck (2005) “presenta igualmente un aporte importante al entrenamiento infantil y juvenil, pues expone componentes rigurosos en la fuerza, la resistencia, la velocidad y la movilidad, que permiten al lector orientarse en los procesos de las diferentes etapas del deportista”.

Control y seguimiento

En esta categoría se hace la revisión del libro “Aptitud física: pruebas estandarizadas en Colombia” escrito por Jáuregui y Ordoñez. (1993) el cual aborda los componentes de las cualidades del rendimiento atlético. Estos componentes están organizados en dos grupos: Composición corporal y rendimiento motor. Los autores establecen unos procedimientos de evaluación para las baterías de pruebas y mediciones; así mismo encontramos unos percentiles para las pruebas estandarizadas en niños y niñas de 7 a 16 años y una clasificación de categorías para las pruebas de rendimiento motor que permiten una evaluación de las capacidades condicionales.

Para la evaluación psicomotriz se encuentra el documento “Fiabilidad y validez de la batería TGMD-2 en población española” escrito por Ayan et al. (2019) en el que encontramos el estudio, validación y protocolo para la aplicación y evaluación del *Test of Gross Motor Development*.

Experiencias Motrices

Para la categoría se aborda inicialmente el libro “Movimientos fundamentales su desarrollo y rehabilitación” escrito por Mc Clenaghan y Gallahue. (2001) y en el que encuentra la definición de experiencias motrices. De igual forma en “El aprendizaje motor: Una investigación desde las prácticas” escrito por Rocha. (2009) se exponen las fases del aprendizaje motor que son independientes de las modalidades deportivas.

Para esta categoría también se toma la tesis “La importancia de los juegos predeportivos en el mejoramiento de las habilidades motoras básicas requeridas en el aprendizaje del

atletismo” bajo la autoría de Corrales y Suarez. (2014) y en el cual se aborda la pertinencia del juego en la iniciación deportiva como forma básica de aprendizaje y el papel de los juegos predeportivos como forma lúdica, estructura y adaptada intermedia entre el juego y el deporte.

Igualmente se abordan autores para escoger las modalidades deportivas. Inicialmente para deportes de combate en el documento “La formalización de los Deportes de Combate como contenido de Educación Física” bajo la autoría de Braun (2019) se expone los deportes de combate como un conjunto de prácticas deportivas y se hace énfasis en su enseñanza en los niveles primarios y secundarios. Además para deportes atléticos Calderón, Valero y Mármol (2014) en el capítulo 2 de “Fundamentos del Atletismo: Claves para su enseñanza” exponen las etapas en el proceso de iniciación con temáticas correspondientes a cada una, de las cuales son de gran utilidad la correspondientes a la edad correspondiente para el presente proyecto.

Para deportes acuáticos Ruiz (2009) en el documento “Nadar es la clave” da cuenta de la importancia de la experiencia en el medio acuático para el hombre y presenta una propuesta fundamentada y organizada en periodos y fases según rangos de edad.

Marco Conceptual

Características, necesidades e intereses de los niños de 7 años

Para la caracterización respectiva de los niños de 7 años se toman en cuenta las diferentes esferas que lo componen en su totalidad. Murcia et al. (2005) plantea que “el reconocimiento de la persona como unidad indivisible debe ser asumido como fundamental en el momento de

encarar acciones pedagógicas en cualquier nivel” (p. 93). De esta manera los autores realizan un énfasis en la importancia de la intervención pedagógica que promueva el desarrollo y la formación de los niños en cada una de las siguientes esferas: psicomotriz, biológica, cognitiva, socioafectiva y de capacidades condicionales.

Esfera de formación psicomotriz. Definida por Murcia et al. (2005) como “la relación interdependiente e inter influyente entre el dominio motriz y el psíquico (con sus componentes socioafectivo y cognoscitivo)” (p. 104). De igual forma Bustamante, Sánchez y Cabrera (2017) definen la psicomotricidad como la unión entre lo motor y lo psíquico, o como la posibilidad de influir en la actividad psíquica a través del movimiento.

Según las definiciones brindadas anteriormente se evidencia como por medio del movimiento se ve influenciada la actividad psíquica. Por esta razón, el aprendizaje motor juega un papel fundamental para el desarrollo óptimo de las habilidades motrices, resaltando y teniendo en cuenta las características de los niños en esta etapa. Dentro de estas características, en las edades de 7 a 11-12 años, se evidencia la toma de conciencia del cuerpo de manera global, es decir se elabora el “esquema corporal”. Los autores Zapata y Aquino citados por Murcia et al. (2005) plantean para este esquema los siguientes aspectos:

Gracias a la toma de conciencia de los diferentes segmentos corporales y control de su movilización con vista a la acción se desarrollan e instalan:

- Las posibilidades de relajamiento global y segmentario
- La independencia de brazos y piernas respecto al tronco
- La independencia de la derecha respecto a la izquierda

- La independencia funcional de los diversos segmentos corporales y
- La transposición del conocimiento de sí al conocimiento de los demás teniendo como consecuencia el desarrollo de las diversas capacidades de aprendizaje, así como la relación con el mundo exterior. (p. 108)

Es en esta etapa en donde el niño tiene una asimilación y construcción más madura de su corporalidad, desarrollando la posibilidad de mejora en sus movimientos de manera progresiva, volviéndose más fluidos, permitiendo al niño mayor facilidad para realizar actividades motrices. Granda y Alemany (2002) establece las características generales en cuanto al ámbito motor de la etapa:

- Mayor estabilidad y control corporal.
- El gesto se adapta a las exigencias del entorno.
- Aparece la motricidad analítica, es decir, la capacidad que tiene el niño de separar el gesto en sus partes constituyentes.
- Realiza actividades físicas grupales gracias: A) a la capacidad que tiene para entender las normas y acatarlas. B) necesidad de compararse con los compañeros.
- Mejora en todas las cualidades físicas gracias al crecimiento y desarrollo madurativo. (p. 71)

Esfera de formación biológica. Abordando el concepto desde el desarrollo físico planteado por Martín et al. (2004) este es definido como “noción general para las relaciones de interdependencia entre los desarrollos somáticos (del griego soma = cuerpo) y fisiológicos (fisiología = la ciencia de los procesos normales de la vida)” (p. 40). Así mismo los autores

exponen para este desarrollo unos componentes de los que resultan cambios estructurales y funcionales:

- Desarrollo esquelético = cambio estructural.
- Desarrollo de la talla corporal = cambio estructural.
- Desarrollo de la masa corporal = cambio estructural.
- Desarrollo del tejido graso subcutáneo = cambio estructural.
- Desarrollo de la musculatura esquelética = cambio funcional y estructural.
- Desarrollo del sistema cardiovascular = cambio funcional y estructural.

Ahora, en la etapa de la niñez media comprendida entre los 6 y 11 años, las características de desarrollo no son tan evidentes como en etapas anteriores, pues la velocidad de crecimiento del niño disminuye (Papalia y Martorell, 2017). Sin embargo, hay un reflejo de cambios que tienen lugar en esta edad, como lo son los cambios en la estructura y funcionamiento del cerebro. Según Amso y Casey citados en Papalia y Martorell (2017) estos cambios “incrementan la velocidad y eficiencia de los procesos cerebrales y mejoran la capacidad para descartar la información irrelevante” (p. 260).

Entre los 6 y 11 años los niños casi duplican su peso y crecen entre cinco y siete centímetros y medio. La talla en la edad de 7 años es aproximadamente de 125,2 cm en niños y de 125,7 cm en niñas, y el peso, es de 25,5 km en niños y de 25,6 km en niñas (Papalia y Martorell, 2017).

Según Platonov citado por Murcia et al. (2005) se producen transformaciones importantes en la edad de 7-8 años:

- Se produce la formación de la curva de la columna vertebral, dorsal y cervical

- Las fibras musculares adquieren las propiedades estructurales fundamentales que caracterizan a los adultos
- Se nota crecimiento intenso en los tendones de todos los músculos
- Se ensanchan las aponeurosis y las fascias
- Aumenta el volumen del tejido conjuntivo
- Se perfecciona el sistema vascular de los músculos y aparecen nuevos capilares
- Se nota gran elasticidad de músculos y ligamentos
- Se nota gran cantidad de líquido sinovial en las articulaciones (p. 114)

En cuanto al sueño y la nutrición, se necesita en esta edad que los niños consuman en promedio 2400 calorías al día, con una dieta que contenga cereales, frutas y verduras y carbohidratos complejos (Papalia y Martorell, 2017). “La necesidad de sueño disminuye de aproximadamente 11 horas al día a los cinco años a poco más de 10 horas a los nueve y a unas nueve horas a los 13 años de edad.” (Papalia y Martorell, 2017, p 260). Es importante que el niño cumpla con buenas horas de sueño para obtener resultados óptimos y que no haya un desgaste en sus actividades.

Esfera de formación de capacidades físicas. En esta esfera se abordan directamente lo que son las capacidades físicas definidas por Murcia et al. (2005) como “la expresión de las necesidades intrínsecas de todo movimiento para manifestarse fluido, rítmico, armónico y eficiente” (p.112). Igualmente Muñoz citado por Murcia et al. (2005) define las capacidades físicas como “las características funcionales de rigor orgánico, que cuando son desarrolladas, proporcionan al alumno un instrumento sano y un funcionamiento eficiente del mismo, para ser

usado cuando pretenda aumentar la destreza de los movimientos de su repertorio motor” (p. 112).

Las capacidades físicas se denominan como fuerza, resistencia, velocidad y movilidad, es importante conocer las características de los niños en esta esfera, con el fin de poder planificar adecuadamente las sesiones en las que se trabajaran, pues estas contribuyen al aumento del desarrollo motor.

Velocidad. Esta capacidad está definida por Martin, Carl y Lehnertz citados por Martín et al. (2004) como “la reacción más rápida posible a los estímulos o señales en relación con los rendimientos deportivos complejos y en la realización de movimientos con la menor resistencia posible y la más alta velocidad” (p. 95)

Dentro de las características de los niños en la edad escolar temprana relacionadas con esta capacidad, se evidencia un empujón de desarrollo máximo en la frecuencia y la velocidad de los movimientos. Según Lehmann citado por Weineck (2005) entre los 6 y 8 años hay una maduración anatómica, funcional y definitiva de la corteza cerebral, lo que permite al niño efectuar movimientos de alta frecuencia, a esta edad la frecuencia de zancada al correr puede equivaler a las de los esprinters de elite.

Movilidad. Según Martin, Carl y Lehnertz citados por Martín et al. (2004) se define la movilidad como “la capacidad para dirigir arbitraria y concretamente, con la amplitud de movimiento necesaria y óptima de las articulaciones, los músculos, tendones y ligamentos implicados” (p. 121).

La movilidad es importante para el aprovechamiento del funcionamiento de las articulaciones y la capacidad de rotación de la musculatura, por lo cual es importante que se trabaje desde la iniciación. En la edad escolar temprana según Fomin citado por Weineck (2005) hay un aumento de la capacidad de flexión de las articulaciones de la cadera, del hombro y la columna vertebral, con lo que también se evidencia una reducción en la capacidad de apertura de las piernas en la articulación de la cadera y una reducción de la amplitud de movilidad en la articulación del hombro.

Fuerza. Martin et al. (2004) exponen que esta capacidad “se basa en condiciones neuromusculares que generan fuerza muscular al ejercer fuerza en el desarrollo de movimientos físicos definidos con valores que representan alrededor de un 30% del nivel máximo que puede realizarse individualmente” (p. 110).

Según Martin et al. (2004) en la edad de 6,5 y 9,5 años se presentan las mayores tasas de crecimiento en el desarrollo de la fuerza del salto y del lanzamiento. En estas edades se evidencia un mayor crecimiento en el rendimiento de fuerza rápida que en los siguientes niveles de desarrollo, por lo que se ve la importancia del entrenamiento de este tipo de fuerza en esta edad.

Resistencia. “La resistencia es la capacidad para mantener durante un período de tiempo lo más largo posible un rendimiento en una técnica de movimiento especial” (Martin et al., 2004, p. 128). El autor expone que la resistencia está directamente relacionada con las condiciones de rendimiento orgánico-energéticas, es decir que “la capacidad y sus

posibilidades de desarrollo estructurales y funcionales dependen, en gran medida, de las reservas funcionales del sistema cardiovascular, del sistema respiratorio y del metabólico” (Martin et al., 2004).

Dentro de las características de la resistencia, en la edad escolar temprana se produce un aumento de los volúmenes sistólicos y un continuo descenso de la frecuencia cardíaca en reposo. Alteraciones funcionales que se deben al crecimiento de aurículas y ventrículos y al aumento del peso absoluto del corazón. (Weineck, 2005).

Es importante resaltar que en niños y jóvenes entrenados en resistencia el consumo máximo de oxígeno, el cual es tomado como criterio bruto de la capacidad de resistencia, crece en chicas y chicos entrenados de forma similar y que se evidencia una diferencia que se acentúa en comparación con los no entrenados. (Weineck, 2005).

Esfera de formación cognitiva. Definida por Bustamante, Sánchez y Cabrera (2017) como:

Conocimiento alcanzado mediante el ejercicio de las facultades mentales, lo cual implica la existencia de un tipo de habilidad a la cual denominamos como facultad o capacidad mental, y que lleva a actuar dentro de un marco del pensamiento, la memoria, la imaginación, la voluntad. (p. 37)

De igual forma Murcia et al. (2005) define cognición como “aquella que se relaciona directamente con la evolución y formación del conocimiento humano” (p. 94).

El desarrollo cognitivo está directamente vinculado con el pensamiento y su representación como rasgo fundamental, lo cual se hace por medio de un procesamiento de

información que el niño recibe de su entorno. Varios autores abordan el desarrollo del pensamiento desde Piaget, quien lo divide en periodos.

Entre los 7 y 11 años se ubica el período de operaciones concretas, el niño según Norden citado por Murcia et al. (2005) “logra una interacción entre el pensamiento y la lógica simbólica. Este periodo empieza cuando las acciones físicas empiezan a interiorizarse como acciones mentales u operacionales” (p. 96). Los niños ya son capaces de considerar múltiples aspectos de una situación, debido a esto desarrollan el pensamiento de manera lógica.

Papalia y Martorell (2017) exponen los siguientes conceptos de los cuales el niño tiene mejor comprensión en esta etapa:

Relaciones espaciales y causalidad. En esta etapa el niño comprende con mayor capacidad las relaciones espaciales, lo cual le permite interpretar mapas, calcular cuánto tiempo se emplea para ir de un lugar a otro, ubicarse al ir y venir de la escuela, y recordar puntos de referencia que existen en un camino.

Categorización. En esta edad se ve mejora de la capacidad de categorizar objetos, la cual incluye unas habilidades complejas. En primera instancia está la seriación, la cual consiste en

Ordenar objetos en serie según una o varias dimensiones. Los niños mejoran en la seriación según dimensiones como el tiempo (del anterior al más reciente), la longitud (más corto a más largo) o el color (del más claro al más oscuro) (Piaget, 1952).

(Papalia y Martorell, 2017, p. 268)

En segundo lugar, está la inferencia transitiva, que “es la capacidad de inferir una relación entre dos objetos a partir de la relación entre cada uno de ellos con un tercer objeto” (Papalia y Martorell, 2017, p. 268). Por ejemplo, si Antonio es mayor que Ana y Ana es mayor que Cristian, entonces Antonio es mayor que Cristian. Si el niño comprende las inferencias transitivas, va a poder inferir rápidamente que Antonio es mayor que Cristian. Y finalmente la inclusión de clase, que “es la capacidad para ver la relación entre el todo y sus partes, y para entender las categorías o clases dentro de un entero” (Papalia y Martorell, 2017, p. 268). Por ejemplo, el niño en esta etapa va a poder entender que hay un grupo grande que son las flores y que las rosas son una subclase de ese grupo.

Razonamiento inductivo y deductivo. El razonamiento inductivo involucra el poder sacar conclusiones generales en relación a la clase como un todo, esto implica realizar observaciones particulares de una clase de personas, objetos, animales o sucesos. Por otro lado, el razonamiento deductivo, en cambio, inicia con una afirmación general sobre una clase y la aplica a sus miembros particulares. Si la afirmación es verdadera para todos los miembros de la clase y el razonamiento es sólido, entonces la conclusión debe ser cierta. Papalia y Martorell (2017)

Conservación. “Los niños que se encuentran en la etapa pre operacional de desarrollo se enfocan en las apariencias y tienen dificultades con los conceptos abstractos” (Papalia y Martorell, 2017, p 269). Los niños que se encuentran en la etapa pre operacional de desarrollo se enfocan en las apariencias y tienen dificultades con los conceptos abstractos. Por ejemplo, Laura, que se encuentra en la etapa de operaciones concretas dirá que, si una de dos bolas

idénticas de plastilina se amasa en forma de una larga serpiente, ambos objetos tienen la misma cantidad de plastilina. Mientras que, Juan, que está en la etapa preoperacional, dirá que la bola tiene menos plastilina que la serpiente.

Número y matemáticas. A los seis o siete años, los niños “adquieren mayores habilidades para solucionar problemas aritméticos simples planteados en palabras” (Papalia y Martorell, 2017, p 270). Por ejemplo, “Antonio salió a la tienda con \$7 y gastó \$3 en dulces. ¿Cuánto dinero le queda?”. Con lo anterior, muchos niños también pueden contar mentalmente y aprenden el conteo ascendente: para sumar 4 y 3, empiezan en 4 y luego continúan con 5, 6 y 7 para sumar el 3, Resnick citado por Papalia y Martorell (2017).

Esfera de formación socioafectiva. Murcia et al. (2005) señala que:

El desarrollo socio afectivo de la persona está íntimamente ligado con las esferas psicomotriz y cognitiva; son desarrollos que se implican y determinan de tal manera que solo por cuestiones de análisis y de manera un tanto arbitraria es posible separarlos. (p. 99)

Con lo anterior el autor expone la esfera de una forma general. Es importante resaltar que la cuna del desarrollo afectivo es la familia, pues para el desarrollo del niño desde la dependencia hasta la total independencia en el entorno social, requiere de un ambiente dialogante y unido. (Murcia et al., 2005)

Entre los 5 y 7 años se evidencia un cambio en la dependencia del niño en el grupo familiar y en otros grupos sociales, el niño a esta edad es decidido, es decir demuestra sentido crítico e intencionalidad en sus decisiones, se vuelve más autónomo.

Entre otras características en la edad media, una de ellas es el beneficio que se obtiene en la relación con pares. Los niños según Papalia y Martorell (2017)

Desarrollan las habilidades necesarias para practicar la sociabilidad y la intimidad, lo que les permite obtener un sentido de pertenencia. Tienen motivación de logro y adquieren un sentido de identidad. Aprenden roles y reglas, así como habilidades de liderazgo, comunicación y cooperación. (p. 306)

En esta etapa se evidencia en los niños una construcción de su personalidad y con esto busca amigos de edad, sexo y grupos similares, lo cual se vuelve bastante importante en la relación con pares. Dentro de la amistad dependiendo de la edad hay unas etapas:

Tabla 1.*Etapas de la amistad de Selman.*

Etapa	Descripción	Ejemplo
Etapa 0: compañerismo de juego momentáneo (de 3 a 7 años)	En este nivel indiferenciado de la amistad, los niños tienden a pensar solo en lo que quieren de una relación. Los más pequeños definen a sus amigos en términos de cercanía física y los valoran por los atributos materiales o físicos.	“Ella vive en mi calle” o “Él tiene los Power Rangers”.
Etapa 1: asistencia unidireccional (de 4 a 9 años)	En este nivel unilateral, un “buen amigo” hace lo que el niño quiere que haga.	“Ella ya no es mi amiga porque no quiso ir conmigo cuando le pedí que lo hiciera” o “Él es mi amigo porque siempre dice que sí cuando le pido que me preste su goma para borrar”.
Etapa 2: cooperación bidireccional, justa y resistente (de 6 a 12 años)	Este nivel recíproco se superpone con la etapa 1. Implica un intercambio, pero aun sí cumple muchos intereses personales separados, en lugar de los intereses comunes de ambos amigos.	“Somos amigos; hacemos cosas el uno por el otro” o “Un amigo es alguien que juega contigo cuando no tienes a nadie más con quien jugar”.

Etapa 3: relaciones íntimas, compartidas mutuamente (de 9 a 15 años)	En este nivel mutuo, los niños consideran que la amistad es una relación continua, sistemática y comprometida que implica algo más que hacer cosas por el otro. Los amigos se vuelven posesivos y exigen exclusividad.	“Se necesita mucho tiempo para hacer un amigo cercano, por lo que uno se siente muy mal si averigua que un amigo trata de hacer otros amigos también”.
Etapa 4: interdependencia autónoma (empieza a los 12 años)	En esta etapa interdependiente, los niños respetan las necesidades tanto de dependencia como de autonomía de sus amigos.	“Una buena amistad es un compromiso real, un riesgo que uno debe correr; uno tiene que apoyar, confiar y dar, pero también debe ser capaz de dejar ir”.

Fuente: Papalia y Martorell (2017) p, 309.

Es importante resaltar con lo anterior el desarrollo del niño en cuanto a su crecimiento emocional, en esta edad los niños aprenden lo que les hace enojar, toman conciencia de las reglas de su cultura y la relación que estas tienen con su experiencia emocional, también identifican lo que les hace sentir tristeza o temor y la manera en que otros interpretan su expresión de emociones. (Papalia y Martorell, 2017).

Murcia et al. (2005) refieren que entre los 5 y 7 años el niño toma la autoridad del adulto en representación de una regla o norma que es comúnmente violada, pero para el esta violación no es tomada como mala. Con lo anterior el razonamiento moral se evidencia en el niño, pues a medida que él crece comienza a dudar de la única idea de que existe un bien o mal absoluto, en esta etapa crea su propio sentido de justicia en base al trato equitativo y justo. (Papalia y Martorell, 2017).

Contenidos de la iniciación deportiva

Con base en las características, necesidades e intereses de los niños de 7 años identificados y descritos en la categoría de análisis anterior, se procede a buscar y determinar los contenidos apropiados para la iniciación deportiva, en cada una de las esferas de formación contempladas.

Esfera de formación psicomotriz.

Habilidades motrices básicas. Según Batalla (2000) las habilidades motrices pueden ser definidas como “competencia de un sujeto frente a un objetivo dado, aceptando que, para la consecución de este objetivo, la generación de respuestas motoras, el movimiento, desempeña un papel primordial e insustituible” (p. 8), con lo anterior se puede inferir que son entendidas como la capacidad que tiene el individuo de lograr unos objetivos propuestos, en este caso relacionados con el movimiento. Las habilidades motrices están presentes en diversas actividades diarias, tanto en contextos laborales como de ocio y recreación. En estas últimas se ubican las habilidades deportivas como las más representativas dentro del contexto social.

Cabe recordar que el desarrollo motor humano, como señala Batalla (2000), inicia desde las conductas motoras innatas, entendidas como esos movimientos y actos reflejos presentes a partir del nacimiento, que se caracterizan por ser poco especializados y

rudimentarios para poco a poco generar unas conductas motoras aprendidas, que sean cada vez más complejas y pertenecientes a un contexto específico.

Con lo anterior se deriva el concepto de habilidades motrices básicas, “aquellas familias de habilidades amplias, generales, comunes a muchos individuos y que sirven de fundamento para el aprendizaje posterior de nuevas habilidades más complejas, especializadas y propias de un entorno cultural concreto” (Batalla, 2000). Es decir, estas habilidades motrices básicas son el repertorio elemental de cada individuo, con las cuales es posible construir unas habilidades adaptadas a determinadas situaciones específicas.

Una clasificación general de las habilidades motrices básicas es presentada por Murcia et al. (2005), quienes las engloban en tres categorías, la primera es la de habilidades locomotoras, entre las cuales se encuentran caminar, correr, saltar, reptar-trepar y deslizarse. En segundo lugar, se presenta la categoría de habilidades manipulativas, que contiene a su vez dos tipos de habilidades, las de absorción: atrapar, amortiguar, recibir y traccionar, y las de expulsión: entregar, lanzar, patear, golpear y empujar. Por último, se encuentran las habilidades axiales, donde se destacan los giros, torsiones, volteos, extensiones, flexiones y equilibrios.

Otra clasificación más detallada es la propuesta por Batalla (2000), quien habla de “cuatro grandes familias de habilidades motrices básicas: los desplazamientos, los saltos, los giros y el manejo y control de objetos”.

Desplazamientos. Según Batalla (2000) “se trata de aquellas habilidades cuya función es la traslación del sujeto de un punto a otro del espacio” (p. 12). Dentro de los desplazamientos se encuentran, por un lado, los desplazamientos habituales como la carrera y

la marcha, y por otro lado, los desplazamientos no habituales como cuadrupedias, reptaciones, trepas, deslizamientos y reptaciones.

Salto. Con base en el mismo autor, se puede definir saltar como la acción de levantarse del piso por medio de un impulso generado por el tren inferior.

Giros. En cuanto a esta habilidad, se describe como movimientos de rotación alrededor de alguno de los ejes del cuerpo humano, ya sea longitudinal, transversal o anteroposterior.

Manejo y control de objetos. La variedad de movimientos contenidos en esta clasificación dificultan en gran medida su descripción, sin embargo Batalla (2000) hace referencia a estas habilidades como aquellas que pueden ser ejecutadas con distintos segmentos corporales como las manos, la cabeza, los pies, o incluso apoyándose en un instrumento externo.

Actividades acuáticas. Otra categoría que no está contenida dentro de la clasificación principal, pero que vale la pena tener en cuenta es la de habilidades acuáticas. Batalla (2000) señala que estas habilidades pueden ser propias del medio acuático, es decir, que solo pueden ser ejecutadas en el agua, o bien pueden ser adaptadas a partir del medio terrestre. Entre las habilidades acuáticas se encuentran: flotación, respiración y propulsión.

Capacidades coordinativas. Las capacidades coordinativas según Hirtz (1981) citado por Weineck (2005) “son capacidades determinadas sobre todo por la coordinación, esto es, por los procesos de regulación y conducción del movimiento” (p. 479). Estas capacidades le permiten al individuo tener un dominio de forma eficiente y segura sobre sus acciones motrices, representadas en situaciones determinadas e indeterminadas, así como para el aprendizaje de técnicas y gestos deportivos con una velocidad relativa.

La importancia de las capacidades coordinativas radica en su necesidad para afrontar y llevar a cabo acciones que requieren una orientación y rapidez hacia la consecución de un objetivo, como indica Weineck (2005). Los fundamentos en los cuales se basa el desarrollo de las capacidades son algunos factores de rendimiento físico, el repertorio motriz del individuo y las capacidades de análisis y toma de decisiones en diversos entornos. Así mismo, se ven representadas por medio de un aumento en la capacidad de rendimiento motriz y el manejo de acciones motrices más complejas.

Para el correcto desarrollo de las capacidades coordinativas es necesario un conocimiento apropiado del esquema corporal, el cual es definido por Condemarín (1991) citado por Murcia et al. (2005) como “la toma de conciencia global del cuerpo que permite simultáneamente, el uso de determinadas partes de él, así como conservar su unidad en las múltiples acciones que puede ejecutar” (p. 105). Por lo anterior se resalta la importancia que debe tener esta comprensión del propio cuerpo, en función de estar disponible para ejecutar acciones en las situaciones motrices más diversas.

Capacidades coordinativas generales. Las capacidades coordinativas generales indicadas por Weineck (2005) “son el resultado de un trabajo motor múltiple en diferentes modalidades. Se manifiestan en los diferentes ámbitos de la vida cotidiana y del deporte para solucionar de forma racional y creativa las tareas que requieren movimiento” (p. 479). En esta clasificación se encuentran la capacidad de aprendizaje motor, la capacidad de regulación y la capacidad de adaptación.

Capacidad de aprendizaje motor. Según Weineck (2005) esta capacidad se fundamenta principalmente en los mecanismos de recepción, procesamiento y almacenamiento de la información. Así mismo se deben destacar tres procesos que se llevan a cabo en el aprendizaje motor, en primer lugar los perceptivos (encargados del análisis), seguidos por los cognitivos (tienen como función evaluar y clasificar) y los mnémicos (sustentados en la memoria).

Capacidad de regulación motora. Se caracteriza por estar presente en los factores coordinativos de algunas capacidades específicas como la de diferenciación cinestésica, la de equilibrio y la de orientación espacial.

Capacidad de adaptación y reubicación motoras. Esta capacidad tiene una relación dependiente, como manifiesta Weineck (2005), con respecto a las dos capacidades generales mencionadas anteriormente; es decir, para poder generar una adaptación adecuada a los

cambios de situación se hace necesario, en primer momento, contar con una experiencia motora suficiente, entendida como la base comparativa con respecto a los aprendizajes previos, y en segundo momento, tener desarrollada una precisión que sea suficiente para poder llegar a una solución motora óptima.

Capacidades coordinativas específicas. Por otro lado, las capacidades coordinativas específicas se caracterizan, según Osolin (1952) citado por Weineck (2005) “por la capacidad para variar la técnica propia de la modalidad” (p. 479), es decir que estas capacidades tienden a desarrollarse en un contexto específico de una disciplina deportiva y su respectiva competición. Las capacidades que componen esta clasificación son la capacidad de acoplamiento de los movimientos, la capacidad de diferenciación, la capacidad de equilibrio, la capacidad de orientación, la capacidad de ritmo, la capacidad de reacción y la capacidad de adaptación a las variaciones.

Capacidad de acoplamiento de los movimientos. Puede ser definida como “la capacidad de coordinar intencionalmente movimientos parciales del cuerpo entre sí y en relación con un movimiento de todo el cuerpo dirigido a un objetivo determinado.” Meinel/Schnabel (1987) citados por Weineck (2005).

Capacidad de diferenciación. Es entendida como aquella capacidad que permite conseguir un ajuste preciso entre las fases del movimiento y los movimientos propios de cada segmento corporal, que se manifiesta por medio de una eficacia y eficiencia en las acciones motrices.

Capacidad de equilibrio. Según Weineck (2005) hace referencia a la capacidad que tiene el cuerpo para mantenerse en estado de equilibrio, pero no solo se limita a esto, sino que también permite conservar o ajustar dicho estado durante y después de ejecutar acciones motrices como desplazamientos.

Capacidad de orientación. Esta capacidad permite identificar, en primer momento, una determinada situación para posteriormente modificarla y llevar a cabo movimientos del cuerpo dentro del espacio y el tiempo, con base en un contexto específico.

Capacidad de ritmo. Meinel/Schnabel (1987) citados por Weineck (2005) señalan que es “la capacidad para procesar un ritmo que nos viene dado del exterior, de reproducirlo en forma de movimientos y de plasmar en la actividad motora propia el ritmo “internalizado” de un movimiento, ritmo existente en las propias representaciones mentales” (p. 482).

