

1240
e7-2



SECRETARIA DE EDUCACION PUBLICA

LA IMPORTANCIA DE LA EDUCACION
FISICA EN EL PRIMER CICLO DE
LA ESCUELA PRIMARIA

GLORIA SOLIS ORTIZ

MONTERREY, N. L.

NOV. DE 1983

1240



UNIVERSIDAD
PEDAGOGICA
NACIONAL

E8958

SECRETARIA DE EDUCACION PUBLICA



✓ La importancia de la educación
física en el primer ciclo
de la escuela primaria

GLORIA SOLIS ORTIZ

Monterrey, N. L., Noviembre de 1983



UNIVERSIDAD
PEDAGOGICA
NACIONAL

UNIDAD
S E A D
191

SECRETARIA DE EDUCACION PUBLICA

La importancia de la educación
física en el primer ciclo
de la escuela primaria

GLORIA SOLIS ORTIZ

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

Monterrey, N. L., Noviembre de 1983

DICTAMEN DEL TRABAJO DE TITULACION

MONTERREY, N. L., a 8 de Noviembre de 1983

C. Profr. (a) GLORIA SOLIS ORTIZ
Presente (nombre del egresado)

En mi calidad de Presidente de la Comisión de Exámenes --
Profesionales y después de haber analizado el trabajo de titula-
ción alternativa INVESTIGACION DOCUMENTAL
titulado LA IMPORTANCIA DE LA EDUCACION FISICA EN EL PRIMER
CICLO DE LA ESCUELA 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 SEAO
MONTERREY, N. L.

PROLOGO

La educación en nuestro país antes se consideraba puramente intelectualista y la Educación Física que se impartía se ocupaba nada más de resultados físico-deportivos individuales.

A raíz del triunfo de la Revolución Mexicana el 20 de Noviembre de 1910 por Don Francisco I. Madero, surgió en México una verdadera afición por el deporte. Debido a este triunfo, brotó un anhelo de transformar la nueva República.

La Secretaría de Educación Pública, durante el período de 1910-1920 reconoció como base de la educación integral a la Educación Física.

La Educación Física en su proceso de análisis en que lo pasado enriquece las experiencias de lo presente para prefigurar el porvenir, nos ha ayudado a darle el punto de vista al servicio de las necesidades e intereses de la colectividad.

En mi diaria labor como profesora, he tratado con niños pequeños que en su mayoría necesitan afecto y comprensión para ejercitar su cuerpo e inician la escuela primaria inhibidos en sus relaciones personales, todo esto fue lo que me motivó a realizar el presente trabajo y aunar armoniosamente aprendizaje y diversión.

La finalidad de la Importancia de la Educación Física en el primer ciclo de la escuela primaria es adecuarla a la

realidad educativa al explorar los aspectos socioafectivo, cognoscitivo y psicomotriz del niño por medio de la educación del movimiento. Retomar conciencia acerca del valor de la psicomotricidad como parte integradora de las fases del desarrollo físico, para determinar el grado de madurez y el logro de los objetivos generales que marcan los programas escolares.

Para efectuar el presente trabajo se eligió la Investigación Documental, pues es la que reúne las ventajas de recopilar en diferentes fuentes los tópicos que se relacionan con la Educación Física. Seleccioné el tema, para organizar el trabajo se planeó un índice determinando los capítulos y subcapítulos, se consultaron libros, periódicos, revistas, folletos etc., obteniendo la información para el trabajo, elaborando fichas bibliográficas correspondientes a cada capítulo, los datos se analizaron, compararon y expusieron de acuerdo a su contenido, finalmente, se dedujeron conclusiones y la bibliografía empleada para llegar a feliz término de esta investigación. Esperando que reúna los requisitos para obtener el título de Licenciado en Educación Primaria.

INDICE

Página

PROLOGO	
I. INTRODUCCION	
II. ANTECEDENTES DE LA EDUCACION FISICA	
A. Reseña del inicio de la Educación Física	4
B. Concepto general de la Educación Física	12
C. Fundamento de la Educación Física	15
III. OBJETIVOS DE LA EDUCACION FISICA	
A. Objetivos generales de la Educación Física	18
B. Objetivos generales de la Educación Física en la Educación Primaria	18
IV. LA EDUCACION POR EL MOVIMIENTO	
A. Generalidades	21
B. Propósitos de la educación por el movimiento	24
1. Los ejercicios de maduración	25
a. Movimientos motores	26
b. Integración sensoriomotora	26
c. Habilidades perceptivomotoras	27
d. Desarrollo de los conceptos de espacio y tiempo	30
2. La gimnasia	30
3. El ritmo	32
V. IMPORTANCIA DE LA EDUCACION FISICA EN EL PRIMER CICLO DE LA ESCUELA PRIMARIA	

A.	Aspecto socioafectivo	36
B.	Aspecto cognoscitivo	38
C.	Aspecto psicomotriz	40
VI.	METODOLOGIA UTILIZADA EN LA ENSEÑANZA DE LA EDUCACION FISICA	
A.	Los métodos educativos en la Educación Física	44
B.	Materiales más usados en las clases de Educación Física	47
C.	Sugerencias para ayudar al maestro a aumentar el número y variedad de material deportivo	48
D.	Recomendaciones para las clases de Educación Física	50

BIBLIOGRAFIA

ANEXOS

- A. Objetivos de Educación Física Primero y Segundo Año
- B. Desarrollo psicomotor del niño
- C. Elaboración rudimentaria de implementos deportivos

I. INTRODUCCION

La función de la escuela primaria pedagógica y constitucionalmente es la de formar íntegramente al niño, en base a un conjunto de objetivos conductuales que en cada año escolar debe cubrir y lo conducen al logro de los objetivos - específicos de las diferentes áreas de estudio.

Es motivante darse cuenta cuando el niño logra captar los acontecimientos de su medio ambiente, los expresa en forma libre y con profunda alegría, el área que proporciona conocimientos, actitudes, destrezas y habilidades, disfrutando el hoy es la Educación Física.

