

FORTALECIMIENTO DE LAS HABILIDADES BASICAS MOTORAS CORRER,
SALTAR Y LANZAR POR MEDIO DE JUEGOS TRADICIONALES EN LOS NIÑOS Y
NIÑAS DE 5 A 10 AÑOS DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SOCHAQUIRA ABAJO
SEDE GUAQUIRA - GUAYATÁ “BOYACÁ”

ANGELA PATRICIA BARRERA GUERRERO

UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL

CENTRO VALLE DE TENZA

LICENCIATURA EN EDUCACIÓN FÍSICA DEPORTE Y RECREACIÓN

SUTATENZA

2014

FORTALECIMIENTO DE LAS HABILIDADES BASICAS MOTORAS CORRER, SALTAR
Y LANZAR POR MEDIO DE JUEGOS TRADICIONALES EN LOS NIÑOS Y NIÑAS DE 5
A 10 AÑOS DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SOCHAQUIRA ABAJO SEDE
GUAQUIRA - GUAYATÁ “BOYACÁ”

ANGELA PATRICIA BARRERA GUERRERO

Trabajo de grado para optar por el título de
Licenciada en educación física deporte y recreación

Asesor de trabajo de grado:

JOSE BAUTISTA ULLOA ALVARADO

UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL

CENTRO VALLE DE TENZA

LICENCIATURA EN EDUCACIÓN FÍSICA DEPORTE Y RECREACIÓN

SUTATENZA

2014

Nota de aceptación

Firma del presidente del jurado

Firma del jurado

DEDICATORIA

A mi familia y a todas las personas que me apoyaron durante mi carrera y permitieron que llegara donde estoy por el apoyo que siempre me brindaron y que gracias a ellos pude culminar una etapa de formación profesional de mi vida.

AGRADECIMIENTOS


Hoy quiero darle gracias a Dios por darme la sabiduría y entendimiento de haber podido culminar mi carrera satisfactoriamente y por permitirme ser una persona con anhelos e ilusiones.

A mis padres y hermanos por su apoyo incondicional durante toda mi carrera.

A mi novio Andrés Coba quien desde el primer momento de mi carrera estuvo ahí para apoyarme y no dejarme desfallecer.

A la familia Coba Mahecha quien me brindó un apoyo incondicional desde el primer momento de mi carrera.

Al docente José Bautista Ulloa Alvarado quien más que un docente una gran persona y un gran amigo que llegó para apoyar y lograr llevar a cabo todo mi proceso investigativo con el cual cumplimos una meta más en el largo camino de la vida.

 UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL <small>REALIDAD AL SERVICIO</small>	FORMATO	
	RESUMEN ANALÍTICO EN EDUCACIÓN - RAE	
Código: FOR020GIB	Versión: 01	
Fecha de Aprobación: 10-10-2012	Página 6 de 123	

1. Información General	
Tipo de documento	Trabajo de grado
Acceso al documento	Universidad Pedagógica Nacional. Biblioteca Central
Título del documento	Fortalecimiento de las habilidades básicas motoras correr, saltar y lanzar por medio de juegos tradicionales en los niños y niñas de 5 a 10 años de la institución educativa Sochaquira abajo sede Guaquira - Guayatá "Boyacá"
Autor(es)	Angela Patricia Barrera Guerrero
Director	Mg. José Bautista Ulloa Alvarado
Publicación	Universidad Pedagógica Nacional, Centro Valle de Tenza, Sutatenza (Boyacá).
Unidad Patrocinante	Universidad Pedagógica Nacional Centro Valle De Tenza
Palabras Claves	Habilidades básicas motoras, correr, saltar, lanzar, juegos tradicionales.

2. Descripción
<p>Este proyecto consiste en diseñar una cartilla que permita fortalecer las habilidades básicas motoras correr, saltar y lanzar a través de juegos tradicionales en los niños y niñas de 5 a 10 años de la institución educativa sochaquira abajo sede Guaquira - Guayatá "Boyacá". La cartilla consta de cuatro unidades donde en la primera unidad se trabajara activación neuromuscular, en la segunda unidad se trabajara la habilidad del correr, en la tercera unidad la habilidad del saltar y en la última unidad se trabajara la habilidad del lanzar en estas tres últimas unidades se trabajaran los juegos tradicionales y algunos juegos didácticos, todos estos juegos se plantearon teniendo en cuenta las</p>

circunstancias del contexto donde se desarrollara dicha cartilla.

3.Fuentes

Bibliografía 19 autores

4.Contenidos

El proyecto como primera medida tendrá una introducción donde se hará un breve recuento de lo que ha sido el proyecto, seguido de esto una justificación, después tendremos todo lo que es el marco de referencia donde van estar el marco teórico, marco conceptual marco contextual los cuales son los que le dan el soporte más importante a lo que es el proyecto, tendremos una metodología basada en un enfoque cuali-cuantitativo, un alcance correlacional y un proceso metodológico cuasi-experimental, por ultimo tendremos lo que es la cartilla de juegos tradicionales para mejorar las habilidades básicas motoras correr, saltar y lanzar.

En este proyecto se realizó un test de juegos tradicionales para mejorar las habilidades básicas motoras correr, saltar, lanzar donde se pudo concluir que los niños mejoraron en más de un 70% de sus habilidades.

5.Metodología

Esta propuesta se desarrolla bajo una metodología basada en un enfoque cuali-cuantitativo, un alcance correlacional y un proceso metodológico cuasi-experimental

6. Conclusiones

- Los juegos tradicionales son una estrategia que nos sirve para la mejora de un buen desarrollo motor en los niños(as).
- El test de inicio nos sirvió para identificar el nivel de desarrollo en el que se encontraban los niños(as) en cuanto a las habilidades básicas motoras correr, saltar y lanzar. Así mismo, se caracterizó los juegos tradicionales de la región que aportaran al buen fortalecimiento de dichas habilidades.
- Durante un periodo se realizaron una serie de juegos tradicionales para fortalecer las habilidades básicas motoras (correr, saltar y lanzar) en los niños y a la hora de realizarles el test final nos pudimos dar cuenta que los niños han mejorado en más de un 50% en cuanto a sus habilidades básicas motoras.
- Se diseñó una cartilla de juegos tradicionales para mejorar las habilidades básicas motoras correr, saltar y lanzar

Elaborado por:	Angela Patricia Barrera Guerrero		
Revisado por:	José Bautista Ulloa Alvarado		
Fecha de elaboración del Resumen:	02	12	2014

TABLA DE CONTENIDO

INTRODUCCIÓN.....	12
JUSTIFICACIÓN	13
1. DEFINICIÓN DEL PROBLEMA	14
1.1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	14
1.1.1 Análisis del problema.....	18
1.1.3. PREGUNTA PROBLEMA	19
1.2 ANTECEDENTES DEL PROBLEMA.....	20
1.2.1. ANTECEDENTES (INVESTIGACIONES DE TIPO LOCAL-VALLE DE TENZA)	20
2. OBJETIVOS:.....	21
2.1. OBJETIVO GENERAL.....	21
2.2. OBJETIVOS ESPECIFICOS.....	21
3. MARCO REFERENCIAL	22
3.1. MARCO TEORICO:	22
3.1.1. HABILIDADES BASICAS MOTORAS:.....	22
3.1.1.1 CORRER:	23
3.1.1.2 SALTAR:	24
3.1.1.3 LANZAR:.....	24
3.1.2 JUEGOS TRADICIONALES:.....	26
3.1.2.1 JUEGOS TRADICIONALES DE COLOMBIA.....	27
3.1.2.2 JUEGOS TRADICIONALES DE BOYACA	28
3.2 MARCO CONCEPTUAL.....	29
3.2.1 DESARROLLO MOTRIZ:	29
3.2.3 HABILIDAD.....	30
3.2.4 JUEGO.....	30
3.2.6 ENFOQUE CUALI-CUANTITATIVO	31
3.2.7 ALCANCE CORRELACIONAL	31
3.2.8 PROCESO METODOLÓGICO CUASI-EXPERIMENTAL.....	31
3.3 MARCO LEGAL.....	33
3.4 MARCO CONTEXTUAL	39

3.4.1 GUAYATÁ – BOYACÁ	39
3.4.2 ESCUELA GUAQUIRA – GUAYATÁ	43
4. METODOLOGIA DE LA INVESTIGACIÓN.....	44
4.1 ENFOQUE DE LA INVESTIGACIÓN	44
4.2 ALCANCE DE LA INVESTIGACIÓN.....	44
4.3 PROCESO METODOLÓGICO.....	44
4.5 INSTRUMENTOS DE INVESTIGACIÓN	45
5. PROPUESTA PEDAGÓGICA	46
5.1. JUSTIFICACIÓN	46
5. 2 OBJETIVOS.....	47
5.2.1 OBJETIVO GENERAL.....	47
5.2.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS.....	47
5.3 METAS DIDÁCTICAS.....	48
5.4 METODOLOGÍA	49
5.4. 1 ENFOQUE	49
5.4.2 ALCANCE	49
5.4.3 PROCESO METODOLÓGICO.....	49
5.4.5 INSTRUMENTOS DE INVESTIGACIÓN	49
5.5 MECANISMO DE EVALUACIÓN.....	52
5.6 RECURSOS	54
5.7. Cartilla	55
6. ANALISIS DE RESULTADOS:.....	97
6.1 TABULACION DEL TEST EVALUATIVO INICIAL	97
6.2 TABULACION DEL TEST EVALUATIVO FINAL.....	100
6.3 ANALISIS EVALUATIVOS DE LOS TEST (INICIAL Y FINAL)	102
7. CONCLUSIONES.....	103
8. RECOMENDACIONES.....	105
9. REFERENTES BIBLIOGRAFICOS	106
10. ANEXOS	108

Contenido Tablas

Tabla 1 Análisis del Problema	18
Tabla 2 Número de niños y niñas.....	¡Error! Marcador no definido.
Tabla 3 Contenidos y logros.....	48

Contenido de Ilustraciones

Ilustración 1 Problemática	¡Error! Marcador no definido.
Ilustración 2 Mapa de Boyacá resaltando el municipio de Guayatá.....	39
Ilustración 3 Escuela Guaquira.....	43
Ilustración 4 Cantidad de niños y niñas	97
Ilustración 5 Habilidad del correr.....	98
Ilustración 6 Habilidad del saltar.....	98
Ilustración 7 Habilidad del lanzar.....	99
Ilustración 8 Habilidad del correr.....	100
Ilustración 9 Habilidad del saltar.....	101
Ilustración 10 Habilidad del lanzar.....	101

INTRODUCCIÓN

Este proyecto cuenta con una breve introducción justificación y un marco de referencia donde van estar el marco teórico, marco conceptual marco contextual los cuales son los que le dan el soporte más importante a lo que es el proyecto, tendremos una metodología basada en un enfoque cuali-cuantitativo, un alcance correlacional y un proceso metodológico cuasi-experimental.

También se basa en fortalecer las habilidades básicas motoras correr, saltar y lanzar por medio de juegos tradicionales, para esto fue necesario la construcción de una cartilla metodológica como herramienta principal para el fortalecimiento de dichas habilidades, en esta cartilla se quiso trabajar cuatro unidades donde la primera unidad se trabajara activación neuromuscular, en la segunda unidad se trabajara la habilidad del correr, en la tercera unidad la habilidad del saltar y en la última unidad se trabajara la habilidad del lanzar en estas tres últimas unidades se trabajaran 5 sesiones de clase por cada unidad, cada sesión tendrá un calentamiento, un estiramiento, un juego tradicional y una variante de juego didáctico que fue adaptada dado a las circunstancias del contexto en que se va a desarrollar la cartilla.

Para evidenciar el bajo desarrollo de las habilidades básicas motoras correr, saltar y lanzar se aplicó un test de juegos tradicionales donde se tuvo en cuenta el test de habilidades motrices, locomotoras y manipulativas de Bruce A. M.C. Clenaghan y David. L. Gallahue (1985), este test se empleó para ver la técnica de cada habilidad al momento de realizar el test de juegos tradicionales.

JUSTIFICACIÓN

La importancia de realizar este proyecto parte de la necesidad de fortalecer las habilidades básicas motoras en los niños(as) ya que al realizarles un test de entrada de juegos tradicionales se pudo notar las falencias que los niños presentaban en cada habilidad, no manejaban una buena técnica a la hora de realizar un ejercicio.

Es así que se les empezó a trabajar algunos juegos tradicionales relacionados con las habilidades del correr, saltar y lanzar para que los niños con estos juegos fueran empleando una mejor técnica al momento de realizar cada ejercicio y cada juego, al realizar un test final se pudo notar el cambio que habían tenido los niños en sus habilidades, mejoraron en más de un 70%.

Teniendo en cuenta el bajo desarrollo motor de los niños(as) se pretende dejar en la institución una cartilla de juegos tradicionales que consta de cuatro unidades donde se trabajaran juegos relacionados con cada habilidad, esta cartilla la podrán implementen en las clases de educación física como herramienta pedagógica, metodológica y como estrategia para fortalecer las habilidades básicas motoras correr, saltar y lanzar los cuales permitan fortalecer dichas habilidades y rescatar nuestra cultura tradicional viendo como parte fundamental que los juegos tradicionales le aportan a los niños(as) espacios recreativos, lúdicos, pedagógicos y les facilita un buen aprendizaje.

1. DEFINICIÓN DEL PROBLEMA

1.1.PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

En la Institución Educativa Sochaquira Abajo los niños(as) presentan un bajo desarrollo motor en cuanto a sus habilidades básicas motoras correr, saltar y lanzar, esta problemática se pudo notar al realizarles un test de entrada de juegos tradicionales a cada niño para saber cómo estaban en cuanto a sus habilidades, para la realización de este test se tuvo en cuenta la técnica de cada habilidad del test de habilidades básicas motoras de Bruce A. M.C. Clenaghan y David. L Gallahue (1985).

A l momento de realizar el test se pudo notar que por ende los niños presentan falencias en la realización de algunos juegos, como por ejemplo: al (correr) no emplean los procesos adecuados, (saltar) no tienen una buena recepción a caer y al saltar con un pie no tienen un buen equilibrio, (lanzar) en esta no utilizan el lanzamiento adecuado, empujan el objeto mas no lanzan.

A estos niños se les llevo un proceso donde se les trabajó lo que fueron las habilidades básicas motoras principalmente el correr, saltar y lanzar donde al principio se les dificultaba realizar algunas actividades pero cuando se les realizo el test final los niños demostraron haber mejorado en más de un 70% sus habilidades.

Debido a esta problemática presentada se elaboró una cartilla de juegos tradicionales, donde se incluyeron cuatro unidades las cuales aportaran al fortalecimiento de las habilidades básicas motoras correr, saltar y lanzar.