Capacidad de reacción. Es la capacidad necesaria para comenzar y mantener de manera intencionada una respuesta motora en un corto periodo de tiempo, ante una señal generada. Lo anterior puede traducirse en la reacción en un momento adecuado, teniendo una velocidad específica para llevar a cabo la acción motora.

Capacidad de adaptación a las variaciones. Según Weineck (2005), esta capacidad se utiliza para ajustar el conjunto de acciones motrices con respecto a nuevas situaciones que se pueden presentar durante el transcurso del movimiento, lo anterior teniendo en cuenta cambios percibidos, que permitan de igual forma continuar con la acción de una manera diferente.

Esfera de formación biológica. Para esta esfera de formación no se contemplan contenidos, debido a que no es posible realizar una intervención de carácter pedagógico en los factores biológicos del niño.

Esfera de formación de capacidades físicas.

Velocidad. Hahn (1988) y Rojas Sánchez (1996) citados por Murcia et al. (2005), están de acuerdo en definir la velocidad como “la capacidad del ser humano de realizar acciones motrices con máxima intensidad y dentro de las circunstancias en un tiempo mínimo; presuponiendo que la tarea sea de corta duración y de que no se presente cansancio” (p. 116).

En la edad escolar es recomendable el trabajo de todos los tipos de velocidad, debido a que por medio de variados ejercicios y juegos es posible evidenciar incrementos notables en cada uno de ellos.

Velocidad de acción. Dentro de las capacidades de velocidad elementales se encuentra la velocidad de acción acíclica, también conocida como velocidad de sprint o coordinación rápida, este tipo de velocidad depende según Grosser (1976) citado por Weineck (2005) en gran medida de las condiciones, tanto simples como complejas, que pueda manifestar un individuo en su velocidad. Para esta capacidad se recomienda un entrenamiento basado en la coordinación, por medio de programas motores elementales, que tengan como objetivo contribuir a la estimulación de la velocidad de acción.

Velocidad de reacción. Weineck (2005) señala que “por velocidad de reacción entendemos aquí únicamente la capacidad para reaccionar ante una señal en el tiempo más breve posible” (p. 377), esta velocidad se encuentra estrictamente ligada a una serie de factores, determinados por los sentidos, ya sean acústicos, visuales o táctiles.

Este tipo de velocidad hace énfasis en las reacciones simples, en aras de alcanzar una reacción de selección, entendida como el inicio de unos movimientos técnicos tácticamente orientados en una modalidad deportiva específica, en una etapa de formación deportiva posterior.

Flexibilidad. Murcia et al. (2005), la señalan como “la posibilidad de realizar movimientos articulares con gran amplitud y lo más óptimamente posible, comprende características especiales funcionales del aparato locomotor que definen la magnitud de la amplitud de los movimientos” (p. 113). A partir de esta definición se relacionan dos aspectos fundamentales dentro de la capacidad de flexibilidad, la movilidad articular, por un lado, y la capacidad de elongación que tenga cada músculo, estos aspectos tiene una interdependencia.

Esta capacidad puede verse limitada debido a varios factores como la falta de ejercitación o la inadecuada proporción que tiene un músculo para generar tensión durante una acción motriz, como manifiestan Murcia et al. (2005). Así mismo, es importante mencionar otro concepto como la relajación, ya que esta relación entre la tensión que genera un grupo muscular al tiempo que se genera la relajación en otro grupo es fundamental para desarrollar la flexibilidad.

Se debe tener presente que el desarrollo de la capacidad es limitado en este proceso, debido a que si se excede su estimulación se pueden generar consecuencias negativas en los niños como un elevado riesgo de sufrir lesiones musculares a causa de un desequilibrio en sus articulaciones. De la misma manera es importante recordar que el nivel de esta capacidad no es indiferente al resto de capacidades físicas, el desarrollo de cada una y en conjunto se traduce en un desempeño elevado en la práctica deportiva.

Movilidad activa. El contenido principal determinado para estas edades en la capacidad de flexibilidad es la movilidad activa, la cual es definida por Martin et al. (2004) como “la capacidad para dirigir arbitraria y concretamente, con la amplitud de movimiento necesaria y óptima de las articulaciones, los músculos, tendones y ligamentos implicados” (p. 121).

En la movilidad se deben “incluir ejercicios de estiramiento selectivos para mejorar la capacidad de apertura en la articulación de la cadera y para aumentar la movilidad de la articulación del hombro” (Weineck, 2005). Es importante que estos ejercicios tengan un fuerte carácter lúdico, pueden ser realizados por medio de juegos menores o simplificados por ejemplo.

Así mismo, se recomienda que para los niños de 7 años de edad se les dé un mayor grado de importancia a los ejercicios de movilidad dinámica por encima de los estáticos, ya que estos pueden resultar pasivos frente a la pulsión por el movimiento que caracteriza esta edad.

Fuerza. La fuerza es un concepto bastante amplio y complejo, por lo que se podría definir a partir de varias perspectivas, sin embargo Hegedus (1984) citado por Murcia et al. (2005) manifiesta que esta capacidad es la posibilidad de desarrollar una tensión a nivel muscular y que se presenta de dos maneras, por un lado la isométrica y por otro la isotónica, la cual tiene dos variantes conocidas como concéntrica y excéntrica.

En otras palabras, la fuerza se puede entender como aquella capacidad que tiene como principal objetivo vencer una resistencia, haciendo uso de varios procesos fisiológicos, nerviosos y metabólicos, para generar una tensión en determinado grupo muscular.

Fuerza rápida. Según Martin et al. (2004), “la fuerza rápida se define como el cociente de la cantidad máxima de fuerza y del tiempo que es indispensable para alcanzar esta cantidad” (p. 111), esta capacidad es de gran importancia para la ejecución y eficacia técnicamente necesaria para el desarrollo de varias modalidades deportivas.

Así mismo, Weineck (2005) manifiesta que la fuerza rápida está fundamentada en la capacidad que tiene el sistema neuromuscular para realizar distintas acciones como mover el cuerpo, segmentos corporales específicos o incluso objetos con una velocidad máxima. Esta capacidad se presenta gracias a unos programas motores que se encuentran almacenados en el sistema nervioso central y pueden ser cortos o largos dependiendo del individuo y su habilidad para ejecutar el movimiento en cuestión.

Resistencia. La resistencia puede entenderse en pocas palabras como la capacidad del individuo para oponerse a la fatiga durante la realización de un ejercicio de alta intensidad, lo anterior descrito por Murcia et al. (2005). Esta capacidad se encuentra delimitada por el sistema y potencial energético del individuo, así como por la forma en que se puede adaptar a unas condiciones específicas que exige la actividad física que se esté ejecutando.

Se encuentra relacionada directamente con la eficacia y eficiencia a nivel técnico y táctico en las modalidades deportivas, sin dejar de lado el desarrollo cognitivo y socioafectivo del niño. Existen diferentes clasificaciones para la capacidad de resistencia, sin embargo a continuación se enfatiza en la apropiada para la iniciación deportiva y la edad de 7 años, teniendo en cuenta las características de los niños.

Resistencia base. Según Murcia et al. (2005) se define como “la actividad física dinámica que se realiza de manera prolongada e ininterrumpida, de mediana intensidad con la participación de muchos grupos musculares con elevada exigencia cardiovascular” (p. 122). La

resistencia base, o general, se encuentra determinada por el sistema cardiovascular-respiratorio del organismo y el aprovechamiento de la energía que se realiza en los grupos musculares.

La estimulación y el desarrollo de esta capacidad tiene como objetivo la mejora de la capacidad aeróbica principalmente, más específicamente del sistema respiratorio y de los sistemas energéticos, con el fin de construir progresivamente una resistencia especial, ligada a una actividad específica. En este sentido, Martín et al. (2004) indican que la resistencia general puede ser desarrollada con poca especificidad, en cuanto a un gesto técnico, es decir independiente a una modalidad deportiva específica.

Esfera de formación cognitiva.

Operaciones concretas. Papalia y Martorell (2017) indican que a esta edad los niños ingresan en la tercera etapa del desarrollo cognoscitivo piagetiano, es decir la etapa de operaciones concretas, en la cual se empiezan a realizar operaciones mentales enfocadas en la resolución de problemas concretos asociados a la realidad del ambiente en cada situación que el niño experimente.

Así mismo, Granda y Alemany (2002) señalan que se presentan grandes cambios en el pensamiento del niño, como por ejemplo “empieza a ser capaz de manejar con más precisión la lógica y ya no se deja engañar por las apariencias” (p. 62). De igual forma se hace uso de operaciones lógicas, las cuales son:

Tabla 2.*Avances en habilidades cognoscitivas seleccionadas durante la niñez media*

Habilidad	Ejemplo
Pensamiento espacial	Danielle usa un mapa o un modelo como apoyo para buscar un objeto oculto y también puede dar a otra persona instrucciones para encontrarlo. Puede ir y venir de la escuela, calcular distancias y juzgar cuánto tiempo emplea para ir de un lugar a otro.
Causa y efecto	Douglas sabe qué atributos físicos de los objetos en cada lado de la balanza afectarán el resultado (por ejemplo, importa el número de objetos pero no su color). Todavía no sabe que ciertos factores espaciales, como la posición y ubicación de los objetos, establecen una diferencia.
Categorización	Elena puede clasificar objetos en categorías, como forma, color o ambas cosas. Sabe que una subclase (rosas) tiene menos miembros que la clase a la que pertenece (flores).
Seriación e inferencia transitiva	Catherine puede ordenar un grupo de palos, del más corto al más largo e insertar uno de tamaño intermedio en el lugar apropiado. Sabe que si un palo es más largo que otro, y que el segundo es más largo que un tercero, entonces el primer palo es más largo que el tercero.

Razonamiento inductivo y deductivo	Dominic puede resolver problemas inductivos y deductivos y sabe que las conclusiones inductivas (basadas en premisas particulares) son menos seguras que las conclusiones deductivas (basadas en premisas generales).
Conservación	Felipe, de siete años, sabe que si se hace rodar una bola de plastilina hasta darle forma de salchicha, la cantidad de plastilina será la misma (conservación de la materia). A los nueve años sabe que la bola y la salchicha pesan lo mismo, pero solo hasta el inicio de la adolescencia entenderá que si se sumergen en un vaso con agua desplazan la misma cantidad de líquido.
Número y matemáticas	Kevin es capaz de contar mentalmente, sumar contando a partir del número menor y resolver problemas simples planteados en palabras.

Fuente: Papalia y Martorell (2017) p. 268, tabla 9.3

Memoria. El desarrollo de la memoria, según Sadurni, Rostan y Serrat (2008) “tiene que ver con los procesos que utiliza nuestro cerebro para almacenar y recuperar la información. Pero también está estrechamente relacionado con el establecimiento de métodos y estrategias educativas que faciliten la comprensión y asimilación de los aprendizajes” (p. 200). Estos dos aspectos representan un papel fundamental en recordar los aprendizajes previos.

Algunas formas o mecanismos que aportan en la estimulación de la memoria son el desarrollo de la codificación, el mantenimiento de la información y la recuperación de la

información, con esto se puede decir que la memoria se desarrolla a través del tiempo, practicando constantemente, más allá de los procesos de maduración cerebral del niño.

Sadurni et al. (2008) indican la existencia de tres factores que intervienen en la mejora de la memoria, las estrategias de memoria, que hacen referencia a las herramientas o métodos con mayor eficiencia para guardar y recuperar la información a largo plazo, la metacognición, que se encarga de la conciencia de los aspectos que se encuentran relacionados con la capacidad de recordar, y por último el conocimiento previo, que se refiere a la habilidad de agregar y estructurar nuevos aprendizajes con los previamente adquiridos.

Metacognición. La metacognición mencionada anteriormente puede definirse más ampliamente según Sadurni et al. (2008) como “grado de conciencia o conocimiento de los individuos sobre sus formas de pensar, los contenidos y la habilidad para controlar esos procesos con el fin de organizarlos, revisarlos y modificarlos en función de los progresos y los resultados del aprendizaje” (p. 202). En otras palabras, la metacognición puede entenderse como aquellos procesos conscientes e intencionados que realizan los niños en diversas actividades como estudiar, llevar a cabo tareas, intentar aprender algo nuevo, entre otras.

Esfera de formación socioafectiva.

Motivación. La motivación es un aspecto complejo, sin embargo puede entenderse como la modificación en las prioridades que tiene un individuo, como indican Granda y

Alemaný (2002), se encuentra relacionada con el grado de consecución o éxito con respecto a un objetivo planteado. En otras palabras Singer (1986) señala que “estar motivado implica frecuentemente el deseo de alcanzar ciertos objetivos que puedan satisfacer nuestras necesidades” (p. 190), por lo anterior se puede interpretar que la motivación contribuye e influye en las acciones que se llevan a cabo, el tiempo de duración de ellas y la eficacia de la ejecución.

Existen dos tipos de motivación con base en la fuente que los produce, estos son:

Motivación extrínseca. Según Granda y Alemany (2002) “Los motivos extrínsecos se caracterizan por su dificultad para encontrarlos, cuya eficacia decrece notablemente en ciertas condiciones. Podemos distinguir respecto a este tipo de motivos entre premios y castigos” (p. 133), se debe tener en cuenta que los castigos pueden presentar algunos efectos secundarios como actitudes adversas. Este tipo de motivación está relacionado con el compromiso frente a una tarea o actividad con el fin de tener una recompensa, ya sea material o de agradecimiento.

Motivación intrínseca. Singer (1986) señala que “en relación con la motivación interna puede hacerse alguna cosa por diversión, para desarrollar la habilidad o para realizarse” (p. 192), en este caso se producen resultados más efectivos y duraderos, ya que sitúan el objetivo del aprendizaje en aprender, más allá de las recompensas que puede traer este mismo. En la motivación intrínseca se hace de vital importancia la autodeterminación del individuo al momento de establecer sus objetivos y metas, así como los métodos para alcanzarlos.

Motivación y rendimiento. El rendimiento se puede entender como un factor motivacional en el entrenamiento infantil, acompañado de otros aspectos como indica Hahn (1988) citado por Murcia et al. (2005) “además de la motivación para el rendimiento, tienen singular importancia estímulos como son: el juego, la exploración, la curiosidad, el placer y demás” (p. 77). La motivación para el rendimiento se define como aquel deseo intenso de aumentar o elevar lo más rápido posible la determinación y dedicación en las actividades y acciones en donde su ejecución sea valorada como buena o mala.

Autonomía y autoreconocimiento. Para Murcia et al. (2005) la autonomía se define como “la capacidad de tomar decisiones por sí mismo luego del análisis de múltiples determinantes y posibilidades en relación con una situación o problema” (p. 100), la autonomía es un proceso que se va dando conforme al crecimiento del niño, dependiendo de su contexto y características. Es importante tener en cuenta que la autonomía se debe estimular brindándole al niño experiencias en las que tenga la posibilidad de buscar distintas soluciones a un problema, por medio de la experimentación con un sentido crítico y sobre todo dándole la importancia a lo que está haciendo.

Así mismo, el autoreconocimiento alcanza un gran desarrollo alrededor de los 7 años, como señalan Papalia y Martorell (2017) “en esta época, los juicios acerca del yo se vuelven más conscientes, realistas, equilibrados y generales a medida que los niños forman sistemas representacionales: autoconceptos amplios e inclusivos que integran varios aspectos del yo” (p. 295), el niño se caracteriza por una amplitud y equilibrio interior, lo cual le permite integrar y

evaluar aspectos de sí mismo, como comparar su yo real con su yo ideal. Otros autores como Murcia et al. (2005) hacen énfasis en que el autoreconocimiento puede entenderse como un factor que le permita al niño un rendimiento individual a largo plazo con base en sus habilidades, potencial y disposición para este fin, sin dejar de lado el ritmo individualizado en el aprendizaje del niño en su proceso deportivo.

Interacción. En cuanto a la interacción los autores Granda y Alemany (2002) manifiestan que “en esta etapa de socialización plena, el sujeto comprende que se ha de adaptar al grupo, que tiene que respetar las reglas para el buen funcionamiento del equipo. Esto le permite trabajar en actividades grupales” (p. 64), por lo cual se puede interpretar que la edad de 7 años es una edad propicia para que el niño establezca vínculos sociales con sus pares y desarrolle competencias adecuadas para el trabajo en equipo por medio de actividades cooperativas.

Así mismo se debe resaltar la importancia que tiene la interacción en pro del crecimiento socio afectivo, ya que permite crear oportunidades para que el niño se desenvuelva en espacios y situaciones, en este caso deportivas, a través de juegos y actividades que estimulen este contenido (Granda y Alemany, 2002).

Control emocional. En los contenidos de la iniciación deportiva no pueden dejarse de lado las emociones, ya que como manifiesta Saarni et al. (2006) citado por Papalia y Martorell (2017) “A medida que los niños crecen, toman más conciencia de sus sentimientos y de los de otras personas. Pueden regular o controlar mejor sus emociones y responder al malestar

emocional de otros” (p. 296). A la edad de 7 años, comienzan a tener mayor conciencia de sentimientos como orgullo o vergüenza.

Las emociones representan la base de la imagen que los niños tienen de sí mismos, lo cual se relaciona con un aprendizaje de las reglas que tiene el contexto cultural en el que se desarrollan en cuanto una expresión aceptable de sus sentimientos (Cole et al., 2002 citado por Papalia y Martorell, 2017, p. 296).

Razonamiento moral. En esta edad es común encontrar una transición en los juicios de valor, pasando de juicios morales inmaduros que se enfocan únicamente en la gravedad de lo sucedido, hasta llegar a juicios con un grado mayor de maduración, en los cuales ya se tiene en consideración la intención (Papalia y Martorell, 2017, p. 271).

Para el desarrollo del razonamiento moral Piaget (1932; Piaget e Inhelder, 1969) citado por Papalia y Martorell (2017) propuso tres etapas en las que los niños avanzan de manera gradual de una a otra en distintas edades. En este caso se hace énfasis en la segunda etapa, debido a que corresponde a los niños de siete u ocho años en la etapa de operaciones concretas, esta etapa se encuentra caracterizada por lo que Piaget denomina flexibilidad creciente, que hace referencia a que los niños “empiezan a descartar la idea de que hay un único estándar absoluto del bien y el mal y a desarrollar su propio sentido de la justicia basado en el trato justo o igual para todos” (Papalia y Martorell, 2017, p. 271), con lo anterior es posible concluir que la posibilidad de considerar más de un aspecto de la situación, facilita que los niños puedan realizar juicios morales más flexibles.

Metodología de la iniciación deportiva

Para empezar, los niños deben recibir un estímulo adecuado a su edad con base a las esferas descritas anteriormente y que estas deben ser acordes a su edad, así Mosston (1996), afirma “la enseñanza se basa en continuas relaciones entre el profesor y el alumno, que ayudarán a este a desarrollarse tanto personalmente como participante hábil en la actividad física”, se puede evidenciar que la importancia de la interacción en la enseñanza es fundamental para el aprendizaje del niño. Con lo anterior el autor propone una serie de estilos de enseñanza-aprendizaje de los cuales se tomarán tres estilos (asignación de tareas, descubrimiento guiado y resolución de problemas), que hacen parte del modelo pedagógico cognitivismo y constructivismo en el cual se buscará esa independencia como lo nombra el autor para que el niño pueda construir su propio conocimiento.

Asimismo, el autor habla del “feedback”, el cual permite informarle al niño de qué manera se ha destacado en el desarrollo de un movimiento y de qué manera podría mejorarlo. Mosston (1996) afirma que los tipos de feedback son:

- Correctivo: Identifica el error y de qué manera se corrige.
- Reforzamiento: Esto tiene connotaciones afectivas que buscan generar un sentimiento, ya sea negativo o positivo.
- Neutro: Naturaleza descriptiva que no da mucha información a la hora de corregir, sino más bien busca informar al alumno en qué estado se encuentra.
- Ambiguo: No presenta mucha información, el cual busca salvar apariencias.

A partir de aquí, se presentará de qué manera se puede entrenar a los niños y que métodos existen para la enseñanza de las siguientes esferas, por lo tanto, los autores Martín et

al. (2004), afirman que métodos del entrenamiento y se definen como, “procedimientos adecuados a un plan para la transmisión, planificación y evaluación de contenidos en la ejecución de un entrenamiento dirigido a un objetivo” (p. 298), esto permite identificar su concepción y la finalidad de los que se nombraran posteriormente.

Esfera de formación psicomotriz. Los autores Martín et al. (2004), presentan una lista de principios que se deben tener en cuenta al momento de enseñar la esfera psicomotriz, tales como:

- I. Procesos de movimiento y acciones encadenadas precisas ejercitan las capacidades psicocognitivas y neuromusculares que realizan los procesos de regulación del movimiento.
- II. La calidad de las capacidades coordinativas ofrece un apoyo en la técnica y habilidades.
- III. En la formación base se presentan estos contenidos para la enseñanza de las capacidades coordinativas (reacción, ritmo, equilibrio, orientación y diferenciación).
- IV. La capacidad de velocidad debe entrenarse y hace parte de una capacidad coordinativa.
- V. Fundamental para la etapa de base y para el desarrollo del aprendizaje.

Asimismo, otro autor como lo es Weineck (2005), presenta otros principios que complementan a Martín (2004) en su planteamiento de la enseñanza de las capacidades coordinativas:

- I. Métodos de entrenamiento unilaterales, es decir, segmentando el cuerpo.

- II. No se deben entrenar en estado de fatiga ya que su estado de regulación no es óptimo en este momento.
- III. Se entrenan a su debido tiempo.

Teniendo presentes estos principios el autor Weineck (2005) presenta los diferentes métodos para enseñar las capacidades coordinativas:

- Variación de la ejecución motora: Por ejemplo, saltos elevando rodilla al pecho y saltos abriendo piernas.
- Cambio condiciones exteriores: Por ejemplo, con compañeros o disminuyendo la base de sustentación.
- Combinación de destrezas motoras: Por ejemplo, combinación de juegos y aparatos gimnásticos.
- Ejercicio con presión de tiempo: Por ejemplo, de reacción o carreras con obstáculos.
- Variación de recepción informativa: Por ejemplo, mirando hacia arriba, ojos vendados.
- Después de la precarga: Por ejemplo, movimientos complejos después de la sesión.

Otro contenido importante dentro de la esfera psicomotriz son las habilidades motrices básicas en la edad de los 7 y 8 años, las cuales deberían estar por finalizar su desarrollo ya que la edad se encuentra entrando en la etapa de operaciones concretas lo que conlleva a darle paso a las habilidades motrices específicas, por ende, las habilidades motrices se representan dentro de su enseñanza y ejecución en 2 bucles, afirma Batalla (2000), el primero es el bucle cerrado, el cual permite que el alumno tenga constante información de la ejecución del movimiento y la va comparando con valores de referencia, el ejemplo más claro es cuando vamos en bicicleta, ya que esto es repetitivo y no varía su ejecución. El segundo es el bucle abierto, en este

programa el autor Batalla (2000) describe que es el procesamiento de la información en la cual debe ser antes de la ejecución por motivo de que una vez ejecutado no hay opción de corregir el movimiento, un ejemplo claro es cuando se lanza un balón al aro, este ya debe ir con su fuerza y altura necesaria antes de que salga de las manos ya que debe llegar a la canasta y no se puede modificar el rumbo de la trayectoria.

Por último en este apartado, las habilidades motrices se enseñan con una serie de contenidos planteados por Batalla (2000), el cual los menciona en un orden que permite llevar un paso a paso:

- Saber a quién se le enseña, es decir los conocimientos previos que tiene el niño a la hora de empezar un plan de entrenamiento con un educador.
- Informar correctamente a los alumnos del tema y/o actividad a aprender, así mismo, compartir y darle oportunidad de sus opiniones.
- La demostración al alumno para que este pueda ejecutar algún movimiento, esta debe ser clara y sin errores con el fin de que el alumno sienta confianza y así mismo lo ejecute de manera correcta.
- El conocimiento de los resultados, es decir, realizar un feedback el cual permite al alumno identificar su desarrollo en el movimiento y como este se puede mejorar.
- Cuánto y cuándo practicar, tiempo óptimo de la sesión en el cual se debe tener en cuenta la edad del sujeto, la dificultad de las tareas y el nivel de los alumnos.
- Practicar con éxito en donde el alumno cumple con los objetivos propuestos.
- Practicar en condiciones reales las habilidades para que esta sea desarrollada con mayor efectividad.

- Se debe repetir y automatizar un movimiento necesario para toda la actividad y no la técnica descrita para cada deporte, por ejemplo, hacer un pase con borde interno del pie, una vez este sea automatizado por medio de repeticiones para mejorar su precisión, el alumno empezará a tomar decisiones en otras circunstancias con el mismo movimiento, es decir, determinar aspectos básicos, fundamentales y comunes del movimiento.

Para finalizar, el autor Batalla (2000), afirma que las habilidades no se enseñan de la misma manera y que se dividen en dos, las habilidades motrices abiertas se desarrollan en espacios cambiantes de toma de decisiones las cuales necesitan que sean desarrolladas en situaciones lo más reales posibles y su práctica constante. Para las habilidades motrices cerradas se desarrollan en espacios controlados en la cual se debe repetir los aspectos más favorables de un movimiento y no se desarrollan en contextos de juegos, lo cual es importante mantener el nivel de motivación alto.

Esfera de formación biológica. Al igual que en la categoría de contenidos, para esta esfera de formación no se contempla metodología, debido a que no es posible realizar una intervención de carácter pedagógico en los factores biológicos del niño.

Esfera de formación física.

Velocidad. Estos son realizados en los programas temporales automatizados minimizando el tiempo de ejecución por cada movimiento, (ciclo estiramiento acortamiento).

Se divide en 3 velocidades:

- Frecuencia de movimiento, esta se mide y se entrena por la cantidad de movimientos en un lapso de tiempo, es decir, cuantas veces pedalea en 1 minuto, esta se aplica con movimientos específicos de la disciplina, ya sea correr, saltar, nadar o montar bicicleta.
- Velocidad de reacción, se ejecuta con juegos deportivos con reacciones sencillas y selectivas.
- Capacidad de sprint, “Las mayores tasas de rendimiento de la capacidad en el sprint en la edad escolar temprana (6,5 hasta 9 años) muestran el mismo grado de formación en chicas y chicos” (Martin et al., 2004, p. 104). Es decir que entre niños y niñas en la edad escolar temprana no se presentan diferencias significativas, así mismo, explica que para enseñarlo se debe realizar en distancias cortas, a máxima velocidad.

También el autor Weineck (2005) propone una perspectiva muy similar a la de Martin (2004), principalmente el da 3 tipos de velocidad y como se entrenan:

- Velocidad de acción se entrena por movimientos acíclicos con velocidad máxima.
- Reacción se entrena por medio de ejercicios de tiempo mínimo de respuesta en una acción.
- Frecuencia se entrena por medio de ejercicios cíclicos con velocidad máxima.

Además, la maduración definitiva de la corteza cerebral, el cual hace que haya una mejora de la velocidad y disminución del tiempo de latencia.

Movilidad o flexibilidad. Los autores Martín et al. (2004), presentan 4 métodos para el entrenamiento de la movilidad:

- Movilidad funcional, consta de ejercicios de estiramiento para fortalecer la estructura muscular en general.
- Entrenamiento de la movilidad articular, consta de realizar formas de ejercicio de juego, el cual se puede usar, palos, aros, barras fijas al piso o pared y con compañero. También se puede usar ejercicios gimnásticos; estos se deben realizar por medio de un circuito funcional involucrando todo el aparato locomotor, estos deben procurar mayor amplitud de movimiento, por ejemplo, tomar un palo, subir los brazos e intentar llegar lo más alto posible.
- Método de entrenamiento de la capacidad de estiramiento de la musculatura, consta de el estiramiento activo-dinámico, estiramiento activo-estático, el estiramiento pasivo-dinámico y el estiramiento pasivo-estático.
- Entrenamiento de movilidad específica, consta de un entrenamiento de movilidad en conexión con la modalidad deportiva, amplitud de movimiento necesario para la práctica.

Fuerza. Según Martín et al. (2004):

El entrenamiento de la fuerza es considerado, de un modo simplificado, como un entrenamiento muscular. Está dirigido al desarrollo plenamente eficaz de las propiedades musculares funcionales y estructurales que garantice el nivel de fuerza muscular

necesario para el rendimiento en el movimiento general y específico de la disciplina deportiva. (p. 352)

Con lo anterior se presentan los siguientes métodos de entrenamiento:

- Entrenamiento de fuerza rápida, este se ejecuta mediante exigencias altas cíclicas y acíclicas mediante saltos en caída, saltos, lanzamientos, empujes y movimientos giratorios, por ejemplo, 4 x salto con piernas abiertas hacia adelante.
- Entrenamientos de fuerza funcional, permite el fortalecimiento general, realización exacta del ejercicio, a diferencia del entrenamiento de fuerza rápida, este debe hacerse para la mejora de rendimiento neuromuscular con poca intensidad (coordinación intermuscular).

Resistencia. La resistencia es una de las capacidades físicas que se debe trabajar desde un comienzo en un plan de entrenamiento, por lo tanto, los autores Martín et al. (2004), presenta 7 métodos para el desarrollo de la resistencia con los cuales se pueden entrenar a los niños.

- Métodos combinados: Juegos deportivos que salen de la monotonía tradicional del entrenamiento de resistencia, como por ejemplo carrera de obstáculos por un tiempo determinado o carrera con objetos como lo es un balón.
- Métodos continuos (velocidad constante, velocidad variable): El método de velocidad constante se determina por medición de la FC y supera los 30 minutos de ejecución y puede aplicarse con carrera, natación, bicicleta o esquí. Por otra parte, el método de

velocidad variable se puede aplicar en 2 tramos, el tramo largo se usa para recuperación y el tramo corto para aplicar la intensidad dirigida al ámbito o modalidad. Así, este método de velocidad variable se ajusta más al entrenamiento infantil ya que no se controla por medio de FC y permite un fácil desarrollo.

