unidad SEAD 191

UNIVERSIDAD PEDAGOGICA NACIONAL

SECRETARIA DE EDUCACION PUBLICA

UNIVERSIDAD PEDAGOGICA NACIONAL
BIBLIOTECA
SEP

IMPORTANCIA FORMATIVA DEL JUEGO EN LA EDUCACION PRIMARIA

SERGIO GABRIEL CHAN DZIB

MONTERREY, N. L. FEBRERO DE 1983

UNIDAD
SEAD
191
UNIVERSIDAD
PEDAGOGICA
NACIONAL

SECRETARIA DE EDUCACION PUBLICA

IMPORTANCIA FORMATIVA DEL JUEGO EN LA EDUCACION PRIMARIA

SERGIO GABRIEL CHAN DZIB

Investigación documental presentada para obtener el título de Licenciado en Educación Primaria.

Monterrey, N.L. , febrero de 1983

UNIVERSIDAD PEDAGOGICA NACIONAL

DICTAMEN DEL TRABAJO DE TITULACION

Monterrey N. L., a 28 de Febrero de 1983

C. Profr. (a) SERGIO GABRIEL CHAN DZIB
Presente
(nombre del egresado)

En mi calidad de Presidente de la Comisión de Exámenes -- Profesionales y después de haber analizado el trabajo de titulación alternativa INVESTIGACION DOCUMENTAL titulado IMPORTANCIA FORMATIVA DEL JUEGO EN LA EDUCACION PRIMARIA presentado por usted, le manifiesto que reúne los requisitos a - que obligan los reglamentos en vigor para ser presentado ante el H. Jurado del Examen Profesional, por lo que deberá entregar diez ejemplares como parte de su expediente al solicitar el examen.

ATENTAMENTE

El Presidente de la Comisión

Profr. Ismael Vidales Delgado

S. E. P.
UNIVERSIDAD PEDAGOGICA NACIONAL
UNIDAD 28-B
MONTERREY, N. L.

Con todo cariño para
mi esposa e hijos.

PROLOGO

Con la finalidad primordial de obtener mi título de Licenciado en Educación Primaria, presento a la consideración del H. jurado este trabajo de investigación documental titulado : Importancia formativa del juego en la Educación Primaria.

Con la preocupación por lograr un mayor rendimiento en mi labor educativa, y sabiendo que podría lograrlo por conducto del juego, elegí un tema relativo al mismo y opté por la forma de investigación documental, consciente de que dicho trabajo me sería de mucha utilidad no sólo para alcanzar la meta de titulación sino como obra de consulta para mi labor educativa.

Los autores consultados me ofrecieron una fuente valiosa de información que me permitió nutrir este trabajo y me proporcionaron los medios necesarios, para conocer nuevas formas de lograr mayor y mejor rendimiento de mi labor docente.

En el II capítulo abordo el tema de la función formativa de la escuela primaria, por considerar que es en la escuela donde el niño comienza su educación integral en una forma sistematizada; por lo que no se le puede restar importancia a la labor que ésta desempeña.

En el capítulo III se trata lo relativo a la evolución histórica del juego, pues es muy importante conocer no solamente los juegos de la actualidad, sino los que han practica-

do los grupos sociales de épocas pasadas.

Menciono al aparato psicomotriz en el capítulo IV por su papel insustituible en el desarrollo del niño y por su función formativa general en la vida de relación de todo individuo.

La descripción de los tipos de juego que se hace en el capítulo V tiene como finalidad discriminar los que sean útiles y aplicables en los diferentes grados de la educación primaria.

INDICE

Página

DICTAMEN.

DEDICATORIA.

PROLOGO.

I. INTRODUCCION. 1

II. FUNCION DE LA ESCUELA PRIMARIA. 3

A. Función informativa. 5

B. Función formativa. 6

1. Función formativa de la Educación Física. 7

a. Educación Física propiamente dicha. 7

b. El juego. 8

III. EVOLUCION HISTORICA DEL JUEGO. 14

A. Antecedentes del juego. 14

B. El juego en la actualidad. 27

IV. IMPORTANCIA DEL APARATO PSICOMOTRIZ EN EL JUEGO. 30

A. Descripción del aparato psicomotriz. 30

1. Sistema óseo. 31

2. Sistema muscular. 32

3. Sistema nervioso. 34

B. Función del aparato psicomotriz. 37

1. Sistema óseo. 37

2. Sistema muscular. 38

3. Sistema nervioso. 40

Página

V. TIPOS DE JUEGOS. 43

A. Características de los juegos en diferentes edades. 43

B. Descripción de los juegos. 45

C. Juegos apropiados para la escuela primaria. 49

D. Utilidad de los juegos en la educación primaria. 50

E. Trascendencia formativa del juego en la vida adulta. 52

VI. CONCLUSIONES. 56

BIBLIOGRAFIA.

ANEXO.

I. INTRODUCCION

La necesidad de conocer cada día más al niño y poder llevar a cabo con éxito la labor docente, me impulsaron a hacer la investigación contenida en el presente trabajo, que habla de los intereses lúdicos del niño, pasando por la influencia que éstos ejercen en la labor educativa y en particular en la formación de la personalidad del niño.

Si el niño por naturaleza juega, por ser parte de su etapa formativa, es obligación de todo maestro, investigar todo lo que se refiera a sus intereses lúdicos, y llegado el caso, modificar o enriquecer lo ya existente o conocido, y utilizar su imaginación creadora para inventar nuevos juegos, que sean de utilidad en su labor.

No siempre el juego es útil, pues los hay que son incorrectos o perjudiciales, y es precisamente el maestro quien debe detectar dicha clase de juegos, para evitar accidentes que pueden ser causantes de deformaciones o daños más serios en el tierno organismo infantil.

Se prestó especial atención al aparato psicomotriz, por ser de primordial importancia en la realización de los diferentes tipos de juegos, para conocer el funcionamiento de dicho aparato y para saber qué partes son más importantes en la realización de cualquier ejercicio de tipo físico.

Los intereses lúdicos del niño son un factor decisivo en

su preparación para la vida adulta. El juego, como una rama de la educación física es de mucha importancia en la Educación Primaria, pues bien encauzado es indispensable en la educación integral del niño.

El análisis crítico de los diferentes tipos de juegos que se conocen, permite al maestro conocer más a fondo todo lo referente a dichos juegos y estar por lo tanto más compenetrado con el tema mencionado.

Los juegos son un factor de mucha importancia en el desarrollo y buen funcionamiento del aparato psicomotriz.

El niño juega desde antes de tener completo uso de razón, pero es en la escuela primaria en donde su juego será encauzado con miras a obtener sobre todo: mejores posturas al andar, al estar de pie, sentado, etc., así como lograr disciplinar su conducta, misma que será muy diferente a la seguida en su hogar, antes de entrar a la escuela.

Para poder aplicar el juego en la escuela primaria, es muy importante hacer una clasificación, tendiente a determinar o establecer la aplicabilidad en los diferentes grados que forman la educación primaria.

La influencia que el juego del niño ejercerá en su vida adulta, es de mucha importancia, ya que en ella será donde se note la adaptabilidad o desadaptabilidad del individuo.

II. FUNCION DE LA ESCUELA PRIMARIA

El sistema educativo nacional se caracteriza por tres directrices: su actualización, que permite a maestros y educandos utilizar las técnicas e instrumentos más avanzados en el proceso enseñanza-aprendizaje; su apertura, que significa la capacidad de llegar a todos los grupos sociales y hace posible la popularización de los bienes educativos; y su flexibilidad, que facilita la movilidad horizontal y vertical del educando dentro de los diversos tipos y modalidades del sistema educativo.

Las bases que sustentan la Reforma Educativa son fruto de numerosos estudios y planteamientos aportados por todas las clases sociales. Colaboraron en su elaboración maestros y educandos, expertos todos en las corrientes educativas más acreditadas del mundo contemporáneo, y otros interesados en el sistema nacional de la educación.

Los aportes que sirvieron para establecer estas bases, se inspiraron en nuestra experiencia histórica, en la circunstancia que vive el país y en la previsión del cambio.

La Reforma fortalece los mecanismos de actualización del maestro, considerado como factor de cambio y como elemento primordial de la educación; favorece a la vez la investigación y experimentación educativas.

La llamada Reforma Educativa, no es una cosa nueva, pues

su mismo nombre lo dice todo; implica un cambio constante a -- través del tiempo; una búsqueda permanente de técnicas nuevas y una ininterrumpida modificación de las ya existentes, ten--- diendo siempre a lograr un mayor y mejor rendimiento en la tarea educativa.

Al crearse la Comisión Nacional de los libros de Texto -- Gratuitos, mismos que comenzaron a distribuirse en el año de - 1959, la Reforma Educativa dio un gran paso, al hacer verdaderamente gratuita la educación elemental o básica, favoreciendo principalmente a las familias de más bajos recursos económicos.

La educación como todo proceso histórico, es abierta y dinámica; influye en los cambios sociales y a la vez es influida por ellos. Por lo mismo, el quehacer educativo debe responder a esa dinámica y a los intereses actuales y futuros de la so-- ciedad y del individuo. Sin discriminación de ninguna especie, la educación debe conducir al educando hacia su plena realización como individuo y como miembro de la sociedad en que vive.

La escuela primaria tiene lineamientos muy claros y precisos a seguir, pues está consciente de que su labor es la de -- formar más que la de informar. Es esencial que el niño aprenda a aprender, de modo que durante toda su vida, en la escuela y fuera de ella, busque, y utilice por sí mismo el conocimiento, organice sus observaciones a través de la reflexión y participe responsablemente en la vida social.

Es necesario que el educando obtenga confianza en sí mismo y en los demás y que conozca sus capacidades y sus limita--

ciones para enriquecer las primeras y tratar de superar las - segundas.

El propósito fundamental de la educación primaria es -- que el educando se desarrolle de manera armónica, para que - participe activamente en la búsqueda de mejores formas de --- convivencia entre persona y persona y entre éstas y la naturaleza. En consecuencia, se pretende que el niño, a través de - una educación más formadora que informadora, adquiera y desarrolle conocimientos, hábitos, actitudes y habilidades que lo ayuden a lograr los fines supremos que el hombre se plantea.

La escuela primaria tiene una doble labor educativa, una informativa y otra formativa, como ya se dijo insistentemen-- te; para llevar a cabo esta doble tarea que sirve para lograr el desarrollo integral del niño, divide precisamente su plan en materias y actividades, de la siguiente manera:

A. Función informativa.

Entre las materias consideradas como informativas, se encuentran: las Ciencias Naturales, Ciencias Sociales, Matemáticas y Español. Se les llama así, porque por medio de ellas el educando adquiere una serie de conocimientos que lo preparan y capacitan para enfrentarse a los problemas cotidianos, para los cuales debe siempre hallar una solución práctica, razonada y satisfactoria. Porque de nada serviría un cúmulo de conocimientos, almacenados a manera de archivo o computadora, sin ninguna utilidad práctica o específica.