Según (Maria Carmen Tejedor Montaña, 1997)

EDADES	MOTRICIDAD
0-3 MESES	Ante la estipulación de la piel perioral, el niño vuelve a veces la cabeza a un lado y a otro hasta que localiza el lado correcto.
3-5 MESES	Es uno de los reflejos más interesantes que se advierten en el bebé y que consiste en movimientos de brazos y piernas con cierto carácter rítmico y que se realizan al tomar Contacto con la superficie del agua estando sujeto por los costados.
5-6 MESES	Ante la estipulación de la piel de la superficie interior de la mano del niño, reacciona flexionando sucesivamente el dedo anular, medio e índice.
6-9 MESES	<ul style="list-style-type: none"> • Apertura de los brazos, separándose los dedos, flexionándose el pulgar e índice, la cabeza se lanza hacia atrás y se extiende la espalda. • Los miembros superiores se colocan en flexión, aducción y describen un arco en círculo.
2-7 AÑOS	<p>a. ACTITUD MOTRIZ</p> <p>1. Variabilidad: Sus conductas motrices se diferencian en cada repetición y en cada sujeto de esas edades; de manera que el patrón mecánico del gesto es variable y poco Eficaz.</p> <p>2. Contaminación de la estructura general del periodo: El gesto demasiado globalizado, sometido a lo simbólico y al egocentrismo, lo cual produce un desajuste contextual.</p> <p>3. Comienzo de las praxias: Es capaz de planificar el gesto a niveles básicos antes de ejecutarlos o responder a instrucciones entrelazadas.</p> <p>4. Incremento de la eficacia: Sobre todo a partir de los cinco años, y gracias a la ganancia en potencia, el control y una progresiva integración relativa</p> <p>b. CONTROL CORPORAL:</p>

	<p>1. El tono muscular: Podemos mantener que mejora el control estático y el dominio de la alternancia tensión/relajación. El control motriz es aún muy globalizado lo que hace que se den como algo normal en estas edades, las paratonías y las sincinesias.</p> <p>2. Autopercepción: Se puede decir que mejora la percepción del gesto en estatismo, progresando en lo relativo a la diferenciación de segmentos. Sólo al final del periodo comienza a percibir su imagen en movimiento aunque muy globalizada. La percepción del cuerpo con respecto a otros objetos del medio se perfecciona progresivamente, pero siempre limitada por la insuficiencia conceptual y del sistema espacio-temporal.</p> <p>3. Dominio postural: Podemos concluir que existe un mayor control, seguridad y ajuste tónico de la postura en estatismo. Desarrolla posturas no convencionales (equilibrios) mediante aprendizajes (balanza, pino). El equilibrio dinámico comienza a Controlarlo al final del periodo. En su mitad puede usar las posturas combinadas dinámicamente con sus desplazamientos en los juegos (paradas, caídas).</p> <p>4. Dominancia lateral: Comenzando en el periodo de los 4 años y medio los 5 años es cuando se va a definir este factor, en los miembros más usados en primer lugar (mano, ojos) La mejora en el control motriz general, va a permitir desarrollar los aprendizajes que posibilitan las conductas de autonomía (abrochar zapatos, botones,...), sobre todo a partir de la mitad del periodo.</p> <p><i>c. MOTRICIDAD GLOBAL BÁSICA:</i></p> <p>La mejora en la eficacia y el control permite ir mejorando este factor a lo largo del periodo; que se va a ver limitado por la incapacidad analítica, que hace al gesto globalizado, y al egocentrismo que produce un desajuste, en parámetros espacio/temporales. Se incrementa progresivamente la diversificación de las conductas motrices, el ajuste diferenciado situacional, y la posibilidad de combinación.</p> <p>1. Desplazamiento- La carrera y el salto comienza a tener fases definidas superando así pseudo-conductas del periodo anterior . Al final de este periodo se confirma el patrón de la carrera. Con respecto al salto, pasa progresivamente a lo largo del periodo desde una extensión y rigidez en las articulaciones en la fase de</p>
--	--

	<p>impulso a mayor flexión con extensión en la fase despegue.</p> <p>2. Presión- La unión y continuidad del lanzamiento y la recepción, da lugar al bote, que al principio se ejecuta con ambas manos. Todas las conductas mejoran en precisión, potencia y control a mitad del periodo, limitándose por la falta de integración analítica y la insuficiencia de ajuste cognitivo que limita la adecuación espacio-temporal, dando lugar a que las recepciones se realicen deficientemente en la llamada "postura de espera".</p> <p>3. Lanzamiento- Hasta los tres años todos los niños presentan un mal patrón, a los 4 años el 20% lo tienen ya bueno y a los 6 años lo tiene el 85%. Siguiendo este patrón, se pueden determinar dos tendencias:</p> <ol style="list-style-type: none">1. La progresión desde un plano antero-posterior a uno horizontal.2. El paso de una base de apoyo estática a una dinámica. Con respecto a la recepción se establecen tres niveles:<ul style="list-style-type: none">• Hasta los tres años y medio, con los brazos extendidos, rígidos y hacia delante (postura de espera).• A los 4 años y medio, ya abre las manos pero los brazos siguen rígidos.• Al final del periodo, comienza a adaptar la forma del móvil, a relajarse y a anticipar.
--	--

1.1.1 Análisis del problema

Matriz de incidencia							Índice de motricidad	
N°	Problema	1	2	3	4	5		6
1	Bajo nivel de motricidad	X	X	X	X	X	X	5
2	No emplean ejercicios adecuadamente	X	X	X			X	3
3	No tienen un buen desarrollo motor en las habilidades correr, saltar y lanzar.		X	X		X	X	2
4	No hay motivación				X	X		1
5	Falta estimulación por la familia	X	X	X		X	X	4
6	Falta de confianza y concentración en sí mismos		X				X	1
Incidencia		2	4	3	1	3	4	

Tabla 1 Análisis del Problema

- Bajo nivel de motricidad
- No emplean ejercicios adecuadamente
- No tienen un buen desarrollo motor en las habilidades básicas motoras correr, saltar y lanzar
- No hay motivación
- Falta de estimulación por parte de la familia
- Falta de confianza y concentración en si mismo

1.1.3. PREGUNTA PROBLEMA

¿Permitirán los juegos tradicionales potenciar el fortalecimiento de las habilidades básicas motoras correr, saltar y lanzar en los niños y niñas de 5 a 10 años de la Institución Educativa Sochaquira Abajo sede Guaquira - Guayatá “Boyacá”?

1.2 ANTECEDENTES DEL PROBLEMA

1.2.1. ANTECEDENTES (INVESTIGACIONES DE TIPO LOCAL-VALLE DE TENZA)

Cabe resaltar que a nivel local el tema a trabajar ha sido tratado por la autora Castro P (2010) en su tesis titulada Las formas jugadas una estrategia didáctica para el mejoramiento de las habilidades básicas motoras, en la etapa de preparación inicial en niños de 5 y 6 años. En este estudio Castro habla de las habilidades básicas motoras como acciones motrices que nacen con el ser humano y que a medida que crece ellas van evolucionando. Cuando el niño inicia su independencia locomotriz, empieza a caminar experimentando diversas sensaciones y límites que deben afrontar a partir de experiencias.

Todo patrón básico de movimiento ejecutado de una habilidad básica desempeña un papel fundamental en las primeras etapas, ya que por medio de ellos le permite al niño poseer movimientos rudimentarios simples para formar combinaciones sencillas en su acervo motriz.

La enseñanza guiada hace parte primordial del niño intercambiando relaciones con personas que lo rodean, imitando ruidos, gestos, palabras y acciones que comprende con gran facilidad adquiriendo habilidades que va incorporando en su acervo motor.

2. OBJETIVOS:

2.1. OBJETIVO GENERAL

Realizar una propuesta pedagógica para el fortalecimiento de las habilidades básicas motoras correr, saltar y lanzar por medio de juegos tradicionales en los niños y niñas de 5 a 10 años de la Institución Educativa Sochaquira Abajo sede Guaquira - Guayatá “Boyacá”

2.2. OBJETIVOS ESPECIFICOS

- Diagnosticar el nivel de desarrollo del niño (as) en las habilidades básicas motoras correr, saltar y lanzar.

- Identificar los juegos tradicionales de la región que aporten a las habilidades básicas motoras correr, saltar y lanzar.

- Diseñar una cartilla para fortalecer las habilidades básicas motoras por medio de los juegos tradicionales en los niños (as).

3. MARCO REFERENCIAL

3.1. MARCO TEORICO:

3.1.1. HABILIDADES BASICAS MOTORAS:

Para Guthrie, citado por (Rivero, 2005) la habilidad motriz es definida como “la capacidad adquirida por aprendizaje de producir resultados previstos con el máximo de certeza y frecuentemente, con el mínimo dispendio de tiempo, de energía o de ambas”

Según McClenaghan y Gallahue (1985), citado por (Bujosa, 2005)

“Las habilidades básicas tienen una gran importancia en primer lugar para sobrevivir y progresivamente para relacionarse. Correr, saltar, lanzar, coger, son actividades motoras generales incluidas en la categoría de habilidades básicas que constituyen en situaciones concretas del futuro del niño”

Teniendo en cuenta lo anterior, las habilidades básicas motoras son de gran importancia para el niño, también contribuyen a mantenerlo en un estado de ánimo alegre y activo, al realizar actividades y relacionarse con las demás personas que lo rodean. Al establecer relaciones espaciales con objetos reales, tomando como punto de partida su cuerpo en movimiento al expresar y comprender las indicaciones del adulto.

Así, para Singer (1986) citado por (Bujosa, 2005) “este tipo de habilidades son consideradas básicas o fundamentales porque son comunes a todos los individuos porque filogenéticamente hablando han permitido la supervivencia del ser humano”

Analizando lo anterior las habilidades básicas como el correr, saltar, lanzar al igual que las demás son parte fundamental en nuestra vida cotidiana ya que a partir de estas el individuo podrá realizar habilidades más complejas.

3.1.1.1 CORRER:

Para el siguiente autor (Meinel, 1977, 214-218)

“el correr se entiende una forma de locomoción en la que a diferencia del caminar se produce una fase de vuelo, en el segundo año los niños caminan a menudo con una sucesión muy rápida de pasos, sin que pueda observarse sin embargo una fase de vuelo. Las etapas previas del correr previamente dicho son: rapidez y seguridad en el caminar, el niño domina los cambios de dirección – caminar saltarán – se dan dos pasos pequeños y cortos, levantando más la rodilla que al caminar.

Los primeros ensayos de correr con breve fase de vuelo los hemos observado en los niños de dos años y medio. El dorso se mantiene casi derecho, las caderas y rodillas está ligeramente inclinada, los movimientos de los brazos son amplios y abiertos y muchas veces asimétricos.

La destreza en el correr progresa con la edad. Los movimientos se hacen más fluidos, espaciales y funcionales; la fase de vuelo es más larga. Al entrar en la edad escolar, el niño presenta una forma de correr bastante bien coordinada, moviendo también los brazos funcionalmente, es decir, de forma acoplada con armonía al ritmo de la carrera y apoyando el movimiento total.”

Para (Emilia Fernández García, 2007) “La habilidad del correr surge naturalmente en los niños y niñas a temprana edad como un resultado en la evolución de las habilidades de locomoción, siendo el estadio final de la transición entre la locomoción horizontal a la vertical y constituyendo una progresión natural de la marcha”.

De esta forma se puede decir que la habilidad del correr es una de las habilidades de locomoción que hace parte fundamental del ser humano, porque antes de aprender a correr el individuo debe haber aprendido a caminar correctamente sin ningún miedo para que la nueva habilidad la pueda desarrollar de una forma bien coordinada.

3.1.1.2 SALTAR:

Para (Meinel, 1977, 214-218)

“el saltar se emprenden alrededor de los dos años y medio, ósea, al mismo tiempo que el niño comienza a correr. La caída se produce casi siempre en posición de paso. (Una pierna avanzada) y todavía elástica. Por lo general los niños brincan 1 o 2 veces hacia adelante después de la caída. También a los 3-5 años, cuando ya se salta de alturas mayores, no se observa todavía elasticidad en la caída. Los niños caen muchas veces de cuclillas, como es justo pero no pueden erguirse inmediatamente. Después de caer acostumbra a producirse una pausa y a continuación sigue un brinco parecido al de los primeros saltos el salto se da todavía desde la posición erguida, con gran profusión de arranques. Aproximadamente al cumplir los 3 años, observamos el salto hacia arriba de pequeñas alturas, desde el suelo.”

(Flores, 2000) *“Los saltos son aquellas acciones en las que se produce un despliegue del suelo gracias a la impulsión de las piernas”.*

De acuerdo a lo anterior el salto es otra de las habilidades locomotoras que se necesita de haber pasado por varios procesos como el caminar y el correr para poder llegar a realizar un buen salto.

3.1.1.3 LANZAR:

Según (Meinel, 1977, 214-218) *“el lanzar desde los comienzos primerizos hasta el lanzamiento con puntería pueden observarse las siguientes formas de lanzamiento:*

El niño arroja hacia abajo pequeños objetos manejables (pelotas), aparentemente con la articulación de la mano, ya poco antes de cumplir un año.

A partir de este movimiento se desarrolla paulatinamente el lanzamiento con una mano aun objetivo, en posición derecha. Este desarrollo se produce con relativa rapidez cuando se presentan suficientes posibilidades de ejercicio. En el niño de 2 años observamos una larga pausa entre la fase de arranque y la principal, por lo general el lanzamiento tiene ya una dirección determinada, pero a menudo la pelota abandona la mano demasiado pronto o demasiado tarde. Tampoco el niño de 3 años pone en función el cuerpo haciendo una sucesión de tronco y brazo a pesar que el lanzamiento se realiza con fuerza. En los niños de 4 a 5 años ya se da una vinculación fluida de fase preparatoria y fase principal en el

lanzamiento con una mano. También consiguen lanzar sobre un objetivo grande. (Aro) desde una distancia de 2 m. El objetivo debe estar aproximadamente a la altura de la cabeza del que lanza. Si se sitúa un objetivo determinado sobre el suelo.

Un objeto mayor (por ejem. Un balón gimnástico), lo llevan a principios con ambas manos apretando el cuerpo. De pronto el niño se detiene y deja rodar el balón de brazos y manos. Más tarde lo llevan suelto se quedan parados, hacen varios movimientos de arranque y luego lo arrojan de si con ambas manos, sin tener un control sobre la dirección de tiro. Esta forma de movimiento puede observarse en los niños de 2 años. Después del lanzamiento pierde a menudo el equilibrio.

La forma siguiente que observamos es el lanzamiento con ambas manos desde abajo. Característico de él es una posición rígida de las piernas en esta forma casi se mantiene aproximadamente la dirección, pero el movimiento no puede ajustarse todavía en distancia o altura. El lanzamiento con ambas manos por encima de la cabeza, que se efectúa aproximadamente por el mismo tiempo, no se consigue la dirección deseada, porque se suelta el balón demasiado pronto o demasiado tarde. Las dos formas de lanzamiento podemos observarlas en los niños de dos años. En el periodo posterior en el transcurso del cuarto año de vida, aparece por primera vez la utilización de todo el cuerpo en el movimiento del lanzamiento. Las formas hasta hora descritas se realizan a partir de una posición firme, que no daba margen a la participación más enérgica del tronco y las piernas. Ahora será da un lanzamiento con dos manos desde una posición de paso (pierna avanzada), que presenta una etapa previa al lanzamiento con una mano. Una mano sirve de mano impulsadora y se pone por encima del hombro, la otra sostiene el balón en la fase preparatoria. Entre la fase preparatoria y la principal se sitúa una pequeña pausa, en la que el niño vuelve a apuntar sobre el blanco. Un niño de 4 años, puede realizar ya tiros con bastante puntería a distancia de hasta dos m. con esta forma de lanzamiento.”

Analizando lo anterior se puede decir que la habilidad del lanzar va evolucionando a medida que el niño va creciendo y a medida que crece va desarrollando nuevas técnicas de lanzamiento.

Según (Rosario Barrera Moreno, 2010) El lanzamiento se puede definir como una “habilidad motriz que permite al sujeto desprenderse de un móvil con la ayuda de los miembros superiores para posteriormente recorrer una trayectoria”.

De acuerdo a los planteamientos de Wickstrom y Cratty (1970) citados por (Emilia Fernández García, 2007) la habilidad del saltar está considerada como una “Habilidad fundamental conveniente de ser educada durante las edades comprendidas en la educación primaria”.

De esta manera se puede concluir que la habilidad del lanzar se debe trabajar desde edades muy tempranas para que el niño empiece adquirir esta habilidad hasta llegar a un patrón motor más maduro.

3.1.2 JUEGOS TRADICIONALES:

Para Parlebas, citado por (Hernandez J. L., 2007)

"a los juegos se le concede una mayor posibilidad lúdico motriz que a los deportes y se ha demostrado experimentalmente que debido a los cambios súbitos de conducta, que implican una mayor riqueza de relaciones entre los jugadores, las sesiones de juegos tradicionales llevan a relaciones socio afectivas mucho más ricas".

Cabe señalar que hoy en día encontramos una gran variedad de juegos y deportes con los cuales podemos relacionarnos con las demás personas, pero que no son iguales a los juegos tradicionales porque estos además de relacionarnos nos inciden al respeto, participación, motivación y además de esto que es muy importante, conocer nuestro medio natural.

Según (Vega, 2012) "Los juegos tradicionales se caracterizan por haber sido transmitidos de forma oral de generación en generación. Son anónimos y universales, encontrándose huellas del mismo juego en varias partes del mundo, con surgimientos paralelos en lugares totalmente diferentes".

Por otra parte los juegos tradicionales son tradiciones lúdicas de nuestros antepasados que van pasando de generación en generación y que cada día debemos dejar huella de cada uno de estos juegos para mantener vivas todas aquellas tradiciones y no dejarlas perder.

Para Kishimoto (1994) citado por (Öfele, 1999)

"La modalidad denominada juego tradicional infantil, denominada así por el folklore, incorpora la mentalidad popular, expresándose sobre todo por medio de la oralidad. Considerado parte de la cultura popular, el juego tradicional guarda la producción espiritual de un pueblo en cierto período histórico. Esa cultura no es oficial, se desarrolla especialmente de modo oral, no queda cristalizada. Está siempre en transformación, incorporando creaciones anónimas de generaciones que se van sucediendo".

3.1.2.1 JUEGOS TRADICIONALES DE COLOMBIA

Para (Vargas, 2012) Los juegos tradicionales “son actividades lúdicas que tienen característica principal vivencias condicionadas por factores sociales, económicos, geográficos, religiosos, históricos, que hacen parte de una cultura. Cada juego va enfocado hacia la realidad que cada persona quiera proyectar dentro de su sociedad”

Algunos de los juegos tradicionales de Colombia son:

- Golosa
- Rana
- Tejo
- Stop
- Yermis
- Tarro
- Escondidas
- Saltar laso
- Carrera de costales
- Canicas
- Rejo quemado
- Trompo

3.1.2.2 JUEGOS TRADICIONALES DE BOYACA

Según (Nancy Rocio Ramirez Fonceca, 2012) en su libro la magia de los juegos tradicionales dice que “son actividades lúdicas y deportivas que se transmiten genéticamente y conforman una cultura tradicional, quienes practican esta gama de juegos tienen una mejor salud física y mental”.