- Método Fartlek: En diferentes tipos de terreno se debe ejecutar y se adecua a cada individuo este método, por lo menos debe durar de 30 a 60 minutos, diferenciándose del método anterior ya que este se ejecuta en menor tiempo.
- Método interválico: Mejora la resistencia a la velocidad, se realiza en tramos cortos y así mismo con descansos completos, lo que permite que su intensidad sea alta al momento de ejecutarlo.
- Método de repeticiones: Se realiza con entrenamientos de corta distancia para poder repetir varias veces, lo cual permite que este sea un entrenamiento específico de las exigencias de la modalidad, buscando seleccionar o dosificar la velocidad de carrera con el fin de llegar a un tiempo específico la velocidad pretendida. El descanso debe ser activo y de por lo menos 3 minutos, si es necesario más tiempo se hace con el fin de que el deportista esté en condiciones óptimas para su próxima repetición.
- Método de competición: Aplicación en condiciones típicas a la competencia que busca desde el aspecto táctico el desarrollo específico de la resistencia, como por ejemplo:
 - Distancia inferior, correr a mayor velocidad a la de la competencia.
 - Distancia igual, correr por debajo de la velocidad promedio de la competencia, es decir 90-95%.
 - Distancia superior, correr a la velocidad máxima posible.

- Distancia en tramos, correr a la máxima velocidad en los tramos con descansos parciales muy breves.

Esfera de formación cognitiva. En esta esfera lo primordial es identificar el modelo pedagógico el cual abarca la enseñanza que se le quiere brindar al niño, este es llamado constructivismo, según Ortiz (2015) se caracteriza:

El aprendizaje se realiza gracias a la interacción de dos procesos: asimilación y acomodación (Papalia, Wendkos y Duskin, 2007). El primero se refiere al contacto que el individuo tiene con los objetos del mundo a su alrededor; de cuyas características, la persona se apropia en su proceso de aprendizaje. El segundo se refiere a lo que sucede con los aspectos asimilados: son integrados en la red cognitiva del sujeto, contribuyen a la construcción de nuevas estructuras de pensamientos e ideas; que, a su vez, favorecen una mejor adaptación al medio. (p.98)

Con lo anterior el autor quiere afirmar que este modelo permite que el niño sea el anfitrión de la construcción de su propio conocimiento, en el cual, a través del entorno aprende y genera nuevas ideas para poder adaptarse a las necesidades y ser lo suficientemente independiente para poder resolverlas. Asimismo, Velasquez (2016) afirma “para el desarrollo de esta área el niño necesita de experiencias, para poder explotar sus niveles de pensamiento, la capacidad de razonar, poner atención, seguir instrucciones y reaccionar de forma rápida ante diversas situaciones” (p. 13), es decir, vivir cada situación para así mismo darle una respuesta apropiada.

Para concluir una metodología más exacta con base a lo mencionado anteriormente, Cortez (2018), presenta unos temas importantes en la enseñanza, basados en la idea de Vigotsky:

- Mayor contacto de los educandos en el medio, desarrollo artístico, emocional y corporal.
- Estimulación con símbolos matemáticos.
- Memoria adaptativa no fugaz, aprendizaje guardando información en guías para poder recordar.

Esfera de formación socioafectiva. Para empezar, se debe reconocer que la esfera socioafectiva es una de las esferas más olvidadas en el proceso de enseñanza aprendizaje, y como las demás, es muy importante tenerla en cuenta al momento de realizar un proceso pedagógico. Con lo anterior, el autor Batalla (2000), comparte que la motivación hoy en día es una condición básica y primordial en el aprendizaje, así, pues el aprendiz debe enfrentarse a una situación que estimule, produzca tensión y cree unas expectativas. Con lo anterior presento una idea que comparte (Batalla, 2000, p.30), “Muchas veces pensamos que, simplemente con proponer actividades divertidas, estamos motivando a nuestros alumnos”, pues la verdad es que no, pueden estar jugando pero no pueden estar con un nivel de motivación necesario para el aprendizaje significativo. Por lo tanto Batalla (2000), presenta unas características que se deben tener en el momento de buscar metodológicamente cómo motivar al niño:

- El aprendiz debe ver el sentido y utilidad de aquello de lo que se le quiere enseñar.

- Él debe sentirse capaz de aprender, posibilidades reales frente a dificultad, pero que el reto siga presente.
- Informarlos de los objetivos y el proceso.
- Conocimiento de resultados obtenidos.
- Ambiente que estimule al querer aprender, sin miedo al fracaso y así mismo informarle sobre posibles estancamientos o mesetas.
- Actividades divertidas y variadas con el fin de evitar la monotonía.

Con base en lo anterior, Batalla (2000), comparte que la motivación va de la mano con la activación “grado de ansiedad o estrés de un sujeto frente a una tarea determinada” (Batalla, 2000, p. 30), y esto se ve reflejado en el óptimo aprendizaje. También el autor presenta unas características para que se pueda dar un debido nivel de activación en cada niño:

- Dificultad de tarea ajustada a cada niño.
- Las tareas que exigen niveles de precisión presentan menores niveles de activación frente a las tareas condicionales.
- El juego aumenta el nivel de activación.
- La competición logró buenos niveles de activación pero así mismo esta debe ser ajustada.
- Presencia de elementos reforzadores, premios y feedback positivos.

Continuando con la metodología para la enseñanza de la esfera desde la psicomotriz, los autores Aceti et al. (2015), invitan a que el educador involucre la mayor cantidad de tiempo en la sesión a todos los niños, para que aumente el interés y los niños se sientan competentes. Por lo tanto, se debe proponer en la edad de 6 u 8 años, actividades o juegos que permitan ganar a

los niños, el cual lograra que se sientan vencedores; el refuerzo del educador es uno de los más importantes ya que para los niños es lo más gratificante; usar la fantasía dentro del deporte para que generen mayor creatividad; cambiar los criterios de victoria, con el fin de darle otra importancia al juego, por ejemplo en el fútbol, gana el que más balones arrebate; desafiar a los niños genera mayor aprendizaje en los niños ya que busca retarlo a que vayan más allá de lo habitual; por último eliminar los juegos de eliminación, con el fin de que los niños con menores capacidades puedan disfrutar y estar todo el tiempo dentro del juego y no esperar y aburrirse.

Cabe resaltar que tanto la esfera cognitiva como la socio afectiva se verán involucradas dentro de la metodología por medio de la esfera psicomotriz, la cual es el pilar fundamental de la enseñanza, ya que como licenciados en deporte el proceso de enseñanza aprendizaje se ve ligado desde la práctica y el deporte y no aislados desde otras líneas de investigación.

Control y seguimiento

En esta etapa de vida, los niños cuentan con ciertas capacidades generales, que han adquirido gracias a las diferentes experiencias o situaciones vividas en años previos. Es importante conocer en qué estado se encuentran dichas capacidades, con el fin de tener un diagnóstico inicial y con base en este poder determinar algunas debilidades y fortalezas que presenta el niño en las diferentes esferas que han sido mencionadas anteriormente. Luego de tener estos resultados iniciales, se podrá tener una mayor claridad en cuanto al desarrollo general de los niños y de esta manera poder hacer una comparación con la evaluación que se le realizará al final de las sesiones y saber cómo influyeron las diferentes experiencias motrices deportivas propuestas en este proyecto.

Para poder conocer los niveles de desempeño que se presentan en los diferentes niños, se ha realizado una búsqueda minuciosa en los distintos test, que son instrumentos evaluativos ya sea de carácter cuantitativo o cualitativo y pueden determinarlo. Además de esto se han tomado en cuenta algunas pautas que los instrumentos de evaluación deben cumplir para que tengan un mayor grado de aceptación y fiabilidad.

Antes de abordar los criterios y para tener mayor claridad sobre la evaluación, se presentará la siguiente definición brindada por Zamora (1998) y citada por Monge y Meneses (2002): “Juicio valorativo que se realiza a partir del establecimiento previo de los objetivos” (p. 156). Cabe aclarar que estos objetivos pueden ser enfocados inicialmente hacia el conocimiento sobre el estado integral de los niños y posteriormente se inclinan hacia cómo las experiencias motrices deportivas han incidido en su desarrollo.

Un factor importante en la evaluación es la medición, la cual según Monge y Meneses (2002) tiene como función recolectar información mediante la aplicación de diversos instrumentos, para facilitar la comprensión de diferentes sucesos. Esta medición se puede evidenciar en los diferentes test seleccionados y servirá para darle un sentido y una orientación a los objetivos de la propuesta didáctico metodológica.

Pautas prácticas para la elección de los test. Como fue mencionado en párrafos anteriores, la importancia que tiene un test o prueba que permita medir cualquier capacidad o estado de desarrollo de los niños en esta ocasión, debe tener tres criterios mencionados por Monge y Meneses (2002) estos son: confiabilidad, objetividad y validez. Donde la

confiabilidad y la objetividad se refieren a la consistencia de la medición de la prueba y la validez a la garantía de que la prueba está midiendo lo que pretende medir (p. 157).

Las pautas que se tendrán en cuenta para la fiabilidad de las pruebas, son citadas por los autores mencionados en el párrafo anterior y brindadas por Mathieu (1999):

1. La prueba debe medir un aspecto importante.
2. Las pruebas deben seleccionarse de acuerdo a edad, sexo y de personas por medir.
3. Las pruebas deben discriminar en cuanto a destrezas.
4. Un requisito de la prueba es que pueda ser aplicada en forma colectiva, si fuera necesario.
5. Debe ser conocida y practicada previamente.
6. Debe ser sencilla como para que la pueda administrar una sola persona.
7. Si la prueba es dentro del tema de aptitud motriz, esta debe guardar la mayor similitud posible con la situación de juego.
8. Para la aplicación de la prueba se debe utilizar el mejor equipo humano y material.
9. La prueba debe ser fácil de preparar.
10. Se deben orientar a todos los individuos que se van a medir.
11. Las pruebas deben tener normas establecidas que digan que es bueno, regular y malo.
12. Los resultados deben ser sencillos de interpretar y analizar.
13. La prueba debe medir un solo componente no varias a la vez.
14. La prueba debe dar seguridad a los participantes.
15. Las pruebas deben ser agradables a los ejecutantes. (pp. 157-158)

Teniendo en cuenta estas sugerencias, se realizó la respectiva selección de los test, con el propósito de garantizar el desarrollo de las pruebas adecuadas, que permitan obtener un

juicio valorativo del estado integral de los niños, tanto al iniciar como al finalizar la intervención pedagógica. Para una mejor organización estas pruebas se han ubicado y dividido a partir de las siguientes esferas de desarrollo: psicomotriz, biológica, capacidades físicas, cognoscitivo y socio afectiva.

Esfera de formación psicomotriz. En esta esfera se realizarán dos test, los cuales tienen como objetivo determinar el estado de desarrollo que los niños presentan en las diferentes habilidades motrices (tanto manipulativas como locomotoras) y por otra parte las capacidades coordinativas generales, las cuales son la base para el desarrollo motriz del niño y la adquisición posterior de una buena técnica deportiva.

Test de boomerang. La finalidad de este test es poder identificar las capacidades coordinativas y su estado de desarrollo que tienen los niños en el momento de llevar a cabo el circuito que este contiene.

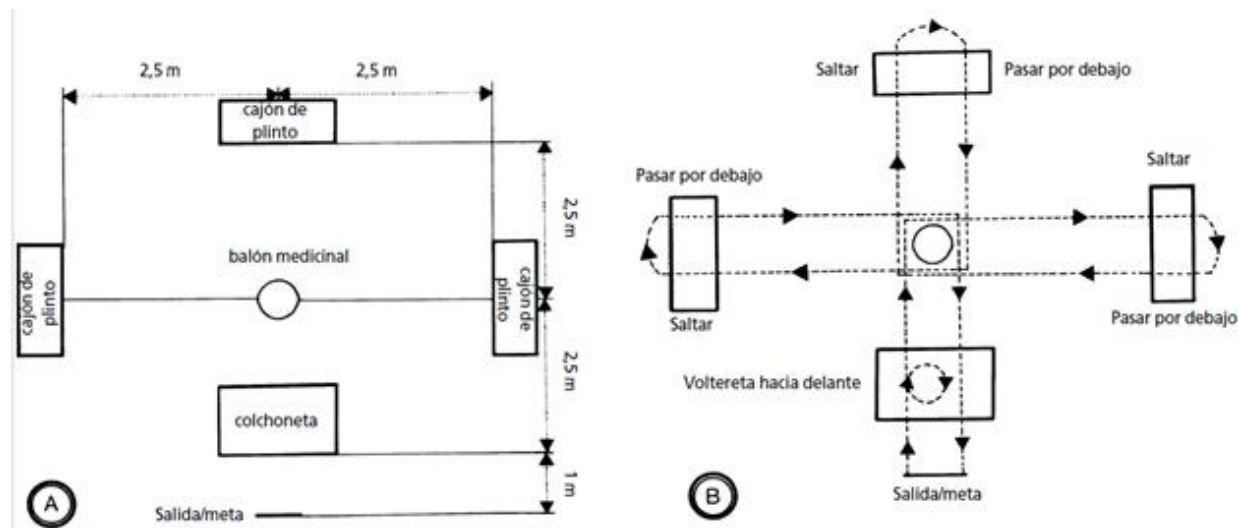
Esta prueba ha sido escogida ya que cumple con los criterios postulados anteriormente y según Weineck (2005) cuenta con la ventaja de una organización sencilla y con esto la facilidad de que los niños entre los 7 y 8 años puedan llevarla a cabo.

Desarrollo del test. Para poder ejecutar el test se deberá contar con un espacio aproximado de 8 metros de largo x 8 metros de ancho. Los materiales serán: tres cajones de plinto, un balón medicinal, una colchoneta, un cronómetro y una planilla de anotación. A

continuación, se presenta la explicación del test, el cual fue elaborado por Harre (1976) y citado por Weineck (2005, p. 492)

Figura 1.

Carrera de habilidad como carrera-boomerang de cajones de plinto.



A. Disposición de los aparatos. B. Organización de la carrera.

Fuente: Weineck (2005) p. 492

Descripción. Inicio de pie, voltereta hacia delante sobre la colchoneta, recorrer 1/4 de círculo en torno al balón medicinal, cajón de plinto 1, correr rodeando el balón, cajón de plinto 2, correr rodeando el balón, cajón de plinto 3, correr rodeando el balón, línea de meta.

El corredor deja el balón medicinal a su derecha y no lo puede tocar. La última sección de la carrera, desde el balón medicinal hasta la línea de meta, se efectúa libremente (sin voltereta). El cajón de plinto se salta libremente hacia fuera, en la dirección de la carrera, y a continuación se pasa por debajo en sentido contrario. Los deportistas más jóvenes (de menor estatura), incapaces de saltar el cajón, pueden pasarlo trepando. En este caso otros compañeros sujetan el aparato para que se mantenga estable.

Reglas de evaluación. Los sujetos del examen tienen una carrera de prueba y otra de evaluación. Si al tocar el balón medicinal éste se desplaza, el intento no es válido y habrá de repetirse.

Registro del rendimiento. Se registra (en segundos y décimas de segundo) el tiempo transcurrido desde la orden de inicio hasta que se supera la línea de meta. (Harre 1976, citado por Weineck, 2005, p. 492)

Los resultados de esta prueba, servirán como punto de referencia en cuanto a la realización de un posterior test, que se ejecutará al finalizar la intervención didáctico metodológica. Esto se realiza con el fin de observar y detallar si se presentó un cambio en el resultado con respecto al desarrollo del primer test o se mantuvo de la misma manera.

TGMD-2. El Test of Gross Motor Development (TGMD) conocido en español como el test de desarrollo motor grueso, es una batería de valoración que se centra en la evaluación de las habilidades motrices básicas de los niños. Esta prueba se destaca por su facilidad en la administración y sus buenas propiedades psicométricas como lo señala Slater, Hillier & Civetta (2010) citados por Ayan et al. (2018, p. 23). Es por este motivo que resulta adecuado y oportuno la ejecución de esta prueba, ya que facilitará de manera práctica el conocimiento del desarrollo en cuanto a las habilidades motrices que presentan los niños entre los 7 y 8 años de edad.

Desarrollo del test. La correspondiente explicación del desarrollo del test junto con sus contenidos y manera de evaluarse, se presentará a continuación como indica Ayan, et al.

(2018):

La batería TGMD-2 incluye doce pruebas que valoran distintas destrezas en niños de 3 a 10 años, y que se agrupan en dos subtest: habilidades de locomoción (carrera, galope, salto a un pie, brinco, salto horizontal, y paso lateral) y habilidades de control de objetos (golpeo, bote, recepción, pateo, lanzamiento por encima del hombro y lanzamiento por debajo de la cadera). La ejecución de cada prueba se valora atendiendo a criterios cualitativos que se puntúan como 0 o 1 en función de si los mismos se cumplen o no. En cada una de las pruebas de locomoción se aplican cuatro criterios, a excepción del salto a un pie y del brinco, en los que se aplican 5 y 3 criterios respectivamente. Igualmente, en cada una de las pruebas de control de objetos se aplican cuatro criterios, con excepción de las pruebas de golpeo y recepción, en las que se aplican cinco y tres criterios respectivamente. Cada subtest incluye 24 criterios, lo que permite una puntuación bruta de hasta 48 puntos. Las puntuaciones de los subtest pueden ser transformadas en una puntuación estándar ($M=10.0$; $DE= 3.0$) y posteriormente en un cociente de motricidad gruesa ($M=100.0$; $DE=15.0$). En el manual de la batería se pueden encontrar listas de percentiles que permiten situar al evaluado en función de unos valores normativos respecto a su población de referencia. (p. 24).

Los materiales para la ejecución del test son los siguientes: conos, cinta métrica, bate de plástico, pelotas de tenis y pelotas de plástico o de fútbol.

Según Ulrich (2000) citado por Sola (2015), hay diferentes maneras de utilizar el test:

- Reconocer a los niños que presentan coeficientes bajos en el desarrollo de las habilidades motrices.

- Programar una propuesta de mejora para el desarrollo de las habilidades motrices.
- Determinar el desarrollo individual de las habilidades
- Estimar el éxito de la propuesta de motricidad gruesa
- Utilizarlo como un instrumento para evaluar el desarrollo motriz en las investigaciones.

(p. 9)

Esfera de formación biológica. Para la esfera biológica se ha tenido en cuenta las medidas de los niños en cuanto a estatura y peso, con el fin de conocer el estado de desarrollo y crecimiento que presentan en esta etapa. Dicho resultado determinará si se encuentran en un óptimo estado o por lo contrario presentan déficit o exceso en cuanto a estas medidas.

Con el propósito de tener una mayor claridad sobre los conceptos de estatura y peso, se definirán a continuación gracias a las brindadas por Ávila, Prado & González (2007):

- Peso: Es la masa total del sujeto, medida tomada con báscula clínica y con una precisión de 100 gramos.
- Estatura total: Distancia vertical máxima del vértex al suelo, estando el sujeto de pie con la cabeza orientada al plano de Frankfort. (p. 23)

Es importante tener en cuenta la edad cronológica de los niños a evaluar, en este caso de los 7 a los 8 años, ya que, según lo afirman Ávila, et al (2007):

Las dimensiones del cuerpo no son estáticas, durante la vida del individuo se van presentando modificaciones que van desde el incesante incremento de estatura y longitud de los miembros del cuerpo (0 a 24 años), hasta el incremento de las anchuras (pasando los 24 años) y el pequeño descenso de la estatura (después de los 50 años). (p. 15)

En concordancia con lo anterior, resulta imperante el conocimiento sobre el estado de desarrollo y crecimiento de los niños, con el objetivo de tener la seguridad de que estos se están presentando de manera normal.

Como se logró evidenciar en la categoría de análisis de características de los niños de 7 a 8 años, según Papalia y Martorell (2017, p. 259), el peso promedio de los niños es de 25,5 kg y el de las niñas es de 25,6 kg. En cuanto a la estatura para los niños se encuentra en 125,2 cm y para las niñas 125,7 cm. Estos datos se toman como referencia en cuanto a las respectivas medidas que se realizan en los sujetos y sirven para determinar su condición biológica en cuanto a estatura y peso.

Materiales. Báscula, cinta métrica, planilla de datos, esfero.

Esfera de formación de capacidades físicas. En cuanto a las capacidades físicas, se escogieron los test que se consideraron más adecuados para esta edad, teniendo en cuenta las características que destacan a los niños en esta etapa y los contenidos que se recomiendan para desarrollar dichas capacidades. Para la elección de los test, se consideró una batería que cumpliera con las condiciones y criterios mencionados al inicio de esta categoría de análisis. De acuerdo a esto se optó por la publicación realizada por Jauregui y Ordoñez (1993) citados por Murcia et al (2005), que comprende las pruebas estandarizadas de aptitud física para personas de 7 a 16 años. En estas pruebas se evaluarán las siguientes capacidades físicas: velocidad, flexibilidad, fuerza y resistencia. A continuación se presentan los respectivos baremos o tablas de referencia de las distintas pruebas.

Tabla 3.*Baremos o tablas de referencia*

Edad		Prueba					
(Años)		20m	Galton	Wells	Salto h.	Lanzam.	1000m
7	H	3:82s	24cm	27,5cm	118cm	2,66m	6:06
	M	4:13s	25cm	28,5cm	106cm	2,18m	6:43
8	H	3:63s	22cm	27,0cm	130cm	3,17m	5:55
	M	3:95s	24cm	28,0cm	114cm	2,65m	6:33
9	H	3:47s	21cm	27,5cm	139cm	3,82m	5:33
	M	3:74s	22cm	28,0cm	122cm	3,05m	6:26
10	H	3:38s	19cm	27,5cm	147cm	4,50m	5:19
	M	3:64s	21cm	27,5cm	128cm	3,60m	6:15
11	H	3:27s	17cm	26,0cm	152cm	4,90m	5:03
	M	3:50s	19cm	28,5cm	134cm	4,11m	6:01

12	H	3:13s	17cm	26,5cm	-	5,41m	-
	M	3:44s	19cm	31,0cm	-	4,65m	-

Criterio de “normalidad” en la participación de niños colombianos entre 7 y 12 años en pruebas estandarizadas relacionadas con las capacidades físicas velocidad, fuerza, resistencia y flexibilidad. Fuente: Jauregui y Ordoñez (1993) p. 93. Percentil 50.

Velocidad. Para esta capacidad física, se escogieron dos test que determinarán la velocidad de reacción y la velocidad cíclica de los niños. Su explicación fue abordada desde el libro de de aptitud física, pruebas estandarizadas en Colombia de la autoría de Jáuregui y Ordoñez en el año 1993.

Prueba de sprint de 20 metros. Objetivo: velocidad

Unidad de medida: segundos (s) y centésimas (1/100).

Material: pista atlética, señaladores luminosos, cronómetro, cal o marmolina.

Descripción de la prueba: el participante inicia en posición de “listos” para salida alta, al comienzo de una recta de 40 metros (A). Un evaluador ubicado en este punto da la orden de salida de acuerdo con el cronometrista ubicado al final del recorrido ©. El evaluado recorre la distancia a una velocidad máxima promedio. Un auxiliar da la señal, al cronometrista, al paso por los 20 metros (B).

Observaciones: El evaluado sale solo a la orden del evaluador, tiene que conservar una aceleración constante. Debe correr hasta la línea demarcada como meta.

Direcciones al evaluador: Prepare el manejo de las señales de paso. Coordine la secuencia de salida del evaluado. No pierda de vista la señal del auxiliar. Fija la mirada en el participante sobre la llegada. Coloque un objeto como referencia en el otro extremo como línea de llegada.

Puntaje: periodo en segundos (s.) y centésimas de segundo (1/100) del tiempo empleado en correr los 20 metros, registre los dos últimos intentos de tres. (pp. 29-30)

Prueba de recogida de pica (Test de Galton). Objetivo: El objetivo de esta prueba es medir la velocidad de reacción y segmentaria del sujeto.

Desarrollo: El ejecutante estará sentado a horcajadas sobre una silla, mirando hacia el respaldo. Tendrá el tronco recto, un brazo extendido y apoyado con la muñeca sobre el respaldo de la silla, manteniendo los dedos de la mano extendidos.

El examinador estará colocado de pie frente al ejecutante, y sujetará con su mano la parte superior de una pica graduada, sosteniéndose de forma vertical a un centímetro de la palma de la mano del ejecutante, haciendo coincidir el cero de la pica sobre el borde superior de la mano. El testador hará una señal al examinando para llamar su atención. A partir de este momento, durante los próximos 3 segundos, el examinando soltará verticalmente la pica, teniéndola que agarrar el examinando lo más rápidamente posible.

Evaluación: Se registrará la marca obtenida por el ejecutante en el borde superior de su mano. Al inicio de la prueba, la mirada del examinando debe dirigirse al bastón y no a las manos del ejecutante.

Se realizarán dos intentos dando por bueno el mejor resultado.

Materiales: Para realizar esta prueba se requiere una silla con respaldo, pica graduada en centímetros de unos 60 cm de largo, debiendo estar graduada a partir del tercio inferior hacia arriba. (pp. 202-203)

Flexibilidad. Para esta capacidad física, se realizará únicamente la ejecución de un test, que determinará el nivel de flexibilidad en el que se encuentran los niños. Para la explicación de la prueba, al igual que en la capacidad anterior, se tendrá como base el libro de los autores Jáuregui y Ordoñez (1993).

Test de Wells. Objetivo: Medir la flexibilidad

Unidad de medida: Centímetros (cm).

Material: Un cajón con las siguientes medidas: largo 35cm, ancho 45 cm, alto 32 cm. Las medidas de la tabla superior (de medición) son: largo 55 cm y ancho 45 cm. Esta cara del cajón sobrepasa en 23 cm a la cara donde son colocados los pies. Sobre la cara superior está grabada una escala de 0 a 50 cm. Se puede también utilizar el flexómetro modificado de Wells y Dillon.

Descripción de la prueba: El participante se ubica sentado. Orienta los pies verticalmente contra el cajón, el cual está bloqueado por una superficie sólida, para evitar su desplazamiento. La prueba consiste en una flexión del tronco hacia adelante tanto como le sea posible sin doblar las rodillas y con los brazos extendidos al frente. En la medición se requiere mantener la posición más distante. No puede hacer movimientos de balanceo durante la flexión (insistencias). Las pruebas se realizan dos veces registrando el mejor resultado.

Directivas del evaluador: El evaluador está ubicado a un lado del evaluado y fija las rodillas en la posición extendida. La marca se determina en la posición más adelantada que el participante alcance sobre la escala con sus dedos. El participante debe sostener la posición validada por lo menos con las dos manos para que el evaluador pueda leer correctamente la marca. Cuando los dedos no alcancen una posición igual, se toma el promedio entre las dos manos. La prueba debe

ser ejecutada lenta y progresivamente sin ningún movimiento de balanceo. El segundo intento sigue después de un corto periodo de reposo.

Puntaje: Solo el mejor resultado de los dos intentos es considerado. La marca se da en los centímetros alcanzados sobre el cajón. Por ejemplo, quien alcanza los dedos de los pies tiene un valor de 23; quien alcanza 7 cm más allá de sus pies tiene un valor de 30.

Limitantes: la realización de la prueba depende de las proporciones anatómicas de la longitud de los brazos y piernas, también de la flexibilidad de los músculos isquiotibiales, por lo tanto, no es una buena medida de la flexibilidad de la espalda (Jackson, 1986). También probablemente exacerbe los problemas con los discos lumbares en los adultos. Es además de poca connotación funcional. (pp. 39-40-41)

Fuerza. Para esta capacidad física se toman en cuenta dos test, los cuales van a determinar el nivel de desarrollo tanto de la fuerza dinámica, como de la fuerza estática. Al igual que en las anteriores capacidades, el texto de referencia que se tomará para la explicación de las pruebas, es el suministrado por Martínez E. (2002).

Salto horizontal a pies juntos. Objetivo: Su principal objetivo es medir o valorar la fuerza explosiva del tren inferior.

Desarrollo: Es importante realizar un calentamiento previo completo, pudiendo realizar varios saltos sin valoración.

Posición inicial: el sujeto se colocará de pie tras la línea de salto y de frente a la dirección del impulso, el tronco y piernas están extendidas y los pies juntos o ligeramente separados.

A la señal del controlador, el ejecutante flexionará el tronco y piernas, pudiendo balancear los brazos para realizar, posteriormente, un movimiento explosivo de salto hacia delante. La caída debe ser equilibrada, no permitiéndose ningún apoyo posterior con las manos.

Evaluación: Se anotará el número de centímetros avanzados, entre la línea de salto y el borde más cercano a ésta, midiendo desde la huella más retrasada tras la caída.

Se considerará la mejor marca de dos intentos, tras un descanso mínimo de 45 seg.

Espacio: Como instalación, se requiere un espacio interior o exterior con superficie llana y lisa.

Se puede utilizar una superficie blanda, como una colchoneta, para la caída del salto.

Materiales: El material necesario consiste en una cinta métrica, magnesia (con el objeto de espolvorear). (pp. 139-140)

Lanzamiento de peso hacia atrás. Objetivo: Su principal finalidad es medir o valorar la fuerza explosiva de tronco y miembros superiores.

Desarrollo:

Posición inicial: el ejecutante se situará de pie y de espaldas a la dirección de lanzamiento. Las piernas estarán abiertas aproximadamente a la anchura de los hombros, el cuerpo permanecerá recto y el peso sujeto por ambas manos, quedando los brazos extendidos y situados delante del cuerpo.

Ejecución: a la señal del controlador, el ejecutante deberá flexionar piernas y tronco, balanceando los brazos, para posteriormente realizar un movimiento explosivo de lanzamiento hacia atrás, con extensión violenta de piernas, tronco y brazos, con el objeto de trasladar el móvil a la mayor distancia posible.

Durante la fase de lanzamiento, y hasta que el balón impacte con el suelo, el sujeto no podrá separar los pies de la superficie. No se podrá saltar en el momento de lanzamiento.

Evaluación: Se medirá la distancia existente entre la línea de lanzamiento y la marca dejada por el impacto del balón, anotando el mejor de dos intentos.

Materiales: Balón medicinal. Legido y col. (1996), utilizan una carga de peso de 7, 250 kg para hombres y 4 kg para mujeres. Para ejecutantes menores de 10 años y mayores de 50 años recomiendan manejar un peso de 3 kg. (p. 150)

Resistencia. Finalizando con los diferentes test escogidos para ser desarrollados a manera de diagnóstico inicial, aparece la capacidad de resistencia, la cual va a ser determinada por una prueba adecuada para la etapa en consideración. Como se ha venido evidenciando en las anteriores capacidades físicas y sin ser esta la excepción, la explicación de esta prueba ha sido seleccionada del libro de Emilio Martinez (2002).

Carrera de 1.000 metros. Objetivo: El objetivo de estas pruebas es medir la capacidad de resistencia aeróbica del sujeto.

Desarrollo: Para su ejecución, el sujeto se colocará en posición de salida alta. Al oír la señal, el ejecutante recorrerá la distancia prevista (1.000 m) en el mínimo tiempo posible.

Evaluación: Se contabilizará el tiempo empleado (min y segundos) en realizar el recorrido. Se debe registrar la frecuencia cardíaca del sujeto 2 min antes de la prueba, inmediatamente después de acabar y, si las condiciones lo permiten, en los primeros 15 seg de los minutos 1, 2, 3 y 4 subsiguientes.