Cada una de las materias mencionadas tiene metas y objetivos a lograr y no podemos prescindir de ninguna materia, -- sin que se deteriore o malogre la educación integral del niño.

B. Función formativa.

La labor formativa de la escuela primaria, se logra a -- través de un conjunto de actividades entre las que se encuentran: la Educación Tecnológica, la Artística y la Educación - Física. Cada una tiene sus propias ramas, como en el caso de la Educación Artística que comprende: música y canto, dibujo y pintura, modelado, poesía, dramatización y en general cualquier otra actividad, cuya meta sea lograr la belleza, captada por cualquiera de los sentidos y manifestada en cualquiera de los materiales o instrumentos que se utilizan para tal -- fin.

En el caso de la Educación Física, también tiene metas - muy bien definidas, entre las que podemos mencionar:

1.-Influye en forma positiva para el desarrollo y creci--- miento (morfológico y funcional) armonioso del organismo y para mejorar las características biológicas de los educandos.

2.-Propicia la adquisición de conocimientos, hábitos y --- cualidades motrices necesarias, para el aumento de la - capacidad de trabajo del organismo y una mejor adapta-- ción a las exigencias de actividades físicas, que tie-- nen una profunda significación educativa.

3.-Aportar en suma, la formación básica que requiere el -- hombre para el desenvolvimiento de sus actividades laborales, recreativas, deportivas y estéticas, dentro del marco de los objetivos generales de la educación.

Como se podrá observar, la Educación Física está íntimamente relacionada con algunas de las materias llamadas informativas, principalmente con las Ciencias Naturales.

Como el objetivo principal del presente trabajo está encaminado a una parte de la Educación Física, como lo es el -- juego, será necesario señalar el campo de acción de éste, dentro de la Educación Física misma, para lo cual se hará la siguiente delimitación:

1. Función formativa de la Educación Física.

a. Educación Física propiamente dicha.

Es un poco difícil definir con exactitud qué es la Educación Física, pero es muy importante repetir que forma parte - de la educación integral del niño y en general del ser humano. La Educación Física se ocupa sobre todo del aspecto corporal del hombre, pretendiendo el desarrollo y perfeccionamiento de las cualidades naturales, con intervención del medio ambiente, que influye en la formación general del individuo y en este - caso, en su formación física.

Es necesario tomar muy en cuenta la importancia de las - adquisiciones científicas que se relacionan con el cuerpo hu-

mano, como son: la Higiene, Fisiología, Anatomía, etc., ya -- que son auxiliares muy valiosos para el buen desempeño de la labor adecuada y eficaz de la Educación Física, pues dan una base científica a los ejercicios y movimientos propios que la integran.

Es muy importante también hacer la diferenciación entre Educación Física y deporte.

La Educación Física se sirve para sus fines, de movi-- mientos espontáneos y precisos que pueden corregir, modifi-- car y mejorar el organismo humano.

El deporte es una actividad espontánea; deseo en último extremo, de afirmación de la propia libertad.

Por lo tanto, se puede afirmar que el ejercicio practica do con la voluntad de mejorar la condición corporal es la base de la Educación Física.

El ejercicio que se realiza con la voluntad de conseguir una victoria, es decir con competición, está en el terreno -- del deporte propiamente dicho.

b. El juego.

El juego es una de las tres ramas fundamentales de la -- Educación Física, que ocupa una gran parte de la actividad infantil y juvenil del ser humano.

Existen numerosas teorías para tratar de explicar este fenómeno, típico de los primeros años de la vida humana. Lo que es importante señalar es que el juego es un ejercicio natural de la infancia y que tiene un valor altamente formativo. Como en el juego interviene la atención, la imaginación, la creatividad y la organización, requiere de la participación de todas las capacidades a la vez.

Es muy difícil suplir al juego con otra actividad, pues éste nace espontáneamente y proporciona al niño un enorme placer, siendo por lo mismo, un tónico físico y mental.

Los ejercicios gimnásticos tienen la ventaja de ofrecer una enorme variedad, dejando actuar y aflorar la espontaneidad e imaginación del niño. No se puede negar que su valor como recreo y distracción, no tiene comparación. El profesor interviene en una forma menos normativa, en comparación con otras actividades; el que sí se hace sentir, es el alumno, al actuar en forma libre.

Si queremos definir el juego, encontraremos infinidad de opiniones o puntos de vista; unos ingeniosos, otros con base científica y otros más, de tipo meramente teórico. Sería muy extenso mencionar todas las opiniones conocidas, por lo que se tratará de hacer un resumen de los puntos que tienen ciertas coincidencias, o que tienen poco o mucho en común.

Como punto de partida, se tomará a la Escuela de Claparede, cuyos pedagogos introdujeron al juego en la Educación Física, con fines pedagógicos. Algunos teóricos sin embargo han

exagerado su importancia a tal grado que idearon un método de Educación Física basado exclusivamente en el juego.

Es muy importante hacer notar, que no solamente el niño juega, sino también el adulto, por lo que será necesario también definir el fin o fines que persigue cada uno de ellos.

Algunos autores coinciden en afirmar que el juego es una actividad vital, y consideran que cualquier programa que no utilice el juego como un medio educativo, resultará aburrido.

El juego del niño no trata de compensar nada, constituyendo esta actividad, lo esencial de su infancia.

El juego del niño no respeta regla alguna; corre, salta, grita, atropella; en fin, es un desfogue (sobre todo cuando el tiempo de que dispone es corto).

Un síntoma de salud en el niño, se manifiesta cuando después del juego, llega a su casa agotado, cansado, pero feliz.

En cambio el juego del adulto viene a ser una compensación al desequilibrio que existe en sus actividades laborales. Mientras más sedentario sea su trabajo, mayor actividad física deberá realizar, sucediendo lo contrario, cuando tiene una actividad laboral más intensa.

Varios autores coinciden en afirmar que el juego en el adulto es una actividad de lujo, ya que se puede pasar sin jugar el resto de su vida; en cambio el niño no puede vivir

sin jugar, pues es parte de su vida misma.

Karl Bühler dice que el juego proporciona un placer funcional más que apetito físico y que este placer funcional es motivado por la oportunidad de un trabajo creador del pensamiento puesto en juego.

Para Freud, el juego es un aspecto ludoterápico que reemplaza en los niños a los clásicos métodos de interpretación de los sueños o la dialéctica introspectiva, pues siendo el juego el lenguaje natural del niño, el maestro puede hallar en su expresión más honda, tanto un diagnóstico como un tratamiento.

La mayoría coincide en que el juego es una necesidad vital, un ejercicio de preparación para la vida, no solamente para el hombre como animal racional, sino para las demás especies animales, pues es bien sabido que los animales jóvenes juegan, para desarrollar determinadas capacidades que le ayudarán a subsistir, de una manera mejor.

Otros como Spencer, dicen que el juego es la manifestación de una energía superflua en forma de una descarga agradable, sin ninguna finalidad consciente.

Algunos como Lazarus y Steinthal, tomaron un punto de vista contrario a Spencer y definen el juego no como una energía sino como descanso, basándose en que en la recreación es posible lograr el equilibrio de la fatiga nerviosa de una parte del sistema que trabajó, por otras que permanecieron en

descanso o reposo.

Es muy importante saber utilizar el juego como auxiliar en la educación del niño, ya que sirve como ayuda para la instrucción, el reposo y la liberación emocional.

Como ya se ha dicho, el juego del niño no tiene reglas fijas, por lo que cualquier juego puede ser modificado, tomando en cuenta la edad, el lugar o la habilidad de los participantes.

Se deben evitar hasta donde sea posible, las recompensas de cualquier clase, ya que si es verdad que producen satisfacción en el ganador o ganadores, también es cierto que puede producir frustración en el perdedor.

En conclusión se puede decir:

1o. El juego es una necesidad vital para el niño.

2o. Es espontáneo y por tanto sin reglas preestablecidas.

3o. Es una etapa preparativa para la vida adulta.

4o. Es insustituible, pues no se puede cambiar por otra actividad.

5o. Puede servir como descanso y desfogue.

6o. Debe evitarse alentar el espíritu competitivo, pues le --

resta espontaneidad al juego.

7o. Produce el equilibrio necesario entre el cuerpo y la mente.

III. EVOLUCION HISTORICA DEL JUEGO

A. Antecedentes del juego.

El juego forma parte de la Educación Física, pero para poder delimitar el campo de acción que cada uno de ellos tiene, será necesario hacer las siguientes aclaraciones:

El juego es muy importante para el desarrollo, tanto físico como mental del niño, tanto, que se puede decir que es vital e indispensable para llegar a ser una persona adulta normal; pero el juego no hay que confundirlo con la Educación Física, ya que esta última es más completa, pues tiene una serie de disciplinas que la auxilian en la consecusión de los fines que persigue, así como un conjunto de normas o reglamentos para todas y cada una de las ramas que la integran; el juego en cambio es hasta cierto punto un acto reflejo, una actividad inconsciente y sin un fin premeditado, ya que no se puede decir que el niño sabe que juega con fines preestablecidos.

El concepto de juego es muy variable, dependiendo (este concepto) de la época histórica, costumbres, tipo de educación recibida, así como del país de que se trate.

La Educación Física tiene una historia muy larga, misma que se remota hasta el inicio de la existencia del hombre, ya que no se puede concebir al ser humano, por más incivilizado que sea, sin practicar ejercicios de carácter físico, sean éstos realizados en forma consciente o inconscientemente.

El hombre primitivo transmitía experiencias de padres a hijos, mismas que pasaban de generación a generación; dichas experiencias eran en grado sumo de carácter físico y le servían para obtener abrigo, alimentación y para convivir, es decir, para satisfacer sus necesidades y se basaban principalmente en el ataque y la defensa.

De entre las culturas más antiguas que se han dedicado a cultivar la Educación Física, se puede mencionar a los chinos. Los griegos también pensaron que la gimnasia educativa debía ser la base de la Educación Física.

Se puede atribuir a los chinos la primacía en cuanto a la Educación Física se refiere, pues fueron los primeros en levantar gimnasios e impartir en ellos la Educación Física a sus alumnos. Pero es muy importante hacer notar, que fueron los griegos quienes organizaron y sistematizaron en sus inicios a la Educación Física.

Pierre de Fredi, Barón de Coubertin, dice con respecto a los griegos lo siguiente:

> La herencia griega es de tal modo vasta, señores, que todos los que en el tiempo presente, han conocido el ejercicio físico bajo uno de sus múltiples aspectos, han podido invocar probadamente a Grecia, que comprendía todo. Los unos han visto el entrenamiento para la defensa de la patria, los otros la búsqueda de la belleza física y esta sana embriaguez de la sangre que se ha denominado la alegría de vivir y que no se encuentra en nada, tan inmensa y también tan exquisita, como no sea el ejercicio físico (1).