Algunos de los juegos tradicionales practicados en Boyacá son:

- Golosa
- Trompo
- Coca
- Yoyo
- Quemados
- Cucunuba
- Canicas
- Lazo
- Rana
- Tejo
- Yermis
- Carrera de encostalados
- Tejo
- Caucho

De acuerdo a lo anterior, cabe señalar que los juegos tradicionales cambian según la cultura de cada región y que estos juegos son practicados por personas de todas las edades ya sean niños, jóvenes o adultos, aunque estos juegos ya muy poco se practican ya que los niños de ahora no tienen mucho conocimiento de estos y se dedican a practicar otro tipo de deportes.

Por otra parte los juegos tradicionales ya traen sus propias reglas, pero a la hora de jugarlos cada quien puede hacerle algunas variaciones según se crean convenientes para amenizar más el juego, además de esto los juegos tradicionales nos ayudan a relacionarnos con las demás personas y a vivir en un ambiente más armónico y propicio en valores.

3.2 MARCO CONCEPTUAL

3.2.1 DESARROLLO MOTRIZ:

Según (Rubio, 2009) El desarrollo motor hace referencia a la evolución en la capacidad del movimiento.

El desarrollo de las habilidades motrices depende de la maduración neurológica y pasa por las siguientes fases:

- **Fase de automatismo:** Corresponde con los primeros meses. La mayoría de las acciones son reflejas.
- **Fase receptiva:** se extiende a lo largo del segundo trimestre de vida y coincide con el perfeccionamiento de los sentidos. Las acciones son ya voluntarias pero predomina la observación a través de los cinco sentidos de todo lo que rodea al niño.
- **Fase de experimentación y adquisición de conocimientos:** comienza en los primeros meses y se extiende a lo largo de toda la vida.

Para (Dimas Carrasco Bellido, 2005) el desarrollo motriz son “cambios producidos con el tiempo en la conducta motora que reflejan la interacción al organismo humano con el medio”.

3.2.2 MOTRICIDAD

Para (Peña, 2003) “La motricidad desde las perspectivas más convencionales devenidas de las influencias biologists y psicologistas, se refiere a la capacidad de movimiento fisiológico e incluso orgánico que se asocia con lo motriz o fuerza impulsora de algo”.

Según (Aída Maria Gonzales Correa, 2010) “La motricidad es también creación, espontaneidad, intuición; es manifestación de intencionalidades y personalidades. Cada persona construye su propio movimiento como manifestación de su personalidad. Esta

construcción de la identidad motriz resulta de procesos afectivos, cognitivos, estéticos y expresivos que se han adquirido a través de la vida”.

3.2.3 HABILIDAD

Según Savin (1976), citado por (Camaguey, 2008) “es la capacidad del hombre para realizar cualquier operación (actividad) sobre la base de la experiencia anteriormente recibida”.

Para los autores Danilov y Skatkin, citados por (Camaguey, 2008) “consideran la habilidad como un concepto pedagógico extraordinariamente complejo y amplio: es la capacidad adquirida por el hombre de utilizar creadoramente los conocimientos y hábitos, tanto durante el proceso de actividad teórica como práctica”.

3.2.4 JUEGO

Para Piaget citado por (Zalazar, 2008) “concibe al juego ligado a pensamiento del niño, siendo su aparición la expresión de una predominancia o polaridad que es la de la asimilación sobre la acomodación”.

Según (Carmen Minerva Torres, 2007) “el juego como elemento primordial en las estrategias para facilitar el aprendizaje, se considera como un conjunto de actividades agradables, cortas, divertidas con reglas que permiten el fortalecimiento de valores, para compartir ideas y conocimientos”.

3.2.5 EDUCACIÓN FÍSICA

Para José María Cagigal, citado por (Francisco Corpas Rivera, 2008) “define la educación física como contribución a la formación global del individuo a través del movimiento”.

Según Giuliano, citado por (Francisco Corpas Rivera, 2008) “define la educación física como aquella parte de la actividad que desarrolla por medio de movimientos voluntarios y

precisos la esfera fisiológica, psíquica, moral y social mejorando el potencial temporal y forzando y educando el carácter, contribuyendo durante las edades de desarrollo a la formación de una mejor personalidad del futuro del hombre”.

Para Boulch (1990) citado por (Furelos, 2005) “define la Educación Física como el hacer del cuerpo un instrumento fiel de adaptación al medio biológico y social, a través del desarrollo de sus cualidades biológicas, motrices y psico-motrices que permitan lograr el dominio corporal”.

3.2.6 ENFOQUE CUALI-CUANTITATIVO

Para (Madina, 2011) el enfoque mixto “es un proceso que recolecta, analiza y vincula datos cuantitativos y cualitativos en un mismo estudio o una serie de investigaciones para responder a un planteamiento.

3.2.7 ALCANCE CORRELACIONAL

Para (VELAZQUEZ, 2012, 65) los estudios correlacionales “miden dos o más variables que se pretende ver si están o no relacionadas en los mismos sujetos y después se analiza la correlación. La utilidad y el propósito principal de los estudios correlacionales es saber cómo se puede comportar un concepto o variable conociendo el comportamiento de otra u otras variables relacionadas”.

3.2 8 PROCESO METODOLÓGICO CUASI-EXPERIMENTAL

Para (Cardona, 2003) El método cuasiexperimental es “particularmente útil para estudiar problemas en los cuales no se puede tener control absoluto de las situaciones, pero se pretende tener el mayor control posible, aun cuando se estén usando grupos ya formados. Es decir, el cuasiexperimento se utiliza cuando no es posible realizar la selección aleatoria

de los sujetos participantes en dichos estudios. Por ello, una característica de los cuasiexperimentos es el incluir "grupos intactos", es decir, grupos ya constituidos.

Algunas de las técnicas mediante las cuales se puede recopilar información en un estudio cuasiexperimental son las pruebas estandarizadas, las entrevistas, las observaciones, etc. Se recomienda emplear en la medida de lo posible la preprueba, es decir, una medición previa a la aplicación del tratamiento, a fin de analizar la equivalencia entre los grupos”.

3.3 MARCO LEGAL

Acorde con las leyes preestablecidas a nivel Nacional como la Constitución Política de Colombia de 1991, así como las demás leyes que se refieren a la educación física y el deporte tales como la (ley 181 de 1995- Art 6) y la ley de la educación (ley 115 de 1994- Art 23) Es de vital importancia abordar las siguientes normas para el proyecto a desarrollar.

Conforme a lo anterior los colombianos tenemos derecho a la práctica del deporte, la recreación y el aprovechamiento del tiempo libre. De esta manera abordamos en primera medida el art 52 de la (Constitución Política de Colombia) donde *“Se reconoce el derecho de todas las personas a la recreación, a la práctica del deporte y al aprovechamiento del tiempo libre. El Estado fomentará estas actividades e inspeccionará las organizaciones deportivas, cuya estructura y propiedad deberán ser democráticas”*.

Teniendo en cuenta la Constitución Política de nuestro país estamos en todo el derecho de disfrutar de un sano esparcimiento vinculándonos a prácticas deportivas y un buen aprovechamiento del tiempo libre todo esto contribuyendo a una mejor formación integral de los ciudadanos.

Cabe resaltar que en la (ley 181 de 1995. Artículo 6º) Es función obligatoria de todas las instituciones públicas y privadas de carácter social, patrocinar, promover, ejecutar, dirigir y controlar actividades de recreación, para lo cual elaborarán programas de desarrollo y estímulo de esta actividad, de conformidad con el Plan Nacional de Recreación. La mayor responsabilidad en el campo de la recreación le corresponde al Estado y a las Cajas de Compensación Familiar. Igualmente, con el apoyo de Coldeportes impulsarán y desarrollarán la recreación, las organizaciones populares de recreación y las corporaciones de recreación popular.

Por otra parte es de vital importancia promover actividades de recreación donde todos los ciudadanos salgan de actividades monótonas y se vinculen a actividades placenteras donde tengan un sano esparcimiento y una sana convivencia.

Por otra parte, en el marco de la (Ley 115 de 1994. Artículo 23º). Para el logro de los objetivos de la educación básica se establecen áreas obligatorias y fundamentales del

conocimiento y de la formación que necesariamente se tendrán que ofrecer de acuerdo con el currículo y el Proyecto Educativo Institucional.

El área obligatoria y fundamental que comprende el plan de estudios es el área de educación física recreación y deporte.

Debemos tener en cuenta que según este artículo es de vital importancia que en todas las instituciones se ofrezca el área de educación física recreación y deporte, porque es allí donde nuestros niños desde la educación básica aprenden a desarrollar mejor sus habilidades y a tener una formación social más adecuada.

(Ley 115, Art. 5º) Fines de la educación colombiana: El pleno desarrollo de la personalidad sin más limitaciones que las que les impone los derechos de los demás y el orden jurídico y dentro de un proceso de formación integral física, psíquica, intelectual, moral, espiritual, social, afectiva, ética, cívica y demás valores humanos.

La formación para formación y para la promoción y preservación de la salud y la higiene de prevención integral de problemas socialmente relevantes, de educación física, la recreación, el deporte y la utilización adecuada del tiempo libre.

Artículo 12: Se declaran obligatorios la educación física y el deporte en todos los niveles y modalidades del sistema educativo. El Ejecutivo Nacional promoverá su difusión y práctica en todas las comunidades de la nación y establecerá las peculiaridades y excepciones relativas a los sujetos de la educación especial y de adultos.

(Ley 115 de 1994 - Art. 13). Objetivos comunes de todos los niveles: Es objetivo primordial de todos y cada uno de los niveles educativos el desarrollo integral de los educandos mediante acciones estructuradas encaminadas.

- Formar la personalidad y la capacidad de asumir con responsabilidad y autonomía sus derechos y deberes
- Proporcionar una sólida formación ética y moral, y fomentar la práctica del respeto a los derechos humanos

- Fomentar en la institución educativa, prácticas democráticas para el aprendizaje de los principios y valores de la participación y organización ciudadana y estimular la autonomía y la responsabilidad
- Desarrollar una sana sexualidad que promueva el conocimiento de sí mismo y la autoestima, la construcción de la identidad sexual dentro del respeto por la equidad de los sexos, la afectividad, el respeto mutuo y prepararse para una vida familiar armónica y responsable
- Crear y fomentar una conciencia de solidaridad internacional
- Desarrollar acciones de orientación escolar, profesional y ocupacional;
- Formar una conciencia educativa para el esfuerzo y el trabajo
- Fomentar el interés y el respeto por la identidad cultural de los grupos étnicos.

ARTICULO 15. Definición de educación preescolar. La educación preescolar corresponde a la ofrecida al niño para su desarrollo integral en los aspectos biológico, cognoscitivo, sicomotriz, socio-afectivo y espiritual, a través de experiencias de socialización pedagógicas y recreativas.

Según la (ley 181 de 1995 Artículo 3°) Para garantizar el acceso del individuo y de la comunidad al conocimiento y práctica del deporte, la recreación y el aprovechamiento del tiempo libre, el Estado tendrá en cuenta los siguientes objetivos rectores:

1. Integrar la educación y las actividades físicas, deportivas y recreativas en el sistema educativo general en todos sus niveles.

2. Fomentar, proteger, apoyar y regular la asociación deportiva en todas sus manifestaciones como marco idóneo para las prácticas deportivas y de recreación.
3. Coordinar la gestión deportiva con las funciones propias de las entidades territoriales en el campo del deporte y la recreación y apoyar el desarrollo de éstos.
4. Formular y ejecutar programas especiales para la educación física, deporte, y recreación de las personas con discapacidades físicas, síquicas, sensoriales, de la tercera edad y de los sectores sociales más necesitados creando más facilidades y oportunidades para la práctica del deporte, de la educación física y la recreación.
5. Fomentar la creación de espacios que faciliten la actividad física, el deporte y la recreación como hábito de salud y mejoramiento de la calidad de vida y el bienestar social, especialmente en los sectores sociales más necesitados.
6. Promover y planificar el deporte competitivo y de alto rendimiento, en coordinación con las federaciones deportivas y otras autoridades competentes, velando porque se desarrolle de acuerdo con los principios del movimiento olímpico.
7. Ordenar y difundir el conocimiento y la enseñanza del deporte y la recreación, y fomentar las escuelas deportivas para la formación y perfeccionamiento de los practicantes y cuidar la práctica deportiva en la edad escolar, su continuidad y eficiencia.
8. Formar técnica y profesionalmente al personal necesario para mejorar la calidad técnica del deporte, la recreación y el aprovechamiento del tiempo libre, con permanente actualización y perfeccionamiento de sus conocimientos.

9. Velar por el cumplimiento de las normas establecidas para la seguridad de los en las actividades deportivas, por el control médico de los deportistas y de las condiciones físicas y sanitarias de los escenarios deportivos.
10. Estimular la investigación científica de las ciencias aplicadas al deporte, para el mejoramiento de sus técnicas y modernización de los deportes.
11. Velar porque la práctica deportiva esté exenta de violencia y de toda acción o manifestación que pueda alterar por vías extra deportivas los resultados de las competencias.
12. Planificar y programar la construcción de instalaciones deportivas con los procurando su óptima utilización y uso de los equipos y materiales destinados a la recreación.
13. Velar porque los municipios expidan normas urbanísticas que incluyan la reserva de espacios suficientes e infraestructuras mínimas para cubrir las necesidades sociales y colectivas de carácter deportivo y recreativo.
14. Favorecer las manifestaciones del deporte y la recreación en las expresiones culturales folklóricas o tradicionales y en las fiestas típicas, arraigadas en el territorio nacional, y en todos aquellos actos que creen conciencia del deporte y reafirmen la identidad nacional.
15. Compilar, suministrar y difundir la información y documentación relativas a la educación física, el deporte y la recreación y en especial, las relacionadas con los resultados de las investigaciones y los estudios sobre programas, experiencias técnicas y científicas referidas a aquéllas
16. Fomentar la adecuada seguridad social de los deportistas y velar por su permanente aplicación.

17. Contribuir al desarrollo de la educación familiar, escolar y extraescolar de la niñez y de la juventud para que utilicen el tiempo libre, el deporte y la recreación como elementos fundamentales en su proceso de formación integral tanto en lo personal como en lo comunitario.

18. Apoyar de manera especial la promoción del deporte y la recreación en las comunidades indígenas a nivel local, regional y nacional representando sus culturas.

3.4 MARCO CONTEXTUAL

3.4.1 GUAYATÁ – BOYACÁ

- **NOMBRE DEL MUNICIPIO:** “Guayatá, probablemente le pusieron este nombre en recuerdo de la quebrada de Guaya, que pasa por Tenza, donde había nacido Andrés Medina y de la terminación Tá, que en chibcha significa ‘tierra de allá” Existe otra versión sobre el nombre de Guayatá, es: “Guaita, con i latina, según la etimología Chibcha significa ‘sembrado o dominio de la Cacica’, ‘Ta’ quiere decir labranza en la lengua indígena”.



Ilustración 1 Mapa de Boyaca resaltando el municipio de Guayatá.

- **GEOGRAFIA:** El municipio de Guayatá está ubicado en el departamento de Boyacá al extremo sur oriental, sirve de límite entre Boyacá y Cundinamarca, pertenece al Valle de Tenza, provincia de Oriente, junto con los municipios de Almeida, Chivor, Somondoco, Sutatenza, Tenza, la Capilla, Guateque, siendo esta última capital de provincia.
- **DIVICIÓN POLITICA:**

Guayatá está dividida en cinco sectores donde se ubican sus veintinueve veredas así:

- Sector centro, Plaza arriba, Plaza abajo, Tablón, Potreritos, Carrizal.

- Sector sur, Tencua arriba, Tencua abajo, Rincón arriba, Rincón abajo, Fonsaque arriba, Fonsaque abajo y Guarumal.
 - Sector oriente: Ciavita uno, Ciavita dos y Ciavita tres
 - Sector occidente, Caliche arriba, Barronegro, Escaleras, Sochaquira abajo, Hato viejo y Volcan.
 - Sector norte, Caliche abajo, Sunuba, Guaquira, Chitavita, Guavita y Juntas.
-
- **EXTENSIÓN:** El área municipal es de 112 Km², que corresponden al 0.4% del total del departamento de Boyacá.
-
- **ALTURA:** La altura de Guayatá sobre el nivel del mar en el casco urbano es de 1.767 metros, la topografía es variada desde relieves ondulados hasta escarpados y fuertemente quebrados que van desde los 1.270.
-
- **LIMITES:** Limita por el Norte con Guateque (5,7 km), por el Oriente con Somondoco (12,7 km) y Chivor (2,6 km), por el Occidente con Manta, por el Sur con Gachetá y Ubalá (Cundinamarca 31,5 km)
-
- **EDUCACIÓN:**

Dentro de la situación actual del municipio en materia de educación la problemática esta enfrentada a la falta de una buena infraestructura física, que se encuentra en deterioro y amenaza a colapsar en tres instituciones.