García Manso y col. citan dos ecuaciones diseñadas para aproximar el consumo máximo de oxígeno a partir de estas distancias. En este caso, sobre medidas tomadas en millas, pero que se aproximan a las distancias estudiadas en este momento.

$VO_2 = 133.61 - (13.89 \times \text{tiempo sobre la milla en minutos})$.

$VO_{2\text{máx.}} = 128.81 - (5.95 \times \text{tiempo sobre las dos millas en minutos})$

Espacio: Pista de atletismo, deportiva o terreno liso y llano medido para este fin.

Materiales: Cronómetro. (pp. 102-103).

Esfera de formación cognitiva. En esta esfera, la prueba que se ha seleccionado para poder determinar el desarrollo cognitivo de los niños, ha sido el test de WISC IV, la cual se encarga de medir las capacidades verbales y de desempeño cognitivo y de esta manera arroja puntuaciones que señalan las fortalezas y debilidades que estos presentan en los diferentes procesos mentales, de esta manera lo señala Papalia y Martorell (2017, p. 274).

Es importante aclarar que la evaluación de los resultados de esta prueba, deberá ser realizada por un profesional en el área de la psicología o pedagogía infantil, es por esta razón que este test se presenta como una opción para el conocimiento del desarrollo cognoscitivo de los niños, ya que cuenta con los contenidos apropiados que se encontraran en una cartilla que a su vez debe ser suministrada por dicho profesional, en caso de no contar con ella en la escuela de formación deportiva.

Desarrollo del test. Según un artículo publicado por la Fundación Cantabria Ayuda al Déficit de Atención e Hiperactividad o Fundación CADAHA, esta prueba permite evaluar las capacidades cognitivas de los niños entre los 6 a 16 años de edad, las cuales se dividen en habilidades intelectuales generales (comprensión verbal y razonamiento perceptivo) y habilidades de procesamiento cognitivo (memoria de trabajo y velocidad de procesamiento).

Estas se dividirán a su vez en subpruebas y con la realización de estas se logrará determinar el estado cognitivo de los niños entre los 7 a 8 años.

- **Comprensión verbal (CV):** expresa habilidades de formación de conceptos verbales, expresión de relaciones entre conceptos, riqueza y precisión en la definición de vocablos, comprensión social, juicio práctico, conocimientos adquiridos y agilidad e intuición verbal. Costa de 5 sub pruebas:
 - Semejanzas (S): mide la capacidad de abstraer y generalizar a partir de dos conceptos dados;
 - Vocabulario (V): mide el conocimiento léxico, la precisión conceptual y la capacidad expresiva verbal.
 - Comprensión (C): mide razonamiento y juicio social frente a la solución de problemas cotidianos.
 - Información (I): prueba optativa que mide la capacidad de adquirir, conservar y recuperar conocimientos adquiridos.
 - Adivinanzas (Ad): prueba optativa que mide las habilidades para integrar información, generar conceptos alternativos y condensar información.

- **Razonamiento Perceptivo (RP):** mide las habilidades prácticas constructivas, formación y clasificación de conceptos no-verbales, análisis visual y procesamiento simultáneo. Consta de 4 subpruebas:
 - Cubos (CC): mide habilidades de análisis, síntesis y organización viso-espacial, a tiempo controlado;

- Conceptos (Co): mide la formación de conceptos y categorías a partir de material visual.
 - Matrices (M): mide el razonamiento por analogías visuales e implica integración de información visual.
 - Figuras incompletas (FI): prueba optativa, que mide las capacidades de reconocimiento y organización perceptiva a tiempo controlado.
-
- **Memoria de Trabajo (MT):** mide la capacidad de retención y almacenamiento de información, de operar mentalmente con esta información, transformarla y generar nueva información. Consta de 3 sub pruebas:
 - Dígitos (D): mide la memoria inmediata y memoria de trabajo, indicando habilidades de secuenciación, planificación, alerta y flexibilidad cognitiva.
 - Letras y Números (LN): mide la capacidad de retener y combinar dos tipos de información, organizarla y elaborar un conjunto organizado según consignas.
 - Aritmética (A): prueba optativa y con control de tiempo, analiza habilidades de razonamiento numérico, agilidad en el manejo y reorganización de la información, atención y memoria a corto término.
-
- **Velocidad de Procesamiento de la información (VP):** mide la capacidad para focalizar la atención, explorar, ordenar y/o discriminar información visual con rapidez y eficacia. Consta de 3 sub pruebas que se desarrollan bajo control de tiempo:
 - Claves (CL): mide habilidades de rapidez asociativa, aprendizaje, percepción visual, coordinación viso-manual, atención, motivación y resistencia frente a tareas repetitivas.

Búsqueda de Símbolos (BS): mide habilidades de rapidez asociativa, aprendizaje, percepción visual, coordinación viso-manual, atención, motivación y resistencia frente a tareas repetitivas.

- Animales (An): prueba optativa que mide la atención selectiva, y planificación en la búsqueda ordenada o desordenada de información.

Materiales. Se necesitará la cartilla de WISC IV, la cual dispondrá de todas las herramientas para su respectiva ejecución, al igual que para su posterior evaluación. Además de esto se deberá contar con un espacio libre de distracciones y en lo posible que permita una mayor concentración por parte de los niños (puede ser un aula de clase).

Esfera de formación socioafectiva. Para esta esfera la prueba con la que se cuenta, es denominada como “test de Mezquite”, con la cual se pretende plantearles a los niños una serie de situaciones a las que él tendrá que responder con la elección de una respuesta entre varias opciones. Este test se ha escogido, gracias a su contenido y cumplimiento de los criterios establecidos previamente, además de la oportuna prevalencia de situaciones en las que los niños deben optar por una respuesta que involucra la participación de otras personas y que permitirá determinar no solo el nivel de desarrollo emocional o afectivo, sino también el nivel de desarrollo social, en el que se encuentran estos seres humanos en esta etapa de vida.

El propósito de este test, consiste específicamente en determinar la inteligencia emocional de los sujetos, en este caso de los niños entre 7 y 8 años. Dicha inteligencia

emocional es definida por Goleman (1995) y citada por Sarmiento & Castillo (2019) de la siguiente manera:

La capacidad de reconocer los sentimientos propios y ajenos, de poder auto motivarse para mejorar positivamente las emociones internas y las relaciones con los demás. También señala, que la inteligencia emocional permite la conciencia de los propios sentimientos en el momento en el que la persona experimenta, dándole una atención progresiva a los propios estados internos. (p. 5)

Con esta definición se logra apreciar la importancia que tiene el desarrollo de la inteligencia emocional en los niños, ya que con el reconocimiento de sus sentimientos y los de los demás, puede presentarse como la oportunidad perfecta de relacionarse con los demás de una manera asertiva y consciente, convirtiéndose así en un ser empático y sociable.

Para poder desarrollar la evaluación de este test, al igual que el de la esfera cognoscitiva, se requiere la intervención de un profesional en esta área. Este test ha sido escogido y recomendado, ya que cumple con la identificación de las características que presentan los niños a nivel socio afectivo en esta etapa de vida.

Desarrollo del test. Para poder llevar a cabo este test, es necesario un espacio libre de distracciones, en el cual los niños puedan estar totalmente concentrados en el desarrollo de este. Los materiales necesarios son: hoja de preguntas y respuestas, lápiz y borrador.

A continuación, se presentarán las respectivas preguntas y posibles respuestas para poder desarrollar el test, además de su respectiva evaluación como lo indica Sarmiento & Castillo (2019):

Objetivo. El siguiente test tiene el objetivo de medir la inteligencia emocional en los niños que se encuentran en la etapa de iniciación deportiva, con edades comprendidas entre los 7 a 8 años.

1. Te encuentras en una fiesta con tus amiguitos y notas que Julián perdió un juego, por lo cual, está muy enojado con Alan quien ganó. Tú, que conoces mucho a tus dos amiguitos ¿Qué haces al respecto?

-Intentas hacer otro juego

-No haces nada

-Te acercas a uno de tus amiguitos y tratas de llevarlo a otro sitio.

-Sigues disfrutando de la fiesta

2. ¿Crees que eres una persona a la que le cuesta expresar lo que le pasa?

-Siempre

-Casi siempre

-Casi nunca

-Nunca

3. Un amiguito de la clase se siente muy triste y sin ganas de jugar ¿Qué debería hacer?

-No contarle a ninguna persona lo que siente

-Decirle a un amiguito o a la profesora

-Decirle a un amiguito o a la profesora e intentar solucionarlo

-No debe decir nada a nadie para que los amiguitos no se rían de él/ella

4. Un amigo se ha enojado injustamente contigo. Tú, que haces al respecto:

- Hablas con él en privado para saber que le ha sucedido
- Te ocultas de él para no hablarlo.
- Durante la noche recuerdas lo ocurrido y sufres
- Le preguntas a un amiguito si sabe lo que le ha sucedido y porqué está así contigo.

5. Para ti. Los papitos y los hijos deben:

- Esconder sus sentimientos y lo que piensan
- Deben hablar entre ellos sobre lo que creen necesario sin límites
- Los padres nunca deben hablar con los hijos de sus problemas, pero los hijos si deben contarles lo que sucede en la escuelita.
- Nunca te habías preguntado (no sabes qué responder)

6. Cuando tienes que esperar a que otro amiguito termine de hablar ¿tú, qué haces?:

- Te impacientas y quieres hacerlo rápido
- Comienzas a gritar o a moverte
- Esperas a que terminen y das tu opinión (alzas la manito)

7. Cuando has cometido un error, tu:

- Lo sabes porque algo en el corazón de lo dice qué hiciste mal
- No hiciste nada malo
- Te arrepientes y pides perdón a quien le hiciste algo

8. Un amiguito tuyo llega a la escuela llorando y muy triste. Tu ¿Qué haces?

- Solamente lo miras
- Lo abrazas y esperas a que él te cuente

-Le preguntas qué le ha pasado y esperas a que él responda. Si no le vas a contar a la profesora que él está muy triste.

-Le preguntas insistentemente cada 5 min que es lo que le ocurre.

Tabla 4.

Puntuación test de Mezquite

Pregunta 1	3	0	4	0
Pregunta 2	0	1	3	4
Pregunta 3	0	2	4	0
Pregunta 4	4	0	1	2
Pregunta 5	0	4	2	0
Pregunta 6	0	2	4	
Pregunta 7	2	0	4	
Pregunta 8	0	2	4	1

Fuente: elaboración propia.

Resultados.

-De 0 a 6 puntos: escasa inteligencia emocional

Tienes poca inteligencia emocional lo que significa que debes desarrollar la misma mediante ejercicios y juegos. Ten en cuenta que todo se aprende y no te sientas mal pero

sí considera aprender sobre esta gran estrategia que te permitirá conocer más a quienes te rodean.

-De 7 a 15 puntos: inteligencia emocional moderada

Ya sabes lo que es la inteligencia emocional y en parte la llevas a la práctica. Sin embargo, ¡puedes mejorar! Debes saber que el conocimiento de otros nos hace más ricos internamente y nos fortalece. Además, las personas valorarán el esfuerzo ¡No te rindas y sigue adelante!

-De 15 a 25 puntos: inteligencia emocional elevada

Si has alcanzado esta puntuación ¡enhorabuena! Eres una persona con cierto nivel o grado de inteligencia emocional. Sabes reconocer cuando otras personas están tristes. Puedes leer el lenguaje corporal y actuar en consecuencia de cada situación. Recuerda que lo que tienes es una herramienta muy valorable. Enseña a otros sobre la inteligencia emocional y nunca dejes de sentir empatía por tu entorno.

-De 26 a 32 puntos: inteligencia emocional superdotada

Realmente has alcanzado el top de la inteligencia emocional. Tal vez seas un niño sencillo con una gran comprensión de lo que ocurre en tu entorno. Esto puede llevarte a ser muy sensible en ciertas ocasiones, pero tú sabes cómo responder ante esto. Eres una perla para tus compañeros y entorno así que valora lo que eres y recuerda siempre que con humildad se consigue más que por la fuerza. Enseña con el ejemplo aquello que ya eres naturalmente. (pp. 108-109).

Experiencias motrices deportivas

“Las experiencias motrices son aquellas primordialmente dedicadas a mejorar habilidades físicas o aquellas dirigidas a mejorar habilidades en el movimiento. La combinación de las habilidades físicas y las habilidades de movimientos elementales determina el rendimiento global del niño” (McClenaghan y Gallahue, 2001, p.17), por lo tanto y como lo menciona Oliveira (2009) las experiencias desde la práctica motriz espontánea y experimental son una herramienta básica para poder obtener un objetivo planteado, en este caso, la búsqueda del enfoque integral. Asimismo, menciona que el niño necesita una cantidad de horas las cuales sean suficientes para que se pueda desarrollar su potencial motor con el fin de construir diferentes capacidades que lo componen en su totalidad.

Por lo tanto, se determinan cuáles son las fases del aprendizaje motor, estas representan una base sin importar el deporte, la edad o el nivel motor inicial, lo menciona Rocha (2012), citado de Meinel y Schnable (1988, p. 199), el cual se dividen en 3:

- Primera fase, desarrollo de la coordinación global: Primer movimiento del niño hasta un movimiento en condiciones favorables.
- Segunda fase, desarrollo de la coordinación fina: desde la coordinación global, hasta el momento en el cual el niño realiza un movimiento casi sin cometer errores.
- Tercera fase, estabilización de la coordinación fina y desarrollo: Abarca desde el estadio de coordinación fina hasta que el niño pueda realizar movimientos de manera segura y emplearlos en una competencia con un gran éxito.

Ya con estas, se tiene una base importante para el desarrollo de una experiencia motriz la cual será extraída de algunas modalidades deportivas con el fin de que el niño tenga un mayor bagaje en el aprendizaje.

Juegos predeportivos. Para poder implementar un juego predeportivo en una sesión de clase, es importante saber que es y de qué manera funciona, así Corrales y Suarez (2014) citado de Hernandez (2011) define:

Los juegos predeportivos son una forma lúdica motora de tipo intermedio entre el juego y el deporte, que contiene elementos afines a una modalidad deportiva y que son el resultado de la adaptación de juegos deportivos con una complejidad estructural y funcional mucho menor, por su contenido estructural y propósito permite desarrollar destrezas motoras que sirven de base para el desarrollo de habilidades deportivas ya que contiene elementos afines a una actividad deportiva. (p.29)

Con lo citado anteriormente se identifica que un juego predeportivo permite extraer una parte del deporte y situarlo en un contexto menor con el fin de que pueda ser adaptado y configurado para permitir que los niños puedan tener la mayor realidad posible en el aprendizaje desde los fundamentos de diversas modalidades deportivas, entonces, como lo afirma Corrales y Suarez (2014) la aplicación de los juegos predeportivos se manifiestan en espacios donde los niños están iniciando en el deporte, siendo estos juegos la iniciación del desarrollo de la formación del niño motrizmente. Estos juegos predeportivos se convierten en un método donde el deporte se transforma en juegos más sencillos mediante adaptaciones a su reglamento. Por lo tanto, el autor Wein (2004), nombra a los juegos predeportivos como juegos

simplificados en el fútbol, y da unos factores que intervienen en el proceso de enseñanza, los cuales son:

- Reducidas dimensiones del campo de juego.
- Las reglas son adaptadas y reducidas a las condiciones existentes.
- Reducción de situaciones reales.
- Simplicidad de problemas que debe resolver el niño.
- Fácil evaluación y corrección por parte del educador deportivo.

Para terminar este apartado, ¿qué importancia tiene el juego en los niños?, y más en la etapa de iniciación deportiva, pues “aprender jugando es lo más sencillo y quizás, si no la única vía, si la más efectiva para que logre aprender a percibir e interpretar el mundo”. (Corrales y Suarez, 2014, p. 27 citado de Palacios, 2007), a pesar de que el deporte hoy en día se establece mayoritariamente en los resultados, se busca por medio de la propuesta implantar el juego como uno de los primeros métodos de enseñanza para los niños, con el fin de lograr un aprendizaje significativo para ellos.

Juegos polivalentes. El autor Wein (2004), menciona “los juegos polivalentes abarcan la mayor parte de las formas fundamentales del movimiento, como correr, saltar, lanzar, atrapar y empujar” (p. 146), es decir, buscan desarrollar al niño sus habilidades motrices y, por lo tanto, Wein (2004) afirma que son “una premisa esencial para los procesos más complejos de los juegos deportivos” (p. 146), con lo anterior se evidencia que estos juegos polivalentes buscan brindarle a los niños unas imágenes de recuerdos o engrama motor que amplía la riqueza de los movimientos en los niños, (Wein, 2004).

Modalidades deportivas.

Deportes de pelota. En primer lugar, los deportes de pelota, también llamados deportes en conjunto, son definidos como:

Aquellos en que la acción de juego es el resultante de la interrelación entre participantes, producida de manera en que un equipo coopera entre sí, para oponerse a otro que actúa también en cooperación y que a su vez se opone al anterior. (Hernandez, 1985)

Esta modalidad representa una oportunidad para que los niños combinen de manera coordinada habilidades motrices básicas, por medio de juegos que involucren estas habilidades y sus capacidades. Las actividades que se pueden plantear a través de estas modalidades deportivas se deben adaptar a varios aspectos propios del niño, como sus posibilidades, inquietudes y expectativas.

Wein (2004) resalta una serie de objetivos que se plantean para la iniciación deportiva relacionada con una modalidad de pelota como lo es el fútbol, estos objetivos responden a la necesidad de presentarle al niño una amplia gama de actividades motrices, que tienen la finalidad de estimular, en primer lugar, la esfera psicomotriz del niño, corrigiendo de esta manera algunas deficiencias o retrasos en el desarrollo que puedan presentarse en estas edades. Sin embargo, no solo se limitan a la estimulación de la esfera mencionada anteriormente, sino que por el contrario velan por una contribución al desarrollo de las demás esferas de formación.

Por medio de los deportes de pelota se generan “algunos estímulos que logran establecer durante la presencia del niño en la Escuela de Iniciación Deportiva el mayor número de conexiones neuronales entre las distintas áreas del cerebro” (Wein, 2004, p. 37). Con lo anterior se puede concluir que a través de estos deportes los niños tienen una gran posibilidad de desarrollo en variados aspectos motrices tanto locomotores como manipulativos, por ejemplo, caminar, correr, saltar, lanzar, atrapar, patear, entre otros.

Deportes de ruedas. Para comenzar se tomará como referencia un deporte que se considera muy importante en el desarrollo motriz de los niños, ya que es uno de los principales objetos que se le brindan a un niño para poder jugar y así mismo desarrollarse motrizmente, el profesor Saldarriaga et al (2009), menciona que el ciclismo es un deporte en el cual se realiza una acción socio motriz entre 1 o más compañeros, cooperadores u adversarios el cual pone una confrontación directa entre 1 o varios adversarios con el fin de permitir que el deportista llegue en las mejores condiciones y mejor posición a la meta.

Con lo anterior el autor Sanchez, J. (2008), presenta unos contenidos que puede beneficiar más a los niños en el desarrollo desde el ciclismo:

- Equilibrio: Sobre la bicicleta y su ubicación de los puntos de apoyo.
- Propulsión: saber cuándo arrancar o frenar.
- Conducción y ubicación E/T: Dominio de la bicicleta, como manejarla y por dónde.

En este mismo sentido, Sanchez Bañuelos (1984) citado por Gomez, Garcia y Castillo (2020) determina que en la etapa de 7 a 9 años, los niños pueden desarrollar habilidades a través del movimiento que impliquen tanto el dominio del cuerpo como de objetos, respaldando en este caso la manipulación o uso de diferentes vehículos deportivos como lo puede ser la bicicleta o los patines.

Otro deporte sobre ruedas que puede aportar al niño una gran posibilidad de desarrollarse coordinativa y psicomotrizmente es el patinaje, ya que como lo resalta Lopes (2003) citado por Herrera, Valencia, Garcia y Echeverry:

La práctica del patinaje exige el desarrollo de las habilidades motrices básicas, específicas y coordinativas, en la medida que se requiere el manejo de un elemento externo (patines) con una complejidad relacionada con la combinación de las habilidades antes señaladas (p 283).

Es por este motivo, que el patinaje aparece como un excelente medio para potenciar las diferentes capacidades motrices de los niños en esta etapa y al igual que el ciclismo, se presenta como un deporte que por medio de la psicomotricidad requerida para llevarlo a cabo, puede contribuir a las otras esferas de formación que componen a los niños en su totalidad.

Deportes atléticos. Según el diccionario de la Real Academia Española, se define al atletismo como el “conjunto de actividades y normas deportivas que comprenden las pruebas de velocidad, saltos y lanzamiento” (RAE). A partir de esta definición, se puede constatar cómo esta rama deportiva, presenta diferentes modalidades atléticas, que tienen como base el desarrollo de múltiples habilidades motrices básicas. Es por esta razón que estos deportes resultan adecuados y pertinentes desarrollarlos en la etapa de iniciación deportiva.

Para Gil, Arroyaga y De la Reina (1997), citados por Calderón, Valero y Marmol (2014) se presentan las siguientes etapas en el proceso de iniciación deportiva:

- Primer Ciclo (6-8 años): conocimiento global y elemental del atletismo. Se persigue la transferencia del desarrollo de las habilidades y destrezas motrices básicas a las habilidades y destrezas específicas, partiendo de los desplazamientos, de los saltos y por último de los lanzamientos.
- Segundo Ciclo (8-10 años): se intenta crear los modelos técnicos de ejecución, que no son sino la adquisición de los fundamentos de la técnica. La competición supone un excelente elemento motivador que se procura presentar en forma de relevos, circuitos donde se mezclan varias pruebas, etc.
- Tercer Ciclo (10-12 años): conocimiento intelectual y práctico de las diferentes técnicas, de las nociones del reglamento y el perfeccionamiento de las técnicas orientadas a competiciones (p. 2).

De acuerdo con la anterior organización, se puede evidenciar como en el primer ciclo en el cual se ubica la edad correspondiente al planteamiento del proyecto, aparece en un primer momento el desarrollo de las habilidades motrices básicas y posterior a este una transición hacia las habilidades específicas del deporte.

Siguiendo la línea del desarrollo de las distintas habilidades básicas y su transferencia hacia las habilidades específicas del deporte, se presentan los siguientes ejemplos:

- Partiendo de los desplazamientos, como lo pueden ser el caminar y el correr, se tendrá como referencia a las modalidades atléticas, tales como: carrera de 100 metros, carrera de 200 metros o carreras previas a la ejecución de un salto o un lanzamiento, para el desarrollo y perfeccionamiento de dichas habilidades. Cabe aclarar que estas

modalidades serán adaptadas a las necesidades y características del niño según esta etapa.

- Por otro lado, aparecen los saltos, los cuales están presentes en las modalidades de salto largo, salto alto y salto triple. De igual manera que los desplazamientos, esta habilidad motriz podrá ser desarrollada tomando características particulares de cada prueba y servirá para un buen desarrollo del niño, claramente con una didáctica correspondiente para su edad.

- En último lugar, aparecen los lanzamientos, los cuales al igual que los dos anteriores se ven evidenciados en algunos deportes atléticos, como pueden ser el lanzamiento de jabalina, lanzamiento de disco, lanzamiento de bala y lanzamiento de martillo. En esta medida se podrán hacer adaptaciones, que permitan a los niños de esta etapa, poder mejorar esta habilidad y al mismo tiempo ir conociendo características propias de estas prácticas deportivas.

Teniendo en cuenta los anteriores ejemplos, se aprecia como los deportes atléticos, tanto de pista como de campo, se tornan indispensables para el desarrollo psicomotor de los niños, ya que aportan una gran variedad de ejercicios y prácticas propias de las distintas modalidades, con las que orientándose hacia una propuesta didáctica adecuada y pertinente para la etapa de iniciación deportiva, contribuirá a la formación integral de los niños partiendo desde la esfera psicomotriz y así de esta manera poder cumplir el propósito de este proyecto.

Deporte de combate. Son deportes competitivos de contacto donde los dos contrincantes se enfrentan uno contra el otro usando ciertas reglas según la modalidad. El

objetivo de estos deportes puede centrarse en ganar la competición usando partes del cuerpo que estén permitidas según el reglamento establecido por cada modalidad. Domingo Blázquez Sánchez (1999) citado por Braun (2019) define a los deportes de lucha como “juegos deportivos de confrontación bipersonal que se desarrollan en un espacio común y estandarizado; con interacción de oposición práctica, esencial y generalmente directa, y cuyo blanco es siempre el cuerpo del contrincante, conforme a las reglas de cada modalidad” (p. 3).

Para los deportes de combate, el proceso de enseñanza - aprendizaje se enfoca principalmente en la estructuración de tareas y otras actividades en las que el niño deba desenvolverse, por encima de las técnicas propias de cada modalidad, estas pueden ser proyecciones, controles, golpes de pierna o de puño, entre otras.

Un concepto importante que otorgan los deportes de combate es el de saber luchar, entendido por Terrise (1991, 1996) citado por Avelar-Rosa y Figueiredo (2009) “capacidad que permite al deportista solucionar las diversas situaciones que suceden durante un combate, independientemente de los modelos técnicos de ejecución que caracterizan las diferentes modalidades y cuyo reconocimiento institucional impone determinadas restricciones” (p. 46).

En las distintas modalidades de los deportes de combate es frecuente encontrar acciones motrices como golpear y agarrar, en algunas de ellas se llegan a emplear elementos por lo que más específicamente se llevan a cabo empuñaduras, golpes, toques, paradas y bloqueos, sin embargo las modalidades de corta distancia incluyen empujones, inmovilizaciones, derribos, además de las ya mencionadas anteriormente.

Existen en los deportes de combate las denominadas unidades motrices básicas, definidas como “aquellos actos motrices que han perdido su componente técnico-deportivo y conservan su potencial educativo” (Torres, 1990 citado por Avelar-Rosa y Figueiredo, 2009, p.

47). En este caso se diferencian dos tipos de unidades motrices, las primarias con respecto a la distancia a la que se encuentran ambos practicantes, por ejemplo agarrar o golpear, y las secundarias que son caracterizadas por las acciones que sirven de fundamento o base para técnicas especializadas en el entrenamiento a largo plazo.

Con base en lo anterior, es posible evidenciar la importancia que representan los deportes de combate como una alternativa para el desarrollo y estimulación de algunas habilidades motrices poco habituales en otros deportes, que sirven a su vez como un complemento para el desarrollo psicomotor de los niños, fundamental en la iniciación deportiva, así como para la construcción del presente proyecto.

Deporte acuático.

La natación es la habilidad que permite al ser humano desplazarse en el agua, gracias a la acción propulsora realizada por los movimientos rítmicos, repetitivos y coordinados de los miembros superiores, inferiores y el cuerpo, y que le permitirá mantenerse en la superficie y vencer la resistencia que ofrece el agua para desplazarse en ella. (Natación, s.f, p.1)

El hombre es un ser que no nada por instinto, en comparación con otros animales que sí lo hacen, esta es una habilidad que se debe aprender. El agua es para el niño un medio natural, pues está ligado a ella desde siempre, “la natación es una necesidad humana, para la salud mental y el desarrollo físico, obviamente, también para la seguridad personal, y claro, como reto deportivo y esparcimiento bondadoso. Ella, es pedagogía, técnica, ciencia y nido de ideales” (Ruiz, 2009, p.1).

Ordóñez y Salazar (2015) exponen que “en la natación se ejercitan los músculos, la coordinación motora, y el sistema circulatorio y respiratorio”. Además, está indicada para personas de todas las edades.

En los niños la natación contribuye en el desarrollo de la independencia y de la autoconfianza, además desarrolla la mejora de sus capacidades cardiorrespiratorias, favorece a su alineación postural, y beneficia su coordinación muscular, desarrollando sus capacidades sensoriales y psicomotrices, como lo manifiestan Ordóñez y Salazar (2015)

Ruiz (2009) expone que la natación a nivel físico, mejora la cinestesis, la kinestesis, la mielinización, y el ajuste neuromotor (motricidad) debido a las sensaciones acariciadoras del agua. A nivel mental propone despertar en los niños la curiosidad y la atención, de igual manera su conocimiento y control corporal, así como emocionalmente se fortalecen los lazos de afecto, confianza y seguridad.

Ordóñez y Salazar (2015) mencionan las ventajas más importantes que logra la Natación en la Psicomotricidad:

- Estimula los sentidos
- Desarrolla la motricidad, la inteligencia y la sensorialidad. Favoreciendo el proceso de autonomía.
- Le posibilita el descubrimiento de sus límites.
- Los niños comienzan a controlar los movimientos de los brazos y piernas.
- Favorece la orientación en el desplazamiento, permitiendo descubrir un espacio multidimensional.
- Favorece la integración de combinaciones como: arriba-abajo; dentro-fuera; izquierda-derecha, etc.

- El niño adquiere precisión en los movimientos.
- Se facilita la presión y el desplazamiento.
- Se adquiere un dominio del equilibrio.
- Se ejercitarán las articulaciones y la columna vertebral.
- Favorece la armonía corporal.
- Permite controlar la respiración. (p. 64)

La SEP (2019) identifica los patrones motores principales que se ponen en práctica en el medio acuático, los cuales son las equilibraciones: flotación y respiración, los desplazamientos: propulsión y saltos, los giros y las manipulaciones: lanzamientos y recepción.

De igual forma Colado y Baixauli citados por Colado y Cortell (2007) exponen las habilidades motrices relacionadas con el conocimiento del medio:

- Patrones y habilidades motrices: Equilibraciones (equilibrio y flotación), desplazamientos (desplazamiento y propulsión, salto, carrera), Giros (transversales, longitudinales) y manipulaciones (lanzamiento y recepción, golpeo, pateo y bote).
- Estructuras Perceptivas: Esquema corporal (respiración, relajación y sentidos), especialidad (estructuración espacial, organización espacial y lateralidad) y temporalidad (estructuración temporal, orientación temporal y ritmo).

Marco Legal

Para la consolidación del marco legal de este proyecto, en primer lugar, parte de la constitución política de Colombia de 1991, la cual garantizará el orden político, económico y

social justo en el territorio colombiano, como se evidencia en el preámbulo de dicha constitución.

Trasladándose al artículo 52 de la constitución política de Colombia, se aprecia al deporte y sus diferentes manifestaciones, como promotoras y contribuyentes a la formación integral de las personas, al igual que al mantenimiento de la salud. También se destaca como un derecho la práctica del deporte y el compromiso que tiene el estado de fomentarlo y vigilarlo, ya que está constituido como un gasto público.