Los niños que inician el primer año en la escuela primaria sin que hayan tenido una educación preescolar y aunado a esto, un niño que ha llegado a la edad de seis años no ha desarrollado la suficiente coordinación de los movimientos musculares, ni los órganos de los sentidos. Siendo estos primeros años de educación inicial que estructura los buenos cimientos, marcando y decidiendo su madurez y realización futuras.

En el tema que me propongo exponer: La importancia de la Educación Física en el primer ciclo de la escuela primaria, pretendo analizar la necesidad educativa siguiendo la más moderna norma pedagógica, que es: aprender con deleite.

Ya que todo lo que hacemos y decimos queda grabado en los abiertos y agudos sentidos de los niños. Darle la enseñanza correcta de ejercitar su cuerpo y la mente para su bienestar, coopere con su actitud positiva en este complejo mundo que empieza a mostrarse ante ellos.

La Importancia de la Educación Física en el primer ciclo de la escuela primaria contiene una reseña de los antecedentes de la Educación Física, iniciándose con actividades naturales de necesidad al moverse para buscar alimento del hombre primitivo, las características principales de los juegos de los indígenas que habitaron la República Mexicana, la introducción del deporte en México, así como el concepto general de esta área y su fundamento.

Los objetivos generales de la Educación Física que marca el programa de la Secretaría de Educación Pública en la escuela primaria están diseñados para que el niño adquiriera una integración y proyección de su imagen corporal.

La educación por el movimiento se propone formar íntegramente al niño y abarca los ejercicios de maduración, la gimnasia y el ritmo.

La Importancia de la Educación Física en el primer ciclo de la escuela primaria, título del presente trabajo, versa sobre el aspecto socioafectivo que es estimular la fusión maestro-alumno en el trabajo escolar, favoreciendo la comprensión y confianza de sí mismo y del grupo; el aspecto cognoscitivo lo guiará para que organice su pensamiento mediante experiencias vividas que irá representando en forma simbólica para ejercer su inteligencia de acuerdo a su edad e intereses, para formar niños con conciencia crítica y analítica para su bienestar; el aspecto psicomotriz desarrolla la asociación de la mente y el cuerpo, indispensables para planear y realizar todo tipo de ejercicios, juegos, rondas y predeporte.

Se aborda la metodología utilizada en la enseñanza de la Educación Física, factor importantísimo que todo maestro debemos conocer y dominar, para adaptar el método científico a un estilo de enseñanza que cubra las necesidades de -- que el niño transforme su medio y se adecúe al cambio social que le toque vivir. Se mencionan los materiales más usados en las clases de Educación Física y algunas recomendaciones que se harán a los niños para impartir esta área.

Por último las conclusiones señalan lo más sobresaliente de la investigación.

Así pues, tiene mayor efecto en la mente de un niño, -- lo que ve, oye, palpa y hace, que lo que únicamente se le indica, lo anterior nos sirve para encontrar diversas alternativas que nos ayuden a cumplir con nuestra labor docente.

II. ANTECEDENTES DE LA EDUCACION FISICA

A. Reseña del inicio de la Educación Física

Se tienen conocimientos por medio de los historiadores que el hombre primitivo tuvo la necesidad de moverse para buscar su alimento, ya sea para recoger frutos silvestres y raíces, para cazar, cuando rendía culto a sus dioses con movimientos que imitaban a las bestias que cazaban. Estas actividades requerían de una condición física excepcional que obtenían durante su vida cotidiana.

Los descubridores que han reproducido o estudiado diversas pinturas jeroglíficas o pictográficas posthispánicas las han designado con el nombre de lienzos o códices de los siglos XVI, XVII y XVIII. En estas pinturas están dibujados los sucesos importantes que vivieron los indígenas de todas y cada una de las culturas que han habitado la República Mexicana.

Una de las características principales de estas culturas era que su vida giraba en torno a la milicia (teocrático) o a lo religioso (politeísta). Todas sus acciones las realizaban con la mayor naturalidad y a las cuales imprimían una lógica rigurosa, mediante la agilidad física, mental y volitiva, en un plano lleno de abstracción y realismo.

El padre jesuita José Manuel Peramás, en su libro La República de Platón y los Guaraníes hace la siguiente referencia a los indios:

"En los días festivos, por la tarde, solían jugar tam --
bién a la pelota, la cual aunque de goma maciza, era --
tan liviana y ligera que una vez recibido el impulso, --
seguía dando botes por un buen espacio, sin pararse. --
Los guaraníes no lanzaban la pelota con la mano, como --
nosotros, sino con la parte superior del pie descalzo, --
enviándola y devolviéndola con gran ligereza y preci --
ción". (1)

Generalmente los juegos que ejecutaban los indígenas, --
eran motivados para complacer a las visitas de Excelencias --
de España por mandato de Cortés.

Los nativos de América rendían culto a sus dioses en --
sus fiestas las cuales acompañaban con música y danza. Des --
pués que terminaban sus ritos practicaban diversos deportes
tales como, jugar al palo con los pies, común entre los az --
tecas y el juego de la pelota (en Xochicalco - actual esta --
do de Morelos - Tula, Chichen Itza, etc.). Testimonio de --
ello son la variedad de campos de juego que podemos admirar
en las ruinas arqueológicas de Mesoamérica.

La Biblioteca Nacional de Antropología e Historia en --
la ciudad de México, Distrito Federal, custodia innumera --
bles códices originales y fieles reproducciones, que han --
facilitado el estudio de las antiguas culturas, a arqueólo --
gos y expertos profesionales.

El deporte generalmente de origen europeo, se introdu --
ce en América por Estados Unidos. Tiempo después, la gente
que trabajaba en el proyecto del ferrocarril - de proceden --

(1) Enciclopedia de México. n. 12, v. IV, 2 ed., San Ma --
teo Tecoloapan, Estado de México, Ed. Mexicana, 1977
(c 1977) pag. 520 col. 1040.

cia norteamericanos, inglesa y de diversas nacionalidades - fueron quienes lo iniciaron y difundieron en México. Esto ocurrió durante el gobierno del Presidente Sebastián Lerdo de Tejada (1872-1876). En esa época aún no existía un deporte organizado. Sin embargo, en los principales países de Occidente se empezaron los siguientes deportes: fútbol, beisbol, tenis, fútbol soccer y se fundaron los primeros gimnasios.