- Colegio sochaquira abajo
- Escuela de Rincón abajo y Caliche.

El alto nivel de analfabetismo que corresponde al 18,09 % de la población Guayatuna al 2005, en estadísticas del jefe de núcleo esta cifra desciende al porcentaje del 10% siendo 1.049 personas que no saben leer ni escribir según el censo del Dane en el 2005.

Existe un impacto positivo desacelerado en el desarrollo económico y social del municipio, que no tiene un equilibrio con las necesidades.

Para los estudiantes es escaso el material didáctico y bibliográfico para un mejor desarrollo educativo.

Falta de la posibilidad de ascender a una formación técnica o superior de una forma que tenga incidencia en los Guayatunos.

- **DEPORTE RECREACIÓN Y APROVECHAMIENTO DEL TIEMPO LIBRE:**

En el municipio en la actualidad se cuenta con una infraestructura deportiva que presta un insuficiente mantenimiento, al igual se cuenta con una amplia instalación para la realización de prácticas deportivas. Existe una absoluta ausencia de políticas de desarrollo deportivo.

No se cuenta con personas con preparación técnica deportiva, no existen escuelas de formación deportiva en diferentes disciplinas, la recreación infantil no tiene la oportunidad de gozar de un espacio deportivo adecuado.

- **DESARROLLO TURISTICO:**

Guayatá hace parte de la zona A, del proyecto turístico del Valle de Tenza, dentro de los atractivos turísticos del Municipio se encuentran:

- ✚ El Templo parroquial, en honor a nuestra Señor del Buen Consejo, que fue construido en 1831, por el padre Pablo Agustín Calderón con ayuda de los habitantes, y que es llamativo a la vista de los visitantes por su estilo gótico.
- ✚ El Antiguo Camino Real, que va de Guayatá a Guateque en donde se encuentra tramos empedrados y un puente de calicanto, construido hace más de 200 años.

- ✚ Monumento armonía entre el hombre y la naturaleza, ubicado en el sendero peatonal “La cuchilla”
- ✚ El monumento a la mogolla, ubicado en el parque principal.
- ✚ El sendero los “Cóndores o Paja Brava”.
- ✚ La Ruta del Sendero del Agua.
- ✚ La Cuchilla de San Cayetano, en donde se conservan grandes riquezas de flora y fauna.

En el Municipio se cuenta con paisajes emblemáticos, Lagunas, cascadas, ríos y quebradas.

Dentro de su gastronomía se encuentra la mogolla, arepa cocida en laja, plátanos al fondo, la chicha, el guarapo, mazorcas asadas, y especialmente el café reconocido por su exquisito aroma y fragancia.

Además dentro de las festividades del Municipio sobresale el corpus Christi, el aguinaldo Guayatuno, las ferias y fiestas de noviembre, feria ganadera de Mitaca, semana santa y fiestas religiosas dentro de las que se destacan la fiesta de Nuestra Señora del Buen Consejo.

Dentro de las debilidades de este sector encontramos la falta de mantenimiento de las vías y de una señalización turística

3.4.2 ESCUELA GUAQUIRA – GUAYATÁ



Ilustración 2 Escuela Guaquira

La escuela Guaquira es una de las sedes de la Institución Educativa Sochaquira Abajo se encuentra localizada en el municipio de Guayatá la cual se encuentra en el Sur Oriente de la provincia de Oriente.

Esta sede el modelo pedagógico que se trabaja es escuela nueva y se encuentra ubicada a 9 kilómetros del municipio por vía carretable y a 5 kilómetros por camino de herradura.

La sede cuenta con:

1 docente

13 estudiantes

7 niños – 6 niñas

GRADOS	N° DE NIÑAS	N° DE NIÑOS	TOTAL
Preescolar	2		2
Primero	1	1	2
Segundo	2	1	3
Tercero		1	1
Cuarto	1	2	3
Quinto		2	2
TOTAL			13

4. METODOLOGIA DE LA INVESTIGACIÓN

4.1 ENFOQUE DE LA INVESTIGACIÓN

CUALI-CUANTITATIVO

El enfoque de la investigación es cuali-cuantitativo dado a que todo el proceso de la investigación se observó las cualidades de la población frente a la problemática que tenían en cuanto a las habilidades básicas motoras, así mismo se realizó un test de juegos tradicionales donde al final se hicieron gráficas y se analizaron.

Además se utilizaron una variedad de instrumentos como los son la observación estructurada, un test de habilidades básicas motoras (correr, saltar, lanzar) y algunos Registros fotográficos que nos sirven como apoyo para un diagnostico final.

4.2 ALCANCE DE LA INVESTIGACIÓN

CORRELACIONAL

El alcance de la investigación es correccional ya que dentro de la propuesta se estudian dos tipos de variables como las habilidades básicas motoras y los juegos tradicionales.

4.3 PROCESO METODOLÓGICO

CUASIEXPERIMENTAL

En esta investigación que tuvo un involucramiento directo con la población, en las que se realizaron intervenciones 2 veces por semana.

4.4 ESTRATEGIA METODOLOGICA:

JUEGOS TRADICIONALES

4.5 INSTRUMENTOS DE INVESTIGACIÓN

Los instrumentos que se utilizaran son la:

- Observación estructurada
- Test de habilidades básicas motoras (correr, saltar, lanzar)
- Registros fotográficos

4.6 ANALISIS DE RESULTADOS

PROPUESTA PEDAGÓGICA

**FORTALECIMIENTO DE LAS HABILIDADES BASICAS MOTORAS TENIENDO
COMO ESTRATEGIA LOS JUEGOS TRADICIONALES EN NIÑOS DE 5 A 10 AÑOS
DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SOCHAQUIRA ABAJO SEDE GUAQUIRA -
GUAYATÁ “BOYACÁ”**

5.1 JUSTIFICACIÓN

Esta propuesta pedagógica se hace debido a las falencias que presentan los niños en cuanto a las habilidades básicas motoras correr, saltar y lanzar, todo esto se diagnosticó a través de un test de entrada donde se le aplicaron algunos juegos tradicionales y se pudo notar a simple vista el bajo desarrollo motor en los niños(as).

De allí parte la importancia de diseñar una cartilla de juegos tradicionales relacionados con cada habilidad (correr, saltar y lanzar) y que se pudiera implementar en cada clase de educación física como herramienta principal para el fortalecimiento de dichas habilidades.

5. 2 OBJETIVOS

5.2.1 OBJETIVO GENERAL

Diseñar una propuesta pedagógica basada en juegos tradicionales como una estrategia para fortalecer las habilidades básicas motoras correr, saltar y lanzar en niños de 5 a 10 años de la institución educativa Sochaquira Abajo sede Guaquira - Guayatá “Boyacá”

5.2.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Identificar los juegos tradicionales que permitan mejorar las habilidades básicas motoras correr, saltar y lanzar.
- Fortalecer y mantener las habilidades básicas motoras del niño favoreciendo la realización eficiente de sus movimientos.
- Crear una cartilla de juegos tradicionales, para mejorar y fortalecer las habilidades básicas motoras correr, saltar y lanzar.

5.3 METAS DIDÁCTICAS

El diseño de la cartilla de juegos tradicionales favorece a un buen fortalecimiento de las habilidades básicas motoras correr, saltar y lanzar en los niños de 5 a 10 años de la institución educativa Sochaquira Abajo sede Guaquira - Guayatá “Boyacá”.

CONTENIDOS	LOGROS
Habilidad del correr	Practica juegos relacionados con la habilidad del correr.
Habilidad del saltar	Ubica correctamente su cuerpo al realizar el patrón básico de movimiento saltar en el espacio y tiempo durante el desarrollo de los juegos.
Habilidad del lanzar	Realiza lanzamientos a determinadas distancias y con diferentes tamaños de objetos.

Tabla 2 Contenidos y logros

5.4 METODOLOGÍA

La metodología utilizada para la construcción de la cartilla es:

5.4.1 ENFOQUE: CONSTRUCTIVISTA

Se les entregan herramientas necesarias a los niños y ellos son los que construyen su conocimiento y aprenden.

5.4.2 ALCANCE:

Al inicio de la sesión de clase se les explicara a los niños la metodología que se va a trabajar, se les dará las herramientas necesarias para que ellos puedan realizar bien sus ejercicios y puedan construir su propio conocimiento.

5.4.3 PROCESO METODOLÓGICO: La propuesta parte de los juegos tradicionales adaptados a las circunstancias del contexto desde la perspectiva didáctica. La cartilla contiene juegos que a primera vista pareciera que no fueran tradicionales producto de las adaptaciones didácticas.

5.4.4 ESTRATEGIA METODOLOGICA: JUEGOS TRADICIONALES

5.4.5 INSTRUMENTOS DE INVESTIGACIÓN

Los instrumentos que se utilizaran son la:

- Observación estructurada
- Test de habilidades básicas motoras (correr, saltar, lanzar)
- Registros fotográficos

5.4.6 ANALISIS DE RESULTADOS


En esta cartilla se utilizaron algunos juegos tradicionales teniéndolos en cuenta como una estrategia para mejorar las habilidades básicas motoras correr, saltar y lanzar.

Los estilos de enseñanza utilizados en la propuesta son:

- **Flexible:** en función de las particularidades de cada alumno.
- **Integradora:** buscando el desarrollo de las capacidades individuales según las posibilidades de cada uno.
- **Progresiva:** basada en el principio de continuidad y en una evolución escalonada de la dificultad.
- **Lúdica:** siendo el juego un elemento importante en la actividad del niño.

Método de enseñanza mando directo guiado:

ROL DEL DOCENTE

 Diseña las tareas

 Explica

 Demuestra

 Evalúa

ROL DEL ESTUDIANTE

 Escucha

 Pregunta

 Ejecuta

 Reflexiona

Para la ejecución de cada juego de la cartilla se sugiere el siguiente proceso metodológico:

- Nombre del juego
- Objetivo
- Descripción breve del juego
- Ensayo o demostración
- Correcciones
- Ejecución
- Evaluación

5.5 MECANISMO DE EVALUACIÓN

La institución cuenta con un modelo educativo de escuela nueva donde tienen en cuenta un proceso evaluativo de forma cuantitativa, para evaluar a cada niño se tiene en cuenta los siguientes aspectos:

- Aspecto cognitivo: Aprendizaje del niño en cada clase.
- Aspecto actitudinal: Disciplina, puntualidad, presentación personal, participación y respeto con el profesor y compañeros.
- Aspecto motriz: habilidades de cada niño.

ASPECTO COGNITIVO	CONTENIDO
Aprendizaje del niño	<ul style="list-style-type: none"> • Corre sobre pequeños obstáculos. • Practica saltos en diferentes formas y direcciones. • Adquiere seguridad al desarrollar ejercicios de lanzamientos.

ASPECTO ACTITUDINAL	CONTENIDO
Disciplina, puntualidad, presentación personal, participación y respeto con el profesor y compañeros.	Se integra con facilidad a todas las actividades realizadas y mantiene un buen comportamiento con sus compañeros y profesor durante todas las sesiones de clases.

ASPECTO MOTRIZ	CONTENIDO
Habilidades de cada niño.	Practica ejercicios de correr, saltar y lanzar por medio de juegos didácticos y tradicionales.

5.6 RECURSOS

Cada sesión de la cartilla se utilizarán los siguientes materiales, algunos de estos los podremos encontrar en la institución y otros los harán los estudiantes con material reciclable o de la naturaleza.

IMPLEMENTOS UTILIZADOS:

- Rana
- Bates
- Tapas
- Trompo
- Pelotas
- Vendas
- Bombas
- Rompecabezas
- Cucunuba
- Aros
- Horquetas de madera
- Costales
- Cauchos
- Lasos
- Tiza

5.7. CARTILLA

Cartilla



JUEGOS TRADICIONALES

PRIMERA UNIDAD





ACTIVACIÓN NEUROMUSCULAR

La cartilla consta de 15 sesiones de clase de juegos tradicionales para mejorar las habilidades básicas motoras (correr, saltar y lanzar). Esta cartilla tendrá 3 unidades donde en cada unidad se trabajara una habilidad.


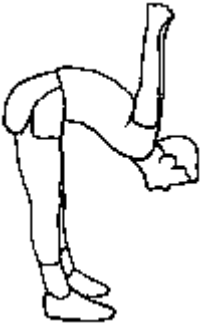


En la primera unidad se trabajaran 5 sesiones de clase con la habilidad del correr. En la unidad dos se trabajara otras 5 sesiones de clase con la habilidad del saltar y en la tercera unidad se trabajaran las ultimas 5 sesiones con la habilidad del lanzar.



En cada sesión de clase se hará en calentamiento, un estiramiento y se trabajará un juego tradicional acorde a la habilidad a trabajar; en cada juego ira incluida una variante cuyo propósito principal es poder aplicar esta cartilla en las clases de educación física.

En la siguiente tabla se mostrarán diferentes ejercicios de estiramientos de miembros superiores e inferiores que podrán ser utilizados en cada una de las sesiones de clase:



ESTIRAMIENTOS MIEMBROS SUPERIORES	
	<p style="text-align: center;">TRICEPS BRAQUIAL Y FLEXORES PALMARES</p> <p>Entrelazamos los dedos de nuestras manos, y subimos ambos brazos hacia arriba. Las yemas de los dedos deberán mirar hacia arriba</p>
	<p style="text-align: center;">DELTOIDES POSTERIOR</p> <p>Debemos pasar nuestro brazo por delante del pecho y que el codo quede a la altura del otro hombro. Con la otra mano tenemos que empujar el codo hasta nuestro pecho.</p>

	<p style="text-align: center;">TRICEPS BRAQUIAL</p> <p>Debemos de pasar la mano por detrás, para tocar la parte de atrás del hombro y mientras con la otra mano agarramos el codo para tirar hacia atrás.</p>
	<p style="text-align: center;">PECTORAL MAYOR, DELTOIDES ANTERIOR Y BICEPS BRAQUIAL</p> <p>Debemos agarrarnos ambas manos y pasarla por detrás de la espalda, entrelazar los dedos y estirar hacia atrás de nosotros.</p>
	<p style="text-align: center;">FLEXORES PALMARES</p> <p>Debemos estirar los dedos de una mano con la otra y que la palma de la mano mire hacia el frente.</p>
	<p style="text-align: center;">ISQUIOTIBIALES</p>

	<p style="text-align: center;">DORSALES</p> <p>Flexiona despacio la cintura lateralmente. Mantén el brazo recto por encima de la cabeza alargándolo. Apoya la otra mano en la cintura.</p>
	<p style="text-align: center;">PECTORALES</p> <p>Inclinamos el cuerpo y levantamos los brazos y los estiramos lo que más se pueda.</p>
	<p style="text-align: center;">EXTENSORES DE LA CABEZA</p> <p>Los músculos de la nuca trabajan durante la carrera y poco lo estiran. Con este movimiento podrás relajarte.</p>
	<p style="text-align: center;">ESPALDA</p> <p>Tira los brazos y piernas en dirección opuesta para alongar la espalda todo o que puedas.</p>

ESTIRAMIENTOS MIEMBROS INFERIORES	
	<p data-bbox="1003 646 1203 680" style="text-align: center;">CUADRICEPS</p> <p data-bbox="818 724 1390 978">Con la mano contraria al muslo a estirar, sujetamos la punta del pie por detrás, la rodilla lo más pegada al cuerpo y la cadera va hacia atrás (se puede apoyar en un compañero para evitar caerse)</p>
	<p data-bbox="976 1192 1230 1226" style="text-align: center;">ISQUIOTIBIALES</p> <p data-bbox="818 1270 1390 1409">Subimos el pie y un compañero sujeta nuestra pierna y flexionamos la pierna que nos sirve de base</p>
	<p data-bbox="980 1564 1226 1598" style="text-align: center;">TRICEPS SURAL</p> <p data-bbox="818 1642 1390 1780">Uno de nuestros pies ira adelante y el otro se quedara atrás y cargaremos el peso sobre el pie adelantado.</p>

	
	<p style="text-align: center;">ADUCTORES</p> <p>Nos sentamos y juntamos nuestras plantas de los pies y acercamos ambos pies lo más que podamos a nuestra cadera.</p>
	<p style="text-align: center;">EXTENSORES DE ESPALDA</p> <p>Acerca las rodillas lo más posible hacia la rodilla.</p>
	<p style="text-align: center;">PERONEO LATERAL</p> <p>Te sientas y aproximas una pierna a tu pecho basculando el pie con la ayuda de tus manos para inclinar la planta hacia ti.</p>

	<p style="text-align: center;">SOLEOS</p> <p>Dejando la planta del pi pegada al suelo flexiona adelante y flexiona las rodillas hasta notar cierta presión en las pantorrillas.</p>
	<p style="text-align: center;">PIRAMIDAL, CADERA Y GLUTEO</p> <p>Nos acostamos y pasamos una pierna flexionada por encima de la otra, que permanece estirada. Ayudamos a estirar con la mano.</p>
	<p style="text-align: center;">PSOAS</p> <p>Mantén inmóvil el antebrazo y afianza los pies. Gira el tronco hacia afuera quedando el pecho lo más avanzado posible.</p>

SEGUNDA UNIDAD



HABILIDAD DEL CORRER

SESIÓN # 1

CORRE CON EL ARO

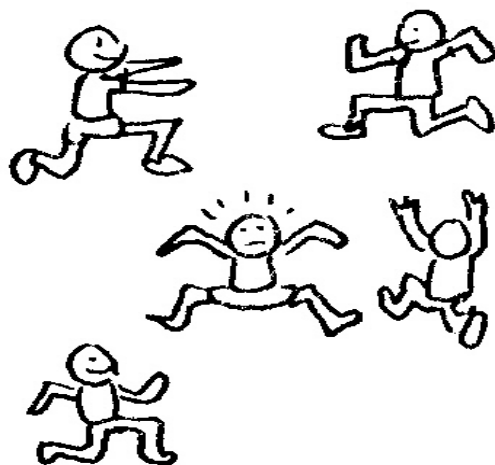
OBJETIVO: Fortalecer en los niños la habilidad del correr.