(1) Antonio Andere. México 68 XIX Olimpiada. México, 1968. p.1

El pueblo griego dividido en ciudades-estados, vivía continuamente luchando entre si, pero una vez, cada cuatro años olvidaban su rivalidad y se hermanaban en la ciudad de Olimpia, para celebrar competencias deportivas, mismas que tomaron el nombre de Juegos Olímpicos, en alusión a la mencionada ciudad.

Es verdad admirable poder constatar, cómo un pueblo dividido por diferentes motivos, se sintiera unido y hermanado por algo tan común pero a la vez tan trascendental como lo es el deporte, en este caso simbolizado en los Juegos Olímpicos.

Si queremos investigar acerca del origen de los Juegos Olímpicos, encontraremos diferentes versiones que van desde las de origen mitológico, hasta la histórica, con datos más confiables. De entre estas últimas, la más aceptable menciona al rey Ifitos de la Elida, por cuya mediación se obtuvo de los demás estados griegos, que su comarca fuera considerada como neutral y que en ella se llevaran a cabo los juegos, que eran considerados como una institución nacional a la vez que religiosa. El mencionado rey obtuvo a la vez el compromiso de dichos estados, de que durante la celebración de dichos juegos "se observase una especie de tregua sagrada entre los pueblos de la Grecia" (2).

Los griegos frecuentaban los establecimientos educacionales en los que se fortalecía el cuerpo y el espíritu, tanto, que era obligatorio, al menos moralmente hablando, que todo

(2) Idem. p.2

ciudadano libre practicara ejercicios físicos, pues tenían la convicción de que era un deber de todo ciudadano para con la sociedad.

Hombres famosos que se distinguieron en Grecia, como filósofos, historiadores o poetas, casi siempre resaltaron también en la práctica de ejercicios físicos, distinguiéndose inclusive en grandes eventos, como en el caso de Pitágoras, --- quien resultó vencedor en pugilato en la XLVIII Olimpiada.

A grandes rasgos se mencionarán a los paises que por sus ideas y aportaciones, referentes a ejercicios físicos, sobresalieron en este terreno, dejando un testimonio que hasta la actualidad nos causa admiración, y cuyas ideas son todavía -- aceptables.

Por sus aportaciones referentes al juego, podemos mencionar a los siguientes paises: Alemania y Francia.

Alemania: la escuela alemana, amante de la disciplina, ha usado el juego en forma reglamentada, por su tendencia a lograr formas de conducta colectiva con el fin de formar la conciencia de equipo, cuya finalidad es la de lograr por medio del - juego libre, descubrir a los niños líderes. Este procedimiento no era posible por el método de selección escolar, sino por medio de pruebas o reconocimientos ya conocidos y que se aplican durante el transcurso del año escolar.

El método alemán, cuyas bases se apoyan en el deporte, - juegos y aparatos, fué divulgado en 1937, orientando la prác-

tica de la Educación Física en la Alemania nazista. La esencia de este método acentuaba el espíritu de superioridad racial, que es lo que pretendía el gobierno de esa época, pudiéndose decir que éste es el único punto negativo de dicho método, que por suerte ya fué superado en nuestros días.

Entre los personajes sobresalientes de esta época cabe mencionar a Güths Muths, pensador y pedagogo, considerado como padre de la gimnástica pedagógica moderna quien decía"que el objetivo a alcanzar era "ser bello, fuerte y diestro"(3) y que los ejercicios solamente eran beneficiosos si se acompañaban de juegos, natación, marchas y corridas. Este gran pedagogo fué uno de los fundadores del método alemán, y sus ideas sirvieron de inspiración para la creación de otros métodos.

Del método alemán podemos concluir diciendo que es en esencia naturalista. Enseña al niño desde muy pequeño a preocuparse por un récord que tiende al máximo rendimiento, prestando especial atención al ritmo y a la música, pudiéndose decir que en lo referente a la gimnasia, es más orgánica que muscular.

Durante la Reforma Religiosa, se distinguió Martín Lutero, quien opinaba que la Educación Física debería ser practicada como prevención contra la gula, la lujuria y la pereza (que eran consideradas como pecados capitales).

Francia: en la escuela francesa se dio mucha importancia al

(3) José Luis Scaffa.Historia de la Educación Física.Monterrey, N.L. 1976, p. 48.

juego como auxiliar de la educación, ya que lo utilizaban a - manera de una sucesión de juego, que llevaba el nombre de lección-cuento.

Algunos como Nicolás Audry Sois pensaban que los ejercicios físicos servían para prevenir y curar las deformaciones corporales en los niños y que eran de gran importancia en el desenvolvimiento del tórax.

Montaigne, notable por sus ideas acerca de la Pedagogía, habla insistentemente en que debe haber un equilibrio entre - el cuerpo y el espíritu y que dicho equilibrio puede lograrse a base de ejercicios físicos, aparejados a conocimientos pedagógicos.

Las ideas de Montaigne acerca de utilizar el juego para lograr un mejor aprovechamiento, son muy notables. Unicamente sus ideas acerca de que la mujer está dotada de un espíritu - mediocre y por lo tanto no debe participar en la instrucción física, se le puede imputar como errónea, pero hay que tomar en cuenta que la época en que vivió dicho personaje, el tipo de educación que imperaba, así como las costumbres y otros -- factores, situaban a la mujer en un terreno muy diferente al que ocupa en la actualidad, en el que ha destacado no solamente en lo referente a la Educación Física sino en lo social, - político, etc., en los cuales no tenía incursión en la época mencionada.

En la época inmediata anterior a la Revolución Francesa, durante los reinados de Luis XV y Luis XVI, la aristocracia -

despreciaba todo lo que exigiera esfuerzo; contrariamente, los filósofos y pensadores se oponían a la vida inútil de dichos aristócratas; el choque entre estas ideas opuestas, propició la Revolución Francesa. Voltaire decía que para ser feliz se necesitaba el cuerpo de un atleta y el alma de un prudente.

George Hebert (1875-1950) oficial de la Armada Francesa, es el autor del método natural, que consiste en una vida al - aire libre en contacto con la naturaleza y la realización de actividades necesarias a la manutención de la vida. Este método surgió en su mente a raíz de sus viajes realizados, donde - pudo observar al pasar por las regiones poco civilizadas, que los nativos de dichos lugares disfrutaban de una excelente salud; también observó a los animales, llegando a la conclusión de que existe una perfecta igualdad de condiciones entre el - entrenamiento de dichos animales y la lucha por la supervivencia.

El sistema de Hebert dio origen a la familia de ejerci-- cios del método de Joiville-le-Pont.

"Son notables de Hebert, sus conceptos: "la actividad física es una ley de la naturaleza". "El desarrollo físico es - inseparable de la cultura viril y de la cultura moral, con -- exaltación de sentimientos nobles(4).

Su doctrina se puede reducir en tres palabras: endurecimiento, aptitud completa y utilitarismo.

---

(4) Idem. p. 53

Al referirse a Educación Física, se puede decir que cada país tuvo su propio método. Los primeros métodos regulares de Educación Física que se basaban en principios científicos, tuvieron lugar a fines del siglo XVIII. Ya a principios del siglo contemporáneo surgió el método de Demeny como una crítica a las fallas del método de Ling.

Más tarde fueron surgiendo nuevos métodos, pudiéndose citar entre ellos: al método culturista que más bien era gimnasia; el método natural de Hebert que ya se ha mencionado; el método deportivo, basado únicamente en deportes y cuyo creador fue el Dr. Belli de Coteau; el método nacional francés, que se basaba en las doctrinas de Rabelais, Amoros, Demeny, Hebert y Joiville-Le-Pont. El método nacional francés abarca: Educación Física Elemental, Educación Física Secundaria, Educación Física Superior, Educación Física Femenina, Adaptaciones Profesionales, Gimnástica de conservación de la Edad Madura.

Las bases del método mencionado son: juegos, flexionamientos educativos, aplicaciones y deportes individuales y colectivos o de conjunto.

También es importante mencionar al método calisténico, cuyos creadores fueron: Carl André, Clias, Skarstrom, Dio Lewis, Robert Jeffries y otros. Los objetivos de este método que se desenvolvió por todo el mundo son higiénicos y educativos; sus características son:

1. Predominancia de formas analíticas.
2. División de los ejercicios en 8 grupos.
3. Asociación de la música en la ejecución.
4. Predominancia de los movimientos sobre - las posiciones.
5. Ejercicios a manos libres y pequeños aparatos (mancuernas y bastones) (5).

La palabra Calistenia proviene de las palabras griegas (kalos, bello y sthenos, fuerte).

Otros métodos son el natural austriaco y el danés.

Antes de concluir con este tema referente a los antecedentes, es importante mencionar algo de nuestro país, México, que se distinguió en las diferentes etapas históricas (prehispánica, colonia, independencia y época actual).

Nuestro país como ya se dijo, se distinguió en actividades físicas, pero no solamente en ellas sino en el campo de - las ciencias, las artes, la astronomía, etc. causando la admiración de los propios españoles, quienes quedaron asombrados al contemplar ciudades hermosas que rivalizaban en su grandiosidad y hermosura, con las propias ciudades españolas. El --- asombro reflejado en el rostro de los conquistadores, queda - plasmado en los relatos de sus propios cronistas.

Las actividades físicas de los primeros habitantes de México estaban encaminadas a lograr fines diversos entre los --

---

(5) Idem. p. 55

que destacan las de tipo guerrero, religioso, formativo, utilitario, recreativo y los de entretenimiento.

"Entre las actividades de tipo guerrero podemos mencionar: el lanzadardo o "atlatl", arco y flecha, la honda, cerbatana, la jabalina y otras" (6). Estas actividades servían también para su subsistencia.

Al surgir propiamente las sociedades guerreras, podemos mencionar a las dos escuelas existentes entre los mexicas o aztecas: el Calmecac y el Telpochcalli. En la primera se educaba a los hijos de los nobles y en ella se les adiestraba para dirigir el combate en las guerras. En esta escuela ingresaban niños de los diez a los doce años. En la otra escuela o sea en el Telpochcalli, se preparaba a los hijos de los plebellos para ser buenos guerreros; de allí salía la mayor parte de los subalternos que formaban el ejército azteca.

Los ejercicios que se realizaban en las dos escuelas consistían en ejercicios de fuerza, luchas, carreras, saltos, manejo de armas y conocimientos de defensa.

Los aztecas eran muy resistentes, pues en las mencionadas escuelas los hacían resistir hambre y sed, así como a las inclemencias del tiempo (lluvia, frío, etc.) hasta que se hacían hábiles y endurecidos.