Como expresa el prestigiado profesor de instrucción física y periodista el Profr. Oscar F. Castellón, "Es adecuado, pues, ubicar el principio del movimiento deportivo de México en 1878 cuando transcurría el primer año del Porfiriato". (2)

El general Porfirio Díaz se inició desde niño a practicar los ejercicios físicos; debido a su afición logró dominio en la gimnasia, los deportes ecuestres y el montañismo; fue un promotor del deporte durante su gobierno en México.

En esa época, el ministro de Educación Pública fue Don Justo Sierra, quien pugnó porque el general Díaz becara en 1902 al Profr. Manuel Velázquez Andrade y a un oficial del Ejército, para que estudiaran respectivamente educación física y natación.

En México, en el lapso que duró el Porfiriato de 1877 a 1911 se introdujeron los siguientes deportes: atletismo, básquetbol, béisbol, boliche, billar, equitación, esgrima, fútbol soccer, frontón, gimnasia, lucha, montañismo, pugila

(2) F. Castellón Oscar. Cien años del deporte en México. Monterrey, (s.e.), 1980. pag. 15.

to, golf, tenis y volvió la afición que había prohibido Benito Juárez, las corridas de toros.

Las técnicas suecas y alemanas en Educación Física, predominaron en el siglo XIX en el mundo occidental. Ya en este siglo se empezó a buscar una metodología para la enseñanza de la Educación Física.

La Secretaría de Educación Pública, durante el período de 1910-1920 reconoció como base de la educación integral a la Educación Física. Sus propósitos y objetivos fueron diseñados con sentido social. Se dió primordial interés a los deportes de pista y campo y a la gimnasia calistenia acompañada de música. Se reconoció como obligatoria la natación. Se instituyó la Educación Física oficialmente desde el Jardín de Niños hasta la Universidad.

La Asociación Cristiana de Jóvenes (YMCA) se creó primero en Estados Unidos. Hacia 1910 se inauguró la Asociación Cristiana de Jóvenes en México, teniendo su primer gimnasio con similitud a los del vecino país del norte. Durante este mismo período, se fundó la misma asociación en Monterrey, organizando los primeros equipos de básquetbol y béisbol en 1912, los integrantes eran gente de empresas comerciales y manufactureras.

En 1918 la Asociación Cristiana de Jóvenes de México, concibió un club de Líderes Standard, en donde capacitaban a las personas que en forma voluntaria y desinteresada deseaban contribuir al desarrollo de las facultades físicas de la misma sociedad. Importantísima función de esta asociación, ya que gracias a su decidida participación sentó las bases -

que dió el impulso de los deportes a nuestro país. Siendo eficientes colaboradores los maestros: Enrique C. Aguirre, Oscar F. Castillón, Julio Marín, Francisco Lona, José Ignacio Gómez, Lamberto Alvarez Gayou, Alfonso Rojo de la Vega, Leoncio Ochoa, Eric Joseph, Félix del Canto y Ramón G. Velázquez.

Siendo presidente Constitucional Alvaro Obregón se creó en los años 1921 y 1922 la Dirección General de Educación Física. También se fundó la Escuela Elemental de Educación Física en la que se educaron los primeros maestros. En dicha institución ejercieron su profesión Líderes de la Asociación Cristiana de Jóvenes.

En las primeras décadas del siglo XX se formuló un programa de Educación Física para la escuela primaria y secundaria acorde con las necesidades educativas de ese tiempo, creado por el Profr. Franklin O. Westrup, becado por la Asociación Cristiana de Jóvenes en el Colegio de Springfield - Mass., titulado en Educación Física, originario de Montemorelos, Nuevo León.

El citado programa se puso en vigor en 1926 siendo Nuevo León el primer estado de la República en aplicarlo, por la aprobación del Profr. Andrés Osuna quien fungía como Director de Educación en la Entidad.

El mentor Westrup, en la misma fecha desempeñaba el cargo como Director Estatal de Educación Física, orientaba a los maestros sobre el contenido de su programa, explicándoles como aplicarlo en cada ciclo escolar. A él se le debe que en las escuelas de Nuevo León se iniciaran las prác-

ticas de volibol, básquetbol, sóftbol, atletismo, relevos y gimnasia.

Durante el ejercicio del ministerio de educación del Lic. Aarón Sáenz, nombró al Profr. Westrup para que ocupara la Dirección Nacional de Educación Física; quien hizo extenso su programa del cual obtuvo magníficas experiencias al aplicarlo en Nuevo León, declarándolo oficial para las escuelas primarias, secundarias y normales del resto del país.

De 1920 a 1930 se incluyó la enseñanza de danzas regionales y rondas como parte integrante de la Educación Física, esta actividad la recopilaron maestros federales. También se instituyó la enseñanza sistemática de la natación, en México, Distrito Federal, en la categoría infantil y juvenil incluyendo ambos sexos. A partir de entonces, se empezaron a celebrar en las escuelas del país campeonatos anuales a nivel estatal y nacional.

En la temporada de 1930-1940, se llevó a cabo el primer Congreso Internacional de Recreación con sede en Los Angeles, Calif., acto al que asistieron un grupo de maestros regionomontanos y uno del Distrito Federal en representación de México. Tratando el tópico de la recreación como servicio social, aspecto que se ignoraba en México, se tomó en consideración el valor del tiempo libre para destinarlo a actividades recreativas.

Desde 1950 hasta nuestros días, la Educación Física se ha transformado de acuerdo a las necesidades del individuo y actualmente la Secretaría de Educación Pública concede la im

portancia que merece esta disciplina como parte formativa - de la enseñanza integral.

A raíz del triunfo de la Revolución Mexicana el 20 de - Noviembre de 1910 por Don Francisco I. Madero, surgió en Mé - xico una verdadera afición por el deporte. Debido a este - triunfo, brotó un anhelo de transformar la nueva República.