MATERIALES:

- Aros
- Horquetas de madera

1. Calentamiento

CUATRO ESQUINAS: Se colocará un niño en cada esquina del campo de juego y otro niño en el centro, el cual dará una palmada y los niños que se encuentran en cada esquina se cambiarán de una esquina a otra, en dirección de darle la vuelta al cuadrado; el niño del centro mientras los otros corren, el también correrá a ocupar una de las esquinas. El que se quede sin puesto pasará al centro.



2. Descripción de la actividad:

ARO: Cada niño coge un aro y una horqueta de madera en su mano, la idea es hacer rodar el aro con la horqueta corriendo por todo el campo de juego sin que se caiga. Después de que los niños lo sepan rodar bien harán carreras entre ellos mismos.



Variante:

CARRERA DE PAREJAS: Se harán por parejas. Una vez formadas las parejas, se atan con un cordel a la altura del tobillo, el pie izquierdo de un niño con el pie derecho del otro. Se trata de una carrera a una distancia marcada. Tendremos una línea de salida y una línea de llegada.

A la señal de salida, las parejas correrán desde la línea de salida hasta la línea de llegada. Para avanzar deberán ponerse de acuerdo para avanzar juntas las dos piernas atadas y poder así avanzar.



SESIÓN # 2

CORRE SIN DEJARTE COGER

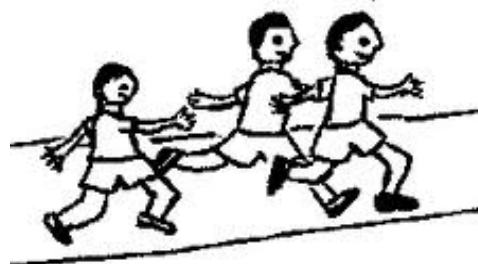
OBJETIVO: Observar en los niños el desarrollo de la habilidad del correr

MATERIALES:

- Vendas
- Cordones

1. calentamiento

CAMBIOS DE DIRECCIÓN: los niños se desplazan por todo el campo de juego, mientras la docente se hace en el centro del campo de juego y con sus brazos dará la dirección a donde se deben desplazar los niños.



2. Descripción de las actividades

Gallina ciega: Se pide a uno de los niños que se vende los ojos, los demás se desplazan por el campo de juego y el niño que tiene vendado los ojos deberá atrapar a los compañeros quien sea atrapado se convierte en gallina ciega.



Variante:

ARDILLITAS A SUS CUEVAS: Por todo el campo de juego se colocaran aros, un aro para cada niño, cruzando se les grite ardillitas fuera de sus cuevas todos los niños saldrán de los aros y se desplazarán por el campo de juego, se les ira quitando de a un aro cuando les diga ardillitas a sus cuevas todos buscaran un aro que será su cueva, el niño que quede sin aro saldrá del juego.



SESIÓN # 3

NO TE DEJES PONCHAR TAN FÁCIL

OBJETIVO: Ayudar a los niños a mejorar la habilidad del correr

MATERIALES:

- Pelotas
- Cordones

1. calentamiento:

SOLDADOS LIBERTADORES: se hacen dos equipos de niños en la que un equipo hace de policías y otro de ladrones. Los policías persiguen a los ladrones y los llevan a un sitio específico que sirve de cárcel, los ladrones pueden salvarse siempre y cuando baya un compañero y le toque la mano, cuando los policías atrapan a todos los ladrones acaba el juego y se invierten los papeles y las reglas son las mismas.

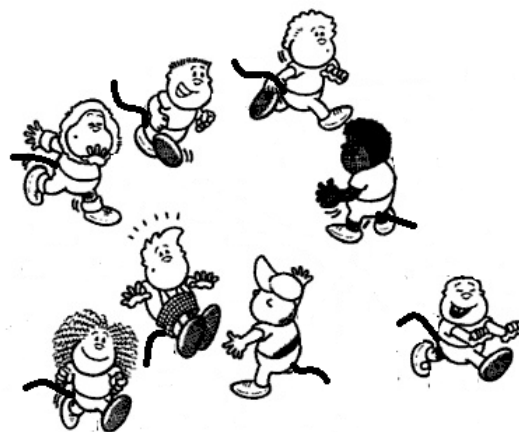


Descripción de las actividades:

PONCHADOS: El juego consiste en que un niño coge una pelota con su mano y tiene que lanzársela a los demás niños y tratar de poncharlos, mientras los demás niños tienen que evadir los lanzamientos en su contra. Cuando la pelota toque a uno de los niños este queda automáticamente eliminado. Gana quien quede de último por ponchar.

**Variante:****COGELE LA COLA AL BURRO:**

Consiste en ponerle una cola a todos los niños ya sea una pañoleta o un trapo, luego de esto escogeremos a uno del grupo y será el que deberá quitarle la cola a sus compañeros.



SESIÓN # 4

CORRE SIN DEJARTE ALCANZAR

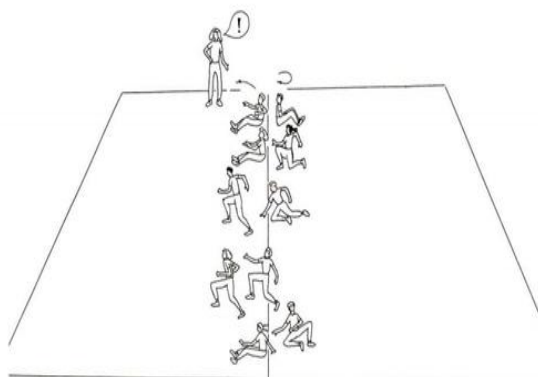
OBJETIVO: Mejorar en los niños la habilidad del correr

MATERIALES:

- Tarro
- Aros

1. Calentamiento:

Pepes y Pepitas: Se divide el grupo en dos donde se ubicaran en fila espalda contra espalda (del equipo contrario), un equipo son “Pepes” y el otro “Pepitas” cuando se diga “Pepes” éstos se giran rápidamente y corren tras el equipo contrario; si se grita “Pepitas”, estas se giran y persiguen al otro equipo hasta llegar al otro extremo si no cogen a ninguno siguen cogiendo, el participante que sea cogido va saliendo del juego y así.



2. Descripción de las actividades:

TARRO: Se elige un niño que será el que va a coger la botella de espaldas y buscar a los otros niños. Uno de los niños tendrá que patear una botella plástica lo más lejos posible mientras el niño elegido tiene que ir a recogerla de espaldas. Mientras este se devuelve de espaldas el resto de jugadores tiene que irse a esconder. Cuando el niño que fue por la botella regrese tiene que encontrar a los demás niños, pero si este se distrae otro jugador puede llegar y volver a patear la botella y el que está contando tiene que repetir el procedimiento.



Variante:

COGE MARIPOSAS: A uno de los niños se le dará un aro y los demás serán las mariposas que tendrán que desplazarse por todo el campo de juego, el niño que tiene el aro tendrá que coger a una mariposa a la mariposa que coja tendrá que coger un aro y ayudar a coger a las demás y así sucesivamente hasta que todos se vuelvan mariposas



SESIÓN # 5

CORRE Y GRITA

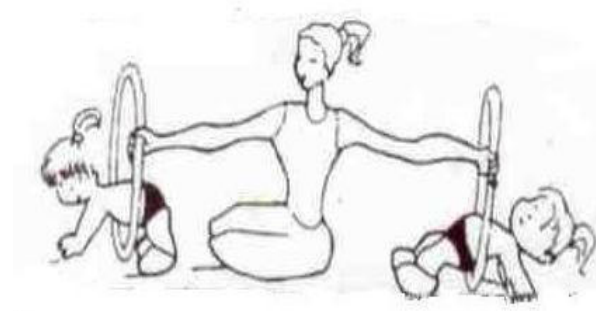
OBJETIVO: Mejorar la habilidades básica motora del correr

MATERIALES:

- Tiza
- Pelota
- Bombas
- Aros

Calentamiento:

Numeraremos los niños con los números 1 y 2 los niños número 1 cogerán un aro y se pasaran en cada extremo de la cancha, los niños número 2 se harán a lado de un compañero que tenga aro a la orden del profesor los niños tienen que correr y pasar por medio de los aros y llegar de nuevo a su sitio luego intercambian los niños número 2 tienen los aros y el número 1 corre.



3. Descripción de las actividades:

PIES QUIETOS: Se pinta en el suelo un círculo lo suficientemente grande para que todos los jugadores puedan estar sobre la línea del círculo. Dentro del mismo se sitúa un jugador con un balón en las manos el niño que está en el centro lanza una pelota hacia arriba nombrando a un jugador, éste la recoge lo más rápido que pueda la pelota y los demás correrán, cuando la coge grita: ¡Pies quietos!, y los demás se quedan quietos en su sitio. El niño que tiene la pelota da tres saltos hacia uno de los otros niños y le lanza la pelota. Si le pega ya tiene una falta y si no la falta la tiene el niño que lanzó la pelota. A la tercera falta que tiene un niño se elimina.



Variante:

BATALLA DE GLOBOS: Cada uno de los niños tendrá una bomba inflada amarrada en uno de sus tobillos de forma que quede colgando aprox. 10 cm. El juego consiste en tratar de pisar la bomba del contrincante sin que le pisen el suyo. Al participante que le revienta la bomba queda eliminado.



TERCERA UNIDAD



HABILIDAD DEL SALTO

SESIÓN # 6

SALTA, SALTA, SALTARÍN

OBJETIVO: Potenciar la habilidad del saltar

MATERIALES:

- Tiza
- Cuerda

1. calentamiento:

LLEVA ENCADENADA: Se escogerá un niño que haga de basurita, donde se ubicara en la línea final de la cancha y el resto de los niños se ubicaran en la otro línea final, el niño que hace de basurita deberá cogerlos sin tener que devolverse, el que vaya cogiendo se convertirá en basurita y tendrá que ayudar a coger al resto de los compañeros.



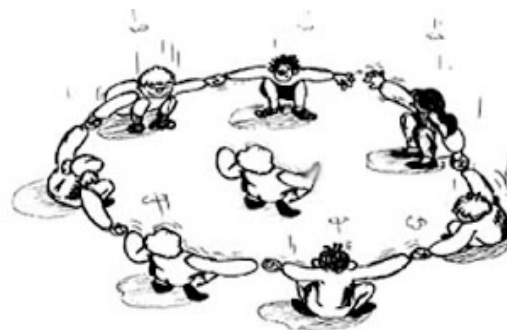
2. Descripción de las actividades:

GOLOSA: La golosa se pinta un cuadro con el número 1 luego el 2 y el 3, en el cuarto piso hay una casilla doble con el número 4 y al lado el 5 la casilla superior la ocupa el 6 y las dos últimas son casillas también dobles con los números 7 y 8. Se lanza una piedra al número 1 y tiene que hacer todo el recorrido sin pisar las rayas externas. Luego el 2 y así sucesivamente, el niño que complete todo el recorrido primero es quien gana el juego.



Variante:

BUSCA PIES: Los niños se harán en círculo y uno de ellos se hará en el centro con una cuerda y la va girando a ras del suelo, los demás niños deben saltar para que no les toque la cuerda, cuando alguien sea tocado por la cuerda saldrá del juego.



SESIÓN #7

NO TE CANSES SIGUE SALTANDO

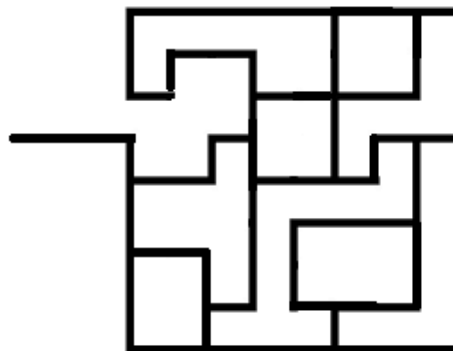
OBJETIVO: Fortalecer la habilidad del saltar

MATERIALES:

- Tiza
- Lasos
- Botellas
- Aros

1. Calentamiento:

PAC-MAN: En el campo de juego se trazaran varias líneas en diferentes direcciones, uno de los participantes será el que va a coger, los demás se desplazan por cada una de las líneas sin dejarse atrapar, el que se deje atrapar será el que va a coger.



2. Descripción de las actividades:

LASO: Dos personas sujetan un lazo y lo baten mientras que otros jugadores intentan saltarlo para no detenerlo. El jugador que no logra saltarlo queda fuera del juego el jugador que quede de ultimo saltando es quien gana el juego.



Variante

Se forma parejas de niños, uno de las dos niños se ubica uno delante de otro el de adelante tendrá un distintivo en la espalda que será el nombre del niño, cuando el profesor de la orden (silbato) este saldrá corriendo y el niño que esta atrás, tratará de quitarle el distintivo.

El camino de carrera será recto no podrán dispersarse por todo el espacio; en el momento que se esté corriendo, se encontraran con una serie de obstáculos primero con unos aros que tendrán que pasarlos saltando, después se encontraran con unas botellas plásticas que tendrán que saltarlas si el niño logra atraparlo el instintivo ganara y cambiaran de posición.



SESIÓN #8

DIVIÉRTETE SALTANDO

OBJETIVO: Mejorar la habilidad del saltar con uno o ambos pies.

MATERIALES:

- Cauchos
- Aros

1. Calentamiento

Policías y ladrones: Se forman dos grupos de niños, un grupo hace de policías y el otro de ladrones los policías deberán coger a los ladrones y hacharlos a una celda el ladrón que no esté cogido podrá rescatar a sus amigos con solo tocarle una mano. Luego de que todos estén cogidos se cambiaran de roles.



2. Descripción de las actividades

CAUCHO: Consiste en realizar una serie de saltos rítmicos sobre una goma elástica, se utiliza una goma elástica unida con un nudo en los extremos sujeta en las piernas de dos personas mientras otro jugador salta en medio de la goma elástica cantando una canción.



Variante:

Pondremos los aros en zig-zag pero haciendo dos filas, pasando cada uno de los niños con pies juntos, luego solo con el pie derecho, posteriormente izquierdo y para finalizar con los pies alternados, sin dejar caer una bomba llena de agua que llevarán en cada mano, primero lo harán hacia adelante y se devolverán hacia atrás y le pasaran la bomba al siguiente compañero



SESIÓN #9

SIGUE SALTANDO SIN ENREDARTE

OBJETIVO: Fortalecer en los niños la habilidad del saltar

MATERIALES:

- Costales
- Aros
- Lasos

1. CALENTAMIENTO:

- caminando suavemente sobre talones y puntas de pies
- camino flexionando el tronco hasta tocar los pies
- Desplazamientos lateralmente cruzando piernas
- Caminar con movimiento de brazos
- Correr en zig-zag
- Troto con movimientos de brazos adelante, atrás
- Trote elevando talones a tocar los glúteos
- Dar saltos y caer en genuflexión
- Trotar elevando rodillas
- Saltar en el puesto abriendo y cerrando piernas



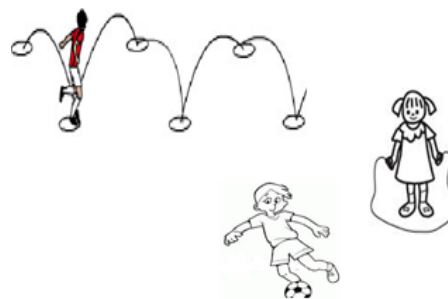
2. Descripción de las actividades:

ENCOSTALADOS: Consiste en que se ubican un número determinado de competidores y un juez en una línea de salida los competidores deben tener las piernas dentro del costal y con saltos e impulsos llegar a la línea de meta. El ganador es el que llegue de primero a la línea final.