En concordancia con lo anterior, en el año 1995 se establece la ley 181, la cual tiene como objetivo “dictar las disposiciones para el fomento del deporte, la recreación, el aprovechamiento del tiempo libre y la educación física y de esta manera crear el Sistema Nacional del deporte”.

Con respecto a la definición de deporte, esta aparece en el artículo 15 de la ley mencionada en el párrafo anterior, la cual dice de la siguiente manera:

El deporte en general es la específica conducta humana caracterizada por una actitud lúdica y de afán competitivo de comprobación o desafío expresada mediante el ejercicio corporal y mental, dentro de disciplinas y normas preestablecidas orientadas a generar valores morales, cívicos y sociales. (Art 15, ley 181)

De igual manera, en el artículo 16 de esta misma ley, aparece la clasificación de diferentes formas por las cuales se puede desarrollar el deporte. De acuerdo a las características que se presentan en el proyecto y el objetivo que se pretende alcanzar, se estará hablando de un deporte formativo, el cual se basa en lo siguiente:

Es aquel que tiene como finalidad contribuir al desarrollo integral del individuo. Comprende los procesos de iniciación, fundamentación y perfeccionamiento deportivos. Tiene lugar tanto en los programas del sector educativo formal y no formal, como en los programas desescolarizados de las Escuelas de Formación Deportiva y semejantes. (Art 16, ley 181)

Uno de los espacios donde se puede presentar este deporte formativo, son las E.F.D. (como bien está expresado en el artículo), las cuales están regidas por la resolución 001909 del 5 de agosto de 1991, en la cual se fijan las normas básicas para el correcto desenvolvimiento del proyecto de E.F.D. En este sentido, esta resolución aporta el reglamento de estos espacios y crea una normatividad, con el fin de garantizar un buen desarrollo y funcionamiento de estos mismos. Al igual que se puede apreciar en el artículo 1 la definición y en el artículo 2 los objetivos, ambos con el propósito de crear estrategias que contribuyan al desarrollo integral de los niños y jóvenes colombianos.

En esta misma línea y especificando la etapa de iniciación deportiva, aparece el artículo 5 de la resolución 299 del año 2009, en la cual quedó estipulada dicha etapa, como referente para la organización metodológica y pedagógica que deben tener las diferentes E.F.D. Teniendo en cuenta que es el primer proceso que aparece en estas escuelas, seguido de la especialización deportiva y terminando con el perfeccionamiento deportivo como bien se aprecia en la resolución.

Para poder garantizar que los niños y jóvenes de la ciudad de Bogotá D.C puedan tener acceso a estos espacios, que tienen como objetivo el fomento del deporte y con este todos sus beneficios, se tiene como referente a la ley 1098 de 2006 “por la cual se expide el código de infancia y adolescencia”. Esta ley permitirá que tanto los niños como jóvenes, puedan contar

con un respaldo legal, que permita el pleno desarrollo y funcionamiento de todos sus derechos, ubicando a la práctica deportiva entre uno de ellos.

Así mismo, se hace uso del formato de consentimiento informado para proyectos de investigación (anexo 1), definido por el Comité de Ética en Investigación de la Universidad Pedagógica Nacional, cumpliendo con lo establecido por la Constitución Política Nacional de Colombia, la Ley Estatutaria 1581 de 2012 “Por la cual se dictan disposiciones generales para la protección de datos personales” y la Resolución 1642 del 18 de diciembre de 2018 “Por la cual se derogan las Resoluciones N°0546 de 2015 y N° 1804 de 2016.

Por último, teniendo en cuenta la pandemia que se está presentando en estos momentos y promoviendo el autocuidado y cuidado con los demás como principio fundamental, aparece la resolución 1840 de 2020, la cual establece los lineamientos con sus respectivos protocolos de bioseguridad, para poder llevar a cabo cualquier actividad física o deportiva en tiempos de pandemia. Estos protocolos se realizan con el fin de poder controlar y darle mejor manejo al riesgo producido por la COVID 19. Esta resolución servirá para tener claros los parámetros que se deben respetar y cumplir en el momento de realizar los test de diagnóstico inicial.

Capítulo III. Criterios Metodológicos

Tipo de Investigación

La metodología es de suma importancia dentro de un proyecto investigativo, ya que como indica Reidl (2011) citado por Hurtado (2012) es “el plan, estructura o estrategia que será utilizada para obtener respuestas a las preguntas de investigación planteadas controlando y minimizando el error experimental”.

El tipo de investigación elegido para la elaboración del presente proyecto es de carácter proyectivo, como expone Hurtado (2012), ya que se enfoca en la creación, diseño y ajuste de una propuesta direccionada a la solución de una problemática en una población específica, por medio de un proceso estructurado con base en un diagnóstico inicial acerca de unas características y necesidades del contexto.

La investigación proyectiva es entendida de manera holística, debido a que propone unas fases que orientan el desarrollo de dicha investigación, las cuales según Hurtado (2012) son:

- Fase exploratoria: Integra el estadio exploratorio. Chequea estudios previos descriptivos y explicativos. Plantea enunciado proyectivo. Detecta un evento a modificar y eventos explicativos.
- Fase descriptiva: Descripción de la situación preocupante. Justifica la proyección. Identifica necesidades. Plantea objetivos proyectivos.
- Fase analítica: Análisis sintagmático de teorías y material sobre el evento a modificar y eventos explicativos.

- Fase comparativa: Compara investigaciones, conceptos y teorías sobre el evento a modificar y eventos explicativos.
- Fase explicativa: Fundamento noológico centrado en el evento a modificar, eventos explicativos, evidencias y contexto.
- Fase predictiva: Factibilidad del enunciado holopraxico proyectivo. Posibles dificultades y limitaciones. Ajuste de objetivos general y específicos.
- Fase proyectiva: Diseño. Define los eventos. Selecciona las unidades. Selecciona las técnicas para todos los estadios que requiere.
- Fase interactiva: Aplica instrumentos para los estadios descriptivos, analíticos, comparativos, explicativos y predictivos requeridos.
- Fase confirmatoria: Analiza datos y concluye con la formulación de la propuesta.
- Fase evaluativa: Limitaciones. Recomendaciones dirigidas a avanzar al estadio interactivo. Presentación del documento (p. 580).
- Fase exploratoria: Integra el estadio exploratorio. Chequea estudios previos descriptivos y explicativos. Plantea enunciado proyectivo. Detecta un evento a modificar y eventos explicativos.
- Fase descriptiva: Descripción de la situación preocupante. Justifica la proyección. Identifica necesidades. Plantea objetivos proyectivos.
- Fase analítica: Análisis sintagmático de teorías y material sobre el evento a modificar y eventos explicativos.
- Fase comparativa: Compara investigaciones, conceptos y teorías sobre el evento a modificar y eventos explicativos.
- Fase explicativa: Fundamento noológico centrado en el evento a modificar, eventos explicativos, evidencias y contexto.

- Fase predictiva: Factibilidad del enunciado holopraxico proyectivo. Posibles dificultades y limitaciones. Ajuste de objetivo general y específicos.
- Fase proyectiva: Diseño. Define los eventos. Selecciona las unidades. Selecciona las técnicas para todos los estadios que requiere.
- Fase interactiva: Aplica instrumentos para los estadios descriptivos, analíticos, comparativos, explicativos y predictivos requeridos.
- Fase confirmatoria: Analiza datos y concluye con la formulación de la propuesta.
- Fase evaluativa: Limitaciones. Recomendaciones dirigidas a avanzar al estadio interactivo. Presentación del documento (p. 580).

Estas brindan una coherencia y secuencia adecuada, que permita en cuanto al diseño y las características de la propuesta un apropiado desarrollo.

Diseño de Investigación

Según Peña citado por Hurtado (2000) el diseño es “un arreglo restringente, mediante el cual se pretende recoger la información necesaria para responder a la pregunta de investigación” (p. 148). El diseño hace referencia a los pasos, las decisiones y actividades que se realizarán en el transcurso de la investigación, busca recopilar y analizar la información con el fin de alcanzar el objetivo propuesto.

El diseño del presente proyecto es de fuente mixta, debido a que se extrae la información de diferentes documentos realizados con anterioridad y enfocados en la psicomotricidad y la contribución integral para la estructuración de la propuesta metodológica.

De igual manera, se toman datos a través de una fuente viva, específicamente en un contexto creado, traducido en diferentes test de carácter psicomotriz y físico, que permitirá identificar el nivel de desarrollo que presentan los niños en estas dos esferas. Así mismo, debido a que el estudio se realiza en un único momento tiene un diseño transeccional contemporáneo, y multivariable de caso.

Definición de eventos

El proceso generador aparece en la inadecuada metodología que se lleva a cabo en la etapa de iniciación deportiva, teniendo como causas más destacadas: el afán por alcanzar logros deportivos a nivel competitivo, la especialización deportiva, el énfasis en la parte física y técnica del entrenamiento infantil, la presión que se ejerce por parte de los padres y entrenadores hacia los niños y finalmente pero no menos importante la falta de apoyo por parte de las entidades encargadas de fomentar y patrocinar el deporte específicamente en esta etapa.

Teniendo en cuenta lo dicho anteriormente, se presenta como evento a modificar ese proceso de enseñanza y aprendizaje que aparece en esta etapa de formación, ya que por las diferentes causas expuestas no resulta pertinente. Por esta razón y para cumplir con el propósito planteado, es necesario realizar una caracterización de esta etapa, que permita identificar el desarrollo que los niños presentan en cada una de las esferas de formación (psicomotriz, física, socioafectiva y cognoscitiva). Ya teniendo claras las características, se procede a encontrar los diferentes modelos de enseñanza-aprendizaje que por medio de una didáctica y metodología adecuada que se pueda aplicar en las múltiples sesiones. Para identificar el desarrollo integral en el que se encuentran los niños de esta etapa, se establecerán diferentes test que permitirán

obtener un diagnóstico tanto cuantitativo como cualitativo del estado de las diferentes esferas de formación que componen al sujeto (en este caso a los niños). Posterior a este diagnóstico que permitirá identificar las debilidades y fortalezas de cada uno, se procederá a realizar la caracterización de algunos deportes que pueden contribuir con el desarrollo integral en los niños. Por último y teniendo en cuenta todo este proceso, se diseñará la guía que contempla los factores más importantes a tener en cuenta para cumplir de manera satisfactoria con el evento a modificar.

Población

Para esta investigación se tiene como población a la E.F.D. ZIZU FC, en la cual se encuentran establecidas seis categorías a partir de la edad, las cuales son:

- Iniciación: 6-7 años.
- Transición: 8-9 años.
- Pre-infantil: 10-11 años.
- Infantil: 12-13 años.
- Pre-juvenil: 14-15 años.
- Juvenil: 16-17 años.

En este caso se selecciona la categoría de iniciación con niños de 6 y 7 años, que a su vez se encuentran en un proceso de iniciación deportiva, acorde con la definición de esta misma brindada por Álvarez (2017). Actualmente el grupo está conformado por 7 niños, en una etapa de aprendizaje básico de la práctica deportiva del fútbol.

La categoría cuenta con integrantes de género masculino, con una estratificación socio-económica entre 2 y 3, habitantes de la comunidad cercana al parque Champions, en donde se encuentra ubicada la E.F.D. Los entrenamientos se llevan a cabo los días sábados y domingos de 8:00 am a 10:00 am.

Muestra

Sampieri (2014) señala que para el caso de una muestra no probabilística, la selección de los integrantes no depende de la probabilidad, por el contrario se relaciona con las características u objetivos de la investigación. Las variables que se consideran son el tiempo, las esferas de formación deportiva, la aplicación de diversas metodologías, entre otras, ya que estas ayudarán a la consecución del objetivo planteado en la propuesta.

Para la selección de la muestra poblacional se tuvieron en cuenta los siguientes criterios de inclusión:

- Edad (7 años)
- Asistencia a las sesiones
- Estado de salud óptimo

Así como unos criterios de exclusión establecidos:

- No estar inscrito en la E.F.D.
- No asistir al 70% de las sesiones.
- No cumplir con la indumentaria requerida.

Los diferentes criterios que fueron tomados en cuenta anteriormente, responden a un análisis detallado sobre los factores que se pueden presentar en este grupo poblacional a nivel biológico, ético y de salud. De igual forma se plantearon algunos criterios que también pueden ser interpretados como requisitos, los cuales al no ser cumplidos por los niños, ocasionará que estos no sean tenidos en cuenta para el desarrollo de la investigación.

Técnica de muestreo

Mantilla (2015), menciona que el muestreo estudia la relación que existe entre la población y la muestra lo cual busca identificar los parámetros de una población, así mismo permite determinar si los resultados son significativos o no.

No-probabilístico. Para esta técnica de muestreo, argumenta Hurtado (2000), que se desconoce la probabilidad, es decir que este tipo de diseño permite que el investigador haga su propia escogencia de los criterios. Por lo tanto el muestreo no probabilístico no garantiza que la muestra sea representativa de la población, ya que no se desconocen todos los criterios de la población. Este muestreo se usa cuando no se está bien caracterizada la población, está no está bien determinada y cuando únicamente solo se tienen unas características que sean relevantes para el estudio de investigación.

Técnicas de Recolección y Análisis de Datos

Es importante conocer el concepto de técnica el cual señala Rojas (2011) como “procedimiento típico, validado por la práctica, orientado generalmente aunque no exclusivamente a obtener y transformar información útil para la solución de problemas de conocimiento en las disciplinas científicas” (p. 278), es decir, la técnica es la que permite extraer información relevante para la investigación, y es lo macro para poder emplear un instrumento de aplicación, por ejemplo, técnica (encuesta) e instrumento (cuestionario).

Revisión documental

Para la revisión corresponden los diseños documentales, los cuales abordan investigaciones para describir, comparar, analizar, explicar y verificar un evento específico tomando como base estos documentos. Asimismo, es importante interpretar los datos en función del contexto, por lo tanto las estrategias para la recolección de datos son:

- Selección de las fuentes apropiadas.
- Validación de fuentes.
- Localización de material relevante.
- Posible acceso a material confidencial. (Hurtado, 2000)

Con lo anterior, la autora Hurtado (2000) presenta algunas características de la investigación documental:

- Utilización de documentos como fuentes de datos (recolección, selección, análisis y presentación de resultados).
- Utilización de los procesos de pensamiento comunes a todo proceso de investigación.
- Formulación de objetivos de investigación precisos, proyectados a la obtención del conocimiento.

Para el presente proyecto esta técnica permite construir las unidades de análisis ya mencionadas, y así mismo la estructuración de los distintos marcos (contextual, referencial, conceptual y legal), permitiendo el adecuado diseño de la propuesta didáctico-metodológica.

Encuesta

Para el presente proyecto, se usó la técnica de diseño encuesta, definido por Lopez y Roldan (2015) como “técnica de recogida de datos a través de la interrogación de los sujetos cuya finalidad es la de obtener de manera sistemática medidas sobre los conceptos que se derivan de una problemática de investigación previamente construida” (p.8), lo anterior se deriva en 3 tipo de encuesta, cuestionario, instrumento de recolección de datos y cuadro de registro según lo que mencionan los autores. Con base a lo anterior se tomó y diseñó un instrumento de recolección de datos.

Instrumentos de Recolección de Datos

Teniendo como objetivo una mayor eficiencia en cuanto a la búsqueda y organización de los documentos, que han sido los insumos para la producción de esta propuesta, se ha utilizado una serie de instrumentos como cuadros y matrices tanto de nivel analítico como categórico y referencial, con los cuales se podrá cumplir con dicho objetivo.

Matriz de registro

En este instrumento, se pueden encontrar de manera organizada, los datos específicos de los diferentes documentos, tales como año, fecha de publicación, título, autores, entre otros; los cuales se podrán evidenciar en la siguiente imagen.

Figura 2.

Fecha de publicación	Tema	Título	Autores	País de publicación	Tipo de documento	Base de datos/ubicación	URL	Palabras clave	Referencia Apa
1997	Iniciación Deportiva	Iniciación deportiva y praxiología motriz	Uribe, Ivan.	Colombia	Artículo de revista	Dialnet	https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3645040	Iniciación deportiva; Praxiología motriz; Acción motriz;	Uribe, I. (1997). Iniciación deportiva y praxiología motriz. Educación Física y Deporte. Volumen 19 (numero 2), pp. 69-74.
2002	Iniciación Deportiva	Elementos a analizar en el proceso de iniciación deportiva	Tabernero, Belen; Marquez, Sara; Llanos, Concepción.	España	Artículo de revista	ResearchGate	https://www.researchgate.net/publication/28156705_Elementos_a_analizar_en_el_proceso_de_iniciacion_deportiva	Iniciación deportiva; Deporte escolar; Contenidos deportivos	Tabernero, B., Marquez, S., Llanos, C. (2002). Elementos a analizar en el proceso de iniciación deportiva. Retos. Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación.

Fuente: Elaboración propia.

Con este cuadro se logra identificar los distintos tipos de documentos que se especializan o tienen que ver con varios temas que corresponden al proyecto. De este modo se logra ampliar el conocimiento sobre los hechos que han tenido relevancia en cuanto al tema

principal y así mismo poder aportar al aprendizaje sobre este y tener una mirada más clara, que permita desarrollar las bases teóricas para la construcción del esquema de la propuesta.

Matriz de categorización

Esta matriz tiene como propósito dividir las categorías más importantes y con mayor relevancia del proyecto, las cuales deben ser atendidas de manera específica, ya que es fundamental su conocimiento para poder tener una buena comprensión del tema principal. En este mismo sentido, se aprecian los datos de los documentos que aportan un importante sustento teórico que permita construir una explicación clara y concisa de cada categoría, traducida a su vez en unidades de análisis.

Figura 3.

Fecha de publicación	Tema	Título	Autores	País de publicación	Tipo de documento	Base de datos/ ubicación	URL	Palabras clave	Referencia Apa	Resumen
2014	Desarrollo motor	El movimiento humano, ciencia, competencia y estándares	Martínez, Javier	Colombia	Libro	Recomendación profesor	http://sb.ues.edu.sv/cgi-bin/opa/opac-detail.php?pubidnum=bar=23139	Desarrollo motor; Capacidades motoras; Fases sensibles	Martínez, J. (2014). El movimiento humano, ciencia, competencia y estándares. Armenia: Kinesis	Se presentan características particulares en la etapa de control ajuste que abarca la edad de los 6 a los 9 años. Se aprecia como en el niño se generan cambios a nivel social, cognitivo, motor, emocional y biológico. Esta transformación sugiere nuevos retos para el niño y para las personas que lo rodean y están a cargo de su formación, ya que el niño va a percibir el mundo de una manera diferente a la de la etapa anterior.
2003	Características biológicas y fisiológicas de los niños	Edad de iniciación deportiva. Óptimo momento psicofísico	Zurlo de Mirotti, Sabina, Casasnovas, Oscar	Argentina	Artículo de revista	Archivos Sociedad Argentina de Pediatría -	https://www.sap.org.ar/docs/publicaciones/archivosarg/2003/296.pdf	Iniciación Deportiva; Crecimiento y Desarrollo; Pediatría; Desarrollo del Niño.	Zurlo de Mirotti, S., Casasnovas, O. (2003). Edad de iniciación deportiva. Óptimo momento psicofísico. Archivos Argentinos de Pediatría Volumen 101 (numero 4), pp. 296-311.	El momento o edad de iniciación deportiva ha sido analizado ampliamente por distintos autores que generalmente están ligados al campo de la educación física o el entrenamiento infantil. En sus conclusiones hallamos buenos criterios de análisis en defensa del bienestar del niño o joven que va a realizar alguna actividad física o deportiva. Desde el punto de vista médico, se debe considerar que los juegos y deportes varían en sus características e intensidades de acuerdo con el crecimiento del niño, su desarrollo y maduración.

Fuente: Elaboración propia.

Como se puede apreciar en el cuadro anterior, los datos encontrados en este, permitirán una facilidad en el momento de querer acercarse a los documentos que allí aparecen. Una manera clara de evidenciar esto, puede ser el ubicarse en la casilla de URL, la cual lo remitirá de inmediato al lugar donde se encuentra dicho documento. De igual forma, aparecen casillas

con datos como resumen, título, palabras claves, entre otros, que permitirán una búsqueda eficaz y sin complicaciones.

Matriz de comparación

En esta matriz se presentan las diferentes unidades de análisis de manera más detallada, al igual que los títulos de los documentos que se han tenido en cuenta para la construcción de estas mismas. Cada documento se divide en las esferas de formación deportiva que se han planteado a lo largo del proyecto y estas a su vez cuentan con los datos más relevantes que se encontraron en las respectivas búsquedas realizadas por los investigadores. También aparece una casilla en la última columna denominada conclusión, como se puede apreciar a continuación.

Figura 4.

Documento	Metodología del entrenamiento infantil y juvenil (Dietrich)	Entrenamiento total (Weineck)	Escuelas de formación deportiva y entrenamiento deportivo infantil, un enfoque integral (Murcia, Taborda y Angel)	Habilidades motrices (Batalla)	Movimientos fundamentales su desarrollo y rehabilitación (McGlenaghan y Gallahue)	Manual de aprendizaje y desarrollo motor (Grandje)	Conclusión
Tema							
Psicomotriz (C. Coordinativas, H. Motrices)	Capacidades coordinativas fundamentales: reacción, equilibrio, orientación, ritmo y diferenciación. Situaciones: bajo presión de precisión, bajo presión de tiempo y bajo presión de variabilidad. Teoría -Plasticidad -Incrementos naturales para el aprendizaje -Capacidad de movimiento interno	Las habilidades experimentan su mayor empujón de desarrollo entre el séptimo año de vida y la aparición de la pubertad. maduración más rápida del SNC se produce un aumento de la función de los analizadores acústico y óptico, con una mejora simultánea de la elaboración informativa. Generales: Aprendizaje motor, adaptación y regulación. Específicas: orientación, equilibrio, reacción, ritmo y diferenciación. Juegos menores y deportivos.	Capacidades coordinativas: Esquema corporal (lateralidad y ajuste postural), Nocion espacio-temporal (orientación, ubicación, ritmo) y Estructuración coordinativa (Coordinación dinámica general, coordinación oculo manual y oculo pedica). Habilidades motrices: Locomotoras (caminar, correr, saltar, reptar-saltar, deslizarse y combinación), Manipulativas (atrapar, amortiguar, recibir, traccionar, entregar, lanzar, patear, golpear, empujar y combinación) y Axiales.	Habilidades motrices: Por habilidad motriz entendemos la competencia (grado de éxito o de consecución de las finalidades propuestas) de un sujeto frente a un objetivo dado, aceptando que, para la consecución de este objetivo, la generación de respuestas motoras, el movimiento, desempeña un papel primordial e insustituible. Desplazamientos, saltos, giros, manejo y control de objetos, actividades acusticas.	Patrones locomotores elementales: Carrera y salto deben estar en un estadio maduro. Patrones elementales de manipulación: arrojar, atajar y patear se encuentran en estadio maduro	Habilidad: Exigencias cognitivo-motrices que debe poner en juego el practicante para acometer con éxito la tarea presentada por el profesor/entrenador. Habilidad Motriz: "competencia adquirida por un sujeto para realizar una tarea concreta. Se trata de la capacidad para resolver un problema motor específico, para elaborar y dar una respuesta eficiente y económica, con la finalidad de alcanzar un objetivo preciso. Es el resultado de un aprendizaje, a menudo largo, que depende del conjunto de recursos de que dispone el individuo, es decir, sus capacidades para transformar su repertorio de respuestas. (Durand, 1988:123)	Habilidades motrices básicas: Definición: (Batalla, pag. 8, parr. 5) Clasificación: (Batalla, pag. 12, parr. 1) y (Taborda, pag. 153, parr. 7) Capacidades coordinativas: Definición: Weineck (p 479 primer parrafo) Esquema corporal: (Taborda, pag. 105, parr. 2) Generales: Weineck. (p 479 3er y p 480 6to parrafo) Específicas: Weineck (p 479 4to parrafo y pp 481, 482 484 y 485)

Fuente: Elaboración propia.

Con esta matriz se busca poder comparar, analizar y explicar los diferentes hallazgos presentados en cada uno de los documentos con sus respectivas esferas de formación deportiva, cumpliendo de esta manera con el ciclo metodológico planteado por Hurtado (2000) el cual

busca poder discriminar teorías, juzgarlas y crear un producto lógico que le de soporte a la investigación.

Test

Con base a la técnica de diseño se tomó como instrumento el test. Según Hurtado (2000), el test es una situación experimentada que busca estimular un comportamiento en específico, es decir, en una situación la persona debe tener una respuesta en concreto. Por lo tanto, esta debe tener 4 características para que funcione:

- Debe ser objetivo
- Debe ser confiable
- Debe tener unas normas o protocolos estandarizados
- Debe tenerse un control muy rígido al momento de aplicarlo

Así, para Hurtado (2000), el tipo de test que se escogió en este proyecto de investigación, fue el test de habilidad.

Capítulo IV. Resultados del Diagnóstico

Antecedentes del Estudio

Para el presente proyecto se tienen en cuenta varios test y pruebas enfocadas en la medición de carácter cuantitativo y cualitativo, de habilidades y capacidades en niños de 7 años. Estos instrumentos buscan determinar el nivel de desarrollo en las esferas de formación psicomotriz y de capacidades físicas, con el fin de brindar un diagnóstico preciso y confiable.

En primer lugar, para la esfera de formación psicomotriz, específicamente en lo que respecta a las habilidades motrices básicas, se identificó el Test of Gross Motor Development Second Edition (TGMD-2), elaborado por Ulrich en el año 2000. Slater, Hillier & Civetta, (2010) citados por Ayán et al. (2018) señalan que este test se “destaca por su facilidad de administración, y por las buenas propiedades psicométricas que presenta” (p. 3). Entre los propósitos de este instrumento se destaca la posibilidad de emplearlo para la evaluación del desarrollo motriz en investigaciones.

El TGMD-2 ha sido utilizado en numerosas investigaciones, algunas de ellas son: *Evaluación de las necesidades de las habilidades de control de objetos de preescolares afroamericanos e hispanos que están en riesgo* por Goodway, Leah y Amui en 2007, *Habilidades de control de objetos en niños preescolares hispanos inscritos en el programa Head Start* por Pope, Lui y Getchell en 2011, *Diferencias en movimientos motores gruesos en dos tipos de preescolares* por Chow y Louie en 2013, *Evaluación y análisis del desarrollo motriz en alumnos portugueses de Educación Básica* por Sola en 2015.

En un estudio en torno a este test, realizado por Ayan et al. (2018) se concluyó que “la batería TGMD-2 mostró una elevada fiabilidad test-retest, inter e intra-evaluador cuando fue administrada a niños y niñas de entre 7 y 10 años de edad españoles.” (p. 10), por lo cual se puede interpretar que cuenta con un alto grado de fiabilidad y validez en otras poblaciones diferentes a la norteamericana, para la cual fue diseñado en un principio. Por esta razón, es un instrumento de gran utilidad dentro del proyecto de investigación.

Por otro lado, en cuanto a la esfera de formación de las capacidades físicas, se identificó un manual de procedimiento: “Aptitud física: Pruebas estandarizadas en Colombia” elaborado por Jáuregui y Ordoñez en 1993. Los autores exponen una batería de pruebas que reúnen componentes que determinan las cualidades del rendimiento: características morfológicas, habilidades motoras y destrezas físicas. El estudio se realizó con niños entre los 7 y 16 años de ambos sexos, con una distribución geográfica de 7 regiones del territorio colombiano y de los cuales se seleccionaron 10.285 niños. Dentro de los objetivos del manual está inicialmente brindar un criterio de valor pronóstico y que su aplicación se pueda realizar por programas de formación educativa y escuelas de formación deportiva. Jáuregui y Nieto (1993).

El estudio expone herramientas de ejecución de los test planteados, así como sus correspondientes baremos y gráficas determinadas para cada edad, por esta razón se tiene en cuenta este documento para el proyecto, más específicamente en los test enfocados en las capacidades físicas y en los datos correspondientes a la edad de 7 años.

Diagnóstico de Necesidades

A partir de la experiencia de los investigadores, tanto a nivel académico como laboral, y en distintas disciplinas deportivas, se hace evidente la necesidad de realizar un proceso de control y seguimiento con los niños, con el fin de evidenciar características, necesidades e intereses, además de fortalezas en habilidades o capacidades para poder potenciarlas por medio del proceso de formación deportiva, o por el contrario, para identificar debilidades y mejorarlas con el mismo proceso mencionado anteriormente.

Este diagnóstico inicial representa un paso fundamental en la construcción de la propuesta, ya que sitúa la problemática en un contexto real, con lo cual se puede realizar una comparación en cuanto a lo que indica la literatura con respecto a los niños en esta edad, próximos a iniciar su proceso deportivo.

Así mismo, el diagnóstico tiene como principal objetivo brindar información útil para hacer ajustes o correcciones a incluir en el diseño de la periodización, lo anterior referido a contenidos en los que se deba realizar un mayor énfasis durante el macrociclo en general como en cada una de las unidades didácticas, cumpliendo con el enfoque integral propuesto para atender las necesidades en las diferentes esferas de formación que componen al niño.

Evaluación de las Condiciones Actuales y Explicaciones Tentativas

En este apartado se estableció una alianza estratégica con la E.F.D ZIZU FC de la ciudad de Bogotá, con el fin de llevar a cabo una serie de test y pruebas, mencionadas anteriormente, orientadas a las esferas de formación psicomotriz (TGMD-2 y Test de Boomerang) y de capacidades físicas (Test de 20m lanzados, Test de Galton, Test de salto horizontal, Test de lanzamiento hacia atrás, Test de carrera de 1000m, Test de Wells) con la categoría Iniciación y en la edad correspondiente a los 7 años, teniendo un total de 7 participantes.

Inicialmente se realizó un cronograma (anexo 2) planteado para los días 27 y 28 de febrero, en los horarios de entrenamiento establecidos por la E.F.D. (8:00 - 10:00 am), en el cual se especificaron los test y pruebas a realizar por día, una breve descripción de cada una de ellas, el orden de ejecución y un diagrama con la disposición en el espacio para el desarrollo de la jornada. De igual manera, se estructuró una lista con los materiales necesarios para dicha actividad (anexo 3), así como un esquema con el panorama de riesgos (anexo 4).

La jornada de test y pruebas se llevó a cabo de manera satisfactoria, en los tiempos, espacios y población estipulada inicialmente, por lo cual se recogieron los datos para ser sistematizados posteriormente. La sistematización se puede observar resumida en la siguiente imagen y ampliamente en el anexo 5.

Figura 5.