Se celebra dicha fiesta con un desfile deportivo en ca - da uno de los estados de nuestro país; para recordar el es - fuerzo que hicieron nuestros próceres para darnos una mejor vida económica, política y social.

Se ignora en que época se iniciaron los primeros jue - gos olímpicos, pero las primeras informaciones datan del añ - ño de 776 a. de J.C.

Los griegos desde niños practicaban la carrera y el -- salto, posteriormente se agregaron la lucha, el boxeo, lan - zamiento de jabalina, el disco y por último las carreras de carros tirados por caballos.

Tiempo después, los romanos imitaron las fiestas de -- los griegos incluyendo además combate a caballo, revistas - militares, ejercicios gimnásticos, lucha entre gladiadores - y entre hombre y bestias.

En Europa durante la Edad Media se realizaron torneos - públicos en forma de simulacros, en los cuales, demostraban los caballeros su habilidad en el manejo de las armas, tor - neos que se popularizaron en los siglos XIII y XIV.

No fue hasta fines del siglo XIX o principios del XX - en que la mayoría de los países del mundo occidental se interesaron por las competencias atléticas entre diversas naciones, surgiendo así los Juegos Olímpicos Modernos. Los primeros se celebraron en Atenas en 1896, a partir de entonces (y estando el mundo en paz) se llevan a cabo cada cuatro años en el país que es seleccionado por el Comité Olímpico Organizador. En dicho evento a cada rama del deporte le corresponde su torneo.

A raíz de estas actividades, muchos países han formado organizaciones deportivas tales como: Los Juegos Deportivos Centroamericanos y del Caribe; Los Sudamericanos; Panamericanos; Bolivianos; los del Mediterráneo; los de la Comunidad Británica o los de la Federación Asiática, todos ellos afiliados en su organización a los Juegos Olímpicos Mundiales.

Actualmente cada país pone su mayor esfuerzo económico y social, para contar con todo tipo de instalaciones modernas deportivas para preparar a sus atletas arduamente para tal evento.

México ha participado desde 1924-1980 en los Juegos Olímpicos en diferentes modalidades del deporte.

Dentro de los más destacados sucesos del deporte mexicano, están los logros de los campeonatos mundiales de béisbol infantil por Los Pequeños Gigantes de Monterrey en Williamsport, Pensylvania en los años de 1957 y 1958.

Sin olvidar que los XIX Juegos Olímpicos se celebraron en México el 21 de Octubre de 1968; nuestro país demostró capacidad de organización y que es posible la convivencia y fraternidad universal.

Existe en México el Instituto Nacional del Deporte (INDE), su finalidad es, difundir las actividades deportivas enfocadas a todas las clases sociales. Así mismo, la Organización de las Naciones Unidas se preocupan por fomentar dichas actividades a nivel mundial.

B. Concepto general de la Educación Física

La Educación Física es la "denominación de conjunto para todos los ejercicios corporales que cooperan al desarrollo físico y a la conservación de la salud, así como al desarrollo social y psíquico de la personalidad total del niño y del adolescente. A las disciplinas de la educación física pertenecen entre otras, gimnasia, gimnasia deportiva y atletismo". (3)

En la Educación Física los ejercicios corporales son aquellos que requieren una actividad especial de los músculos, del corazón, de los pulmones, del cerebro, de la espina dorsal y de la mente; en suma de todo el organismo.

La actividad fortalece la condición física en lugar de gastarla, es decir, cuanto más trabaja un músculo más se desarrolla o visto de otra forma si un órgano no trabaja se atrofia.

(3) Diccionarios Rioduero Pedagogía. Adap. por Purificación Murga. Madrid, Ed. Católica, 1980 (c 1976) pag. 69.

El papel que desempeña la Educación Física en la escuela debe considerarse como un factor primordial, ya que influye en el desarrollo integral del niño y que viene a favorecer el equilibrio en la salud mental del ser humano.

Al poner en práctica la Educación Física se establecen relaciones interpersonales, lo cual será decisivo en el desarrollo de la personalidad del educando, pues le ayudará a convivir con los demás, a respetar reglas, a participar en grupo y todo esto va preparándolo para su integración a la sociedad.

La escuela por medio del área de Educación Física debe mejorar la aptitud física utilizando ejercicios para adquirir fuerza, vigor, resistencia, energía, fortaleza, flexibilidad, potencia de brazos, hombros y equilibrio. Cada una de las actividades que se realicen en estos aspectos serán analizadas para contribuir mejor al acondicionamiento físico, de acuerdo al interés, edad y sexo del niño; en el caso de alumnos con algún impedimento orgánico o de salud, se identificará su problema, se diagnosticará con ayuda de autoridades competentes para darle un tratamiento adecuado a sus posibilidades y limitaciones.

El deportista tiene la oportunidad de despertar sus habilidades físicas y superarse en todos los aspectos, además influirá en la sociedad o medio ambiente en que se desenvuelva, porque su imagen tratará de ser imitada en la medida en que crezca su popularidad. El deporte por lo tanto permite a la sociedad recrearse practicándolo, para alejar las tensiones producidas por el estudio y trabajo cotidiano a que está sometida la sociedad.

La recreación y el juego es y ha sido desde tiempos antiguos, la ocasión del hombre para manifestar su potencialidad en los aspectos biológico, psicomotor y de adaptación social.

La recreación como expresión de la Educación Física no sólo distrae, alegra y alivia los impulsos reprimidos de cualquier grupo, sino que además, ayuda a la persona a ser más creativa y productiva en beneficio de la colectividad.

Ya que el programa integrado para primero y segundo año de la escuela primaria proporciona una educación para la salud, tanto esta, como la condición física dependen parcialmente de la alimentación que nos permite vivir y trabajar.