Se puede decir que los mexicas o aztecas se preparaban -

---

(6) Idem. p. 65

116200

principalmente para la guerra, ya que aunque las actividades físicas como el juego y los deportes estaban regidos por motivos puramente religiosos, únicamente se practicaban en las festividades en las que se rendía culto a sus dioses.

Entre los juegos practicados desde antes de la conquista podemos mencionar:

El juego de pelota (tlachtli): se puede atribuir a este juego una antigüedad que se remonta hasta 1300 años antes de la era cristiana. Es atribuible a los olmecas, quienes descubrieron las propiedades elásticas del hule y lo utilizaron para fabricar la pelota, motivo por el cual se les conoce por olmecas, que quiere decir: habitantes del país del hule.

La indumentaria para el juego de pelota, estaba confeccionada a base de piel de venado curtida, y protegía manos, brazos, cabeza y rodillas.

La cancha tenía la forma de una I, rodeada de paredes en declive por las que rebotaba la pelota, la cual se trataba de hacer llegar a la meta contraria, tocándola únicamente con los codos, rodillas y caderas.

Al principio no existía el aro de piedra empotrado en la pared, que conocemos en los grabados y fotografías de los campos de pelota que todavía existen en algunos lugares; se cree que dicho aro fué agregado más tarde para hacer más difícil y divertido el encuentro, ya que era muy difícil y raro, pasar la pelota por el agujero; cuando un jugador lograba esta haza-

ña, por este sólo hecho se le premiaba con las pertenencias - de los asistentes al juego. Entre las pertenencias mencionadas, se contaban mantas y ropa, así como joyas y otras pertenencias. El equipo al que pertenecía el jugador que logró pasar la pelota por el aro, era considerado vencedor del encuentro.

Era tal la pasión que despertaba el juego de pelota, que muchos apostaban sus esclavos, joyas, mantas, implementos de guerra, y se dice que hasta la libertad y a sus mujeres.

Existen dos versiones controvertidas con respecto a ganadores y perdedores del encuentro; en una se dice que los ganadores eran decapitados en honor del Dios al que se dedicaba - el juego y en la otra versión, que los sacrificados eran los perdedores. Pero algunos historiadores sostienen que no en todas las ocasiones habían sacrificados sino en las ocasiones - en que las fechas y la categoría del Dios y de los jugadores así lo ameritaban.

La forma de jugar la pelota tuvo también sus variantes - según el lugar del que se tratara, pues se jugó en Colima, Jalisco, Michoacán, Oaxaca, Teotihuacan, Yucatán, etc.

Además del juego de pelota, se practicaban otros juegos y deportes tales como las carreras que se hacían corriendo -- por las escaleras de las pirámides hacia arriba; se dice que el que llegara primero arriba, podía arrojar escaleras abajo a los que llegaran después.

En lo referente a carreras de relevo y a campo traviesa, eran famosos los corredores que servían de correo entre los - aztecas y entre los pueblos de Oaxaca, quienes llevaban a la vez en carreras de relevo, mercancías para el emperador.

Algunos pueblos indígenas estaban en las márgenes de --- ríos y a orillas del mar, por lo que se supone que también conocían y practicaban la natación.

Algunos cronistas mencionan el hecho acaecido después de la conquista, en que Cortés envió al Papa en Roma, a dos mexicanos malabaristas, pues se menciona que los mexicanos se distinguieron en este aspecto, mismo que realizaban con el fin - de divertir a la concurrencia que asistía a las festividades dedicadas a la agricultura.

También consta en varias versiones, que en Teotihuacan - se practicaba un juego muy parecido al ajedrez, cuyas fichas eran frijoles de diferentes colores. Este juego tenía un simbolismo religioso y astronómico; en él se hacían grandes ---- apuestas en las que arriesgaban la fortuna hasta quedarse sin nada y aún así, se apostaban a sí mismos con la condición de que pasado algún tiempo, si no se lograba rescatar , quedaba el perdedor en calidad de esclavo.

Eran tantos los juegos y actividades físicas practicados por los pueblos prehispánicos, que sería largo enumerarlos, - por lo que solamente se mencionarán algunos de los más sobre-- salientes, entre los que se encuentran : el palo ensebado que todavía es practicado en algunos pueblos de nuestro país; los

cronistas de la conquista mencionan un juego llamado totoloque. del que era muy afecto el emperador Moctezuma, quien lo jugaba durante su reclusión, cuando Cortés lo hizo prisionero pretextando la matanza del templo mayor, en la que las verdaderas víctimas fueron los aztecas. Dicho juego consistía en arrojar lo más lejos posible, unos botoncitos lisos de oro lanzados por unos cuadritos del mismo metal.

B. El juego en la actualidad.

La Educación Física en la actualidad ha alcanzado su punto más culminante, pudiéndose decir que es como un idioma universal que une a los seres humanos, en su afán por lograr la convivencia humana y la confraternidad.

De entre los paises mencionados en el inciso anterior, podemos decir en forma generalizada lo siguiente:

Los chinos y en general los orientales, han resaltado tanto en la antigüedad como en nuestro tiempo, refiriéndonos a la Educación Física, pudiéndose decir que en la actualidad ha tenido mucha influencia el deporte oriental, existiendo varios deportes, sobre todo los de lucha que son de origen oriental, tales como: el Karate, Jiu-Jitsu, Kung-fu y otros, que dieron origen a otras formas de lucha, con sus variantes e innovaciones.

Algunos métodos sobrevivieron hasta la actualidad, como el método natural de Hebert, el cual encontró aceptación en Francia y Austria.

La Gimnástica Femenina Moderna, adaptada, se ha infiltrado en casi todos los paises.

Superada la etapa en la cual la mujer servía únicamente para el hogar, cada día es mayor el número de mujeres que incursionan con bastante éxito en las actividades físicas, distinguiéndose en los diferentes deportes y eventos nacionales y mundiales que se realizan.

Entre los paises que cuentan con los mejores atletas y deportistas, se encuentran Estados Unidos y Rusia; precisamente en Estados Unidos, la Calistenia tiene más de un siglo de practicarse, y la gimnasia femenina moderna se encuentra en dicho país en pleno apogeo.

En México, se practican todos los deportes que se conocen en todo el mundo, exceptuando algunos que por condiciones climatológicas u otras causas ajenas, no se pueden practicar; pero al respecto se puede argumentar que lo mismo sucede en otros paises.

De entre los deportes practicados en nuestro país, se pueden citar: el futbol, el beisbol, basquetbol, volibol, equitación, natación, box, lucha libre, tenis, frontón, etc. Sería casi innumerable la lista de los deportes practicados en nuestro país ya que se ha dicho se practican todos o casi todos los que se conocen en el mundo.

México se ha distinguido y destacado en diferentes deportes, teniendo elementos sobresalientes, que han obtenido cam-

peonatos mundiales, como en el caso del Box, o deportistas - que destacan en equipos extranjeros.

En las diferentes Olimpiadas modernas que se han realizado, desde la **restauración** de las mismas en Atenas en el año - de 1896, se han llevado a cabo casi ininterrumpidamente cada cuatro años. La única interrupción tuvo lugar después de la - Primera Guerra Mundial, al no poderse llevar a cabo la VI Olimpiada.

México tuvo la dicha de ser la primera nación latinoamericana sede de la XIX Olimpiada, misma que tuvo lugar en 1968.

En las diferentes Olimpiadas, los mexicanos han obtenido medallas de oro, plata y bronce, sumando un total de 15 (3 de oro, 4 de plata y 8 de bronce) y alcanzando una puntuación de 134 (30 de primer lugar, 28 de segundo, 40 de tercero, 24 de cuarto, 8 de quinto y 4 de sexto lugar), se encuentra situado en 33o. lugar entre los 63 paises que han logrado galardones en los Juegos Olímpicos.

Nuestro país ha intervenido en nueve de las 15 ediciones de los Juegos Olímpicos realizados en la era moderna, en las que han participado representantes de 120 diferentes naciones. En la tabla de medallas y puntos, México es superado únicamente por dos paises latinoamericanos: Argentina que ocupa el 23o. lugar y Cuba el 32o.

IV. IMPORTANCIA DEL APARATO PSICOMOTRIZ EN EL JUEGO

A. Descripción del aparato psicomotriz.

Cuando observamos las diferentes actividades realizadas por el ser humano, desde las más sencillas, como el juego inocente de un niño pequeñito, hasta las realizadas por un hombre de ciencia, un artista, un obrero o un atleta, jamás nos ponemos a pensar en la forma tan maravillosa en que tiene que trabajar esa maquinaria tan compleja que se llama cuerpo humano; de qué manera tan sincronizada tiene que funcionar para relacionarse: órgano con órgano, sistema con sistema, para que nuestro organismo realice todas sus funciones, mismas que nos sirven para conservar la vida y para percibir todo lo que nos rodea.

¿Cómo es que realiza el cuerpo humano todos sus movimientos?, ¿Cómo transforma en energía mecánica la energía química contenida en los alimentos?, ¿Cómo mantiene constante la temperatura a pesar de que la temperatura del aire que lo rodea varía grandemente?.

Cada una de las preguntas planteadas, pueden ser contestadas más o menos en forma acertada, gracias a las numerosas observaciones, que se han ido acumulando a través del tiempo; sin embargo, hay otras preguntas que pueden surgir, pero que la ciencia no ha podido resolver por ahora y que han dado lugar a la investigación morfológica, fisiológica y bioquímica, misma que está en contínua actividad en la infinidad de laboratorios de nuestro país y en los que existen en el mundo en-

tero.

Para darnos una idea de lo que es el aparato psicomotriz, tenemos que partir del concepto primordial de célula. Como todo ser u organismo viviente, el cuerpo humano está formado por billones de células que proceden de una célula inicial: el cigoto o célula huevo, resultado de la unión de un espermatozoide con un óvulo maduro; no nos detendremos a examinar por qué de una sola célula, se originaron tantas células diferentes, en cuanto a forma y funciones; bástenos saber que las células se organizan formando tejidos, los tejidos a su vez forman los órganos, éstos los aparatos y los aparatos forman sistemas.

Casi todas las actividades que realizamos las hacemos por medio de movimientos, los cuales para poder efectuarse necesitan de la intervención de tres sistemas de órganos: El sistema óseo, el muscular y el sistema nervioso.

1. Sistema óseo.

Los huesos son los órganos más duros de nuestro cuerpo y la unión de ellos forma lo que se llama sistema óseo o esqueleto. Hay dos clases de tejido óseo: el tejido óseo compacto y el tejido óseo esponjoso.

Los huesos por su forma se clasifican en: largos, planos, cortos e irregulares.

Para su estudio el esqueleto se divide en dos partes: el

esqueleto axial o neuro esqueleto, que comprende los huesos - de la cabeza y la columna vertebral, las costillas y el esternón, y el esqueleto apendicular que comprende los huesos de - las extremidades superiores e inferiores.