Nombre	TGMD-2	Boomerang	20 mts lanzados	Galton	Salto horizontal	Lanzamiento balón medicinal	1000 mts	Wells
1	97	29,46	4,44	21	89	169	7,48	26
2	97	28,34	3,54	17	94	202	8,41	28
3	115	29,93	3,95	32	104	134	6,45	24
4	79	0	4,27	33,5	110	220	7,01	23
5	115	40,39	4,14	18	101	80	7,45	29
6	85	26,89	5,15	16	87	70	8,07	20
7	61	35,79	4,94	22	108	136	6,41	11
Item								
Resultado mas bajo	61	40,39	5,15	16	87	70	8,41	11
Resultado mas alto	115	26,89	3,54	33,5	110	220	6,41	29
Media	92,71	31,8	4,35	22,79	99,00	144,43	7,33	23

Fuente: Elaboración propia.

Con los resultados presentados se pudo concluir que en cuanto a las habilidades motrices básicas y las capacidades coordinativas el grupo de niños se encuentra en un rango sobre el promedio, sin embargo, es importante aclarar que se presentaron algunos resultados por debajo de la edad y el coeficiente motriz adecuado, lo cual indica que puede mejorar ya sea en los aspectos de locomoción o manipulación.

En el caso de las capacidades físicas, el grupo está por debajo de la media general a excepción de la capacidad de velocidad de reacción la cual se encuentra en un nivel bueno.

Posibles Tendencias Futuras

Dentro del estadio predictivo propuesto por Hurtado (2000) el cual consiste en elaborar pronosis del evento a modificar, es decir, con base en la descripción evolutiva del evento derivan las predicciones correspondientes, encontramos el “escenario” entendido como conjunto de hipótesis que delinean un futuro probable. Estos escenarios se generan por medio

de futuros probables y posibles y a partir de esto respecto a la aplicación de la propuesta obtener su factibilidad.

Con base en lo anterior se planean las posibilidades con las que cuenta el proyecto:

Futuros posibles

- Los instrumentos de valoración que se ofrecen, favorecerá la aplicabilidad de la propuesta.
- Al momento de implementar la propuesta las variables que se encuentren en el contexto del niño pueden incidir positiva o negativamente en el desarrollo óptimo.
- La propuesta puede tenerse en cuenta como una alternativa para su aplicación en diversos contextos, en los que la población cuente con las necesidades y características establecidas.
- Debido a lo referido por la teoría en beneficio del desarrollo de los niños, aplicar la propuesta tal cual como se plantea.

Futuros probables

- La aplicación de la propuesta puede generar efectos positivos sobre la contribución al desarrollo de las esferas, debido a que está orientada por métodos referenciados, apropiados para la edad.
- La propuesta puede ser adaptable para diferentes escuelas de formación deportiva sin importar su disciplina, que cuenten con una población acorde a las características y necesidades, y que estén en busca de la contribución integral de los niños.
- La edad en la que se encuentran los niños para el desarrollo de la propuesta es óptima, permitiendo generar una mayor efectividad en su aplicación.
- Para la valoración de los niños, los test propuestos brindan resultados fiables al momento de su aplicación.

Síntesis Diagnóstica

Para este apartado se toma inicialmente lo encontrado en el análisis documental realizado frente a las características y necesidades que se presentan en la edad establecida, el cual se realiza para dar orientación a los correspondientes contenidos que se pretenden presentar en la propuesta.

Con el fin de fortalecer dichos contenidos y que la propuesta esté mejor orientada frente a su futura aplicación y como se nombró en el apartado anterior, se realizan unos test en la

escuela ZIZU FC, los cuales son seleccionados para la valoración específica de los niños y la aproximación al contexto real.

Tomando las conclusiones obtenidas del análisis de resultados y el análisis documental realizado, se evidencia que lo encontrado en la teoría concuerda con lo que se encuentra en los resultados de los test. En cuanto a lo que corresponde al desarrollo motriz se denota la necesidad del trabajo de habilidades motrices básicas, capacidades coordinativas y capacidades condicionales.

Capítulo V. Presentación de la Propuesta

Título de la propuesta

Guía didáctico-metodológica de experiencias motrices para la iniciación deportiva con enfoque integral

Justificación

El diseño de la presente guía didáctico-metodológica surge a partir de la necesidad de disminuir las consecuencias negativas que se pueden presentar a raíz de un inadecuado proceso en la iniciación deportiva, dichas consecuencias se encuentran en el título de planteamiento del enunciado holopráxico expuestas por Tabernero, et al (2002).

Dentro de la formación deportiva de los niños, la iniciación es una etapa base que contribuye a la consolidación de los procesos posteriores a esta, además es clave para que el niño pueda sentir un gusto hacia el deporte y lo motive a continuar con su vida deportiva.

Es de gran importancia tener en cuenta las características que los niños presentan en la edad establecida para la propuesta (7 años), debido a que, en esta, se pronuncia de manera significativa una maduración la cual se acerca a su punto máximo, tanto que llega a asemejarse a la de un adulto. Por lo tanto, es fundamental brindarles a los niños diferentes estímulos que respondan a las necesidades que se presentan en este momento de vida.

También, se orientará por medio de un proceso de planificación, el cual pretende enfocar las sesiones al desarrollo de las esferas de formación y a la aplicación de experiencias motrices enfocadas en diferentes modalidades deportivas. Ya que se pretende no caer en una especialización deportiva temprana y permitir que los niños puedan vivenciar una alta variedad de deportes, que a su vez le contribuirán a su desarrollo integral, además les facilitará una toma de decisión consciente al momento de escoger un deporte en una etapa posterior.

Finalidad y Metas

Finalidad

Contribuir a la iniciación deportiva con enfoque integral en los niños de 7 años por medio de las unidades didácticas que contengan experiencias motrices deportivas para el desarrollo de las esferas de formación.

Metas

- Establecer contenidos para la iniciación deportiva con base a las características, intereses y necesidades de los niños de 7 años.
- Desarrollar las unidades didácticas por medio de metodologías, modelos y estilos de enseñanza-aprendizaje
- Ofrecer experiencias motrices a los niños por medio de juegos simplificados, juegos pre deportivos y juegos polivalentes.
- Realizar un control y seguimiento constante del proceso de los niños mediante un grupo de test psicomotriz y de capacidades físicas.

Descripción de la Propuesta***Consideraciones principales***

Con las Unidades Didácticas que se proyectarán en esta guía, se presentarán unas consideraciones o lineamientos generales para que cada E.F.D las adapte a su proceso y así mismo tenga un mayor efecto sin perder fiabilidad. Por lo tanto, con estas consideraciones se busca dar una guía de por qué, cómo y dónde se debe ejecutar cada unidad didáctica para facilitar su comprensión.

Niños. Se debe tener un grupo de niños que esté dentro de la edad de los 7 años, por tal motivo como se menciona en la propuesta, está acorde la edad a las características reflejadas allí y la búsqueda de la solución de sus necesidades.

- La cantidad mínima por sesión debe ser de 6 niños y la cantidad máxima debe ser de 12, con el fin de permitir la agrupación 2, 3, 4 y 6, y así puedan tener un espacio ideal y la posibilidad de varias variaciones.

- Los juegos, actividades y ejercicios que se proyectaron en las unidades están diseñados para niños en condiciones óptimas de realizarlas, se puede en algún momento realizar una adaptación en algún caso especial, siempre y cuando esta cumpla con el objetivo establecido por la unidad didáctica correspondiente.

Espacio/tiempo/infraestructura. Es muy importante el espacio que se le brindara a los niños al momento de ejecutar una unidad, ya que este debe contar con los siguientes aspectos a mencionar:

- Cantidad de mts, teniendo en cuenta las diferencias experiencias a realizar, debe ser para 12 niños como mínimo de 20 mts de longitud hasta 50 mts x 15 mts de ancho hasta 30 mts.

- Panorama de posibles riesgos con el fin de determinar dónde y cuándo puede ocurrir un imprevisto, y así evitarlo al máximo.

- Sitio adecuado para la práctica (canchas).

- Estado del clima en condiciones favorables y de menor riesgo para los niños.

- Horario que facilite su llegada y el acompañamiento de sus acudientes.

Materiales/instrumentos. Los materiales que se usan para los niños deben ser acorde a su edad, asimismo, cada deporte establece unos lineamientos para los materiales a usar, por eso se aconseja tener presente:

- Tamaño
- Peso
- Facilidad de obtener

Algunos instrumentos que deben tener los educadores son:

- Cronómetro
- Pañoleta azul

Unidad Didáctica. Este es un formato el cual permite realizar las sesiones de cada clase con el fin de programar los objetivos a cumplir y cómo se van a cumplir. Por lo tanto, cada unidad tiene:

- Datos básicos de la sesión.
- Objetivo general y específico
- Contenidos de la sesión
- Modelo pedagógico y estilo de enseñanza aprendizaje a usar.
- Materiales de la clase.

Partes de la sesión.

i. Parte presentación: corresponde al tiempo empleado para saludar y dar introducción de qué se hará en la clase, asimismo oportunidad de conocer el estado de entrada de los niños.

ii. Parte inicial: corresponde al tiempo empleado para preparar el cuerpo a la parte central, consta de calentamiento y coordinación.

iii. Parte central: corresponde al tiempo empleado para ejecutar el temario escogido para la sesión y cumplir los objetivos propuestos, es una de las partes más importantes de la sesión ya que es donde se toman las decisiones más importantes para generar ese aprendizaje necesario.

iv. Parte final: corresponde al tiempo empleado para regular el cuerpo y devolverlo al estado normal, asimismo, y muy importante para realizar las retroalimentaciones de cada sesión y permitir la participación de los niños y su construcción del conocimiento.

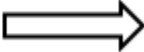
- Organización: Es la distribución del espacio a usar por medio de un gráfico que permita el día de la ejecución entender cómo debemos ubicar cada niño y objeto dentro del espacio. También dentro de este ítem se establece un sub-ítem de higiene, el cual permite que el educador establezca unas normas para la ejecución de la clase, esto para el beneficio de los niños y hoy en día el control sanitario.

- Descripción: Es donde se explicará a detalle cada juego, actividad o ejercicio a realizar, como, cuando y donde, así mismo de establecer las normas pedagógicas y el estilo de enseñanza a usar.

- Dosificación: Cada parte de la sesión tiene un tiempo establecido y esta se divide en cada juego, actividad o ejercicio, por lo tanto, este ítem busca darnos las pautas para el cambio o el descanso de cada una, asimismo se considera pertinente que las sesiones para los niños de 7 años de edad estén entre 60 min y 120 min.

Tabla 5.

Cuadro de convenciones unidad didáctica.

Palabra	Símbolo
Niño	
Cono	
Platillo	
Lazo	
Balón de fútbol	
Pelota	
Aro	
Dirección de movimiento	
Profesor	
Estacas	
Colchonetas	



Fuente: Elaboración propia.

Funcionamiento y fases

Programación. Para obtener una mejor organización del proceso de iniciación deportiva en los niños de 7 años, se ha elegido la planificación que se presenta en un ciclo anual, el cual a su vez estará conformado por periodos, macrociclos o mesociclos, microciclos y unidades didácticas. Esta secuencia se establece con el fin de “permitir organizar en mejores condiciones el proceso de entrenamiento” como lo menciona Jurguen Weineck (2005, p. 57).

En la estructura del ciclo anual, se encuentran los datos de rigor como lo son: Educador deportivo, modalidad, población, edad, tipo de planificación, tipo de entrenamiento, etapa y año. Seguido a estos aparecen los periodos activos y de vacaciones, estos a su vez están conformados por los meses, microciclos y fechas de entreno y descanso, que irán organizados de manera lineal, completando así un año de entrenamiento. Por último aparece la relación entre volumen e intensidad con su respectivo porcentaje, además de las esferas de formación y dos casillas de diagnóstico inicial y competición, que al ser marcadas con una x en una fecha respectiva, indicarán que se llevarán a cabo.

Periodos. Es importante resaltar que los contenidos escogidos para que se desarrollen a lo largo de este ciclo de entrenamiento han sido previamente estudiados y responden a las necesidades y características de la población, además que los periodos establecidos en esta periodización responden a los momentos de vacaciones que presentan los niños a lo largo del año escolar, es por esta razón que este ciclo se divide en cuatro períodos activos y cuatro de vacaciones.

Por último, cabe aclarar que por cada periodo se presenta una competición, que permitirá evidenciar de manera activa y lúdica los alcances obtenidos por los niños y así identificar el desarrollo de las esferas de formación deportiva que ellos han presentado gracias a las experiencias motrices deportivas brindadas en las unidades didácticas. Sumado a que estas competencias distribuidas en los diferentes periodos del ciclo anual, generan un ambiente de mayor amenidad y eficacia en cuanto al desarrollo integral y el entrenamiento deja de verse meramente como un fin.

Los periodos que componen el ciclo anual se evidencian a continuación:

Periodo I.

 UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL FACULTAD DE EDUCACIÓN	Educador deportivo:	Gonzalez Vanegas Gerson German						Población		
		León Castañeda Diego Alejandro								
		Rey Moreno Brayan Alexander								
		Nomesque Bautista Paula Daniela								
	Modalidad	Fútbol						Edad		
Periodo I										
Periodos	Vacaciones	Periodo I								
Mesociclo	I	II			III					
Tipo de mesociclo	Descanso	Familiarización			Familiarización II					
Mes	Enero	Febrero			Marzo					
Microciclo		I	II	III	I	II	III	IV	I	
Fechas										
Entreno		2	2	2	2	2	2	2	2	2
Descansos		5	5	5	5	5	5	5	5	5
Diagnostico inicial		X								
E. condicional y psicomotriz		X								
Competición								X		
Socioafectivo			Interacción	Interacción	Interacción	Interacción	Interacción			Motivación
Psicomotriz			Desplazamiento	Desplazamiento	Desplazamiento	Desplazamiento	Actividad Acuática			Saltos
Condicionales			Resistencia Base	Resistencia Base	Resistencia Base	Resistencia Base	Movilidad Activa			Movilidad Activa
Cognitivo			Pensamiento	Pensamiento	Pensamiento	Memoria	Causa - Efecto			Causa - Efecto

Periodo II.

	Tipo de planificación			Etapa				
		Plurianual			Iniciación deportiva			
	Tipo de entrenamiento	Colectivo		Año	2021			

Periodos II								
IV		V					VI	
ntegro		Afianzamiento					Afianzamiento	
bril		Mayo					Jun	
III	IV	I	II	III	IV	V	I	II
2	2	2	2	2	2	2	2	2
5	5	5	5	5	5	5	5	5
								x
							x	
Interacción	Interacción	Motivación	Motivación	Autonomía	Autonomía	Motivación		
Saltos	Saltos	Giros	Giros	Giros	Actividad Acuática	Manejo y Control		
Resistencia Base	Resistencia Base	Resist Base + Mov Activa	Resist Base + Mov Activa	Fuerza Rapida	Fuerza Rapida	Fuerza Rapida		
Causa - Efecto	Metacognicio	Categorizaci	Categorizaci	Categorizaci	Memoria	Seriación - Inferencia		

Periodo III.

Periodo III												
VII		VIII					IX					
Integro		Aprestamiento motor					Profundización					
Julio		Agosto					Septiembre					
III	IV	I	II	III	IV	V	I	II	III	IV	I	
2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
										x		
Interacción	Interacción	Motivación	Motivación	Autonomía	Autonomía	Autonomía	Control emocional	Control emocional	Control emocional		Motivación	
Manejo y Control	Manejo y Control	Manejo y Control	Aprendiz. Motor	Regulación Motora	Adaptación y Reubicación	Actividad Acuática	Acoplamiento	Diferencia	Equilibrio		Orientación	
Resistencia Base	Resistencia Base	Resistencia Base	Movilidad Activa	Movilidad Activa	Movilidad Activa	Fuerza Rápida	Fuerza Rápida	Fuerza Rápida	Movilidad Activa		Movilidad Activa	
Seriación - Inferencia	Seriación - Inferencia	Metacognición	Razonamiento Ind - Ded	Razonamiento Ind - Ded	Razonamiento Ind - Ded	Memoria	Conservación	Conservación	Conservación		Metacognición	

Periodo IV.

Periodo IV							
X			XI				
Reintegro y transitorio			Evaluativo				
Octubre			Noviembre			Diciembre	
III	IV	V	I	II	III		
2	2	2	2	2	2		
5	5	5	5	5	5		
					X		
				x			
Interacción	Razonamiento Moral	Razonamiento Moral	Motivación				
Ritmo	Reaccion	Adaptación a variaciones	Actividad Acuática				
Fuerza Rapida	Velocidad	Velocidad	Velocidad				
Numero y Matematica	Numero y Matematica	Numero y Matematica	Memoria				

Mesociclo. En cuanto a este apartado se toma como referencia únicamente el primer mesociclo a modo de ejemplo, con el fin de que sea fácilmente adaptado por el profesional a cargo de la programación en la E.F.D.

 UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL SECRETARÍA DE EDUCACIÓN	Educador deportivo:	Gonzalez Vargas Gerson Germán			Población	Niños	Tipo de planificación	Plurianual		
		León Castellada Diego Alejandro						Etapa	Iniciación	
		Rey Moreno Brayan Alexander								
		Nomesque Bautista Paula Daniela								
	Modalidad	Fútbol	Edad	7 años	Tipo de entrenamiento	Colectivo	Año	2021		
General: Familiarizar al niño con el medio con el cual tendrá contacto con el fin de generar un acercamiento. Específicos: Realizar un diagnóstico inicial por medio de test acordes a la edad. Permitir que el niño pueda tener un acercamiento con el espacio, materiales y compañeros.										
Objetivos										
Día	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	%	Domingo	%	
Microdido I	Descanso	Descanso	Descanso	Descanso	Descanso	Test de Boomerang	20	Test de Velocidad (Test de Galton y 20 mt Lanzados)	30	
						TGMD-2 Locomotoras	40	Test de Fuerza (Salto horizontal y Lanzamiento con balón medicinal)	30	
						TGMD-2 Manipulación de objetos	40	Test de Resistencia (1000 mt)	20	
								Test de Flexibilidad (Test de Wells)	20	
Día	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	100%	Domingo	100%	
Microdido II	Descanso	Descanso	Descanso	Descanso	Descanso	Interacción	30	Interacción	25	
						Desplazamiento	30	Desplazamiento	30	
						Resistencia base	20	Resistencia base	20	
						Pensamiento espacial	20	Pensamiento espacial	20	
Día	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	100%	Domingo	100%	
Microdido III	Descanso	Descanso	Descanso	Descanso	Descanso	Interacción	25	Interacción	25	
						Desplazamiento	30	Desplazamiento	30	
						Resistencia base	20	Resistencia base	20	
						Pensamiento espacial	25	Pensamiento espacial	25	
							100%		100%	
Observaciones										

Unidad didáctica. Está conformada por aspectos como: nombre del profesor o entrenador, población, número de sesión, lugar, fecha, objetivo general, objetivos específicos, contenidos, materiales, modelo pedagógico y estilo de enseñanza aprendizaje, parte inicial, principal y final, observación y retroalimentación. Además, la guía se encuentra compuesta por 16 unidades didácticas, ubicadas de forma no secuencial en cada uno de los períodos

Unidad didáctica 3.

 UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL	Educador deportivo	Consejo Rector: Yvonne García Torres, Encarnación Lora de Cárdenas de Trujillo, Alejandro Rodríguez Alarcón, Rey Montiel, Pablo Pineda, Norma Angélica Rodríguez											
Publicación	Tercera	Sexta	2013										
Lugar	Parque Chaparrón	Período/mes/año			1-2								
Objetivos	Objetivo general: Fortalecer la habilidad control básica de desplazamiento en un espacio de movimiento apropiado que permita la construcción al desarrollo de las habilidades técnicas que integran el fútbol.												
	Objetivos específicos (contenidos): Acondicionar un ambiente adecuado que a través del uso de una drible de control correspondiente, permita a los niños desarrollar en el proceso de formación de patrones.												
Contenidos	<table><tr><td>EMBAZACIÓN</td><td>20%</td></tr><tr><td>DESPLAZAMIENTO</td><td>20%</td></tr><tr><td>CONTROL BÁSICO</td><td>20%</td></tr><tr><td>CONTROL BÁSICO: SUPERIOR</td><td>20%</td></tr></table>	EMBAZACIÓN	20%	DESPLAZAMIENTO	20%	CONTROL BÁSICO	20%	CONTROL BÁSICO: SUPERIOR	20%				
EMBAZACIÓN	20%												
DESPLAZAMIENTO	20%												
CONTROL BÁSICO	20%												
CONTROL BÁSICO: SUPERIOR	20%												
Materiales	12 pelotas, 8 balones, 6 conos, 2 pelotas pequeñas												
Medios	Contenidos temáticos: Organización de actividades y actividades de juegos												
Parte de la sesión	Organización	Desarrollo			Resultados								
Presentación de	Exposición de la sesión	Saludo y bienvenida a través de juego "palito pegajoso". Se hace un círculo con los niños y se invita que pisen una pelota de su tamaño, como si...			25'								
Parte principal	Exposición de la sesión				1. 5' + 2' 2. 4' + 2'								
	Exposición de la sesión	1. Warming up: Saludo a lo alto a los niños y bienvenida a la sesión del día. 2. Activación: con canción de desplazamiento. Se realiza con diferentes canciones, por parte de los niños, que obedezcan a la letra de la canción y, cuando lo indica. 3. Metodología: Se desarrolla a través de un fútbol en el cual se utilizan conos y pelotas, que permitan la construcción del sistema locomotor.											
Exposición de la sesión	Exposición de la sesión	El sistema locomotor: Unifémico, bifémico, cuadrípodo, hexápodo de locomoción. Materiales: 2 pelotas pequeñas, 2 conos, 12 pelotas.											
Parte principal	Exposición de la sesión	Metodología	Nuevas pedagogías	Desarrollo de la sesión									
		Juegos recreativos Juegos deportivos	1.- No se utiliza el espacio de desarrollo, se realiza en el espacio de desarrollo. 2.- Se realiza en el espacio de desarrollo, se realiza en el espacio de desarrollo. 3.- Se realiza en el espacio de desarrollo, se realiza en el espacio de desarrollo. 4.- Se realiza en el espacio de desarrollo, se realiza en el espacio de desarrollo. 5.- Se realiza en el espacio de desarrollo, se realiza en el espacio de desarrollo. 6.- Se realiza en el espacio de desarrollo, se realiza en el espacio de desarrollo. 7.- Se realiza en el espacio de desarrollo, se realiza en el espacio de desarrollo. 8.- Se realiza en el espacio de desarrollo, se realiza en el espacio de desarrollo. 9.- Se realiza en el espacio de desarrollo, se realiza en el espacio de desarrollo. 10.- Se realiza en el espacio de desarrollo, se realiza en el espacio de desarrollo. 11.- Se realiza en el espacio de desarrollo, se realiza en el espacio de desarrollo. 12.- Se realiza en el espacio de desarrollo, se realiza en el espacio de desarrollo.	1. Juego del reloj: Se colocan 12 pelotas formando un círculo con los niños, los niños están en la mitad del círculo y en el centro que el profesor indique el número de la hora y los niños deben desplazarse a esta hora.	1.- 3' + 1' +								

Unidad didáctica 9.

	El docente del pívoto		Omarillo, Yungá y Guaraní Urbana Línea Católica de Diego Abad de Hays y Alberto Rey Mera Paralelo: Tercero de Secundaria	
	Publicación	Título	Sesión	Obj
	Lugar	Parque Chiriquito	Periodicidad de sesión	1:1
Objetivos	Objetivo general: Fortalecer la habilidad en la toma de decisiones en situaciones que permitan el desarrollo de la cultura de la decisión que corresponde a la zona. Objetivo específico: Fortalecer la toma de decisiones que involucra el trabajo en equipo y la pareja. Objetivo final: Trabaja la toma de decisiones que involucra la toma de decisiones en la zona y el juego. Objetivo cognitivo: Desarrollar la toma de decisiones que involucra la toma de decisiones en la zona y el juego.			
	Contenidos	Temas	Temas	Temas
Metodología	1. Juegos, 2. Juegos, 3. Juegos, 4. Juegos, 5. Juegos, 6. Juegos, 7. Juegos, 8. Juegos, 9. Juegos, 10. Juegos, 11. Juegos, 12. Juegos, 13. Juegos, 14. Juegos, 15. Juegos, 16. Juegos, 17. Juegos, 18. Juegos, 19. Juegos, 20. Juegos, 21. Juegos, 22. Juegos, 23. Juegos, 24. Juegos, 25. Juegos, 26. Juegos, 27. Juegos, 28. Juegos, 29. Juegos, 30. Juegos, 31. Juegos, 32. Juegos, 33. Juegos, 34. Juegos, 35. Juegos, 36. Juegos, 37. Juegos, 38. Juegos, 39. Juegos, 40. Juegos, 41. Juegos, 42. Juegos, 43. Juegos, 44. Juegos, 45. Juegos, 46. Juegos, 47. Juegos, 48. Juegos, 49. Juegos, 50. Juegos, 51. Juegos, 52. Juegos, 53. Juegos, 54. Juegos, 55. Juegos, 56. Juegos, 57. Juegos, 58. Juegos, 59. Juegos, 60. Juegos, 61. Juegos, 62. Juegos, 63. Juegos, 64. Juegos, 65. Juegos, 66. Juegos, 67. Juegos, 68. Juegos, 69. Juegos, 70. Juegos, 71. Juegos, 72. Juegos, 73. Juegos, 74. Juegos, 75. Juegos, 76. Juegos, 77. Juegos, 78. Juegos, 79. Juegos, 80. Juegos, 81. Juegos, 82. Juegos, 83. Juegos, 84. Juegos, 85. Juegos, 86. Juegos, 87. Juegos, 88. Juegos, 89. Juegos, 90. Juegos, 91. Juegos, 92. Juegos, 93. Juegos, 94. Juegos, 95. Juegos, 96. Juegos, 97. Juegos, 98. Juegos, 99. Juegos, 100. Juegos, 101. Juegos, 102. Juegos, 103. Juegos, 104. Juegos, 105. Juegos, 106. Juegos, 107. Juegos, 108. Juegos, 109. Juegos, 110. Juegos, 111. Juegos, 112. Juegos, 113. Juegos, 114. Juegos, 115. Juegos, 116. Juegos, 117. Juegos, 118. Juegos, 119. Juegos, 120. Juegos, 121. Juegos, 122. Juegos, 123. Juegos, 124. Juegos, 125. Juegos, 126. Juegos, 127. Juegos, 128. Juegos, 129. Juegos, 130. Juegos, 131. Juegos, 132. Juegos, 133. Juegos, 134. Juegos, 135. Juegos, 136. Juegos, 137. Juegos, 138. Juegos, 139. Juegos, 140. Juegos, 141. Juegos, 142. Juegos, 143. Juegos, 144. Juegos, 145. Juegos, 146. Juegos, 147. Juegos, 148. Juegos, 149. Juegos, 150. Juegos, 151. Juegos, 152. Juegos, 153. Juegos, 154. Juegos, 155. Juegos, 156. Juegos, 157. Juegos, 158. Juegos, 159. Juegos, 160. Juegos, 161. Juegos, 162. Juegos, 163. Juegos, 164. Juegos, 165. Juegos, 166. Juegos, 167. Juegos, 168. Juegos, 169. Juegos, 170. Juegos, 171. Juegos, 172. Juegos, 173. Juegos, 174. Juegos, 175. Juegos, 176. Juegos, 177. Juegos, 178. Juegos, 179. Juegos, 180. Juegos, 181. Juegos, 182. Juegos, 183. Juegos, 184. Juegos, 185. Juegos, 186. Juegos, 187. Juegos, 188. Juegos, 189. Juegos, 190. Juegos, 191. Juegos, 192. Juegos, 193. Juegos, 194. Juegos, 195. Juegos, 196. Juegos, 197. Juegos, 198. Juegos, 199. Juegos, 200. Juegos, 201. Juegos, 202. Juegos, 203. Juegos, 204. Juegos, 205. Juegos, 206. Juegos, 207. Juegos, 208. Juegos, 209. Juegos, 210. Juegos, 211. Juegos, 212. Juegos, 213. Juegos, 214. Juegos, 215. Juegos, 216. Juegos, 217. Juegos, 218. Juegos, 219. Juegos, 220. Juegos, 221. Juegos, 222. Juegos, 223. Juegos, 224. Juegos, 225. Juegos, 226. Juegos, 227. Juegos, 228. Juegos, 229. Juegos, 230. Juegos, 231. Juegos, 232. Juegos, 233. Juegos, 234. Juegos, 235. Juegos, 236. Juegos, 237. Juegos, 238. Juegos, 239. Juegos, 240. Juegos, 241. Juegos, 242. Juegos, 243. Juegos, 244. Juegos, 245. Juegos, 246. Juegos, 247. Juegos, 248. Juegos, 249. Juegos, 250. Juegos, 251. Juegos, 252. Juegos, 253. Juegos, 254. Juegos, 255. Juegos, 256. Juegos, 257. Juegos, 258. Juegos, 259. Juegos, 260. Juegos, 261. Juegos, 262. Juegos, 263. Juegos, 264. Juegos, 265. Juegos, 266. Juegos, 267. Juegos, 268. Juegos, 269. Juegos, 270. Juegos, 271. Juegos, 272. Juegos, 273. Juegos, 274. Juegos, 275. Juegos, 276. Juegos, 277. Juegos, 278. Juegos, 279. Juegos, 280. Juegos, 281. Juegos, 282. Juegos, 283. Juegos, 284. Juegos, 285. Juegos, 286. Juegos, 287. Juegos, 288. Juegos, 289. Juegos, 290. Juegos, 291. Juegos, 292. Juegos, 293. Juegos, 294. Juegos, 295. Juegos, 296. Juegos, 297. Juegos, 298. Juegos, 299. Juegos, 300. Juegos, 301. Juegos, 302. Juegos, 303. Juegos, 304. Juegos, 305. Juegos, 306. Juegos, 307. Juegos, 308. Juegos, 309. Juegos, 310. Juegos, 311. Juegos, 312. Juegos, 313. Juegos, 314. Juegos, 315. Juegos, 316. Juegos, 317. Juegos, 318. Juegos, 319. Juegos, 320. Juegos, 321. Juegos, 322. Juegos, 323. Juegos, 324. Juegos, 325. Juegos, 326. Juegos, 327. Juegos, 328. Juegos, 329. Juegos, 330. Juegos, 331. Juegos, 332. Juegos, 333. Juegos, 334. Juegos, 335. Juegos, 336. Juegos, 337. Juegos, 338. Juegos, 339. Juegos, 340. Juegos, 341. Juegos, 342. Juegos, 343. Juegos, 344. Juegos, 345. Juegos, 346. Juegos, 347. Juegos, 348. Juegos, 349. Juegos, 350. Juegos, 351. Juegos, 352. Juegos, 353. Juegos, 354. Juegos, 355. Juegos, 356. Juegos, 357. Juegos, 358. Juegos, 359. Juegos, 360. Juegos, 361. Juegos, 362. Juegos, 363. Juegos, 364. Juegos, 365. Juegos, 366. Juegos, 367. Juegos, 368. Juegos, 369. Juegos, 370. Juegos, 371. Juegos, 372. Juegos, 373. Juegos, 374. Juegos, 375. Juegos, 376. Juegos, 377. Juegos, 378. Juegos, 379. Juegos, 380. Juegos, 381. Juegos, 382. Juegos, 383. Juegos, 384. Juegos, 385. Juegos, 386. Juegos, 387. Juegos, 388. Juegos, 389. Juegos, 390. Juegos, 391. Juegos, 392. Juegos, 393. Juegos, 394. Juegos, 395. Juegos, 396. Juegos, 397. Juegos, 398. Juegos, 399. Juegos, 400. Juegos, 401. Juegos, 402. Juegos, 403. Juegos, 404. Juegos, 405. Juegos, 406. Juegos, 407. Juegos, 408. Juegos, 409. Juegos, 410. Juegos, 411. Juegos, 412. Juegos, 413. Juegos, 414. Juegos, 415. Juegos, 416. Juegos, 417. Juegos, 418. Juegos, 419. Juegos, 420. Juegos, 421. Juegos, 422. Juegos, 423. Juegos, 424. Juegos, 425. Juegos, 426. Juegos, 427. Juegos, 428. Juegos, 429. Juegos, 430. Juegos, 431. Juegos, 432. Juegos, 433. Juegos, 434. Juegos, 435. Juegos, 436. Juegos, 437. Juegos, 438. Juegos, 439. Juegos, 440. Juegos, 441. Juegos, 442. Juegos, 443. Juegos, 444. Juegos, 445. Juegos, 446. Juegos, 447. Juegos, 448. Juegos, 449. Juegos, 450. Juegos, 451. Juegos, 452. Juegos, 453. Juegos, 454. Juegos, 455. Juegos, 456. Juegos, 457. Juegos, 458. Juegos, 459. Juegos, 460. Juegos, 461. Juegos, 462. Juegos, 463. Juegos, 464. Juegos, 465. Juegos, 466. Juegos, 467. Juegos, 468. Juegos, 469. Juegos, 470. Juegos, 471. Juegos, 472. Juegos, 473. Juegos, 474. Juegos, 475. Juegos, 476. Juegos, 477. Juegos, 478. Juegos, 479. Juegos, 480. Juegos, 481. Juegos, 482. Juegos, 483. Juegos, 484. Juegos, 485. Juegos, 486. Juegos, 487. Juegos, 488. Juegos, 489. Juegos, 490. Juegos, 491. Juegos, 492. Juegos, 493. Juegos, 494. Juegos, 495. Juegos, 496. Juegos, 497. Juegos, 498. Juegos, 499. Juegos, 500. Juegos, 501. Juegos, 502. Juegos, 503. Juegos, 504. Juegos, 505. Juegos, 506. Juegos, 507. Juegos, 508. Juegos, 509. Juegos, 510. Juegos, 511			

Unidad didáctica 15.