Respecto a la salud se expresa en el programa de primer grado:

"Ahora la educación para la salud debe concebirse como un proceso que parte del conocimiento que tiene el escolar sobre sus condiciones de vida, y sobre los fenómenos que ocurren en su cuerpo. Se aspira darle al niño los elementos que le permitan analizar sus características corporales y fisiológicas, especialmente las de su crecimiento y desarrollo, así como las posibilidades que de acuerdo con ellas vaya adquiriendo para desenvolverse física y socialmente"... (4)

El ejercicio físico permite llevar las actividades de trabajo con mejor resultado, proporcionando una distracción y relajamiento de los problemas cotidianos, lo que contribuye

(4) SECRETARIA DE EDUCACION PUBLICA. Libro para el maestro. Primer Grado. México, 1981. pag. 37.

ye a tener un pensamiento positivo, es decir, como el ideal de los griegos era una mente sana en un cuerpo sano.

C. Fundamento de la Educación Física

A través del tiempo, los especialistas que han estudiado las siguientes disciplinas Historia, Filosofía, Biología, Psicología, Física, Bioquímica, Estética, Sociología, Antropología, Artes, Anatomía y Fisiología, han aportado valiosísimos conceptos y generalizaciones que han alimentado la Educación Física, para su óptimo desarrollo y lograr con éxito los objetivos propuestos. Sin dejar de escatimar la relación tan estrecha con las disciplinas ya mencionadas.

La Ley Federal de Educación en el Artículo 3o., expresa en su fracción I. "Promover el desarrollo armónico de la personalidad, para que se ejerzan en plenitud las capacidades humanas;"... (5)

A este respecto, la Educación Física está destinada a promover el desarrollo físico, social emocional y mental del educando mediante una variedad de actividades para así contribuir en el desenvolvimiento de cada alumno.

La Educación Física como instrumento pedagógico se basa en tomar en cuenta la capacidad de percepción de la que viene dotado cada alumno, de las posibilidades que tiene de caminar, correr, saltar, ayudar a desarrollar la agilidad, la resistencia, la fuerza y la velocidad, guiar al niño por me-

(5) Documentos sobre la ley federal de educación. Secretaría de Educación Pública. México, 1974. pag. 67.

dio del juego a un cúmulo de experiencias propias.

En la etapa de la infancia, los procesos funcionales son más dinámicos, por tal motivo, se ha hecho hincapié en la importancia de los ejercicios físicos para aprovechar al máximo las posibilidades motrices naturales en el niño, la capacidad de percepción visual y auditiva de su medio ambiente. El organismo humano depende del movimiento sistemático para su integridad funcional, este está constituido por el juego, las destrezas neuromusculares, la coordinación etc. Con ejercicios apropiados y de acuerdo con el género de vida de cada persona, los huesos, los músculos y los órganos se desarrollan fuertes y sanos.

La Educación Física trata del juego y se ha cimentado a través del desarrollo cultural del ser humano; teniendo múltiples manifestaciones según la época vivida.

Los juegos en la Educación Física desde el punto de vista educativo deben ajustarse al desarrollo infantil, deben ser adecuados a la edad, sexo, posibilidades y limitaciones individuales. De acuerdo a los estudios paidológicos de Claparede, Dewey, Piaget etc., se comprueba que el juego y el aprendizaje se pueden integrar como ayuda positiva en el complejo proceso de enseñanza-aprendizaje.

El juego en la escuela primaria se puede considerar de des de distintos puntos de vista:

- "1. Influye poderosamente en el desarrollo físico del niño, la Fisiología sostiene que para el normal crecimiento del hombre, es necesario que se mueva que ha-

- ga ejercicio.
2. Desde el punto de vista higiénico, es factor importante que condiciona la salud, es el mejor aliado-- del sol y del aire puro en la lucha de las enfermedades. El hombre que hace ejercicio es como el agua corrediza, limpia y pura.
 3. Como elemento de recreación, supera a cualquier otro, más que un pasatiempo, representa la realización de un deseo y la aplicación de un esfuerzo.
 4. Por lo que se refiere al valor social del juego, es uno de los medios más valiosos para el desenvolvimiento de las tendencias gregarias.
 5. En la función didáctica, el juego tiene una enorme utilidad si se aplica con discreción y oportunidad. Su lugar está en todas aquellas cuestiones que reclaman constante repetición. La escuela nueva nos enseña a sacar partido del juego como poderoso auxiliar de la enseñanza ya que incita al interés y provoca la acción.
 6. En lo moral, el juego afirma la voluntad, la paciencia, el esfuerzo, la constancia, la responsabilidad y la cooperación". (6)

En resumen, los fundamentos de la Educación Física están considerados tomando en cuenta la importancia y el valor del niño como persona para encauzarlo a su ritmo de crecimiento cronológico y morfológico ligado al desarrollo físico, emocional, mental, social y moral.

(6) SINDICATO NACIONAL DE TRABAJADORES DE LA EDUCACION.
Taller de Educación Física. México, 1977. Anexo I
pag. 18.

III. OBJETIVOS DE LA EDUCACION FISICA

A. Objetivos generales de la Educación Física

A pesar de todas las diferencias históricas, culturales, económicas o ideológicas que puedan existir entre países, es interesante y reconfortante comprobar que en España, Argentina, México y la Federación Internacional de la Educación Física (FIEP), expresan desde diferentes puntos de vista los objetivos generales de la Educación Física, tomando en cuenta los aspectos comunes que conforman la especie humana.

Así pues, considerando las edades de los niños de la escuela primaria, los objetivos generales están orientados a la calidad de la vida y a la búsqueda de los equilibrios humanos; por lo tanto, los objetivos de la Educación Física lo expresan expertos en la materia de los países antes mencionados coinciden en lo siguiente:

Para el hombre nuevo, estimular la educación motriz aunada a las funciones de la inteligencia y de la afectividad.

Favorecer el adecuado desarrollo biológico, capacidad física, su morfología, así como el correcto metabolismo.

Incrementar el mantenimiento y mejoramiento de la salud.

Obtener conocimiento y dominio de las relaciones interpersonales al practicar actividades físicas ya sea en el patio, gimnasio, aula o en el lugar donde se encuentre.