Variante:

CIRCUITO DE RELEVOS: Se harán dos grupos de niños cada grupo tendrá de a 7 años para que pasen saltando con los dos pies, después de pasar todos los aros tendrán que saltar laso 3 veces seguidas y por ultimo llevar un balón con sus pies hasta cierto punto y hacer un gol.



SESIÓN #10

CORRE SIN PERDERTE

OBJETIVO: Descubrir debilidades y fortalezas en la habilidad motora del saltar.

MATERIALES:

- Aros
- Figuras
- Colores
- Números

1. Calentamiento:

Se harán dos grupos de niños y se forma 4 bases. En cada una de ellas habrá elementos u objetos representativos de forma repetida (colores, figuras, animales, números etc.). Dos participantes de diferente equipo, iniciaran la competencia en la que tendrán que dar la vuelta a todas las bases. El profesor les indicará que elementos tendrán que traer de algunas de las bases. El que primero las encuentre y haga todo el recorrido volviendo al lugar de salida, tiene punto para su equipo.



2. Descripción de las actividades:

Variante:

Se forma dos grupos de niños ubicados en hileras. Cada grupo tendrá un camino de obstáculos construido por aros, a una distancia considerable de cada grupo.

Cada equipo tendrá a disposición un rompecabezas. Las fichas se irán llevando una a una por cada participante, al mismo tiempo que estén cruzando los aros (tendrán que irsen saltando en dos pies y devolverse en un solo pie); cuando el participante llegue con la ficha al otro lado del camino de obstáculos, el siguiente de la hilera realizará el mismo ejercicio, hasta que todo el grupo termine de pasar las piezas del rompecabezas y armarlo. No se contabilizará tiempo, el grupo que primero lo arme ganará.



CUARTA UNIDAD



HABILIDAD DEL LANZAR

SESIÓN #11

LANZA LA PELOTA

OBJETIVO: Generar en los niños un buen lanzamiento

MATERIALES:

- Cucunubá
- Bolas de cristal
- Balones
- Pimpones

1. CALENTAMIENTO:

PALOMAS Y GAVILANES: En cada palomar dos niños. En el centro un gavilán. A la señal, las palomas tienen que cambiar de palomar. El gavilán puede tocar a alguna de ellas, en ese momento la paloma tocada se convierte en gavilán y tendrá que ayudar a coger a las demás palomas, hasta que todos se vuelvan gavilanes.



2. Descripción de las actividades:

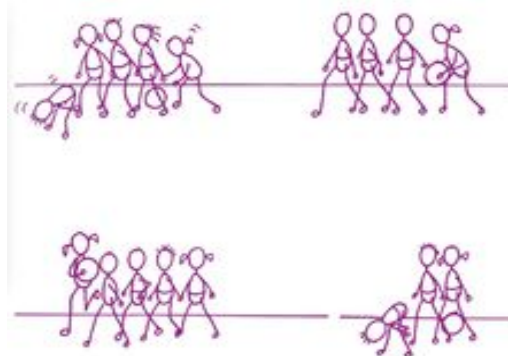
CUCUNUBA: Se hará una fila de niños cada uno tendrá una bola de cristal, la cual lanzaran a determinada distancia contra un tablero agujereado. Cada agujero tiene un puntaje, siendo mayor el del centro.



Variante:

Oruga loca: Realizar dos grupos, formando dos hileras de igual número de participantes, cada persona abre las piernas, el número 1 pasa el balón rodándolo por debajo de las piernas, el último corre con el balón y toma el primer puesto.

- En los mismos grupos todos sentados pasar el balón por encima de la cabeza.
- El grupo que introduzca más veces un balón en medio de un aro.
- El grupo que más pimpones introduzca en un balde con agua.



SESIÓN #12

LANZA LA PELOTA

OBJETIVO: Fortalecer la habilidad del lanzar jugando sanamente.

MATERIALES:

- Superbola
- 1 pelota

1. calentamiento:

Zorros y conejos: Se divide el grupo en dos, una mitad harán de zorros y la otra de conejos. Los zorros tendrán que coger a los conejos. Los conejos cazados quedarán agachados y podrán ser salvados por los otros conejos libres que pasen por encima de ellos.



2. Descripción de las actividades:

QUEMADOS: Este juego se juega con varios niños, consiste en lanzar una pelota de baloncesto a un aro se reparten por turnos. Si un niño encesta la pelota puede volver a lanzar sin que esta toque el piso dos o más veces y si no la encesta sigue el siguiente y así sucesivamente. Si el niño que está lanzando hace tres cestas seguidas el siguiente niño a él queda eliminado. Tampoco se puede atrapar la pelota sin que esta toque el piso.



Variante:

Treinta y una voladora: Realizar 31 pases entre todos caminando por todo el campo de juego sin dejar caer la pelota el que la deje caer va saliendo del juego hasta que quede una persona ganadora.



SESIÓN # 13

RUEDA, QUE RUEDA, RUEDA

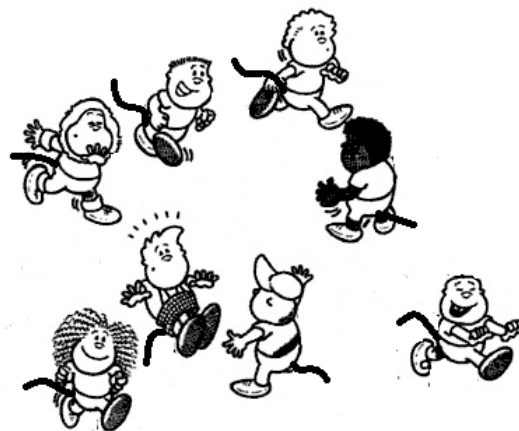
OBJETIVO: Mejorar el lanzamiento en los niños.

MATERIALES:

- Cordones
- Trompos
- Bolos
- pelotas

1. CALENTAMIENTO:

El mono sin rabo: Se divide el grupo en dos cada equipo tendrá una "base". Cada equipo intentará robar las colas. Si un jugador pierde su cola queda eliminado temporalmente y vuelve a la "base" esperando allí hasta que un compañero le entregue una cola que haya robado al equipo contrario pudiéndose incorporar al juego. .Pasado un tiempo se hace un recuento de colas, el equipo que más colas tenga será el ganador.



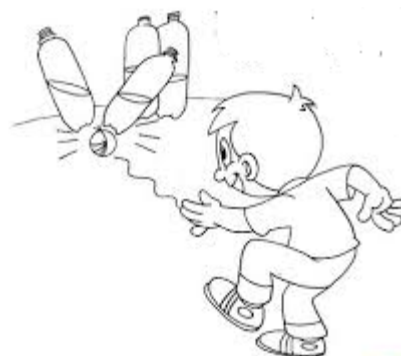
2. Descripción de las actividades:

TROMPO: Para hacer bailar el trompo el niño con una mano tiene el trompo y con la otra mano se va enrollando el cordel, empezando por la punta del trompo o ("pico") y subiendo hacia la parte más ancha del mismo o "coronilla", hasta que se termina de enrollar el cordel. Luego se sujeta el cordel metiendo la chapa por detrás del dedo índice y corazón para sostenerlo bien. El trompo se sostiene por el pico con el dedo pulgar y por la coronilla con los dedos índice y corazón. Luego se lanza con fuerza contra el suelo con el pico hacia arriba y se hala fuertemente, con un tirón brusco de la cuerda, para así darle fuerza al giro del trompo.



Variante:

Bolos: Se colocaran en el piso unos bolos en orden y a determinada distancia más o menos a (2mts). Se pasaran los niños. El niño que vaya a lanzar cojera una pelota y lanzará a tumbar los bolos, después le cederá el turno al siguiente niño.



SESIÓN # 14

NO TE QUEDES SIN LANZAR

OBJETIVO: Mejorar los lanzamientos en cada niño.

MATERIALES:

- Tapas
- Bates
- pelotas
- Balde
- Cuerda
- Aros

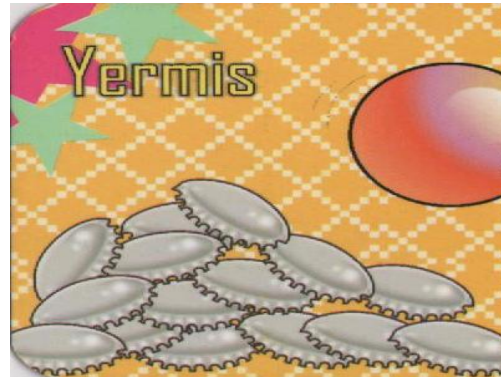
1. CALENTAMIENTO:

Congelados bajo tierra: uno de los participantes deberá coger a los demás, la persona que se deje coger deberá quedarse quieta en el sitio que lo congelaron. Para ser descongelado deberá otro compañero pasar por debajo de las piernas.



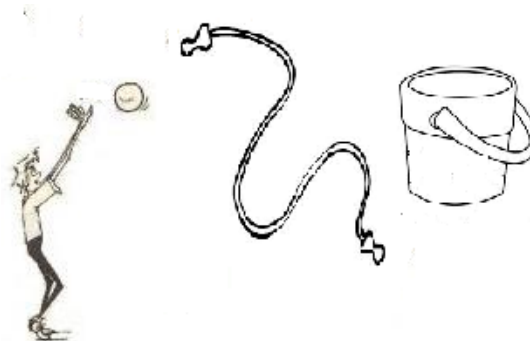
2. Descripción de las actividades:

YERMIS: Es una mezcla de béisbol y ponchados. Se juega entre dos equipos de 5 a 10 personas, se usa una pelota de caucho del tamaño de la mano. El equipo que ataca no puede caminar con la pelota, tiene que hacer pases entre sus jugadores. El equipo que está defendiendo porta bates para despejar los lanzamientos del equipo contrario. El eje principal es una torre de 10 tapas de gaseosa, cada punto nuevo comienza con esta torre armada.



Variante:

LLENAR LOS CESTOS: Los niños se harán por parejas, cada uno se hará en un extremo de la cancha. En el centro irá una cuerda amarrada; uno de los niños del extremo tendrá un aro y el otro tendrá que lanzar pelotas por encima de la cuerda y tratar de encestarlas en el aro. Después de que enceste todas las pelotas en el aro tendrá que encestarlas en un balde. Luego se invertirán papeles. El niño que estaba lanzando pasa a tener el aro y el otro a lanzar, la pareja que más lanzamientos haga será la ganadora.



SESIÓN # 15

QUIERO QUE ME ATRAPES

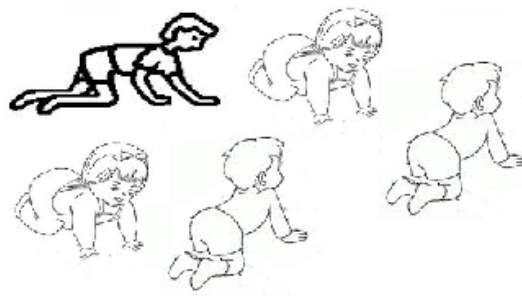
OBJETIVO: Desarrollar un mejor lanzamiento.

MATERIALES:

- Rana
- Discos
- 1 Balón

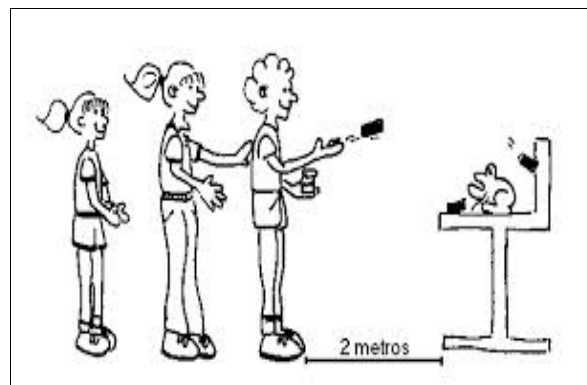
1. calentamiento:

PERRITO: Un niño o niña hace de perrito y deberá correr en cuatro patas a coger a sus compañeros, los demás deben correr en cuatro patas por todo el campo. El que sea cogido se convierte en perrito. El juego termina cuando todos sean perritos.



2. Descripción de las actividades:

RANA: se forman en hilera los niños y el que esta de primeras tendrá unas argollas que trataran de introducir las en múltiples agujeros que existen en la mesa de la rana. Cuando el primer niño haya lanzado todas las argollas, contará los puntos que hizo y los anotara y le pasará las argollas al siguiente niño. Si la argolla entra en la boca de la rana gana 500 puntos.



Variante:

Pases coordinados: Se divide el grupo de niños en dos. El juego se inicia cuando se lance el balón al aire. El equipo que se apodera del balón debe intentar hacer pases entre sus compañeros; una vez que ha conseguido 10 pases consecutivos entre compañeros se anotará 1 punto. El equipo que no tiene el balón deberá intentar recuperarlo para iniciar su propio conteo de pases. El equipo que acumule más puntos será el ganador.



6. ANALISIS DE RESULTADOS:

Dentro del proceso de investigación se aplicó un test de entrada y un test final de juegos tradicionales, el test de entrada se les aplicó para saber en qué estado estaban los niños en cuanto a las habilidades básicas motoras correr, saltar y lanzar y el test final se les aplicó para saber cuánto habían mejorado en estas habilidades durante un largo periodo.

6.1 TABULACION DEL TEST EVALUATIVO INICIAL

A continuación se muestra la tabulación del test de entrada de las habilidades básicas motoras saltar, correr y lanzar.

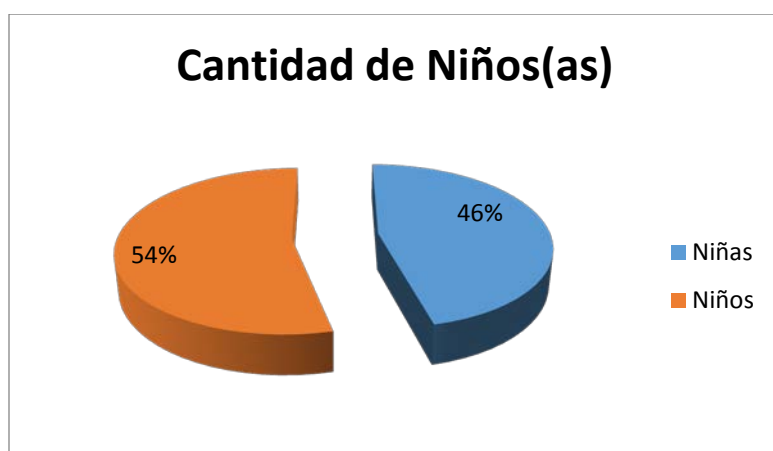


Ilustración 3 Cantidad de niños

Como podemos ver en la gráfica anterior se le aplicó al 100% de los estudiantes (13 estudiantes de la Institución Educativa Técnica Sochaquirá Abajo- sede Guaquirá escuela nueva). El test de entrada del 100% el 46% son niñas y el 54% son niños.

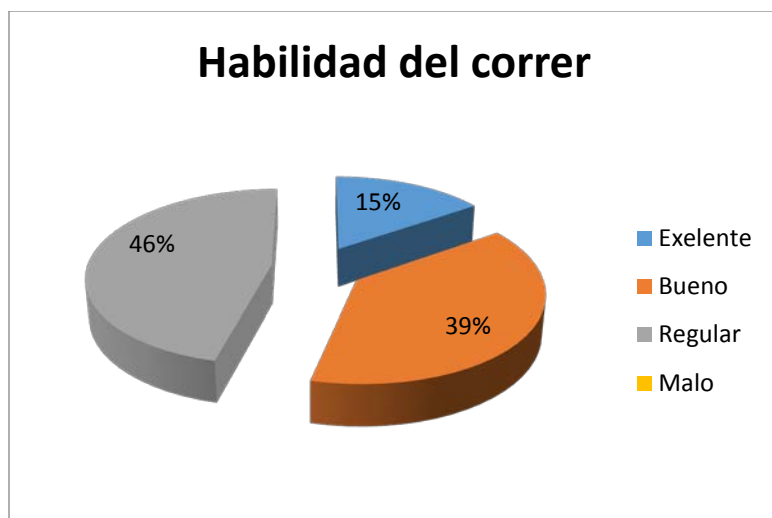


Ilustración 4 Habilidad del correr

Como se puede observar el 15% de los estudiantes son excelentes corriendo ya que en el test demostraron desplazarse correctamente en diferentes direcciones. Un 39% son buenos corriendo y aún les hace falta un mejor dominio al correr lateralmente y un 46% son regulares ya que solamente corren perfectamente hacia adelante pero si se les da la orden de correr hacia atrás o hacia otra dirección se les dificulta, en cuanto a esta habilidad no se tienen niños con una calificación mala.