Los huesos de las extremidades están unidos a la columna vertebral por medio de las cinturas escapular y pélvica. La - cintura escapular está formada por el omóplato y la clavícu-- la, articulados con el húmero o hueso del brazo. La cintura - pélvica la forman tres huesos: el isquión, el ilión y el pu-- bis, que a su vez se articulan con el hueso del muslo llamado fémur.

Los huesos se unen unos con otros por medio de articulaciones, las cuales según sus movimientos pueden ser: móviles, semimóviles e inmóviles.

Los huesos móviles están unidos por medio de ligamentos elásticos y cápsulas articulares que producen un líquido llamado sinovia que sirve para lubricar a los huesos y evitar -- que sus superficies en contacto, sufran daños o desgastes.

2. Sistema muscular.

Todos los movimientos que efectúa el cuerpo humano así - como el de los animales pluricelulares vertebrados, los realiza el tejido muscular, mismo que da origen al sistema muscu-- lar, el cual está en estrecha relación con el sistema óseo y con el nervioso.

En el cuerpo hay tres tipos de tejidos musculares: el estriado, el liso y el cardíaco.

El tejido estriado es lo que llamamos comunmente carne y tiene contracciones rápidas y voluntarias.

El tejido muscular liso forma las vísceras y las glándulas; sus contracciones son lentas e involuntarias.

El tejido muscular cardíaco, como su nombre lo indica, forma parte del tejido del corazón, sus contracciones como las del tejido muscular liso son involuntarias pero con la diferencia de que son rápidas.

En un músculo podemos distinguir tres partes: el origen, el vientre y la inserción. El punto de origen se fija a un hueso; el vientre es la parte abultada y la inserción puede estar en otro hueso.

Las fibras que forman el tejido muscular estriado tienen bandas claras y oscuras en forma alternada, circunstancia por la cual reciben el nombre de estriados. Esta clase de tejidos son los que forman los músculos más voluminosos del cuerpo.

El tejido muscular liso está colocado formando capas delgadas; forma parte de los órganos de movimiento involuntario, como los del aparato digestivo y las glándulas.

El tejido muscular cardíaco únicamente se puede encontrar en el corazón.

A los músculos de les llama también órganos activos del movimiento.

Por su función, los músculos se clasifican en: aductores, abductores, pronadores, supinadores, flexores y extensores.

3. Sistema nervioso.

En los animales pluricelulares y por consiguiente en el hombre, existen unas células que tienen una gran irritabilidad; a dichas células se les llama neuronas y en su conjunto forman el sistema nervioso.

El sistema nervioso para su estudio se ha dividido en dos partes: la médula espinal y el encéfalo. La médula espinal está alojada y protegida en la columna vertebral.

El encéfalo está formado por los órganos nerviosos que se alojan en la cavidad craneana.

Los órganos nerviosos están protegidos por tres membranas, las cuales los envuelven y se llaman meninges; las mismas reciben los nombres de: duramadre que es la más externa y a la vez la más resistente; la aracnoides, que tiene dos capas y es la intermedia y la piamadre, que es la que está en contacto directo con los órganos nerviosos.

Entre la aracnoides y la piamadre hay un espacio lleno de un líquido cristalino que le da también protección; este

líquido es el líquido cefalorraquídeo.

Por la función que realizan sus órganos, el sistema nervioso se divide en: sistema nervioso central o cefalorraquídeo; sistema nervioso periférico y sistema nervioso autónomo o de la vida vegetativa.

Sistema nervioso central: está formado por el encéfalo y la medula espinal. El encéfalo está constituído por el cerebro, el cerebelo y el bulbo raquídeo, todos alojados en la cavidad craneana. El cerebro es el órgano de mayor volumen del encéfalo; pesa aproximadamente 1200 gramos en el hombre, variando en la mujer a 1100 gramos. La capa externa del cerebro está formada por la sustancia gris, constituída por neuronas; en el interior está la sustancia blanca, llamada así por su color más claro, y está formada por las prolongaciones de las neuronas, llamadas axones o dentritas.

La superficie del cerebro es muy irregular, presentando abultamientos llamados circunvoluciones. Presenta además unos surcos llamados cisuras, distinguiéndose con mayor facilidad tres de ellas, por su profundidad: la cisura de Silvio, la de Rolando y la interhemisférica; esta última divide al cerebro en dos partes, que son los hemisferios cerebrales, unidos por una estructura que conocemos como cuerpo calloso.

En los hemisferios cerebrales hay unas cavidades que se conocen como ventrículos cerebrales y están llenos de líquido cefalorraquídeo.

La superficie del cerebro, para su estudio se divide en

varias zonas llamadas lóbulos; dichas zonas reciben el nombre de los huesos que la protegen; así tenemos: el lóbulo frontal, el temporal, el parietal y el occipital.

El cerebelo: se encuentra en la parte posterior del cráneo y debajo del cerebro; como éste, también se encuentra dividido en dos hemisferios y tiene también cisuras y circunvoluciones cerebelosas.

Bulbo raquídeo: es el órgano menor del encéfalo, pues mide aproximadamente unos 2.5 centímetros. Contrariamente al cerebro y al cerebelo, la sustancia blanca está en la periferia y la gris en el interior.

Médula espinal: es el órgano del sistema nervioso central que se localiza en la columna vertebral, la cual le brinda protección contra posibles daños. De ella nacen 31 pares de nervios llamados nervios raquídeos. Al igual que en el bulbo raquídeo, la sustancia blanca está en la periferia y la gris en el interior. La sustancia gris alojada en la columna vertebral forma una especie de H ó X, a cuyos extremos se les llama astas y son dos anteriores y dos posteriores; de las astas nacen dos pares de prolongaciones llamadas raíces, siendo dos anteriores, formadas por neuronas motoras, y dos posteriores constituidas por neuronas sensitivas. En las raíces posteriores se pueden observar unos abultamientos llamados ganglios raquídeos.

Las raíces anteriores y posteriores se unen para formar los nervios raquídeos que son 31 pares y se ramifican por todos los órganos del tronco y de las extremidades.

El sistema nervioso autónomo o de la vida vegetativa: está -- formado por un par de cordones nerviosos situados a lo largo de la columna vertebral. Tienen en toda su extensión unos -- ganglios, que se relacionan con los nervios raquídeos. Este - sistema se divide para su estudio en sistema nervioso simpático y sistema nervioso parasimpático.

Sistema nervioso de la vida de relación: este sistema está -- formado por los nervios destinados a los órganos de los sentidos.

Es importante aclarar que las divisiones que anteriormente se han tomado en cuenta, son convencionales, pues únicamente se hacen para facilitar el estudio de los sistemas señalados.

B. Función del aparato psicomotriz.

Como se dijo en el inciso anterior, para poder efectuar los diferentes movimientos, es necesaria la intervención de - tres sistemas de órganos, los cuales ya se mencionaron; ahora se analizará la función o funciones que tiene cada sistema, en el aparato psicomotriz.

1. Sistema óseo.

Los huesos están formados por el tejido óseo, cuya fun-- ción es la de formar el propio hueso y reparar las lesiones - que el mismo pueda sufrir. Hay dos clases de tejido óseo: el tejido óseo compacto y el tejido óseo esponjoso, que en un --

hueso fresco se ve de color rojo, debido a un tejido llamado médula roja que tiene a su cargo formar una gran parte de glóbulos de la sangre.

Las funciones del esqueleto son:

a). Dar forma y sostén al cuerpo.
b). Servir de punto de unión y apoyo a los músculos.
c). Proteger a algunos órganos.
d). Formar glóbulos sanguíneos.

2. Sistema muscular.

Como se dijo, hay tres tipos de tejido muscular: el estriado, el liso y el cardíaco.

La función del tejido muscular estriado es la de realizar los movimientos del cuerpo, tales como: caminar, correr, nadar, escribir, etc.

Las contracciones del tejido muscular estriado son rápidas y se dice que son voluntarias porque para ello hace falta la decisión o voluntad del individuo.

El tejido muscular liso tiene contracciones lentas e involuntarias; para contraerse no hace falta la intervención del individuo; forma parte de las vísceras y de las diferentes glándulas del organismo.

El tejido muscular cardíaco se localiza en el órgano principal del aparato circulatorio y su función es bien conocida,

por la importancia vital que tiene.

Las fibras musculares están formadas por células que tienen la facultad de contraerse, por la que sus músculos se acortan al estar en actividad y se alargan, estiran o relajan, cuando están en estado de reposo.

Para efectuar todos los movimientos del cuerpo humano, los músculos trabajan siempre por grupos antagónicos; así los músculos aductores acercan una parte del cuerpo o una extremidad hacia el plano medio del cuerpo; los abductores alejan del plano medio a las extremidades o a los órganos; los pronadores permiten girar una parte hacia abajo; los flexores permiten doblar una parte del cuerpo sobre otra y los extensores tienen una acción contraria o sea, que sirven para desdoblar la parte del cuerpo que está sobre otra.

Todos sabemos que después de realizar un ejercicio o trabajo, se produce cansancio; esto es motivado porque los músculos al entrar en actividad queman las reservas de azúcar del organismo, misma que se transforma en ácido láctico, que al acumularse en los tejidos musculares les resta potencia poco a poco. Para contrarrestar el cansancio, no hay nada como el descanso, pues el mismo lleva azúcar y oxígeno nuevamente a los músculos, por conducto de la sangre, para transformar el ácido láctico en bióxido de carbono y agua, haciendo desaparecer la fatiga.

3. Sistema nervioso.

El sistema nervioso, además de recibir y de identificar los estímulos, sirve para controlar y regular las diferentes funciones del organismo humano.

Las funciones que desempeñan los diferentes órganos que forman el sistema nervioso son:

El cerebro: es el órgano más importante del sistema nervioso, pues sus funciones son las más complejas e importantes; entre ellas se puede señalar:

a). Controla la movilidad voluntaria.
b). Controla la sensibilidad consciente.
c). Regula y coordina las funciones del organismo.
d). Rige todas las funciones mentales, como la memoria y la inteligencia, el raciocinio y la voluntad.

El cerebelo: sus funciones son también muy importantes pues:

a). Da tonacidad a los músculos, permitiéndonos estar de pie o sentados sin ningún esfuerzo.
b). Ayuda a controlar el equilibrio, por lo que si sufre daños, se produce el debilitamiento consiguiente de los músculos, no pudiéndose además coordinar los movimientos ni el equilibrio del cuerpo.

El bulbo raquídeo: aunque es el órgano más pequeño, no por --

eso sus funciones carecen de importancia, pues controla los - movimientos del corazón y de los pulmones; así como la tos, - el estornudo y el hipo. Si sufre lesión, puede producirse la muerte, como sucede cuando hay fractura de la base del cráneo.