B. Objetivos generales de la Educación Física en la Educación primaria

Los objetivos generales de la Educación Física en la educación primaria, están diseñados para mejorar las estimulaciones adecuadas para el desarrollo psicomotor, psicofisiológico y psicosocial en el organismo del niño.

Los objetivos que marcan los programas del área de Educación Física para el nivel primario, son globales en cuanto a contenido e integra a los niños desde los seis a los doce años. Toca a cada maestro hacer los ajustes necesarios, según el período infantil por el que se encuentran sus alumnos.

El programa para la escuela primaria en su área de Educación Física expresa:

La Educación Física escolar tiene como finalidad primordial contribuir al desarrollo integral y armónico del niño, durante las etapas esenciales que originan las bases de su desarrollo progresivo.

Tomando como base los programas de la escuela primaria, los objetivos específicos de las ocho unidades para el Primero y Segundo Año, se desglosan por grado. (Ver Anexo A).

Partiendo de los seis a ocho años que es la edad comprendida de los alumnos del primer ciclo de la escuela primaria y contando con la experiencia docente en éste nivel se han ajustado los objetivos atendiendo a las siguientes necesidades e intereses motores del niño:

Dar los conocimientos básicos de la estructura de su cuerpo y las funciones corporales a través de la actividad-

motriz de manera sistemática y gradual.

Crear hábitos para que realice la correcta postura estática o dinámica, la relajación y la respiración.

Capacitar la organización espacio-temporal.

Ayudar a moverse con eficiencia desarrollando la capacidad muscular, la capacidad de equilibrio del cuerpo y la capacidad para sincronizar los movimientos.

Adaptar las actividades físicas de fuerza, velocidad, resistencia, flexibilidad, agilidad, potencia muscular etc., a la constitución corporal de cada niño.

Perfeccionar la coordinación óculo-manual.

Proporcionar juegos organizados para que participen todos, ya que por naturaleza sus intereses lúdicos son característicos de la infancia.

Afirmar la lateralidad.

Crear situaciones psicológicas y pedagógicas que permitan al alumno fabricar las operaciones motrices que desea lograr.

Participar por medio de sus experiencias vividas en forma individual y colectiva que le permitan un comportamiento social de organización, cooperación y comunicación.

Renovar la salud mediante ejercicios físicos, adquiriendo mayor eficiencia con los contenidos de las demás áreas.

Se tendrá más éxito si en las sesiones de Educación Física, se elijen las actividades que el escolar desea aprender, para que adopte una actitud positiva la cual le ayudará a realizar nuevos movimientos con placer y deleite.

Las actividades de la Educación Física relacionada con la Educación para la Salud, ayudan a crear resistencia contra las enfermedades degenerativas e infecciosas, así mismo, el niño físicamente apto adquirirá múltiples beneficios en su bienestar mental y social.

IV. LA EDUCACION POR EL MOVIMIENTO

A. Generalidades

La educación por el movimiento es un sistema individualizado para enseñar a los niños y jóvenes a tener conciencia de sus aptitudes físicas, y utilizarlas con eficacia en sus actividades cotidianas.

Para internarnos al maravilloso prodigio de la vida, - de la que cada uno de nosotros formamos la estructura del ser orgánico más complicado que se conoce en nuestro planeta, llamado hombre.

La existencia empieza con la concepción. A partir de ese momento el nuevo organismo, por medio de movimiento, va preparándose para vivir dentro de la matriz de su futura madre.

En la fase embrionaria que dura seis semanas se va formando la organización estructural del bebé, alcanzando su desarrollo como feto al tercer mes.

Durante el cuarto mes se inician en él varios patrones de movimiento tales como: mueve sus brazos y piernas, abre y cierra sus manos, abre la boca, mueve los labios y la lengua y gira la cabeza.

Al nacimiento del niño su potencial sensorial no está completamente desarrollado. Los órganos que posee los empieza a usar a medida que aumenta su capacidad de percep --

ción al recibir impulsos de su ambiente. Iniciándose un -- proceso sincronizado de coordinación nerviosa y muscular.

La primera sensación agradable que percibe es el ali-- mento del pecho de su madre, al carecer de este, llora, a -- prendiendo que ella va a satisfacer su hambre y por mucho -- tiempo a conseguir lo que desea por medio del llanto.

Durante el período que el infante permanece en el ámbi-- to familiar; la madre le enseña a satisfacer sus necesida -- des básicas como son: comer, enderezarse, sentarse, cami -- nar, hablar, convivir con los que lo rodean; así cada una -- de sus funciones se van madurando para cuando ingresa a los años pre-escolares termina por independizarse y su interés -- crece por conocer la realidad de su mundo, ya no sólo cami -- na y se mantiene erecto, sino que además, corre, salta, -- brinca, juega, cualquier cosa le sirve de motivación para -- moverse a su entera voluntad. (Ver Anexo B).

Conociendo cada una de las actividades evolutivas de -- un niño, propias de su desarrollo, eminentes psicólogos e -- investigadores de la psicología experimental, científica, -- genética y clínica, tales como S. Freud, Adler, Brenner y -- otros, han demostrado el proceso evolutivo de desarrollo, -- desde la concepción, el nacimiento, hasta que alcanza la ma -- durez.

Si el educando cuando ingresa a la primaria asistió a -- una escuela de pre-escolar; los maestros sabemos de antema -- no que viene preparado de acuerdo a su edad, para adquirir -- conocimientos, habilidades y destrezas en las diferentes á -- reas de estudio, pero si no fue así, que es el caso de un --

gran número de nuestros alumnos; los maestros que tenemos - el quehacer profesional relacionado con los niños debemos - concientizarnos en ampliar el conocimiento y comprensión - del desarrollo infantil, para proporcionarle un cúmulo de - experiencias que lo beneficien.

Aunque el niño haya o no tenido una educación pre-es - colar; mientras dure su infancia y principalmente cuando -- cursa el primer ciclo de la escuela primaria se están afi - nando las funciones de su aparato neuromuscular y los órga - nos de los sentidos.