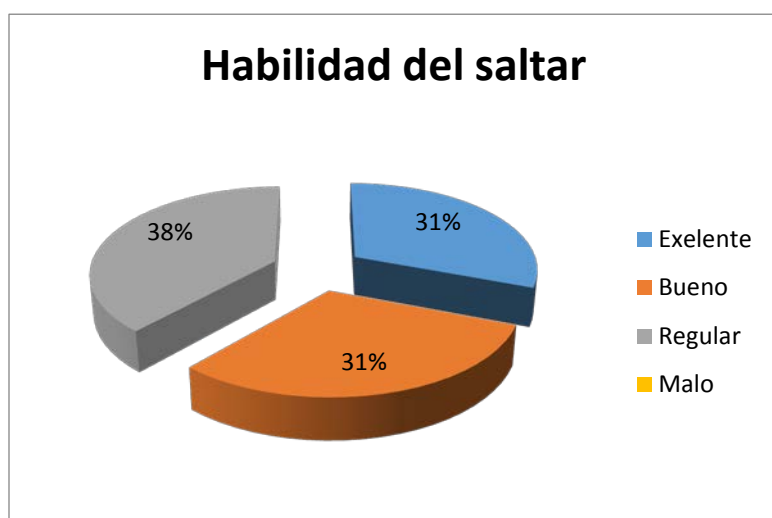


Ilustración 5 Habilidad del saltar

En la siguiente grafica podemos observar que un 31% de los estudiantes son excelentes saltando con el pie derecho, izquierdo y con los dos pies manteniendo su equilibrio, otro 31% son buenos saltando con el pie derecho, izquierdo y con ambos pies pero tiende a perder su equilibrio en algún momento. El 38% son regulares ya que se les dificulta saltar con un solo pie y necesitan del apoyo del otro para mantener el equilibrio y por último como se puede notar no hay niños con un porcentaje malo.

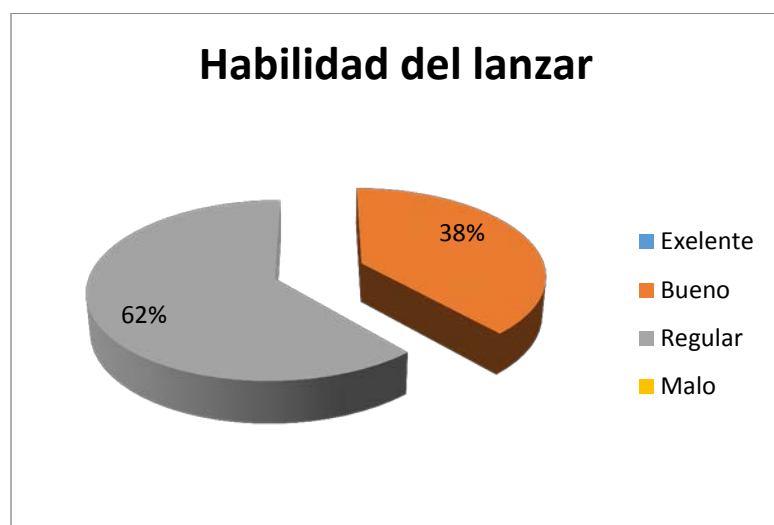


Ilustración 6 Habilidad del lanzar

Según los resultados de test un 62% de los estudiantes están en una calificación regular en cuanto a la habilidad del lanzar, ya que el lanzamiento de cada uno de ellos no es preciso y al momento de lanzar cierto objeto a un determinado punto se les dificulta. Un 38% son buenos lanzando y acertando en cada uno de los lanzamientos; ninguno de los estudiantes tienen una calificación mala o excelente.

6.2 TABULACION DEL TEST EVALUATIVO FINAL

Tabulación del test final de las habilidades básicas motoras (correr, saltar y lanzar)

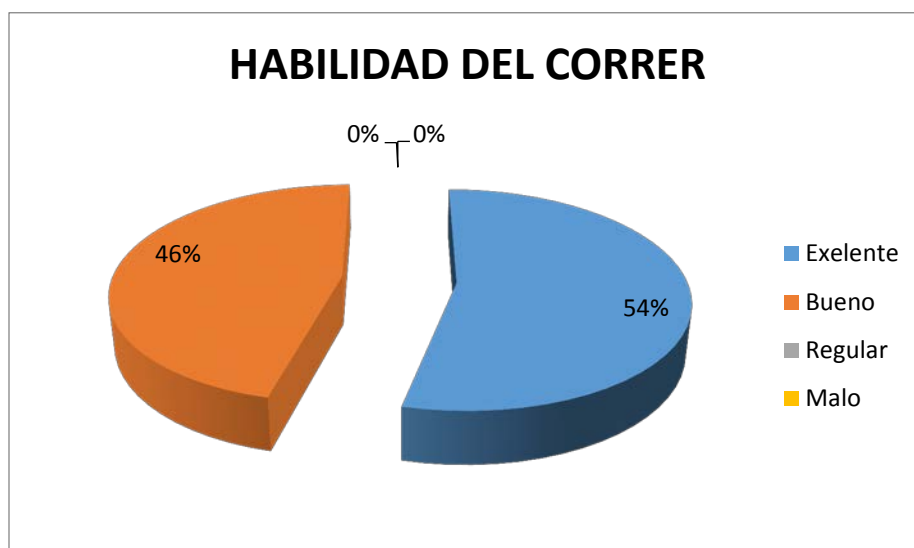


Ilustración 7 Habilidad del correr

Según el resultado del test final de la habilidad básica del correr, un 54% de los niños corren excelente, demostraron desplazarse correctamente en diferentes direcciones y un 46% son buenos corriendo. En cuanto a esta habilidad no se tienen niños con una calificación regular y mala.

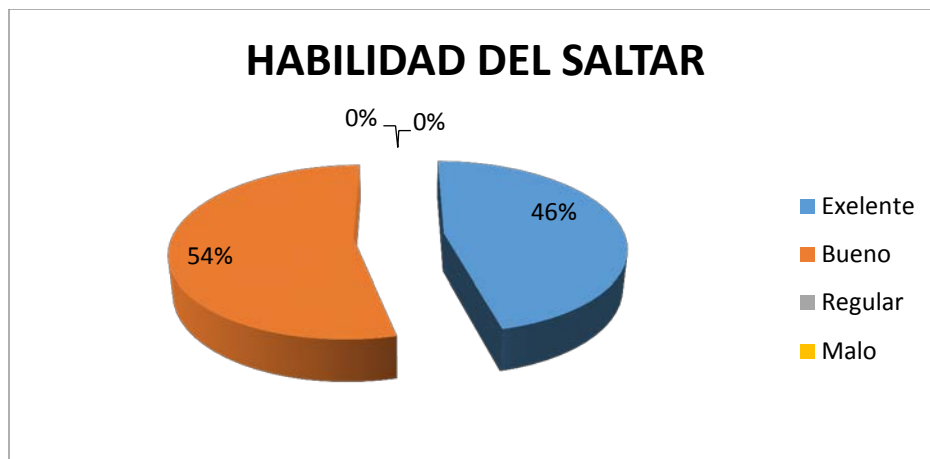


Ilustración 8 Habilidad del saltar

En la gráfica anterior podemos observar que el 46% de los niños son excelentes saltando mantienen su equilibrio al saltar con un solo pie, el 54% son buenos saltando pero aún tienden a perder su equilibrio, los estudiantes no tienen una calificación regular y mala.

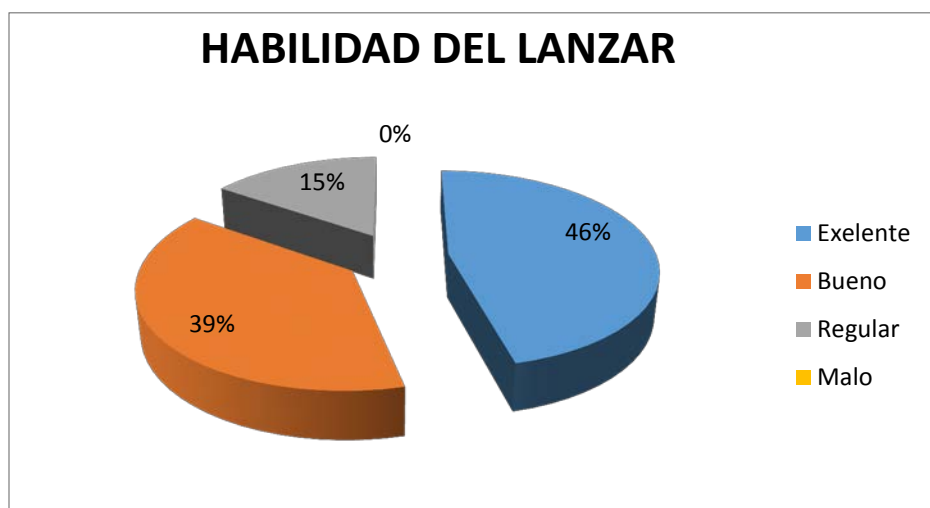


Ilustración 9 Habilidad del lanzar

En la siguiente gráfica un 46% de los niños tienen un buen lanzamiento, aciertan en todos los lanzamientos. El 39% son buenos lanzando pero aún se les dificulta y el 15% son regulares en cada lanzamiento. Como se puede notar no se tiene un porcentaje de niños con una calificación mala

6.3 ANALISIS EVALUATIVOS DE LOS TEST (INICIAL Y FINAL)

La población a quien se le realizó el test de juegos tradicionales para fortalecer las habilidades básicas motoras correr, saltar y lanzar en el test inicial de la habilidad del correr y con respecto al test final mejoraron en más de un 50% porque ya no se obtuvieron calificaciones buenas y malas, solo calificaciones excelentes donde mejoraron un 39% y buenas mejoraron un 7% de la población.

Haciendo comparaciones de la habilidad del saltar en el test inicial y final mejoraron más del 50% de la población porque no se obtuvieron calificaciones regulares y malas. En la calificación excelente mejoraron un 15% y en la calificación buena mejoraron un 23%.

En la habilidad del lanzar y en comparación del test inicial y final un porcentaje del 46% llegaron a tener una calificación excelente, también se pudo notar que se tiene una calificación más buena que regular y no se obtuvo calificación mala.

7. CONCLUSIONES

- Este trabajo surgió a raíz de las necesidades que se vieron en la práctica pedagógica I y II donde los niños presentaban un bajo nivel en el desarrollo de sus habilidades básicas motoras. De esta manera se quiso mejorarlas a través de juegos tradicionales.
- Los juegos tradicionales son una estrategia que nos sirve para la mejora de un buen desarrollo motor en los niños(as). Por otra parte, es importante rescatar aquellos juegos tradicionales que además, nos ayudan a fortalecer los lazos de amistad entre los niños y les brindan una evolución en su desarrollo personal y colectivo. De esta manera, estos juegos nos sirven como eje transversal para el desarrollo de otros ejes temáticos como la formación en valores.
- El test de inicio nos sirvió para identificar el nivel de desarrollo en el que se encontraban los niños(as) en cuanto a las habilidades básicas motoras correr, saltar y lanzar. Así mismo, se caracterizó los juegos tradicionales de la región que aportaran al buen fortalecimiento de dichas habilidades. De esta manera, los niños fortalecieron sus habilidades corriendo tras un aro sin dejarlo caer, divirtiéndose al saltar una golosa, disfrutando al lanzar diferentes objetos. Todo esto, hizo más fácil el fortalecimiento de dichas habilidades sin tener que utilizar algún tipo de mando para que ellos hicieran caso. Simplemente, cada vez que uno llegaba con diferentes juegos y variantes los niños disfrutaban de esto y se sentían satisfechos con el trabajo que hacían.
- Durante un periodo se realizaron una serie de juegos tradicionales para fortalecer las habilidades básicas motoras (correr, saltar y lanzar) en los niños(as) y a la hora de realizarles el test final nos pudimos dar cuenta que los niños han mejorado en más de un 50% en cuanto a sus habilidades básicas motoras.

- Se diseñó una cartilla de juegos tradicionales para mejorar las habilidades básicas motoras correr, saltar y lanzar con el objetivo de dejársela a la Institución la cual no cuenta con un docente idóneo para orientar el área de educación física, la idea es que el docente titular tenga esta herramienta pedagógica y la pueda implementar en las clases de educación física y que además, la esté renovando continuamente con nuevas variantes para el fortalecimiento de otras habilidades, de esta manera la profesora puede ver desde la educación física una interdisciplinariedad desde las diferentes asignaturas desarrollando su plan de estudios.

8. RECOMENDACIONES

- ❖ Es de vital importancia que la Universidad Pedagógica Nacional siga enviando docentes practicantes a la Escuela Guaquira para que continúen con los procesos de educación física que se han llevado durante dos años en esta población, ya que la práctica constante posibilita mejorar las destrezas y habilidades de cada niño. Teniendo en cuenta, que la idea es no dejarlos desfallecer para que los niños continúen con sus procesos de fortalecimiento en cuanto a las habilidades básicas motoras.

- ❖ Se le recomienda a la docente titular de la Escuela que en sus clases de educación física ponga en práctica la cartilla dejada en la Institución, para no perder la esencia de todos los procesos trabajados y que los niños continúen con su fortalecimiento de las habilidades; por otra parte esta cartilla no solo trabaja las habilidades básicas motoras sino que también nos ayuda a no dejar perder nuestra cultura tradicional.

- ❖ Teniendo en cuenta esta cartilla de juegos tradicionales se podría dejar en las instituciones y respectivas sedes del municipio de Guayatá, y sería bueno que cada periodo se hiciera un festival de juegos tradicionales entre las escuelas, hacia fortaleceríamos lasos de amistad y recordaríamos nuestra cultura tradicional.

9. REFERENTES BIBLIOGRAFICOS

- Aída Maria Gonzales Correa, C. E. (30 de Septiembre de 2010). *Educación física desde la corporeidad y motricidad*. Obtenido de <http://www.scielo.org.co/pdf/hpsal/v15n2/v15n2a11.pdf>
- Alberto. (27 de Febrero de 2009). Obtenido de <http://amelviajero.blogspot.com/2009/02/proyectos-de-innovacion.html>
- Asociación de estudiantes y maestros de educación infantil. (2001, P11). *Juegos para el desarrollo de las habilidades motrices en la educación infantil*. Málaga: Aljibe.
- Bujosa, M. C. (2005). *Unidades didácticas para primaria III*. Barcelona - España: INDE.
- Camaguey, A. L. (2008). *Estrategia educativa para el desarrollo de las habilidades profesionales desde las prácticas preprofesionales en la especialidad Contabilidad*.
- Cardona, A. M. (Julio de 2003). *Diseños cuasiexperimentales*. Obtenido de http://www.sld.cu/galerias/pdf/sitios/renacip/disenos_cuasiexperimentales.pdf
- Carmen Minerva Torres, M. E. (8 de Junio de 2007). *El juego como estrategia de aprendizaje en el aula*. Obtenido de http://www.saber.ula.ve/bitstream/123456789/16668/1/juego_aprendizaje.pdf
- Dimas Carrasco Bellido, D. C. (13 de Junio de 2005). *Desarrollo motor*. Obtenido de <http://futbolcarrasco.com/wp-content/uploads/2014/08/futbolcarrascoinef2curso7.pdf>
- E., G. S. (Noviembre 2007). *Juegos tradicionales para desarrollar habilidades motoras. Una aplicación a niños (as) de fase preescolar con síndrome de Down*. Mérida, Venezuela: Tesis.
- Emilia Fernández García, M. L. (2007). *Evaluación de las habilidades motrices básicas*. Barcelona: INDE.
- Flores, A. B. (2000). *Habilidades Motrices*. Barcelona: Inde.
- Francisco Corpas Rivera, S. T. (2008). *Educación física en la enseñanza primaria*. Aljibe S.L.
- Furelos, R. B. (9 de Marzo de 2005). *Didáctica de la educación física*. Obtenido de <http://webs.uvigo.es/roberto.barcala/tema1.pdf>
- Hernandez, D. J. (07 de Septiembre de 2007, 4). Obtenido de <http://fi.uaemex.mx/david.delgado/files/InvestigacionII-11Sep07.pdf>
- Hernandez, J. L. (2007). El Deterioro de los Juegos Tradicionales. *Efdeportes*, 1.
- Ladino, A. P. (2010). *Las formas jugadas una estrategia didáctica para el mejoramiento de las habilidades básicas motoras, en la etapa de preparación inicial en niños de 5 y 6 años*. Sutatenza, Colombia: Tesis.
- Madina, M. I. (Marzo de 2011). *Políticas públicas en salud y su impacto en el seguro popular en culican*. Obtenido de http://www.eumed.net/tesis-doctorales/2012/mirm/enfoque_mixto.html