La médula espinal: las funciones de la médula espinal son muy variadas e importantes, ya que envía los impulsos nerviosos - al encéfalo y controla los movimientos involuntarios del tronco, así como los de las extremidades.

Sistema nervioso autónomo: este sistema controla funciones involuntarias, tales como:

a). La secreción glandular.
b). La excreción.
c). La reproducción.
d). Los movimientos del aparato digestivo y de otros órganos.

Todas las funciones mencionadas tienen como finalidad, - controlar la integridad del organismo y la reproducción.

El sistema nervioso simpático y el parasimpático (resultado de la división del sistema nervioso autónomo) tienen funciones antagónicas, como se puede ver a continuación:

Parasimpático	Simpático
Causa la vasocontricción cutánea.	Produce vasosilatación cutánea.
Reduce el diámetro de las	Aumenta el diámetro de las

pupilas.	pupilas.
Disminuye el ritmo cardíaco.	Acelera el ritmo cardíaco.

Los vasos capilares de la piel pueden cambiar de diámetro, para aumentar o disminuir la cantidad de sangre que circula por ellos.

Sistema nervioso de la vida de relación: está formado por los nervios destinados a los órganos de los sentidos, los cuales nos permiten enterarnos de las condiciones y factores del medio que nos rodea, por medio de los diferentes órganos que lo forman. La importancia de este sistema es tal que sin el, sería imposible conocer los colores, sabores, sentir frío o calor, etc. Aunque no interviene en forma directa en el aparato psicomotriz, que es el que se está estudiando, su importancia es tal, que no se pudo pasar en forma desapercibida, por lo que se hizo mención de él.

V. TIPOS DE JUEGO

A. Características de los juegos en diferentes edades.

De los seis a los siete años.- A esta edad el niño prefiere - los juegos de imitación ficticia; imita de este modo, todo lo que llama su atención; a los animles, a las máquinas, a los - barcos, aviones, etc. Dicha imitación va ligada con la fantasía y los sueños, muy propios de los niños de esta edad.

De los siete a los ocho años.-En esta etapa los niños tienden a imitar a los mayores, especialmente a sus padres en sus trabajos; cuando los padres no comprenden a sus hijos en esta etapa, suele suceder que se mofen de ellos, por lo que el niño se refugia en su imaginación y empieza a buscar un círculo de compañeros más pequeños que él, para desempeñar a su satisfacción el papel de mayor (padre o madre según sea el caso) haciéndose obedecer, y llegando incluso a dominar a los menores; de esta manera descubre un tipo de juego al que se le puede llamar -- "juego colectivo descendente" (7) se le llama descendente, porque los niños a quienes domina o manda son menores que él. En esta clase de juegos, él es el que organiza concursos, luchas, etc., en los que participa y como siempre sale victorioso, -- causa la admiración de los más pequeños.

---

(7) Juan Manuel Cruz Lirón. Didáctica sobre Actividades Creadoras y Prácticas.México, Ed. Oasis, 1967, p. 61

De los ocho a los nueve años.-Esta etapa se caracteriza por ser la puerta de entrada a la fase del "juego ascendente"(8) pues empieza a admirar a compañeros mayores que él, pero como con ellos no puede imponerse ni hacer el papel de héroe, se siente inferior; entonces su participación con este grupo pasa a ser la de espectador o mirón, admirando a sus compañeros como héroes y tratando de participar en sus actividades.

De los diez a los once años.-Esta etapa es muy importante, pues en ella el niño comienza a dominar su cuerpo, aprende también a refrenar su juego así como a callarse y a tomar en cuenta a sus compañeros, pero a la vez retrocede ante el egocentrismo, entrando a la vez a la práctica del juego en forma colectiva.

De los once a los doce años.-En esta fase avanza gradualmente el valor físico, intelectual y moral del niño, por lo que sube de categoría en el seno de un grupo de su misma edad. Al participar en juegos con niños menores que él, su talento organizador y su autoridad, aunados a su fuerza corporal, lo hacen ser el jefe.

De los trece a los catorce años.-El juego empieza a perder interés a medida que se adentra en el niño un grado de superioridad, motivado por la admiración que siente de nuevo por los de mayor edad, con quienes se siente capaz de competir. En esta etapa el niño se cansa o aburre de las actividades escolares y de los juegos con los demás pequeños, a quienes finge menospreciar, aunque a veces en forma imprevista, participa -

---

(8) Ibidem.

con ellos con gran entusiasmo. En esta etapa surge la duda, el ahogo de deseos vehementes, por poner en práctica los proyectos más ambiciosos. Siente nostalgia por la edad de los siete años, y se sumerge en los mismos sueños, más ahora con un carácter más práctico "juega a ser explorador, salir al campo y cocinar su propia comida, arreglar su cabaña, etc., evadirá en fin a las personas que crea no lo estiman" (9).

B. Descripción de los juegos.

Existen infinidad de juegos, tantos como capacidad imaginativa tenga el hombre, ya que si es verdad que el juego es distintivo de la niñez, también lo es, el que una cantidad considerable de juegos han sido producto de la mente creadora del hombre adulto, el que llegado el momento en que sus hijos andan inquietos o aburridos y evocando la feliz etapa de su propia niñez, ha improvisado, inventado o innovado algún tipo de juego.

Las clasificaciones referentes a tipos de juego, es muy extensa, pues cada autor da su propia aportación. Juan Manuel Cruz Lirón en su obra citada en líneas anteriores, hace la siguiente clasificación:

1.-Juegos de interpretación de expresiones.
2.-Juegos de imitación.
3.-Juegos tradicionales.
4.-Juegos organizados.

---

(9) Juan Manuel Cruz Lirón. Op. cit., p.62.

De entre los juegos de interpretación de expresiones, se puede mencionar:

a). El hombre más bajito.
b). El hombre más alto.
c). El hombre derecho.
d). El hombre se sienta derecho.
e). El hombre toma el libro.

De los juegos de imitación se mencionan:

a). El viento.
b). La lluvia.
c). Los trabajos.
d). Las tijeras de mamá.
e). El tren.

Los juegos tradicionales ofrecen un amplio repertorio, entre los que se mencionan:

a). Las canicas, con sus variantes: el hoyito, el cuadrito, el triángulo, la media luna, el cocolito, los tres hoyitos y la ronda o rueda.
b). El trompo: es como la mayoría de los juegos tradicionales, un juego de temporada, pues se juega durante la época invernal (de noviembre a febrero).

Hay varias clases y formas de trompos, variando desde la forma, hasta el color y tamaño, así como también el material con que se confecciona el trompo mismo y la punta o puya.

La forma de jugar el trompo, varía según la región de -- que se trate, teniendo reglas preestablecidas, mismas que deberán de respetar los jugadores.

c). La cuerda con todas sus variantes.
d). Arranca cebollas.
e). Los huesitos.
f). Los encantados.
g). El avión o bebeleche.
h). El papalote.
i). El balero, de colores vivos y de medida variable, pues los hay desde muy pequeñitos hasta de tamaño exageradamente grandes.
j). El burro castigado o salta la burra, con sus va-- riantes pone de manifiesto la agudeza mental o el ingenio de los que saltan, al improvisar frases de castigo, aparejadas al brinco, en el que ejecutan el castigo para el niño que hace las veces de burro.

Los juegos tradicionales son muy ingeniosos, y el repertorio es tan amplio, por lo que en la imposibilidad de describirlos uno por uno, únicamente se mencionan los más conocidos, dejando la descripción de algunos de ellos para el anexo co-- rrespondiente.

Los juegos organizados son un valioso auxiliar para el - maestro de escuela, ya que sirven de complemento para las clases de Educación Física, pues por medio de éstos y en forma - espontánea, el niño adquiere soltura y movilidad. Este tipo - de juegos ayuda también al maestro a conocer y controlar a --

sus alumnos, de esta forma, los de más difícil control comienzan a disciplinarse sin darse cuenta por medio del juego, pues tienen que sujetarse a ciertas reglas e indicaciones del maestro. Es muy importante tomar en cuenta que es al niño a quien se dará gusto en estos juegos y no al maestro, por lo que hay que tomar en cuenta las sugerencias del niño, en cuanto a la variedad se refiere.

Al igual que con los juegos de interpretación de expresiones y de imitación, los juegos organizados ofrecen una gama casi inagotable de variedades, de las que el maestro puede auxiliarse cuando lo crea oportuno, siempre y cuando se tomen en cuenta las sugerencias hechas en los libros, por personas o instituciones capacitadas para ello, ya que el cuerpo del niño es como una maquinaria maravillosa pero a la vez delicada, que por lo mismo, necesita de ciertos cuidados y precauciones, para evitar accidentes o malformaciones que puedan causar una invalidez parcial o total del cuerpo en desarrollo.

Juan Manuel Cruz Lirón cuya obra se cita en páginas anteriores, menciona entre los juegos organizados, los siguientes:

Los bolos; carreras de relevo; carreras de equilibrio; carreras de obstáculos; carreras de embudos; carreras de estafetas; carreras de papas; caza de animalitos; el ciego; el mar agitado; el cazador, el gorrión y la abeja; el pastor y la oveja con cencerro; el gato y el ratón; el domador; el campanero; el negrito tragabolas; el cangrejo; el arriero; el túnel; luchadores; balón numerado; blancos y negros; carrera del pañuelo; carrera con obstáculos; carrera de corcholatas; pelo-

ta final; blanco y negro; el pato en la roca; tirar los bolos; dos si, tres no; relevos de lanzadera; carrera de clavas; relevos de basquetbol; relevos de beisbol; balón al vuelo; calles y avenidas y lucha con cable.

Como se menciona en líneas anteriores, cada autor da sus propios puntos de vista para hacer sus clasificaciones de los juegos; así Henry D.Edgren y Joseph J.Gruber, en su obra Juegos Escolares para Primaria, hacen la siguiente clasificación:

Actividades en el aula; juegos creativos e imaginativos; juegos combativos duales; juegos activos para un gran espacio; juegos deportivos; relevos y carreras y por último, juegos para ocasiones especiales.

C. Juegos apropiados para la escuela primaria.

Se puede decir sin lugar a dudas, que los juegos apropiados para aplicarse en la escuela primaria, son los juegos organizados, pues como su nombre indica, requieren de una organización más o menos elástica, que permita al maestro que es el conductor de dichos juegos, cierto control en sus alumnos, de manera que no resulten a final de cuentas, el juego sin ton ni son que habitualmente realiza el niño, sino un juego con un fin premeditado.

De entre los juegos apropiados para la escuela primaria, se escogieron los que se consideraron más convenientes, tomando en cuenta la edad y el ciclo escolar que cursan los niños.*

(*) Ver anexo.