La infancia es la edad apropiada para moldear al indi - viduo, Alexis Carrel en su libro "La Incógnita del Hombre"- expresa:

"...Nuestra dimensión temporal se extiende sobre todo du - rante la infancia, en que los procesos funcionales son - más activos. En ese momento los órganos y el espíritu - son maleables. Puede contribuirse eficazmente a su for - mación. Como los sucesos orgánicos ocurren en gran nú - mero cada día, su masa plástica puede recibir la forma - que se desee dar para siempre al individuo". (7)

La educación por el movimiento como parte del programa de Educación Física, nos brinda la oportunidad de transmitir al niño por medio de una gran variedad de ejercicios, jue - gos y aparatos, experiencias victoriosas en el funcionamien - to motriz, intelectual y social, aprovechando el derroche - de energía del futuro ciudadano.

(7) Carrel Alexis. La Incógnita del hombre. 13a. ed., -- Tr. de María Ruiz Ferry, México, Ed. Diana, 1975 -- (c 1955) pag. 178.

B. Propósitos de la educación por el movimiento

Los propósitos de la educación por el movimiento son:

Ayudar al niño a determinar su capacidad práctica de movimiento.

Dirigir al educando para que asocie la mente y el cuerpo, sepa conocerse así mismo para aumentar su habilidad, -- coordinación y flexibilidad.

Proporcionarle manipulación de materiales con el objeto de diferenciar sus sentidos.

Desarrollar las capacidades perceptuales a través de actividades motrices.

Alentar las capacidades creativas que sugieran los alumnos ya sea en forma individual o en grupo.

Presentar las acciones prácticas, con el grado máximo de diversión para que los educandos siempre estén de buen humor.

Aprovechar la curiosidad innata del niño para que goze investigando y de soluciones a sus problemas.

Permitirle expresar la coordinación e interpretación rítmica de su cuerpo con estilo propio.

Proporcionarle música para que realice movimientos acorde a lo que escuche.

Ayudar a desarrollar la perseverancia en los escolares para que supere sus deficiencias.

Presentarle variados ejercicios motrices encaminados a lograr el objetivo propuesto.

Los propósitos de la educación por el movimiento son formas dinámicas de comprobación del individuo con el medio ambiente natural y humano. Al ampliar la actividad física en el juego, en el trabajo o la competencia, el ser humano va formándose así mismo ya que el movimiento motor se adquiere en el curso de la vida.

La evolución del movimiento educativo debe ser sistemático y metódico para lograr que se realice en forma espontánea, permanente y que sea productivo al progreso social.

Actualmente la mayoría de las escuelas urbanas, cuentan con un profesor especializado en el área de Educación Física que atiende a los seis grados de la escuela primaria.

Las características que debe poseer es tener vocación, conocer su especialidad, ser atento, cordial, cariñoso, energético pero justo; debe transmitir a sus alumnos su dinamismo y entusiasmo con actividades físicas y vigorizantes adecuadas a cada grado escolar.

Los maestros de grupo debemos ser verdaderos auxiliares en las sesiones de Educación Física, debido a que los escolares permanecen más tiempo con su maestro académico -- que con el de deportes; para lograr que juntos participemos en la adecuada conducción y aprendizaje de dicha disciplina.

A los alumnos que cursan el primer ciclo de la escuela primaria les gusta y desean que su maestro los acompañe en sus experiencias deportivas y recreativas. De tal manera, que el interés y la atención son factores determinantes que dependen de la actitud del maestro.

1. Los ejercicios de maduración

Los ejercicios de maduración le permiten al niño percibir una variedad innagotable de adiestramiento para todo tipo de aprendizaje.

Dichos ejercicios se pueden clasificar en cuatro grupos y son los siguientes: movimientos motores, integración sensoriomotora, habilidades perceptivomotoras y desarrollo de los conceptos de espacio y tiempo.

a. Movimientos motores

En los movimientos motores se trata de aprovechar las acciones naturales del niño aplicando la coordinación motora gruesa al caminar, gatear, brincar, saltar, arrastrarse, rodar, sentarse, lanzar un objeto, subir y bajar escaleras; -- permitiéndole un mejor desarrollo corporal y muscular.

Dentro de los movimientos motores, tenemos las actividades corporales simétricas en las que el alumno con el buen tacto de su maestro, lo conducirá a descubrir su lado dominante ya sea la mano derecha o izquierda, o cierto lado de su cuerpo.

Otra actividad motora, es la integración y proyección de la imagen corporal, a través de un examen de la figura humana, el niño conocerá las partes de su cuerpo, su nombre y la utilidad que nos proporciona.

b. Integración sensoriomotora

Como parte de este aspecto señalamos primero el equilibrio "es la capacidad para asumir y sostener cualquier posición del cuerpo contra la ley de gravedad". (8)

(8) Ibid. pag. 1.

Los ejercicios de equilibrio se pueden realizar sobre el suelo, sobre un tablón, con una escalera, añadiendo a cada ejecución cambios de postura ya sea de pie, sentado, tendido, hincado, suspendido y de cabeza.

Organización de los movimientos corporales en el espacio.- Son útiles para que el alumno mueva libremente cada una de las partes de su cuerpo en forma organizada, practicando los ejercicios atendiendo órdenes verbales para que se desplace en diferentes direcciones lenta o rápidamente.

La discriminación táctil.- El niño a través del tacto podrá identificar, reconocer, describir y comparar diferentes materiales, texturas, grosores y tamaños ya sea en plástico, madera, tela, mica, papel, cartón, seda, hule, terciopelo etc.

c. Habilidades perceptivomotoras

Estas habilidades son un adecuado funcionamiento de los sentidos de la vista y el oído, y, el adiestramiento de sus movimientos musculares (motora manual).

Las principales secciones son las siguientes:

Discriminación auditiva.- Le sirve al alumno para experimentar varios tipos de sonidos y que adquiera la habilidad de diferenciarlos.

Los sonidos que puede emitir y recibir son como los --

que produce él mismo, los de objetos sonoros, ruidos de la naturaleza, de la calle, de los animales, de transportes, - etc.