- Maria Carmen Tejedor Montaña, M. M. (30 de Febrero de 1997). *La educacion del lenguaje y la motricidad y la conexion entre ellas en el niño de 0-4 años*.
- Medina, M. I. (2011). Políticas publicas y salud y su impacto en el seguro popular en Culiacan, Sinaloa, Mexico. 155.
- Meinel, K. (1977, 214-218). *Didactica del Movimiento*. Habana: Orbe.
- Nancy Rocio Ramirez Fonceca, M. B. (2012). *La magia de los juegos tradicionales*. Tunja.
- Öfele, M. R. (1999). Los juegos tradicionales y sus proyecciones. *Educación física y deportes*, 1.
- Peña, N. M. (Octubre de 2003). *Motricidad humana trascendencia de lo instrumental* . Obtenido de <http://www.efdeportes.com/efd65/motric.htm>
- Rivero, V. S. (2005). Aprendizaje motor. Las habilidades motrices básicas: coordinación y equilibrio. *Efdeportes*, 1.
- Rodríguez, S. J. (Febrero de 2007). *Habilidades motrices básicas en los niños y niñas de cinco años de edad del jardín de infancia Eloy paredes*. Mérida, Venezuela: Tesis.
- Rosario Barrera Moreno, J. A. (2010). Negocios internacionales. *Habilidades motrices básicas: Los lanzamientos y recepciones*, 1.
- Rubio, C. C. (18 de Mayo de 2009). *Desarrollo motor en la infancia*. Obtenido de http://www.csi-csif.es/andalucia/modules/mod_ense/revista/pdf/Numero_18/CLARA_COLETO_RUBIO02.pdf
- Vargas, G. H. (Diciembre de 2012). Los juegos tradicionales como una herramienta pedagogica para mejorar los niveles de convivencia dela institucion educativa tecnica san luis cedeboy del municipio de Garagoa Boyaca. Colombia Boyaca.
- Vega, R. S. (2012). El juego tradicional infantil y su valor educativo. *Revista digital de los CEP de gran canaria y fuerteventura*, 1-3.
- VELAZQUEZ, M. G. (09 de Octubre de 2012, 65). *DIAGNÓSTICO DE CLIMA ORGANIZACIONAL*. Obtenido de http://www.eumed.net/libros-gratis/2012a/1158/disenio_de_la_investigacion.html
- Zalazar, D. F. (30 de Mayo de 2008). *Evolucion del juego en el niño desde la teoria piagetiana*. Obtenido de <http://www.psicogenetica.com.ar/Eljuegoenelnino.pdf>

10. ANEXOS

ANEXO N° 1

TEST DE HABILIDADES BÁSICAS MOTORAS

Bruce A. M.C. Clenaghan y David. L Gallahue (1985)

DESCRIPCIÓN DEL TEST DE CORRER

ESTADIO INICIAL

MOVIMIENTOS DE LAS PIERNAS (VISTA LATERAL) Las piernas se encuentran rígidas y el paso es desigual. No hay un momento claro de despegue del suelo y la base de sustentación se encuentra ampliada. El movimiento es corto y limitado.

MOVIMIENTO DE LAS PIERNAS (VISTA POSTERIOR) La rodilla de la pierna que rota es balanceada primero hacia afuera, luego en forma circular y hacia adelante hasta la posición de apoyo. El pie que realiza el paso tiende a rotar hacia afuera desde la cadera, lo cual permite impulsar el pie hacia adelante sin que soporte demasiado peso corporal y ayuda por lo tanto al niño a mantener el equilibrio.

MOVIMIENTO DE LOS BRAZOS: los brazos se balancean rígidamente con distintos grados de flexión a nivel del codo. El radio de movimiento de los brazos es corto y los brazos tienden a balancearse extendidos en forma horizontal más que en posición vertical. Esta rotación hacia afuera compensa el movimiento de rotación exagerado de la pierna que realiza el movimiento.

ESTADIO ELEMENTAL

MOVIMIENTO DE PIERNAS (VISTA LATERAL) El paso se alarga, la pierna aumenta el desplazamiento y aumenta la velocidad se observa una fase de despegue bien definido en el patrón. La pierna soporte empieza a extenderse de forma más definida al separarse del suelo.

MOVIMIENTO DE PIERNAS (VISTA POSTERIOR) En el momento de adelantarse, el pie que se encuentra realizando el movimiento rota a lo largo de la línea media antes de desplazarse hacia adelante hacia la posición de contacto.

MOVIMIENTO DE LOS BRAZOS: los brazos corren mayor distancia en forma vertical y se produce un movimiento horizontal limitado en el envión hacia atrás cuando aumenta el largo del paso.

ESTADIO MADURO

MOVIMIENTO DE PIERNAS VISTA LATERAL: la rodilla se dirige de vuelta hacia adelante es levantada a cierta altura y enviada hacia adelante con rapidez. la pierna de apoyo se inclina levemente cuando la otra establece el contacto con el suelo y luego se extiende rápida y completamente en la cadera, rodilla y tobillo. El largo del paso y la duración del tiempo en el que el cuerpo permanece suspendido en el aire se intensifican al máximo.

MOVIMIENTO DE PIERNAS (VISTA POSTERIOR) se produce una pequeña rotación de la rodilla y del pie que vuelve hacia delante, mientras que aumenta el tamaño del paso.

MOVIMIENTO DE LOS BRAZOS: los brazos se balancean verticalmente describiendo un gran arco en oposición a las piernas. Los brazos se encuentran flexionados a la altura de los codos en ángulo casi recto.

DESCRIPCION DEL TEST DE LA HABILIDAD DEL SALTAR

ESTADIO INICIAL

MOVIMIENTO DE LOS BRAZOS: Los brazos de movimiento limitado no son los que desencadenan el movimiento al saltar. Se mueven hacia los lados y hacia abajo o hacia arriba para mantener el equilibrio durante el momento de vuelo.

MOVIMIENTO DEL TRONCO: Durante el envión el tronco es mantenido en posición vertical, con poca participación en el largo del salto.

MOVIMIENTO DE LAS PIERNAS Y CADERA: La posición de flexión preparatoria es limitada y poco consistente respecto al grado de flexión de las piernas. En el despegue y el aterrizaje el niño experimenta dificultades para utilizar ambos pies en forma simultánea y una pierna puede preceder a la otra. La extensión de caderas, piernas y tobillos es incompleta al despegue.

ESTADIO ELEMENTAL

MOVIMIENTO DE BRAZOS: Los brazos participan con mayor eficacia en el momento del salto. Tienen la iniciativa en el momento del despegue y luego se mueven hacia los costados para mantener el equilibrio durante el salto.

MOVIMIENTO DEL TRONCO: No se observan cambios.

MOVIMIENTO DE PIERNAS Y CADERA: La flexión preparatoria es más acentuada y consiente. Las piernas, caderas y tobillos se extienden más durante el despegue, sin embargo, aún permanece ligeramente flexionado. Durante el vuelo, los músculos se mantienen en posición de flexión.

ESTADIO MADURO:

MOVIMIENTO DE LOS BRAZOS: Los brazos se desplazan a buena altura hacia atrás y se extienden luego hacia delante en el momento del despegue. Los brazos se mantienen altos durante todo el salto.

MOVIMIENTO DEL TRONCO: En el momento del despegue, el tronco se encuentra flexionado en un ángulo alrededor de 45° . Se ejerce mayor fuerza sobre la dirección horizontal salto.

MOVIMIENTO DE PIERNAS Y CADERAS: La flexión preparatoria es bien acentuada. Las caderas y tobillos se encuentran totalmente extendidos en el momento del despegue, durante el

vuelo las caderas se flexionan, colocando los muslos en una posición casi vertical. El peso del cuerpo en el momento de aterrizaje conserva la inercia adelante y hacia abajo.

DESCRIPCIÓN DEL TEST DE LA HABILIDAD DEL LANZAR

ESTADIO INICIAL:

MOVIMIENTO DE BRAZOS: El movimiento de lanzar es realizado principalmente apartir del codo, el cual se encuentra en posición adelantada respecto al cuerpo. El lanzamiento consiste en un movimiento similar al de empujar. En el momento del soltar los dedos se extiende completamente. El movimiento siguiente es hacia delante y hacia abajo.

MOVIMIENTO DEL TRONCO: El tronco permanece perpendicular al blanco durante el lanzamiento, la rotación del hombro al momento de lanzar es escasa. Mientras ejecuta el tiro se produce un ligero desplazamiento hacia atrás.

MOVIMIENTO DE PIERNAS Y PIES: Los pies permanecen quietos, a pesar de que puede producirse un pequeño desplazamiento sin finalidad durante la preparación para el lanzamiento.

ESTADIO ELEMENTAL:

MOVIMIENTO DE LOS BRAZOS: El brazo balanceado como preparación, primero hacia el costado y hacia arriba y luego hacia atrás en una posición de flexión a la altura del codo colocando la pelota por detrás de la cabeza. El brazo se desplaza hacia adelante con un movimiento por encima del hombro. El impulso continua hacia delante y hacia abajo. La muñeca controla el tiro y la pelota se encuentra más dirigida por los dedos.

MOVIMIENTO DEL TRONCO: Durante la fase de preparación, el troco rota hacia el lado que ejecutara el tiro. Cuando el brazo comienza la acción del lanzar, el tronco rota dirigiéndose hacia atrás, haciendo el lado contrario. El tronco se flexiona hacia delante, acompañando el movimiento hacia delante del brazo que arroja.

MOVIMIENTO DE PIERNAS Y PIES: El sujeto se adelanta con el pie correspondiente al mismo lado del brazo que realiza el movimiento. Se produce un desplazamiento hacia delante del peso del cuerpo.

ESTADIO MADURO:

MOVIMIENTO DE LOS BRAZOS: El brazo se balancea hacia atrás preparándose para el tiro. El codo del mismo brazo se desplaza horizontalmente hacia adelante a medida que se extiende. El pulgar rota hacia adentro y hacia abajo y termina apuntando hacia tierra, en el momento de soltar los dedos se mantienen juntos.

MOVIMIENTO DEL TRONCO: En la fase preparatoria del tiro el tronco se encuentra marcadamente rotado hacia el lado que arroja y el hombro correspondiente levemente descendido. Cuando comienza el movimiento hacia delante el tronco rota a través de la cadera, columna y hombros. El hombro del lado que ejecuta el movimiento rota hasta colocarse en línea con el blanco.

MOVIMIENTO DE PIERNAS Y PIES: Durante la fase preparatoria del tiro, el peso descansa en el pie colocado atrás. A medida que el tronco rota, el peso es completamente desplazado en un paso hacia delante. El pie contrario del lado que arroja.

Lizeth Cataño Lombana		X		X				X	
Nicol Estefany Rubio Barrera	X				X		X		
Santiago Stiven Barrera Guerrero		X			X			X	
Edwin Ferney Ruíz Gómez	X				X			X	
Paula Andrea Alfonso García	X			X				X	
Cristian Andrés Cataño Lombana		X							X
Rubén Darío Martín Fula		X			X			X	
Darío Hernán Lozano Zambrano		X			X			X	

ANEXO N° 3

Descripción del test de juegos tradicionales para fortalecer las habilidades básicas motoras correr, saltar y lanzar.

HABILIDAD DEL CORRER:

Nombre: Poncha a tus amigos

Objetivo: Observar el nivel de la habilidad del correr en los niños(as), mediante el juego tradicional ponchados.

Material:

- Pelota

Descripción:

Esta prueba consiste en que un niño porta una pelota mientras los demás se desplazan por todo el campo de juego y a la orden del silbato todos los niños empezaran a correr hacia adelante y el niño que porta la pelota tratara de pegarle a los demás niños mientras ellos tienen que evadir los lanzamientos en su contra, se les dará 3 minutos y se dará una nueva orden que será correr hacia atrás y solo se podrá ponchar hacia atrás y por último se les dará la orden de correr de forma lateral.

Valoración:

Esta prueba se valorara de la siguiente manera:

EXELENTE (E): El niño realiza correctamente desplazamientos en diferentes direcciones.

BUENO (B): El niño corre correctamente hacia adelante, atrás pero se le dificulta correr lateralmente.

REGULAR (R): El niño corre perfectamente hacia adelante pero se le dificulta correr hacia atrás y lateralmente.

HABILIDAD DEL SALTAR:

Nombre: La golosa educativa

Objetivo: Determinar el nivel de lanzamiento por medio del juego tradicional en los niños.

Materiales:

- Tiza

Descripción:

Se pinta un cuadro con el número 1 luego el 2 y el 3, en el cuarto piso hay una casilla doble con el número 4 y al lado el 5 la casilla superior la ocupa el 6 y las dos últimas son casillas también dobles con los números 7 y 8. Los niños harán una hilera al frente de la golosa y irán pasando uno por uno y lanzarán una piedra al número 1 y tiene que hacer todo el recorrido saltando con el pie derecho y se devuelve con el pie izquierdo sin pisar las rayas externas de la golosa. Luego el 2 y así sucesivamente, el jugador que complete todo el recorrido primero es quien gana el juego

Valoración:

Esta prueba se valorará de la siguiente manera:

EXELENTE (E): El niño salta correctamente cada una de las casillas de la golosa con el pie derecho, izquierdo y con los dos pies manteniendo su equilibrio.

BUENO (B): El niño salta con el pie derecho, izquierdo y con ambos pies pero tiende a perder su equilibrio y se equivoca en 1 o 2 casillas de la golosa

REGULAR (R): El niño salta con el pie derecho, izquierdo y con ambos pies pero en algunas casillas necesita del apoyo del otro pie.

HABILIDAD DE LANZAR:

Nombre: Cucunuba

Objetivo: Identificar el nivel de la habilidad del lanzar por medio del juego

Tradicional cucunuba.

Material:

- Bolas de metal
- Cucunuba

Descripción:

Se juega con bolas de metal, estas serán lanzadas por los niños contra un tablero agujereado a una distancia de 2 metros. Cada agujero tiene un puntaje, siendo mayor el del centro. A cada niño se le entregaran 2 bolas de diferente tamaño y cada uno tendrá 3 oportunidades de lanzamiento con cada una de ellas

Valoración:

Esta prueba se valorara de la siguiente manera:

EXELENTE (E): El niño realiza los seis lanzamientos de forma correcta entrando la bola de cristal a la cucunuba.

BUENO (B): El niño realiza solo cuatro lanzamientos de forma correcta entrando la bola de cristal a la cucunuba y deserta en dos.

REGULAR (R): El niño deserta en la mitad de los lanzamientos y acierta en la mitad de los lanzamientos entrando la bola de cristal a la cucunuba.

ANEXO N° 5

Tabla de calificación del test inicial

Calificación Nombres y apellidos	Habilidad del correr			Habilidad del saltar			Habilidad del lanzar		
	E	B	F	E	B	R	E	B	R
Deisy Gómez Ortiz			X			X			X
Andrea Milena Lozano Zambrano			X		X				X
Yiber Alexis Cataño Lombana		X			X				X
Sandra Lorena Martín Fula		X			X				X
Cristian Dariel Morales Morales			X			X			X
Yeimy Lizeth Cataño Lombana			X			X		X	
Nicol Estefany Rubio Barrera			X		X				X
Santiago Stiven Barrera Guerrero		X		X				X	
Edwin Ferney Ruíz Gómez		X		X				X	
Paula Andrea Alfonso García		X				X			X

Cristian Andrés Cataño Lombana		X				X			X
Rubén Darío Martín Fula	X			X				X	
Darío Hernán Lozano Zambrano	X			X				X	

ANEXO N° 6

Tabla de calificación del test final

Calificación Nombres y apellidos	Habilidad del correr				Habilidad del saltar				Habilidad del lanzar			
	E	B	R	M	E	B	R	M	E	B	R	M
Deisy Gómez Ortiz		X				X					X	
Andrea Milena Lozano Zambrano		X				X					X	
Yiber Alexis Cataño Lombana		X				X				X		
Sandra Lorena Martín Fula	X				X					X		
Cristian Dariel Morales Morales		X			X					X		
Yeimy Lizeth Cataño Lombana		X				X			X			

Nicol Estefany Rubio Barrera		X				X			X			
Santiago Stiven Barrera Guerrero	X				X				X			
Edwin Ferney Ruíz Gómez	X					X			X			
Paula Andrea Alfonso García	X					X				X		
Cristian Andrés Cataño Lombana	X				X					X		
Rubén Darío Martín Fula	X				X				X			
Darío Hernán Lozano Zambrano	X				X				X			

ANEXO N° 7

Fotografías:



Juego tradicional Cucunuba
Habilidad del lanzar



Juego tradicional golosa
Habilidad del saltar



Juego didáctico bolos
Habilidad del lanzar



Juego del mesa rompecabezas



Juego didáctico de lanzar



Juego tradicional laso
Habilidad del saltar



Juego didáctico con bombas
Habilidad del correr



Juego tradicional aro
Habilidad del correr



Juego tradicional gallina ciega
Habilidad del correr



Juego didáctico saltar aro
Habilidad del saltar



Juego tradicional stop
Habilidad del correr



Juego tradicional rana
Habilidad del lanzar



Juego tradicional quemados
Habilidad del lanzar



Juego didáctico la basurita
Habilidad del correr



Juego tradicional caucho
Habilidad del saltar