D. Utilidad de los juegos en la educación primaria.

Durante los últimos 35 años, varios paises entre ellos - el nuestro, han confundido la Educación Física con el rendi-- miento deportivo; en ésto se exige que el mayor grado de destreza sólo puede ser logrado por gentes superdotadas.

Con este concepto erróneo se le ha restado interés a esta disciplina, que tantos beneficios reporta al ser humano en general.

Como el juego infantil, está clasificado en este trabajo de investigación, como una rama de la Educación Física, es necesario tomar en consideración, la importancia que tiene en - la educación primaria dicho juego, ya que será la base para - la educación física del niño, que le servirá después en su juventud y aún en su vida adulta.

Para recalcar la importancia del juego bien encauzado, se tomarán en cuenta las siguientes consideraciones:

1.- La intención primordial de los juegos es permitir, - estimular y orientar la participación motriz de los niños, para que por conducto de su propia experiencia y de los hábitos que adquiera, obtenga eficacia, precisión y economía en sus - movimientos cotidianos. Desde luego que no se pretende igno-- rar las diferencias individuales en cuanto a capacidad, pero - es recomendable que sea el niño quien las descubra y no el maestro, para que sea él mismo quien las analice y comprenda, y no incurrir en el error de compararlo con otros y calificarlo

de apto o inepto, para la realización de determinado tipo de juego.

2.-Antes de iniciar el aprendizaje de las destrezas motrices compuestas, será necesario que el niño domine con cierto grado de eficiencia los movimientos básicos. Por ejemplo, para caminar y botar una pelota en forma simultánea se exige que el niño ejerza un control sobre su cuerpo y a la vez de la pelota. Esto implica un ajuste perceptual con los ajustes del control corporal del mismo niño. Por lo tanto, será necesario que antes de que el niño ejerza control sobre objetos o fuerzas externas a él, ejerza cierto control sobre su propio cuerpo.

3.-El juego bien empleado puede servir, además de auxiliar para desarrollar y fortalecer las destrezas motoras, como un valioso auxiliar para el maestro en su labor educativa, pues hay juegos que sirven como auxiliares o como motivación para clases de Matemáticas, Español o cualquier otra materia.

Para utilizar el juego como recurso didáctico, el maestro debe tomar en cuenta las siguientes recomendaciones:

a. Que el maestro selecione los juegos acordes con el propósito, material y área de trabajo, y que propicien la participación de todos.

b. Motive la participación de todos los niños, partiendo del aprendizaje que se quiera reforzar.

c. Establezca las reglas que se tomarán en cuenta, desde antes del inicio del juego, permitiendo a la vez la intervención del alumno, para que sea él quien emita sus sugerencias u opiniones, o para plantear reglas que se consideren oportunas.

d. El maestro deberá ejemplificar con un pequeño grupo o con todo el grupo, el juego que se quiera realizar.

e. Que sea el maestro quien de inicio al juego, ya sea con una voz convenida de antemano o en ocasiones con su participación personal.

Es importante aclarar que con referencia a lo expuesto en el primer párrafo del subcapítulo C, se ha superado ya cuando menos en lo que a la educación primaria se refiere, con la etapa errónea de exigir rendimiento deportivo, antes que un beneficio corporal o educativo en general.

También hay que tomar en cuenta que el juego debe ser utilizado como un medio y no como un fin, para obtener cierto rendimiento en el proceso enseñanza-aprendizaje.

E. Trascendencia formativa del juego en la vida adulta.

Si partimos del hecho de que los hábitos se crean durante la infancia y la juventud, se comprende con facilidad el papel de la escuela primaria en la creación de conductas físicas que garanticen, tanto la conservación de la salud como la capacidad para realizar los esfuerzos que exige la actividad de la vida diaria. Es necesario tomar en consideración que en cual--

quier momento de la vida, sea este, ante la exigencia física, anímica o cognoscitiva, el ser humano es un cuerpo en un contexto social, por lo que no puede vivir desligado de la sociedad.

Cada ser humano trae consigo, desde su nacimiento, un potencial físico, cuya maduración dependerá de la relación que el mismo tenga con las experiencias propicias del medio que le rodea; las características de dicha relación determinarán en esencia el índice de desarrollo particular de cada individuo, al pasar por las diferentes etapas de la vida, hasta alcanzar su plena madurez.

De acuerdo con lo expresado, la concepción del juego, usado como instrumento pedagógico se basa en los siguientes principios básicos.

1. Las posibilidades de caminar, correr, saltar o lanzar, se dan en el hombre como pautas motrices características al mismo, y no se deben a ningún aprendizaje especial, sino que le corresponden, como desarrollo predecible dentro de la especie humana.

2. Todo ser humano al nacer, está dotado de órganos de los sentidos que lo capacitan para percibir el mundo que lo rodea.

3. A nivel orgánico todo cuerpo posee capacidades específicas como la fuerza y la resistencia, la velocidad y la agilidad, implícitas funcionalmente.

4. El juego en el hombre obedece a una necesidad.

De acuerdo a los principios mencionados, se pueden obtener las siguientes conclusiones: primera, la determinación del campo específico que compete a la Educación Física, y la que corresponde particularmente al juego, como una rama de la misma; segunda, plantear la igualdad básica de todos los seres humanos, en cuanto a sus posibilidades naturales en el campo motriz. Por tanto se puede decir que no sólo los superdotados pueden practicar actividades físicas complejas, sino que cualquiera tiene la suficiente capacidad para desempeñar una buena actividad física, siempre que ésta vaya aparejada a los medios necesarios y acordes a ella.

Los objetivos que se persiguen con el juego y que se reflejan en su vida adulta son:

1. Hacer que el niño adquiera confianza y seguridad en si mismo.

2. Utilizar su movimiento como medio vivencial de su aprendizaje, pues el niño percibe y entra en relación con el mundo a través de su cuerpo. Si aceptamos que uno de los intereses más reales del niño, es su actividad traducida en juego, será fácil crear un clima verdaderamente educativo, en el cual el aprendizaje obedezca a un nivel de sus posibilidades reales y a sus necesidades e intereses. Por consiguiente, no es aconsejable que los aprendizajes específicos sean tratados antes de tiempo, es decir sin que se hayan conseguido las condiciones óptimas para ello.

3. Controlar sus movimientos, haciendo que el individuo sea consciente de sus posibilidades de acción.

4. Capacitar al individuo para resolver problemas de movimiento, que le permitan más tarde solucionar los problemas de la vida cotidiana.

5. Hacer que adquiera una actitud de relación interindividual que le permita su integración al grupo social al que pertenece, por medio de juegos y predeportes. La aceptación de otros individuos igual a él, con las mismas necesidades de espacio; el respeto a la personalidad de cada uno de ellos, la cooperación mútua, harán que su convivencia en la vida adulta, sea agradable o desagradable, agresiva o pacífica.

6. Saber valorar el esfuerzo y el trabajo que requiere toda realización de un juego. Con ésto, el niño obtendrá efectos que serán trascendentales en su formación: uno que está relacionado a su rendimiento, con finalidades objetivas, sobre todo prácticas; otro con la valoración de su esfuerzo, relacionado con su tenacidad y su empeño.

7. Usar su movimiento como manifestación de hábitos, que se reflejarán en su comportamiento corporal y que pondrán de manifiesto su estado de salud.

116200

VI CONCLUSIONES

1.- La Educación Física y en particular el juego, son eminentemente formativos ya que favorecen el desarrollo del niño, creando buenos hábitos que influyen positivamente en el desarrollo de su personalidad, tales como: orden, organización, sociabilidad, constancia, etc. así como: puede servir de preparación para ser un adulto más adaptado al medio social que lo circunda.

2.-El aparato psicomotriz juega una función básica en los juegos, ya que cualquier tipo de juego implica movimiento corporal y éste constituye un elemento importantísimo en el desarrollo psicomotriz del niño, por lo cual debe ser fomentado en la escuela primaria.

3.-No todos los juegos son apropiados para todos los niveles de la escuela primaria. Un uso indiscriminado de éstos puede resultar peligroso.

4.-Para el primer nivel (1o. y 2o. grado) se pueden aplicar: los juegos de imitación ficticia y los de imitación de actitudes (imitación de los trabajos de los mayores).

5.-Para el segundo nivel (3o. y 4o. grado) son aplicables los juegos tradicionales y los organizados.

6.-Para el tercer nivel (5o. y 6o. grado) se pueden aplicar los juegos organizados, especialmente los de carácter competitivo.

7.-El papel del maestro con respecto al juego, debe ser el de animar al niño para que se sienta entusiasmado por los juegos y prevenir cualquier posible problema o accidente que se pueda suscitar, y contar con la preparación necesaria para resolver este tipo de problemas.

BIBLIOGRAFIA

1. Atletismo Amateur, México, Ed. Amateur Athletic Federation, 1966. 143 p.

2. Atletismo, México, Ed. EOSA, 608 p.

3. Atletismo, México, Ed. Ramírez editores, 71 p.

4. CEBOLLA LOPEZ, Fermín. Juegos con pelota, España, Ed. Villamala, 1967. 65 p.

5. Compendio deportivo mundial, México, 1977. 608 p.

6. CRUZ LIRON, Juan Manuel. Didáctica sobre Actividades Creadoras y Prácticas, 2a. ed. México, Ed. Oasis, 269 p.

7. DOMINGUEZ, Xorge A., R. Cantú Lazo. Ciencias Naturales - Primer grado. 2a.ed., México, Ed. Limusa, S.A., - 1976. 269 p.

8. EDGREN, Henry D.,Joseph J.Gruber. Juegos Escolares para primaria, 2a. ed. México, Ed. Pax. 1971. 208 p.

9. SCAFFA, José Luis. Historia de la Educación Física. Monterrey, México, 1976. 74 p.

10. SEP. Libro para el maestro(tercer grado). México, 1982.

11. SEP. Libro para el maestro(primer grado). México, 1980.

12. SEP. UPN. Técnica de Investigación Documental(manual de consulta). México, 1980.

13. VARA HERNANDEZ, V. Flotabol. Tijuana, México, Ed. del magisterio, 1979. 110 p.

ANEXO

DESCRIPCION DE JUEGOS APROPIADOS
PARA LA ESCUELA PRIMARIA

A. Primer ciclo.

1. Bolos (*).

Material. Pelotas del tamaño de las de tenis, 4 rojas y 4 azules. Clavas o estafetas, 10 rojas y 10 azules.

Los niños se forman en dos filas, quedando frente a frente y con una distancia de 7 metros de separación.

Al centro de las dos filas se colocan las clavas o estafetas, en una misma línea y alternadas (una azul y otra roja) teniendo entre ellos una separación de 50 centímetros.

Se les indica que un partido es "rojo" y el otro "azul", entregándoles las pelotas al 1o. y 2o. de cada equipo para que, a una señal del maestro, lancen rodando una pelota, tratando de tirar la estafeta o clava contraria a su color correspondiente. Así los rojos apuntan a los azules y éstos a los rojos.