[illegible]

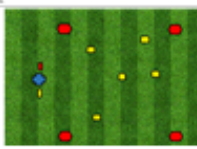
Unidad didáctica 17.

	El desarrollo del partido		Consejo: Víctor García Linares, Luis García de Diego, Alejandro Rodríguez, Alejandro Rey, Manuel Rodríguez, Francisco Rodríguez	
	Publicación	Temas	Sección	n.º
	Equipo	Parque Chaves	Periodismo deportivo	El 4
Objetivos	Objetivo general: Evaluar la habilidad control básica de fútbol en su ejecución motriz ante un balón que presenta la condición de fútbol de calle de las escuelas de formación que corresponden al fútbol.			
	Objetivo específico: Facilitar la comprensión de los juegos que se realizan en el fútbol de calle y su ejecución.			
	Objetivo específico: Trabajar la comprensión de los contenidos que se realizan en el fútbol de calle y su ejecución.			
Contenidos	Contenidos:			
	1. Fútbol de calle. 2. Fútbol de calle. 3. Fútbol de calle. 4. Fútbol de calle. 5. Fútbol de calle. 6. Fútbol de calle. 7. Fútbol de calle. 8. Fútbol de calle. 9. Fútbol de calle. 10. Fútbol de calle. 11. Fútbol de calle. 12. Fútbol de calle. 13. Fútbol de calle. 14. Fútbol de calle. 15. Fútbol de calle. 16. Fútbol de calle. 17. Fútbol de calle. 18. Fútbol de calle. 19. Fútbol de calle. 20. Fútbol de calle. 21. Fútbol de calle. 22. Fútbol de calle. 23. Fútbol de calle. 24. Fútbol de calle. 25. Fútbol de calle. 26. Fútbol de calle. 27. Fútbol de calle. 28. Fútbol de calle. 29. Fútbol de calle. 30. Fútbol de calle. 31. Fútbol de calle. 32. Fútbol de calle. 33. Fútbol de calle. 34. Fútbol de calle. 35. Fútbol de calle. 36. Fútbol de calle. 37. Fútbol de calle. 38. Fútbol de calle. 39. Fútbol de calle. 40. Fútbol de calle. 41. Fútbol de calle. 42. Fútbol de calle. 43. Fútbol de calle. 44. Fútbol de calle. 45. Fútbol de calle. 46. Fútbol de calle. 47. Fútbol de calle. 48. Fútbol de calle. 49. Fútbol de calle. 50. Fútbol de calle. 51. Fútbol de calle. 52. Fútbol de calle. 53. Fútbol de calle. 54. Fútbol de calle. 55. Fútbol de calle. 56. Fútbol de calle. 57. Fútbol de calle. 58. Fútbol de calle. 59. Fútbol de calle. 60. Fútbol de calle. 61. Fútbol de calle. 62. Fútbol de calle. 63. Fútbol de calle. 64. Fútbol de calle. 65. Fútbol de calle. 66. Fútbol de calle. 67. Fútbol de calle. 68. Fútbol de calle. 69. Fútbol de calle. 70. Fútbol de calle. 71. Fútbol de calle. 72. Fútbol de calle. 73. Fútbol de calle. 74. Fútbol de calle. 75. Fútbol de calle. 76. Fútbol de calle. 77. Fútbol de calle. 78. Fútbol de calle. 79. Fútbol de calle. 80. Fútbol de calle. 81. Fútbol de calle. 82. Fútbol de calle. 83. Fútbol de calle. 84. Fútbol de calle. 85. Fútbol de calle. 86. Fútbol de calle. 87. Fútbol de calle. 88. Fútbol de calle. 89. Fútbol de calle. 90. Fútbol de calle. 91. Fútbol de calle. 92. Fútbol de calle. 93. Fútbol de calle. 94. Fútbol de calle. 95. Fútbol de calle. 96. Fútbol de calle. 97. Fútbol de calle. 98. Fútbol de calle. 99. Fútbol de calle. 100. Fútbol de calle.			
Materiales	15 años, 6 años, 3 balones.			
Metodología	Estrategias de enseñanza y aprendizaje de contenidos.			
Parte inicial	Organización		Desarrollo	
	Organización: Espacio 5m x 5m.		Desarrollo:	
Parte principal	Organización: Espacio 5m x 5m.		Desarrollo:	
	Organización: Espacio 5m x 5m.		Desarrollo:	
Parte final	Organización: Espacio 5m x 5m.		Desarrollo:	
	Organización: Espacio 5m x 5m.		Desarrollo:	

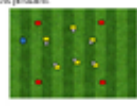
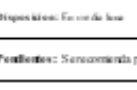
Unidad didáctica 21.

[illegible]

Unidad didáctica 25.

	El docente de educación física		Consejo: Yampara Comuna Urbana Centro Cultural de Yampara Rector: Alexander Ray Montano Paula Dorela Nieves de Borja	
	Publicación	Unidad	Sección	12
	Lugar	Parque Chacopaya	Período de estudio	15
Objetivos	Objetivo general: Fortalecer la habilidad motriz básica de jugar en un espacio de movimiento a través de actividades que promuevan la coordinación al desarrollar las técnicas de formación que corresponden al niño.			
	Objetivo específico: Fortalecer la autonomía mediante juegos que involucren la destreza propia.			
	Objetivo físico: Trabaja la fuerza rápida en destrezas que involucren saltos en altura.			
	Contenidos	Autonomía Fuerza Fuerza Rápida Categorización	30% 30% 20% 20%	
Materiales	4 tarjetas de diferentes colores, 12 platillos, 4 conos, 8 balones, 4 colchonetas.			
Modelo	Constructivista: Resolución de problemas, aprendizaje de tareas.			
Parte de la sesión	Organización	Desarrollo		Des finalización
Parte inicial	Espado 10m x 10m Disposición: 	1. Bienvenida: Saludo calido a los niños y bienvenida a la sesión del día. 2. No vidad: Se realiza entre los integrantes del grupo, cada niño recordará un movimiento de los que se trabajaron en la sesión anterior. El docente realizará apoyo para que los movimientos se desarrollen en el orden adecuado y con su correcta ejecución. 3. Activación calorífica: En el espacio demarcado se hacen desplazamientos de activación (ejm: balanceo a la zola, desplazamiento lateral) de un extremo al otro, el docente tendrá tarjetas de colores, y cada una hará referencia a un giro establecido, cuando se muestre alguna de las tarjetas los niños deberán saltar en el puesto el giro correspondiente y después, continuar (ejm: tarjeta roja: giro de 180 grados). Una de las tarjetas deberá ser para elección propia, es decir el niño ejecuta el giro que desea.		1. 5' + 5' 2. 5' + 5' 3. 5' + 5'
	Elementos personales: Uniforme, hidratación, bloqueador, elemento de bioseguridad. Materiales: 4 tarjetas de diferentes colores, 4 platillos.			
Parte principal	Espado: 10m x 10m Disposición: 	Metodología Juegos mixtos: juegos por deportivos	Desarrollo de la sesión 1. Superando la línea: Se realizará a través de líneas, entre ellas, por conos, en cada línea se ubicará al inicio y al final del recorrido una colchoneta. Se realizarán recorridos con desplazamiento en puntas de pies, manteniendo el equilibrio en línea recta y el niño deberá realizar un rollo lateral en la colchoneta (lateral) y un rollo dorsal en la colchoneta final. El docente explicará la correcta ejecución y acompañará el recorrido. 2. Ponchados con penitencia: Un niño deberá poner a sus compañeros con un balón, cada niño que sea ponchado deberá salir del campo de juego hacer un giro (el que escople) para volver a entrar al juego. 3. Pista de obstáculos: En el espacio establecido se construirá una pista en la que los niños deberán pasar una serie de obstáculos que deben tener mal de una forma de cruzar (ejm: una viga la puede cruzar por arriba o por debajo). Se hace por equipos en forma de relevos en un extremo de la pista inicia un equipo en el otro extremo al otro equipo. 4. Paseos, avanos y gigantes: Se realizarán recorridos por parejas, de un extremo al otro del área delimitada alternando cada 6 m en dos tipos de desplazamiento, uno	
	Elementos personales: Uniforme, hidratación. Materiales: 12 platillos, 4 conos, 8 balones, 4 colchonetas.			
Parte final	Espado: 10m x 10m Disposición: En círculo libre	Desarrollo de la sesión: Se realiza entre los integrantes del grupo, cada niño recordará un entrenamiento de los que se trabajaron en la sesión anterior. El docente realizará apoyo para que los movimientos se desarrollen en el orden adecuado y con su correcta ejecución. Se realiza retroalimentación de la sesión en la que los niños expresan como se sintieron.		10'
Finalización: Se recomienda por parte del docente a los niños y a sus padres el desarrollo de actividades en casa, con el fin de fortalecer el aprendizaje en la sesión.				
Observaciones				

Unidad didáctica 29.

	Educación deportiva		Unidades Temáticas Comunes Unidad Curricular de Educación Física Unidad Curricular de Educación Física y Deportiva Unidad Curricular de Educación Física y Deportiva	
	Prácticas	Temas	Unidades	20
	Lugar	Parque Chacopán	Procedimientos evaluativos	1:5
Objetivos	Objetivo general: Realizar un ejercicio físico que permita la mejora de la capacidad de los niños, mediante la realización de actividades que permitan la contribución al desarrollo de los valores de formación.			
	Objetivos específicos: Mejorar la capacidad de los niños para el desarrollo de la capacidad de los niños, mediante la realización de actividades que permitan la contribución al desarrollo de los valores de formación.			
	Contenidos	Metodología	20%	20%
		Contenidos	20%	20%
		Procedimientos	20%	20%
		Evaluación	20%	20%
Materiales	12 balones, 4 conos, 2 platos, 21 platos.			
Medios	Contenidos con 10 minutos de práctica y 10 minutos de teoría.			
Parte de la sesión	Organización	Descripción		Descripción
Parte inicial	Ejercicio 10m x 10m Descripción: 	1. Introducción: Saludo a todos los niños y bienvenida a la sesión de la día. 2. Motivación: Se realiza a través de los integrantes del grupo, cada uno se acerca a un cono y se le da un balón para que lo lance. El docente se acerca a cada uno de los conos y se le da un balón para que lo lance. El docente se acerca a cada uno de los conos y se le da un balón para que lo lance. 3. Activación: Se juega 1 o 2, cada uno de los niños se acerca a un cono y se le da un balón para que lo lance. El docente se acerca a cada uno de los conos y se le da un balón para que lo lance.		1. 15' 2. 15' 3. 10' + 5'
	Elementos personales: Uniforme, balones, platos, platos, platos, platos. Materiales: 12 balones, 4 conos, 2 platos, 21 platos.			
Parte principal	Ejercicio 10m x 10m Descripción:   	Metodología	Normas pedagógicas	Descripción de la sesión
	Elementos personales: Uniforme, balones, platos, platos, platos, platos. Materiales: 12 balones, 4 conos, 2 platos, 21 platos.	Juegos de reglas por equipos	1. Se lanza un balón en posición estática y luego hacia un punto de destino, se mide el tiempo que el balón tarda en llegar al punto. 2. Se lanza un balón en posición estática y luego hacia un punto de destino, se mide el tiempo que el balón tarda en llegar al punto. 3. Se lanza un balón en posición estática y luego hacia un punto de destino, se mide el tiempo que el balón tarda en llegar al punto. 4. Se lanza un balón en posición estática y luego hacia un punto de destino, se mide el tiempo que el balón tarda en llegar al punto. 5. Se lanza un balón en posición estática y luego hacia un punto de destino, se mide el tiempo que el balón tarda en llegar al punto. 6. Se lanza un balón en posición estática y luego hacia un punto de destino, se mide el tiempo que el balón tarda en llegar al punto. 7. Se lanza un balón en posición estática y luego hacia un punto de destino, se mide el tiempo que el balón tarda en llegar al punto. 8. Se lanza un balón en posición estática y luego hacia un punto de destino, se mide el tiempo que el balón tarda en llegar al punto. 9. Se lanza un balón en posición estática y luego hacia un punto de destino, se mide el tiempo que el balón tarda en llegar al punto. 10. Se lanza un balón en posición estática y luego hacia un punto de destino, se mide el tiempo que el balón tarda en llegar al punto. 11. Se lanza un balón en posición estática y luego hacia un punto de destino, se mide el tiempo que el balón tarda en llegar al punto. 12. Se lanza un balón en posición estática y luego hacia un punto de destino, se mide el tiempo que el balón tarda en llegar al punto.	1. 15' 2. 10' + 5' 3. 15' + 5' 4. 20'
Parte final	Ejercicio 10m x 10m Descripción: 	Se realiza un ejercicio de lanzamiento de balón, se mide el tiempo que el balón tarda en llegar al punto de destino. El docente se acerca a cada uno de los conos y se le da un balón para que lo lance. El docente se acerca a cada uno de los conos y se le da un balón para que lo lance. El docente se acerca a cada uno de los conos y se le da un balón para que lo lance.		15'
	Elementos personales: Uniforme, balones, platos, platos, platos, platos. Materiales: 12 balones, 4 conos, 2 platos, 21 platos.	Se realiza un ejercicio de lanzamiento de balón, se mide el tiempo que el balón tarda en llegar al punto de destino. El docente se acerca a cada uno de los conos y se le da un balón para que lo lance. El docente se acerca a cada uno de los conos y se le da un balón para que lo lance. El docente se acerca a cada uno de los conos y se le da un balón para que lo lance.		
	Observaciones:			

Unidad didáctica 35.

[illegible]

Unidad didáctica 47.

	Educador deportivo		Comité Organizador	
	Profesión		Forma	Forma
Lugar		Paseo Chiriquí		Período de validez
				10 días
Objetivos	Objetivo general: Estender la habilidad de natación básica a través de la cual se enseña a los niños a nadar y que permita la adquisición de los estilos de natación que corresponden a ellos.			
	Objetivo específico: Fortalecer la autonomía en natación juegos que involucren la natación propia.			
Contenidos	Objetivo físico: Trabajar la fuerza rápida mediante ejercicios que involucren saltos explosivos.			
	Objetivo cognitivo: Desarrollar la memoria en natación juegos que involucren actividades de colores o elementos específicos a recordar por los niños de sesiones anteriores.			
Materiales		4 cachonetas, 15 pelotas de colores, 8 aros de plástico.		
Método: enseñanza directa. Realización de prácticas y juegos de natación.				
Parte de la sesión		Desarrollo		
Ejercicio: Plancha para natación.		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio:		Desarrollo		
Ejercicio				

Unidad didáctica 53.

[illegible]

Unidad didáctica 57.

	El docente de fútbol		Luisito, Yariño y Gerson Gómez Erika Castañeda Diego Alvarado Royce Alvarado Roy Moreno Rocio, Diego, Simón y David	
	Publicación	Temas	Sección	oF
	Lugar	Parque Chaparral	Prácticas de estudio	III-10
Objetivos	Objetivo general: Fortalecer la capacidad de análisis de situaciones de juego que se dan durante el partido, para que pueda la actividad de desarrollo de las habilidades de los niños de formación que se presenten al niño.			
	Objetivo específico: Fortalecer la capacidad de análisis de situaciones de juego que se dan durante el partido, para que pueda la actividad de desarrollo de las habilidades de los niños de formación que se presenten al niño.			
Contenidos	Objetivo específico: Fortalecer la capacidad de análisis de situaciones de juego que se dan durante el partido, para que pueda la actividad de desarrollo de las habilidades de los niños de formación que se presenten al niño.			
	Contenidos			
Materiales	Contenidos			
	Contenidos			
Medios	Contenidos			
	Contenidos			
Parte de la sesión	Contenidos			
	Contenidos			
Parte inicial	Contenidos			
	Contenidos			
Parte principal	Contenidos			
	Contenidos			
Parte final	Contenidos			
	Contenidos			
Observaciones	Contenidos			
	Contenidos			

Unidad didáctica 59.

[illegible]

Unidad didáctica 63.

	Educador deportivo		González A Yaremya Gato de Gómez Ense-Castañeda Diego Alvarado Wazque-Alexander Rey Moreno Pardo-Diego Norberto Rodríguez								
	Población	Tallas	Sexo	edad							
	Lugar	Países Chicanos	Período de uso								
			7/9/10								
Objetivos	Objetivo general: Fortalecer la capacidad aeróbica a través de actividades de resistencia que promueva la coordinación y el uso de los recursos de fuerza que se requieren al niño. Objetivo específico: Desarrollar el razonamiento matemático mediante juegos que involucren trayectorias, repartición de material entre ellos. Objetivo final: Trabajar la velocidad mediante ejercicios que involucren desplazamientos rápidos. Objetivo cognitivo: Proponer una serie de juegos que cuenten con operaciones matemáticas y que su solución sea indispensable para alcanzar con el propósito de estos.										
	Criterios	<table><tr><td>Razonamiento lógico</td><td>30%</td></tr><tr><td>Participación activa</td><td>30%</td></tr><tr><td>Velocidad</td><td>20%</td></tr><tr><td>Número y Matemática</td><td>20%</td></tr></table>			Razonamiento lógico	30%	Participación activa	30%	Velocidad	20%	Número y Matemática
Razonamiento lógico	30%										
Participación activa	30%										
Velocidad	20%										
Número y Matemática	20%										
Material	12 conos, 4 platillos, 6 balones, 6 bolitas con pinpones de colores, pelotas hechas en casa.										
Metodología	Se utilizarán los recursos de los juegos, se utilizarán los recursos.										
Parte de la sesión	Organización		Descripción								
Parte inicial			1. Bienvenida: Saludo cordial a los niños y bienvenida a la sesión del día. 2. Movilidad articular: Se realiza entre los integrantes del grupo, cada niño recordará un movimiento de los que se trabajaron en la sesión anterior. 3. El docente realiza apoyo para que los movimientos se desarrollen en el orden adecuado y con su correcta ejecución. 4. A la rueda rueda: En el espacio del círculo se hacen desplazamientos de activación inicialmente en el sentido del reloj, el docente irá dando de variables de desplazamiento: caminar, trotar y de sentido hacia la izquierda, hacia atrás, los niños deberán cambiar rápidamente a la variable establecida sin detenerse.								
			1. 2 2. 4 + 2 3. 6 + 2								
Elementos personales: Uniforme, hidratación, bloqueador, elementos de bioseguridad. Materiales: 4 platillos.											
Compartir ideas y opiniones	Metodología		Normas pedagógicas								
Parte principal			1. Pongones a de colores: Cada niño tendrá una bolita de pinpones de un color específico asignado, deberá repartir de a un pinpon o dos para sus compañeros con el fin de que identifiquen la igualdad para todos. Ya con los pinpones repartidos, cada niño elegirá un punto de ubicación desde el cual con sus patadas, realizadas en casa, realizará golpes de drive y saques a los pinpones. 2. Sumas y corridas: Delimitando un punto de salida y diferentes puntos de llegada, se establecerá un número determinado por cada uno de los puntos de llegada. Los niños, estarán atentos a la suma que diga el docente y dependiendo del número del resultado los niños se desplazaran lo más rápido posible y en un desplazamiento establecido hacia su base correspondiente. Ejemplo: 2 + 2 = 4, correr hasta la base asignada al número 4. 3. Sumas y golpes: Se utilizarán 4 líneas delimitadas por conos, en cada línea se ubicará al inicio unos conos de pelota y al final del recorrido inicialmente una pelota que estará frente al arco. Los niños se ubicarán en los conos iniciales en los que deberán expresar con los conos de llegada la suma dada por el docente y su respuesta. Para poder iniciar el recorrido hasta el punto de llegada para el gol el niño deberá mover la suma. Se incluyen varios desplazamientos con y sin balón para llegar al punto de gol.								
	Elementos personales: Uniforme, hidratación. Materiales: Conos, 4 platillos, 6 balones, 6 bolitas con pinpones de colores, pelotas hechas en casa. Repetir los ejercicios.		1. 5 + 1 = 6 2. 5 + 1 = 6 3. 5 + 1 = 6 4. 5 + 1 = 6 5. 5 + 1 = 6 6. 5 + 1 = 6 7. 5 + 1 = 6 8. 5 + 1 = 6 9. 5 + 1 = 6 10. 5 + 1 = 6 11. 5 + 1 = 6 12. 5 + 1 = 6								
Parte final	Estrategias: Se realiza entre los integrantes del grupo, cada niño recordará un movimiento de los que se trabajaron en la sesión anterior. El docente realizará apoyo para que los movimientos se desarrollen en el orden adecuado y con su correcta ejecución. Se realiza retroalimentación de la sesión en la que los niños expresan como se sintieron.		80								
Presencia: Se recomienda por parte del docente a los niños y a sus padres el desarrollo de actividades en casa, así como la realización de ejercicios en la sesión.											
Observaciones:											

Unidad didáctica 67.

[illegible]

Personal Requerido

Se recomienda que para la adaptación de la guía a determinada E.F.D, se establezca un perfil de un profesional que cuente con conocimientos en las características, necesidades e intereses de la población establecida, aplicabilidad de los contenidos y metodologías acordes a la iniciación deportiva, manejo de herramientas de control y seguimiento del proceso de formación, y planteamiento de variadas experiencias motrices que brinden un enfoque integral.

Así mismo es importante realizar un trabajo en conjunto con especialistas en áreas como pediatría, psicología, nutrición, entre otros.

Estudio de Costos y Financiamiento

En cuanto a los costos y financiamiento se establece que dependen de cada E.F.D, con total autonomía en la obtención, ya sea a partir de matrículas, mensualidades o patrocinios, y en el manejo de estos mismos recursos. Lo anterior en pro de asumir costos de profesores, espacios y otros requerimientos dentro de la aplicación y mantenimiento para cada E.F.D.

Capítulo VI. Discusión de resultados

Factibilidad del modelo propuesto

La factibilidad, se entiende como el análisis en datos detallados para el desarrollo de la propuesta expuesta con anterioridad. Según Hurtado (2000) se debe determinar si los recursos y la tecnología para la futura ejecución de la propuesta están disponibles, además de contar con una infraestructura y personal adecuados. Para lo anterior se realiza un análisis de factores sobre la propuesta didáctico metodológica:

Tabla 6.

Factibilidad de la investigación.

Factores Positivos	Factores Negativos
Los contenidos y metodologías están basados en las características propias de las edades establecidas y a las que va dirigida la propuesta.	Resultados variables debido a contextos externos en los que los niños se desenvuelven.
El tiempo que se establece en la propuesta, permite desarrollar una gran cantidad de contenidos.	Escuelas de formación deportiva no interesadas en la propuesta

Presenta un proceso de estímulo en las esferas socioafectiva, cognitiva, física y psicomotriz que permite la contribución al desarrollo integral de los niños.

El incumplimiento a la asistencia a las sesiones por factores externos

Desarrollo de una intervención con otros aspectos de investigación a desarrollar.

La propuesta puede ser adaptable para diferentes escuelas de formación deportiva sin importar su disciplina y que estén en busca de la contribución integral de los niños.

Fuente: Elaboración propia.

Con lo anterior se evidencia el cumplimiento de requisitos que hacen factible en general la propuesta didáctico metodológica, en cuanto a sostenibilidad, orientación, tiempo y recursos.

Control y evaluación de procesos

Según Hurtado (2000), las limitaciones se determinan en cuanto a los obstáculos que se presentaron a lo largo del proceso investigativo y sus alcances con este. Por lo tanto, se desarrolló y reconoció los aspectos que pudieron ser limitantes a la hora de desarrollar esta propuesta de investigación. Para comenzar, dentro del proceso se presentó un déficit en documentos investigativos que hablaran acerca de una propuesta alternativa que facilita un desarrollo integral en los niños desde todas las esferas, así mismo, no se encontró una propuesta o alternativa a la enseñanza de las E.F.D que abordara el paso a paso para lograr dicho aprendizaje, esto ayudó a identificar tal problema para abordarlo como una propuesta investigativa. En segunda instancia los documentos seleccionados para determinar contenidos y metodologías se quedaban un poco cortos con la información para generar este aprendizaje en el niño, el cual obstaculiza el proceso de investigación ya que no había un insumo claro para ejecutar.

Con lo anterior, el proceso del diagnóstico aplicado se vio afectado por pocos protocolos y resultados confiables para establecer una relación entre los niños de las E.F.D ZIZU F.C y los demás; para lograr este diagnóstico se debe buscar una E.F.D que facilitara, un grupo, tiempo, intervención, toma de datos y comprensión de eso, entonces, esto causó que por tiempos de pandemia se dificultará la obtención del grupo de recolección de datos, que si bien se pudo conseguir, no se pudo realizar intervención por cierres constantes, dificultad de intervención, protocolos de aforo y permisión de implementación del nuevo proceso metodológico, lo cual conlleva a hacer un producto netamente desde la teórica hacia las E.F.D pero sin una prueba de veracidad.

Con respecto a los alcances obtenidos, el desarrollo del proceso de investigación permitió acercarse a un grupo en específico y realizarle un diagnóstico satisfactorio que permitió extraer datos que determinaron la necesidad con relación a la teórica ya descrita, asimismo, efectuar un paso a paso de las unidades didácticas desde los intereses, necesidades y gustos de los niños de la E.F.D ZIZU F.C, y por ende permitir que estos fueran adaptados a cada E.F.D bajo unos parámetros establecidos del proceso de enseñanza aprendizaje. Para finalizar, este proceso de investigación logra presentar una alternativa para E.F.D y su posible mejora para que el proceso de enseñanza aprendizaje sea más objetivo.

Para comprender mejor lo anterior mencionado se realiza una matriz FODA:

Tabla 7.

Matriz FODA

Fortalezas	Oportunidades	Debilidades	Amenazas
Variedad de documentos de desarrollo infantil	Pocos documentos que especifiquen la enseñanza para favorecer el desarrollo integral desde la variabilidad de los deportes	No aplicación de la propuesta	Poco interés de una propuesta alternativa en la E.F.D
Grupo de investigadores con varias experiencias deportivas	Pocos documentos que mencionen el desarrollo de las esferas de manera integral y desde el deporte	Grupo pequeño de investigación (muestra) no-probabilístico	E.F.D no interesadas en la propuesta
Gran interés y ganas de cambiar el deporte infantil tradicional	Aumento de ganas de entrar a practicar un deporte desde pequeños	Dificultad de conseguir un grupo de niños de una E.F.D para la investigación	El deporte de rendimiento y su influencia desde la etapa de iniciación

El test aplicado y las matrices diseñadas permiten una recolección de datos más acertada	En las técnicas de recolección de datos se puede tomar datos más exactos y mejorar el proceso	Tiempo y distribución	Variabilidad de los resultados del diagnóstico
--	---	-----------------------	--

Fuente: elaboración propia.

Conclusiones

- Se logró desarrollar una investigación proyectiva, cumpliendo con los objetivos planteados inicialmente y fue de este modo que se consolidó de manera organizada el proyecto.
- El proceso investigativo llevado a cabo por los estudiantes, permitió una constante formación académica y aclaró el panorama sobre la metodología de la investigación holística utilizada para la construcción de este proyecto.
- Se realizó la revisión documental sobre la iniciación deportiva, la cual permitió describir de manera detallada las propuestas planteadas por otros autores.
- Se identificaron mediante un análisis documental los contenidos, metodologías y las herramientas de control y seguimiento para la iniciación deportiva, con las cuales se logra caracterizar de manera concreta a los niños de 7 años.
- La aplicación de los test de la esfera psicomotriz y de capacidades físicas se llevó a cabo de manera satisfactoria, sin embargo, en cuanto a las esferas cognoscitiva y socio

afectiva, a pesar de ser descritos en el documento, no fue posible su ejecución, debido a que la recomendación para realizarlos es que se deben desarrollar por profesionales en esta área.

- Se consolidó el cuerpo del proyecto compuesto por los objetivos, contenidos, estrategias didácticas y sistema de dirección de seguimiento, que facilitó la planificación de la guía pedagógica.
- La propuesta diseñada se encuentra en proceso de validación por parte de un par académico.
- Se cumplió con el diseño de la propuesta didáctico metodológica, que tiene como propósito la contribución a la iniciación deportiva con enfoque integral para los niños de 7 años, inicialmente en la escuela de formación deportiva ZIZU F.C. sin dejar de lado la posible adaptación que se puede realizar en las diferentes E.F.D. de Bogotá.
- Este proyecto queda abierto a futuras investigaciones tanto a nivel de pregrado como de posgrado con el fin de ejecutar la aplicación de la propuesta y de esta manera cumplir con la última fase planteada en la investigación proyectiva.

Validación

Para dar cumplimiento al último objetivo específico del proyecto, se realizó un proceso de validación con un par académico, experto en el tema de la iniciación deportiva, teniendo en cuenta criterios como la funcionalidad de la propuesta, calidad del diseño y su posible realización en los escenarios naturales. Lo anterior se ve reflejado en el anexo 6, en donde se adjunta la evidencia, en la cual se mencionan las recomendaciones, sugerencias y limitaciones a tener en cuenta para futuras investigaciones.

Referentes Bibliográficos

- Aceti, E., Castelli, L., Lopez, C., Mogni, J., Lamonedá, J., Ziagler, J., Heid, S. (2015). *Desarrollo social a través del deporte*. Ecuador: Universidad Simón Bolívar.
- Acosta, E. (2012). Iniciación y formación deportiva: una reflexión siempre oportuna. *Revista U.D.C.A Actualidad & Divulgación Científica*. Vol. 15, pp. 57-65.
- Alvarez, D. (2017). *Las escuelas de iniciación deportiva en el partido de Avellaneda*. Avellaneda: Memoria Académica.
- Avelar-Rosa, B., Figueiredo, A. (2009). La iniciación a los deportes de combate: Interpretación de la estructura del fenómeno lúdico luctatorio. *Revista de artes marciales asiáticas*. Vol. 4 (número 3), pp. 44-57.
- Avila, R., Prado, L., Gonzalez, E. (2007). *Dimensiones antropométricas de la población latinoamericana*. Universidad de Guadalajara. México.
- Ayan, C., Cancela, J., Sanchez, M., Carballo, A., Dominguez, F., Redondo, L. (2018). Fiabilidad y validez de la batería TGMD-2 en población española. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación Psicológica*. Vol. 1 (número 50), pp. 21-34.
- Batalla, A. (2000). *Habilidades motrices*. Barcelona: INDE.
- Braun, R. (2019). *La formalización de los Deportes de Combate como contenido de Educación Física*. Universidad Nacional La Plata.
- Bustamante, A. (2012). Valoración de la aptitud física en niños y adolescentes: Construcción de cartas percentilicas para la región central del Perú. *Revista peruana de medicina experimental y salud pública*. Vol 29 (número 2), pp. 188-197.
- Bustamante, C., Sanchez, J., Cabrera, C. (2017) *Motricidad y Cognición*. Armenia: Kinesis.

- Calderón, A., Valero, A., y Marmol, A. (2014). *La iniciación deportiva al atletismo*. En: A. Valero y A. Mármol, *Fundamentos del Atletismo: Claves para su enseñanza* (pp . 46-71). Madrid: Pila Teleña.
- Colado, J., Cortell, J. (2017) Evaluación en la enseñanza de las habilidades motrices básicas en el medio acuático: el equilibrio. Aspectos introductorios. *Journal of Human Sport and Exercise*. Vol. 2 (número 1), pp. 10-27.
- Congreso de Colombia. (1991). *Constitución Política de Colombia*. Artículo 52. Bogotá D.C.
- Congreso de Colombia. (1995). *Ley 181 del 18 de Enero de 1995*. Artículo 15. Bogotá D.C.
- Congreso de Colombia. (1995). *Ley 181 del 18 de Enero de 1995*. Artículo 16. Bogotá D.C.
- Corrales, H., Suarez, M. (2014). *La importancia de los juegos predeportivos en el mejoramiento de las habilidades motoras básicas requeridas en el aprendizaje del atletismo* (Tesis de pregrado). Universidad del Valle, Colombia.
- Cortez, N. (2018). Técnicas de enseñanza basadas en el modelo de desarrollo cognitivo. México: *Educación y humanismo*. Vol. 20 (número 35), pp. 74-95.
- Echeverry, J., García, D., Herrera, B., Valencia, W. (2020). *Desarrollo de las capacidades coordinativas en niños: efectos de entrenamiento en el patinaje*. Retos. Vol. 38, pp. 282-290.
- Gomez, C., García, J., Castillo, C. (2020). *Propuesta para la enseñanza-aprendizaje de las destrezas básicas del bicicross en niños de 8-10 años del club falcon race..* Recuperado de: <http://hdl.handle.net/20.500.12209/12311>.
- Granda, J., Alemany, I. (2002). *Manual de aprendizaje y desarrollo motor*. Barcelona: Paidós.
- Gutierrez, M. (2004). El valor del deporte en la educación integral del ser humano. *Revista de educación*. (número 335), pp. 105-126.

- Hernández, J. (1985). La enseñanza de los deportes. En VV.AA. *La educación física en las enseñanzas medias, teoría y práctica*. pp. 485-540. Barcelona: Editorial Paidotribo.
- Hurtado, J (2000). *Metodología de la investigación Holística*. Caracas: Fundación Sypal.
- Hurtado, J. (2012). *Metodología de la investigación, guía para una comprensión holística de la ciencia*. Bogotá: Quirón.
- Instituto Colombiano de la Juventud y el Deporte “COLDEPORTES”. (1991). *Resolución 001909 del 5 de Agosto de 1991. Artículo 1*. Bogotá D.C.
- IDRD (2009) *Resolución 299 del 14 de Julio de 2009. Artículo 5*. Bogotá D.C
- Instituto Colombiano de Bienestar familiar (2006) *Ley 1098 del 2006*. Bogota D.C.
- Jauregui y Ordoñez. (1993). *Aptitud física: Pruebas estandarizadas en Colombia*. MEN – COLDEPORTES.
- Lopez, P., Roldan, S., (2015). *Metodología de la investigación social cuantitativa*. Barcelona: Depósito digital de documentos, UAB.
- Martin, D., Nicolaus, J., Ostrowski, C., Rost, K. (2004). *Metodología general del entrenamiento infantil y juvenil*. Barcelona: Paidotribo.
- Martínez, E. (2002). *Pruebas de aptitud física*. Barcelona: Paidotribo.
- Mantilla, F. (2015). *Técnicas de muestreo, un enfoque a la investigación de mercados*. Ecuador: Editorial Universidad de las Fuerzas Armadas-ESPE
- McClenaghan, B. y Gallahue, D. (2001). *Movimientos fundamentales, su desarrollo y rehabilitación*. México D.F: Panamericana.
- Ministerio de salud y protección social. (2020). Resolución 1840 del 14 de octubre de 2020.
- Monge, M., Meneses, M. (2002). Instrumentos de evaluación del desarrollo motor. *Revista Educación*. Vol. 26 (número 1), pp. 155-168.

- Mosston, M., Ashworth, S. (1996). *La enseñanza de la educación física*. Barcelona: Paidós.
- Murcia, N., Taborda, J., & Angel, L. (2005). *Escuelas de formación deportiva y entrenamiento deportivo infantil*. Armenia: Kinesis.
- Natación. (s.f). Universidad de Alicante.
- Oliveira, J. (2009). Motricidad infantil: Las 10.000 horas. *Apunts educación física y deportes* (número 66), pp. 3-4.
- Ordoñez, K., Salazar, D. (2015) *Estudio de los beneficios de la natación en el desarrollo psicomotor en niños de entre 7-11 años de la unidad educativa Victor Gerardo Aguilar, en el año 2014*. (tesis de pregrado). Universidad de Cuenca, Cuenca, Ecuador.
- Ortiz, D. (2015). El constructivismo como teoría y método de enseñanza. Cuenca: *Sophia, Colección de Filosofía de la Educación*. (número 19). pp. 93-110.
- Papalia, D., Martorell, G. (2017). *Desarrollo humano*. México D.F.: McGraw-Hill.
- Rocha, A. (2009). *El aprendizaje motor: Una investigación desde las prácticas*. La Plata: Universidad Nacional.
- Rojas, I. (2011). Elementos para el diseño de técnicas de investigación: Una propuesta de definiciones, procedimientos de la investigación científica. *Tiempo de educar*. Vol. 12 (número 24). pp. 277-297.
- Ruiz, M. (2009). Nadar es la clave. *Lúdica pedagógica*.
- Sadurni, M., Rostan, C., Serrat, E. (2008). *El desarrollo de los niños, paso a paso*. Barcelona: UOC.
- Saldarriaga, G., Galvis J., Bautista, D., Sanabria E., Higuera J. (2009). *Ciclismo de ruta*. Colombia: Coldeportes.
- Sampieri, R. (2014). *Metodología de la Investigación*. México: Mc Grand Gill.

- Sarmiento, J. & Castillo, G. (2019). *Sistematización de experiencias investigativas de la práctica: Propuesta de una guía para la educación de la inteligencia emocional en Educación General Básica*. (tesis de pregrado). UNAE, Ecuador.
- Sanchez, J. (2008). *El Ciclismo Educativo en la edad Infantil*. EF Deportes: <https://www.efdeportes.com/efd119/el-ciclismo-educativo-en-edad-infantil.htm#:~:text=El%20ciclismo%20puede%20mejorar%20aspectos,%3A%20pies%2C%20manos%20y%20gl%C3%BAteos>.
- Secretaria de educación pública (2019). Motricidad en el medio acuático. Recuperado de: <https://www.cevie-dgespe.com/documentos/0233.pdf>
- Singer, R. (1986). *El aprendizaje de las acciones motrices en el deporte*. Barcelona: Hispano Europea.
- Sola, J. (2015). *Evaluación y análisis del desarrollo motriz en alumnos portugueses de educación básica*. (Tesis de pregrado). Universidad de Jaén, España.
- Tabernero, B., Marquez, S., Llanos, C. (2002). Elementos a analizar en el proceso de iniciación deportiva. *Retos. Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*. (número 1), pp. 9-15.
- Uribe, I. (1997). Iniciación deportiva y praxiología motriz. *Educación Física y Deporte*. Vol. 19 (número 2), pp. 69-74.
- Velasquez, Y. (2016). *Estimulación temprana y desarrollo cognitivo*. (Tesis de pregrado). Universidad Rafael Landivar, Guatemala.
- Wein, H. (2004). *Fútbol a la medida del niño*. Barcelona: Cedif.
- Weineck, J. (2005). *Entrenamiento total*. Barcelona: Paidotribo.

Zurlo de Mirotti, S., Casasnovas, O. (2003). Edad de iniciación deportiva. Óptimo momento psicofísico. *Archivos Argentinos de Pediatría*. Vol. 101 (número 4), pp. 296-311.

Anexos

Anexo 1. Formato: Consentimiento informado para proyectos de investigación

Vicerrectoría de Gestión Universitaria
Subdirección de Gestión de Proyectos – Centro de Investigaciones CIUP
Comité de Ética en la Investigación

En el marco de la Constitución Política Nacional de Colombia, la Ley Estatutaria 1581 de 2012 “Por la cual se dictan disposiciones generales para la protección de datos personales” y la Resolución 1642 del 18 de diciembre de 2018 “Por la cual se derogan las Resoluciones N°0546 de 2015 y N° 1804 de 2016, y se reglamenta el Comité de Ética en Investigación de la Universidad Pedagógica Nacional y demás normatividad aplicable vigente, se ha definido el siguiente formato de consentimiento informado para proyectos de investigación realizados por miembros de la comunidad académica considerando el principio de autonomía de las comunidades y de las personas que participan en los estudios adelantados por miembros de la comunidad académica.

Lo invitamos a que lea detenidamente el Consentimiento informado, y si está de acuerdo con su contenido exprese su aprobación firmando el siguiente documento:

PARTE UNO: INFORMACIÓN GENERAL DEL PROYECTO

Título del proyecto de investigación	Experiencias motrices deportivas, con enfoque integral, como contribución a la iniciación deportiva de niños de 7 años.
--------------------------------------	---

Resumen de la investigación	El presente proyecto busca estructurar una propuesta didáctica metodológica, que contribuya a la iniciación deportiva en edades de 7 años, por medio de un enfoque que comprenda todas las esferas de formación que componen al niño, esto a través de experiencias motrices deportivas expresadas en unidades didácticas.		
Descriptores claves del proyecto de investigación	Enfoque integral, iniciación deportiva, experiencias motrices deportivas, psicomotricidad.		
Descripción de los posibles beneficios de participar en el estudio	Conocer el nivel de desarrollo de los niños en cuanto a sus esferas de formación psicomotriz, biológica y física.		
Mencione la forma en que se socializarán los resultados de la investigación	Mediante un informe debidamente estructurado con los resultados de cada niño participe en el proyecto de investigación.		
Explicite la forma en que mantendrá la reserva de la información	Todas las actuaciones de los menores serán confidenciales, y mantenidas en estricta reserva. En las presentaciones y publicaciones de esta investigación, el nombre del menor de edad a su cargo no aparecerá asociados a ninguna opinión particular		
Datos generales del investigador principal	Nombre(s) y Apellido(s) : Diego Alejandro León Castañeda		
	N° de Identificación: 1022427511	Teléfono	3182945066
	Correo electrónico: dialeonc@upn.edu.co		

Dirección: Calle 39b bis # 68f-24 sur

PARTE DOS: CONSENTIMIENTO INFORMADO

Yo: _____

Identificado con Cédula de Ciudadanía _____, en representación de
 _____ con número de identificación
 _____.

Declaro que:

1. He sido invitado a participar en la investigación y de manera voluntaria he decidido hacer parte de este estudio.
2. He sido informado sobre los temas en que se desarrollará el estudio, han sido resueltas todas mis inquietudes y entiendo que puedo dejar de participar en cualquier momento si así lo deseo.
3. Sobre esta investigación me asisten los derechos de acceso, rectificación y oposición que podré ejercer mediante solicitud ante el investigador responsable, en la dirección de contacto que figura en este documento.
4. Conozco el mecanismo mediante el cual los investigadores garantizan la custodia y confidencialidad de mis datos.
5. La información obtenida de mi participación será parte del estudio y mi anonimato se garantizará. Sin embargo, si así lo deseo, autorizaré de manera escrita que la información personal o institucional se mencione en el estudio.
6. Autorizo a los investigadores para que divulguen la información y las grabaciones de audio, video o imágenes que se generen en el marco del proyecto y que no comprometan lo enunciado en el punto 4D.

En constancia, manifiesto que he leído y entendido el presente documento.

Firma,

Firma del participante (si aplica),

Nombre:

Identificación:

Fecha:

Con domicilio en la ciudad de: _____

Dirección: _____

Teléfono y N° de celular: _____

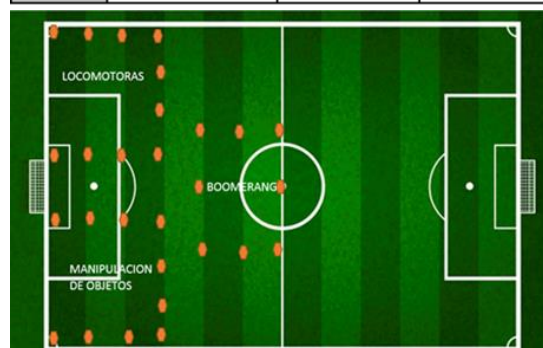
Correo electrónico: _____

La Universidad Pedagógica Nacional agradece sus aportes y su decidida participación

Anexo 2. Cuadro: Cronograma diagnóstico inicial pruebas coordinativas y condicionales

CRONOGRAMA DIAGNOSTICO INICIAL PRUEBAS COORDINATIVAS				
ESCUELA:	ZIZU FC	NOMBRE DEL DOCENTE FORMADOR:		
FECHA:	27/02/2021	OBJETIVO:	Realizar una evaluación diagnóstica a las 3 categorías, por medio de test con el fin de conocer el nivel de motricidad de los niños.	
HORA:	8:00 - 10:00 AM	Nº DE SESION: 1	Nº DE NIÑOS:	
CATEGORIAS:	Inicio, transición y pre-infantil	EDADES:	7 - 12 años	

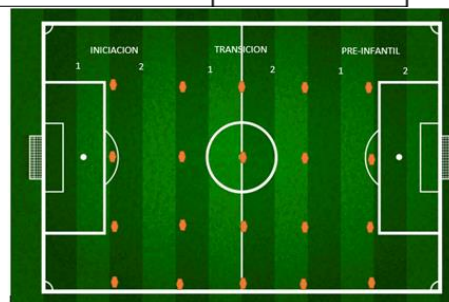
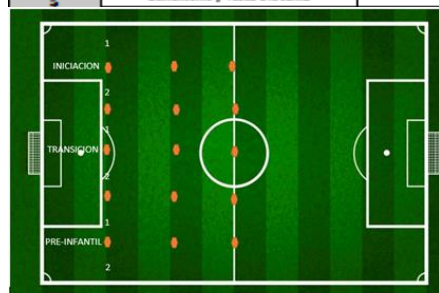
PORTE	TEMA/CONTENIDOS	DURACIÓN TIEMPO	ORGANIZACIÓN DE LAS ACTIVIDADES	OBSERVACIONES
INICIAL	Calentamiento	15 min		
CENTRAL	Aplicación pruebas TGMD-2 y Boomerang organizadas en 3 estaciones para hacer rotación	1 hora y 20 min	Boomerang: Habrá 10 niños en la estación, que se distribuirán en dos circuitos que trabajen al tiempo. Se organizan de a 5 niños por circuito, mientras el primer niño realiza el circuito los otros esperan en fila, una vez el niño finalice se formará nuevamente al final. Se deben realizar dos tomas por niño y se estima que en un total de 1 min de tiempo por niño para la realización de 1 circuito.	
			TGMD-2 Locomotoras: Habrá 10 niños en la estación, que se distribuirán en dos carriles que trabajen al tiempo. Se organizan de a 5 niños por carril, mientras el primer niño realiza la prueba los otros esperan en fila, una vez el niño finalice se formará nuevamente al final. Se harán dos repeticiones por cada prueba y se estima que en un total de 1 min de tiempo por niño para la realización de 1 prueba. Pruebas: Carrera, Galope, Salto a 1 pie, Salto con impulso, Salto largo y Galope lateral.	Revisar video de ejecución de las pruebas. Son necesarias 3 pruebas en esta estación
			TGMD-2 Manipulación de objetos: Habrá 10 niños en la estación, que se distribuirán en dos carriles que trabajen al tiempo. Se organizan de a 5 niños por carril, mientras el primer niño realiza la prueba los otros esperan en fila, una vez el niño finalice se formará nuevamente al final. Se harán dos repeticiones por cada prueba y se estima que en un total de 1 min de tiempo por niño para la realización de 1 prueba. Pruebas: Batear, botar, atrapar, patear, lanzar sobre la cabeza y lanzar rodando.	Revisar video de ejecución de las pruebas. Son necesarias 3 pruebas en esta estación
FINAL	Estiramiento y vuelta a la calma	15 min		
	Organización Material	10 min		



CRONOGRAMA DIAGNOSTICO INICIAL PRUEBAS CONDICIONALES				
ESCUELA:	E.E. FC		NOMBRE DEL DOCENTE FORMADOR:	
FECHA:	28/02/2021		OBJETIVO:	Realizar una evaluación diagnóstica a las 3 categorías, por medio de test con el fin de conocer el nivel de los niños en las diferentes capacidades condicionales.
HORA:	8:00 - 10:00 A.M	Nº DE SESIÓN: 1	Nº DE NIÑOS:	
CATEGORÍAS:	Iniciación, transición y pre-infantil		EDADES:	7 - 10 años

TOMA DE TALLA Y PESO	Se solicitará a los padres llegar con los niños a las 7:30 am con el fin de realizar la toma de la talla y el peso antes de ingresar a la sesión de clase.
----------------------	--

PORTE	TEMA/CONTENIDOS	DURACIÓN/TIEMPO	ORGANIZACIÓN DE LAS ACTIVIDADES	OBSERVACIONES
INICIAL	Calentamiento	15 min		
CENTRAL	Aplicación pruebas de velocidad, fuerza, resistencia y flexibilidad. Se realizarán las pruebas en ese orden.	20 min	<u>Velocidad:</u> Se divide al grupo en 6 carriles destinados a realizar dos pruebas (7 carriles destinados a cada prueba). El grupo se reparte en dos. Mientras unos hacen galletas los otros hacen 20 mts lanzados. Los niños se forman para realizar la prueba y una vez la terminen se volverán a formar al final de la fila. Se deben hacer 2 tomas por niño en cada prueba. <u>Pruebas:</u> Tom de Galón y 20 mts lanzados.	
		20 min	<u>Fuerza:</u> Se divide al grupo en 6 carriles destinados a realizar dos pruebas (7 carriles destinados a cada prueba). El grupo se reparte en dos. Mientras unos hacen salto horizontal los otros hacen lanzamiento con balón medicinal. Los niños se forman para realizar la prueba y una vez la terminen se volverán a formar al final de la fila. Se deben hacer 2 tomas por niño en cada prueba. <u>Pruebas:</u> Salto horizontal y lanzamiento con balón medicinal.	
		20 min	<u>Resistencia:</u> Se organizarán grupos de 6 niños que amarrarán en intervalos de cada 2 min. Se deben realizar 5 vueltas en media cancha y sin parar. Cada grupo tiene un profesor asignado para la toma de tiempos y hay una vez finalizado del tiempo de las vueltas para dar la señal. Se realiza solo 1 tomas por niño. <u>Pruebas:</u> 1000 mts	
		20 min	<u>Flexibilidad:</u> Se organizarán en 3 grupos y cada grupo tendrá un cajón para la toma de test. Los niños se forman para realizar la prueba y una vez la terminen se volverán a formar al final de la fila. Se deben hacer 2 tomas por niño en cada prueba. <u>Pruebas:</u> Tom de Udd.	
FINAL	Retiramiento y vuelta a la calma	15 min		



Anexo 3. Cuadro: Listado de materiales pruebas coordinativas y condicionales

MATERIALES			
PRUEBAS COORDINATIVAS		PRUEBAS CONDICIONALES	
PRUEBA	MATERIALES	PRUEBA	MATERIALES
Boomerang	2 balón medicinal, 2 colchonetas, 6 cajones de plinto o vallas de salto y cronómetros.	Sprint de 20 mt	6 conos o platillos y 3 cronómetros
Carrera.	4 conos o platillos y 18 mt de espacio libre.	Test de Galton	3 sillas con respaldo, 3 picas o bastones graduados en centímetros de unos 60 cm de largo, debiendo estar graduada a partir del tercio inferior hacia arriba
Galope	4 conos o platillos y 7.5 mt de espacio libre	Test de Wells	3 bancos suecos o cajones sobre el que se apoya una tabla milimetrada o regla
Salto a 1 pie	4 conos o platillos y min 4.5 mt de espacio libre	Salto horizontal	3 cintas métricas, platillos (con el objeto de marcar el lugar de caída)
Salto sobre un objeto	Min 6 mt de espacio libre, 4 conos o platillos y 2 implementos cuadrado de 10 cm ²	Lanzamiento de balón medicinal	3 balones medicinales de 3kg
Salto largo	Cinta para demarcar y min 3 mt de espacio libre	1000 mt	Cronómetros
Galope lateral	4 conos o platillos y min 7.5 mt de espacio libre	PRUEBAS BIOLÓGICAS	
Batear	2 pelotas livianas, dos soporte para bateo y dos bates de plástico	Peso	Bacula
Botear	2 balones de baloncesto y superficie plana y dura	Talla	Cinta métrica
Atrapar	Min 4.5 mt de espacio libre y 2 pelotas de juego de 10 cm aprox		
Patear	2 pelotas de 20 a 25 cm, espacio libre de 9 mt y cinta para demarcar		
Lanzar sobre la cabeza	2 pelotas de tenis y 6 mt de espacio libre		
Lanzar rodando.	2 pelotas de softball, 4 conos o platillos, cinta para demarcar y 7,5 mt de espacio libre		
Total materiales		Total materiales	
2 balón medicinal, 2 colchonetas, 6 cajones de plinto o vallas de salto y cronómetros 4 conos o platillos, 2 implementos cuadrado de 10 cm ² o conos 2 pelotas livianas, dos soporte para bateo, dos bates de plástico, 2 balones de baloncesto o que reboten bien, 2 pelotas de juego de 10 cm aprox, 2 balones, 4 conos o platillos, cinta para demarcar		6 conos o platillos, 3 cronómetros, 3 sillas con respaldo, 3 picas o bastones graduados en centímetros de unos 60 cm de largo, debiendo estar graduada a partir del tercio inferior hacia arriba, 3 bancos suecos o cajones sobre el que se apoya una tabla milimetrada o regla, 3 cintas métricas, platillos (con el objeto de marcar el lugar de caída), 3 balones medicinales de 3kg, 3 basculas, 3 cintas métricas.	

Anexo 4. Cuadro: Panorama de riesgos pruebas coordinativas y condicionales

Panorama de Riesgos	
Imprevistos	Que hacer en caso de
Accidentes	En caso de que se presente algún accidente dentro de la ejecución de los test o pruebas se procederá actuar dependiendo el tipo de accidente que sufra el practicante, si el accidente es "leve" se procederá a realizar la atención correspondiente con el botiquin de primeros auxilios; si el accidente es "grave" se hará acompañamiento del practicante asumiendo el papel de primer respondiente mientras se solicita y llega ayuda profesional, esto con el fin de que la jornada continúe con lo estipulado.
Desastre natural	En caso de presentarse un desastre natural, se hará la evacuación de los participantes por la respectiva salida de emergencia y se les llevará hacia el punto de encuentro establecido; posteriormente atendida la emergencia se les informará a los participantes que la jornada se realizará el fin de semana siguiente correspondiente a los días 6 y 7 de marzo en el mismo lugar.
Lluvia	En caso de que se presente una lluvia se les informará a los participantes que la jornada se realizará el fin de semana siguiente correspondiente a los días 6 y 7 de marzo en el mismo lugar.
Protocolo de bioseguridad	Para la participación en la jornada, se debe cumplir con los protocolos establecidos por el IDRD y ZIZU FC, en cuanto al uso del tapabocas, la debida desinfección y el distanciamiento social.

Anexo 5. Tablas: Resultados Test y Pruebas coordinativas y condicionales

No.	Edad	Fecha de nacimiento	Talla (cm)	Peso (Kg)
1	7	02/10/2013	129	28,9
2	8	21/01/2013	134	40
3	6	27/03/2014	122	21,8
4	7	30/04/2013	128	34,9
5	7	22/07/2013	116	23,5
6	7	20/08/2013	115	19,9
7	8	17/01/2013	126	39,5

No.	Locomocion	Manipulacion
1	31	43
2	36	44
3	41	44
4	29	31
5	44	45
6	38	30
7	21	27

No.	Boomerang (s)		20 mt lanzados (s)		Galton (cm)	
1	30,33	29,46	4,44	4,50	21	21
2	28,34	29,93	3,54	4,30	17	21
3	29,93	33,71	3,98	3,95	45	32
4			5,20	4,27	52	33,5
5	42,17	40,39	4,14	4,31	24	18
6	35,97	26,89	5,15	5,95	16	25,5
7	35,79	59,81	5,85	4,94	30,2	22

No.	Salto horizontal (cm)		Lanzamiento de balón (cm)		1000 mt (min)	Wells (cm)	
1	79	89	175	169	7,48	2	3
2	84	94	202	193	8,41	1	5
3	104	94	134	114	6,45	0	1
4	119	100	220	201	7,01	-12	0
5	101	100	89	80	7,45	4,5	6
6	72	87	178	167	8,07	-6	-3
7	108	97	106	136	6,41	-21	-12

Anexo 6. Evidencia de validación de la propuesta

CONSTANCIA DE VALIDACIÓN PROPUESTA METODOLÓGICA

En atención al documento de proyecto denominado EXPERIENCIAS MOTRICES DEPORTIVAS, CON ENFOQUE INTEGRAL, COMO CONTRIBUCIÓN A LA INICIACIÓN DEPORTIVA DE NIÑOS DE 7 AÑOS, presentado por: Brayan Alexander Rey Moreno; Diego Alejandro León Castañeda; Gerson German González Vanegas; Paula Daniela Nomesque Bautista, me permito informar que, una vez realizada la revisión del mismo, **se aprueba bajo los siguientes considerandos:**

Se recomienda:

1. Revisar el enunciado o pregunta problema: Si preguntan por el cómo, ya lo tienen resuelto: es la propuesta. Podría pensarse en los efectos que esa propuesta de enfoque integral producirá en los niños de 7 años durante su iniciación deportiva (?)
2. Revisar los objetivos específicos en atención al objeto de intervención, (se sugieren estos tres) es decir:
 - a. Identificar las características del enfoque integral en la iniciación deportiva.
 - b. Determinar la o las estructuras posibles de diseño del enfoque integral en propuesta didáctico-metodológica.
 - c. Validar la propuesta....
3. Incluir perspectiva pedagógica del proyecto; se hace muy necesaria, especialmente cuando se trata de iniciación deportiva. Además, los autores son pedagogos en formación
4. Se recomienda organizar el cuerpo teórico del trabajo. 179 páginas pueden ser demasiado.
5. La propuesta metodológica presentada es clara.

En tanto al plan:

Falta el objetivo del mesociclo. Son niños que demandan más formas jugadas que fortalezcan sus patrones básicos. Las unidades a aplicar corresponden a niños de 7 años, es importante revisar si el tiempo adecuado son 120 minutos o menos. Diseñar un protocolo de aplicación de la prueba que señale que se desea medir, cómo se medirá y cuál será el baremo. La base de las prácticas debe ser el juego. Revisar que las actividades coincidan con los objetivos, especialmente socio-afectivos y cognitivos. Se recomienda considerar retroalimentación asociada al comportamiento, la higiene y los estilos de vida saludable (seguro no todos llegarán a ser deportistas profesionales). Recomendar al niño tareas motrices para realizar en casa (asiste el fin de semana solamente). Priorizar la formación motriz con base en las capacidades coordinativas sobre la preparación físico-atlética.

Se refrenda para los fines que los autores han solicitado

Atentamente,



José Luis Forero Rodríguez
Docente Lic. Educación Física
79389999