Cada niño sólo tiene derecho a dos tiros.

Cuando salen las pelotas de las filas, el niño que está colocado atrás de cada bando, será el encargado de traerlas. Siendo este niño, el último en hacer sus tiros.

(*) Juan Manuel Cruz Lirón. Didáctica sobre Actividades Creadoras y Prácticas. ed. México, 1967, p.p. 97 y 98.

2. El túnel(*) .

Formados los niños en igual número en cada equipo y los equipos se formarán conforme al número de niños, en hileras, colocados atrás de la línea de salida y dentro del carril.

A 30 metros se colocan lo más junto posible(cerrando su distancia) con las piernas separadas, semejando cada equipo un "túnel".

El primer jugador de cada hilera, tendrá un balón de -- volibol, basquetbol o futbol.

Al silbatazo del maestro, los jugadores número 1 de cada hilera, flexionan su cuerpo al frente lanzando la pelota - por debajo y hacia atrás, procurando pasarla lo más rápido y directamente posible.

El último jugador colocado al final del equipo, estará un poco separado, para recibir la pelota y cogerla rápidamente, corriendo a colocarse al frente de su partido para hacer pasar a su vez, la pelota por el "túnel" y que ésta sea recibida por el último jugador.

Así continúa el juego, hasta que uno de los dos parti-- dos, en el menor tiempo posible, vuelve a su formación primitiva.

3. El ciego (**) .

Material. Una varita pequeña y un pañuelo.

Todos los niños deben conocerse por sus hombres. Se forman en círculo estando el que va a hacerlo de "ciego" en el -

---

(*) Idem. p.p. 109 y 110
(**) Idem. p.p. 103 y 104

centro, vendado con un pañuelo y con la varita en la mano.

Al empezar el juego, el "ciego" se acerca a los jugadores y toca a uno con la varita, después imita el canto de un animalito, por ejemplo: el gallo, y el jugador tocado debe responder de la misma forma.

El "ciego", si reconoce la voz, pasa a formar parte del grupo y el nuevo "ciego" es el que reconoció, pero si no adivina, tiene que seguir el recorrido hasta lograr ser reemplazado.

4. Espalda contra espalda (*).

Los niños se colocan en parejas en el terreno de juego, espalda contra espalda y enlazados los codos. Se escoge a un jugador para que se quede. Al dar la señal, diciendo: ___¡Cambien todos¡ Los jugadores tratan de encontrar otra pareja; no están a salvo hasta que se han enganchado por los codos. El jugador impar trata de agarrar una pareja; si hay un jugador extra, también debe tratar de atrapar una pareja cuando se de la señal.

B. Segundo ciclo.

1. Carreras de corcholatas(**).

Material. Corcholatas.

Organización. Se forma un círculo y el maestro irá al -

(*) Henry D.Edgren, et.al. Juegos Escolares para primaria . ed. M´exico, 1971, p.p. 26 y 27.

(**) Juan Manuel Cruz Lirón. op. cit. p. 116.

centro teniendo en sus manos doce o catorce corcholatas.

Uno de los jugadores del círculo será señalado para iniciar el juego.

Desarrollo y reglas. Al silbatazo, el jugador iniciará el juego corriendo en rededor del círculo y cuando lo crea oportuno tocará a un compañero, y seguirá el curso de su carrera; el jugador tocado, correrá en sentido contrario del primero, con lo cual se establecerá la competencia. Los dos jugadores pugnarán por entrar al círculo precisamente por el lujar que ocupaba el jugador tocado.

El maestro, tan pronto como vea que los jugadores van a entrar, lanzará al aire las corcholatas para que los dos las recojan y el que alcance mayor número será el que tenga derecho de ocupar el lugar vacante del círculo.

El jugador que recoja menos corcholatas tendrá que salir del círculo y continuar el juego como se inició.

1o. La entrada al círculo es precisamente por el lugar vacante.

2o. Hay que levantar las corcholatas del suelo sin arrebatar de las manos aquellas que ya posee el jugador contrario.

2. Blancos y negros (*).

Organización. Se pintará una figura rectangular de 15X30 m., en la mitad del campo y dividiendo éste por la parte más larga, habrá dos líneas paralelas equidistantes un metro.

Se forman dos partidos con igual número de competidores. A uno llamaremos "blancos" y al otro "negros".

(*) Idem. p.p. 112 y 113

Los dos partidos se forman tomando cada quien una de las líneas paralelas, de tal manera que queden uno frente al otro.

Desarrollo y reglas. El maestro estará fuera del campo, tendrá que indicar a su gusto el nombre del partido que empiece el juego; por ejemplo: el maestro grita "negros" y éstos avanzarán, darán media vuelta y correrán hasta la línea final correspondiente a su campo; si en el trayecto los "negros" atrapan a jugadores "blancos", éstos se consideran eliminados.

Los partidos regresan a sus respectivos lugares y entonces el maestro gritará el nombre del partido contrario "blancos" para que éstos avancen sobre los "negros", éstos dan media vuelta y, para ponerse a salvo, correrán hasta la línea final; igualmente si se atrapan jugadores "negros" serán eliminados del juego. El partido que elimine a más contrarios será el vencedor.

1o. Se prohibe que los jugadores salgan del campo marcado por la línea final lateral.

2o. Los equipos, para poder atacar o defenderse tendrán que estar formados en sus respectivos lugares.

3. Calles y avenidas(*).

Material. Ninguno.

Campo. Se aprovecha el desplazamiento que se ha hecho para la clase de gimnasia.

Número de jugadores. Puede jugarse con un grupo integrado por cuarenta o más alumnos. Dos jugadores son escogidos pa

---

(*) Idem. p.p. 133 y 134

ra la parte más activa del juego, que se denominarán perseguidor y perseguido.

Destreza. Correr y esquivarse.

Objeto del juego. Que el perseguidor trate de dar alcance al perseguido y que éste, a su vez, procure no ser atrapado.

Reglas. Los alumnos forman"cadena" tomándose de las manos. Los callejones que resultan se llaman "avenidas". Si -- los alumnos dan flanco a la derecha y se toman también de -- las manos, los callejones que se forman se llaman "calles". El profesor indicará la posición que debe tomar el grupo, ya sean"calles"o"avenidas" y con un toque de silbato ordenará - el principio del juego. La dirección que tome el perseguido será de acuerdo con la colocación que se haya dado al grupo.

El maestro cambiará las "calles" por "avenidas" y viceversa en el transcurso del juego para darle mayor animación.

Cuando el perseguidor atrape al perseguido se escogerá nueva pareja para que el juego continúe.

Sugestiones de enseñanza:

1a. El maestro debe cambiar con frecuencia las parejas aprovechando este momento para que los alumnos bajen los brazos y descansen. Escogerá al mayor para perseguidor y al menor para perseguido.

2a. No debe permitirse que los jugadores activos cam--- bien de ruta, rompiendo las"cadenas". El cambio de frente lo ordenará el maestro cuando el perseguido se ve en peligro de ser atrapado.

3a. Este juego es valioso para el maestro cuando dispone de poco tiempo, al terminar los ejercicios gimnásticos.

C. Tercer ciclo.

1. Lucha con cable (*).

Material. Un cable grueso no áspero, que tenga por lo menos ocho metros de largo. En el centro del cable se coloca un listón o pañuelo.

Campo. Un espacio amplio en donde se trazan tres líneas paralelas. La distancia de los espacios entre las líneas debe ser de 1.50 metros.

Número y posición de los jugadores. Dos grupos iguales de jugadores (cualquier número). Cada equipo ocupa un lado del terreno que se emplea para la lucha, colocándose los jugadores alternados en el cable (uno a cada lado).

Objeto del juego. Dominar un equipo al otro por medio de la tracción del cable.

Destrezas. Fuerza y coordinación para hacer la tracción.

Reglas. El cable debe quedar tendido en el piso cruzando perpendicularmente las líneas paralelas, coincidiendo el listón con la línea central. A una vez, los jugadores de cada equipo se colocan alternadamente a los lados del cable, quedando las cabezas de equipo juntas. A otra señal toman el cable y lo levantan, preparándose para la lucha, Con una tercera señal, que se da con un silbato o a viva voz, los jugadores principian la tracción con el objeto de hacer pasar la marcha del cable sobre la línea paralela correspondiente. El equipo que logre vencer a su contrario dos de tres veces, es el ganador.

(*) Idem. p.p. 134 y 135

Sugestiones de enseñanza:

1a. Los jugadores deben cambiar de lugar cada vez que uno de ellos resulta vencedor.

2a. El maestro debe procurar que los equipos estén equilibrados según el peso y facultades de los contendientes.

3a. Uno de los jugadores debe dar las voces para uniformar la tracción de sus compañeros, con el objeto de que el esfuerzo dé mayores resultados.

4a. Una variante de este juego puede hacerse colocando a los jugadores de cada equipo en la fila en el extremo del cable, paralelamente y al frente de las líneas. A una señal del profesor, los jugadores corren a colocarse en sus puestos respectivos e inmediatamente inician la tracción, hasta lograr hacer cruzar a los contrarios la línea. Con esta variante se denomina"cable robado".

2. El cangrejo (*).

Material. Ninguno.

Campo. Un carril de 1.80 metros para cada equipo. A una distancia de 10 metros de la línea de salida, se traza en cada carril un círculo de un metro de diámetro.

Número de jugadores. Un número igual de jugadores en cada equipo.

Formación. Los alumnos se colocan en hileras detrás de la línea de salida.

Reglas. Los jugadores números 1 de cada equipo se sientan en el suelo, sin rebasar la línea de salida. A la voz de

---

(*) Idem. p.p. 139 y 140

"listos", colocan sus manos en el piso, elevando su cuerpo - hasta ponerlo horizontal, quedando boca arriba, con los talones sobre la línea de salida y su cabeza hacia el círculo. A la voz de salida avanzan en esta posición, procurando conservar la posición horizontal y apoyándose en pies y manos.

Puntuación. El jugador que llega primero al círculo obtiene un punto para su equipo.

Sugestiones de enseñanza:

1a. Si el número de equipos es mayor de cuatro, pueden concederse puntos a los que lleguen en segundo o tercer lugares y así el juego tendrá más interés.

2a. Debe marcarse una línea de retiro cercana a cada -- círculo, para que los jugadores que terminen su turno vayan quedando nuevamente formados y en completo orden.

3a. Variantes:

a) Cada jugador inicia su recorrido sosteniendo el peso de su cuerpo sobre pies y manos (brazos y piernas bien extendidos) y con la cara hacia el piso; en esta posición -- llamada de "manos" llega hasta el círculo en donde cambia de posición, colocándose boca arriba y regresa hasta la línea - de salida.

b) El juego descrito y la variante pueden hacerse - en forma de relevos.