Asociaciones auditivo-oral y auditivo motora.- Abarca los ejercicios y juegos que se pueden realizar a una orden verbal por el maestro, para que los niños las transformen en acciones corporales, es decir, comprender la pregunta y asociarla a reacciones adecuadas.

Memoria auditiva.- Es la facultad que adquiere el niño para recordar acontecimientos e impresiones vividas captadas por el oído. Son ejercicios excelentes los cuentos, rimas y canciones.

Secuencia auditiva.- Por medio de esta, el educando manifestará en forma verbal, de ruidos y de ritmos el orden en que escuchó los estímulos sonoros. Por ejemplo reproducir una canción con palmadas o golpes.

Discriminación visual.- Es uno de los aspectos más importantes del ser humano ya que por medio de ella nos damos cuenta del mundo en que vivimos. De tal manera, que el alumno sabe distinguir las cosas que lo rodean; en su forma, color, tamaño y lugar que ocupan las cosas en el espacio, para que posteriormente las clasifique atendiendo sus características.

Secuencia visual.- El educando adquiere aptitud de seguir un orden y coordinación con movimientos oculares de izquierda a derecha, de arriba hacia abajo, requisitos indis-

pensables para la adquisición de la lectura.

Discriminación figura-fondo.- La función de esta sección es para que el niño observe en detalle figuras de personas, animales, formas geométricas en objetos y flores; y separe la parte que irá integrando un todo, sepa diferenciar la posición de lo que observa, es decir, si se encuentra adelante o atrás.

Memoria visual.- Es la habilidad psicofísica que le permite el aprendizaje de recordar un objeto, poderlo describir y comparar de memoria. Jugar al objeto perdido es un ejercicio propio para este aspecto.

Coordinación ojo-mano.- Son útiles los ejercicios que contribuirán a lograr un dominio motor fino con las manos en los niños. La coordinación ojo-mano se necesita para recortar, dibujar, ensartar objetos grandes y pequeños.

Memoria visomotora.- Es la habilidad para observar diferentes diseños, retenerlos en la memoria y reproducirlos por medio de la actividad motora. Un ejercicio de este tipo es el siguiente: se dibujan en el pizarrón o se llevan láminas preparadas con figuras geométricas, se dejan un momento, se borran o se quitan, y los alumnos las reproducirán de acuerdo al modelo presentado.

Integración visomotora.- Es la habilidad para enlazar todas las prácticas visuales y motoras en la ejecución de trabajos más variados, tales como bailar, nadar, dibujar, tocar un instrumento. Para el desarrollo de la integración

visomotora se llevan a cabo juegos organizados.

d. Desarrollo de los conceptos de espacio y tiempo

Es el conocimiento que tiene el niño en relación a su propio cuerpo y del transcurso del tiempo. Se trabajarán los conceptos de hoy, ayer, mañana, antier y pasado mañana.

Se cubre este aspecto con juegos, rimas y canciones de los días de la semana y los meses del año.

2. La gimnasia

La gimnasia como parte de la Educación Física es el "arte de ejercitar en forma metódica y científica los músculos del cuerpo para que adquieran mayor fuerza y elasticidad, buscando a la vez la perfección en el desarrollo físico". (9)

Por medio de la gimnasia debemos aprovechar los progresos de la pedagogía y la ciencia para su aplicación, ya que gran parte del programa, se desarrolla en su práctica.

El conjunto de los ejercicios gimnásticos, les es útil a los escolares para ejecutar movimientos armónicos y hacer a un lado la rigidez del cuerpo, para satisfacer sus necesidades motrices y logren adquirir reflejos seguros y rápidos con elegancia.

(9) Enciclopedia Barsa. n. 16, v. VII, Buenos Aires, Ed. Enciclopedia Británica, 1975 (c 1957) pag. 284.

De la gimnasia dependen la fijación de hábitos correctivos para desarrollar la condición física como son; la flexibilidad, equilibrio, elasticidad, fuerza, resistencia, destreza, educación respiratoria, circulatoria y psicológica; movimientos que se deben efectuar en forma creciente y decreciente en diferentes posiciones y direcciones; para -- que tonifiquen al niño al esfuerzo que ha de realizar en to das y cada una de sus actividades cotidianas.

La gimnasia que un maestro puede transmitir a sus alumnos es en forma natural, de imitación, con implementos, sue ca, alemana y acrobática.

La gimnasia en forma natural son las actividades que -- los niños realizan debidas al desarrollo normal del aparato neuromuscular, de su inteligencia y de su sociabilidad como son: caminar, correr, trepar, saltar, escalar, levantar, a rrojar, arrastrarse, jalar, empujar etc., se ejecuta tam -- bién utilizando a otro niño como pareja para hacer los ejer cicios.

La gimnasia de imitación como su nombre lo indica es -- copiar movimientos de personas, cosas, animales, fenómenos de la naturaleza etc., siendo esta por su índole que se relaciona con la vida del niño, despertándole el interés a -- participar en rondas, juegos y marchas, explayando su ale -- gría.

Por medio de la gimnasia imitativa, el maestro tiene -- un caudal de fantasía e inspiración para aplicar encantado -- ras variantes de rondas y juegos, tradicionales y adaptadas, acompañando los movimientos con música.

La gimnasia con implementos, permite también una gran variedad de ejercicios que se pueden ejecutar con accesorios tales como: sonajas, mancuernas, aros, triángulos, listones, raquetas, palos, bastones, motas, panderos, maracas, rebozos etc.

La gimnasia sueca se desarrolla a base de oscilación de brazos y muelleo de piernas.

La gimnasia alemana consiste en ejercicios gimnásticos de contracción muscular fuerte.

La gimnasia acrobática se efectúa con mayor grado de dificultad, utilizando mesa elástica, colchones, bancas con ruedas, paralelas, barra horizontal, caballo largo, pesas, cables y taburete. Este tipo de gimnasia se debe practicar bajo la estricta vigilancia de un maestro especialista en la materia.

Las más usuales en el primer ciclo de la escuela primaria son la gimnasia natural, de imitación, con implementos y la sueca.

3. El ritmo

"El ritmo constituye la coordinación motora y la integración funcional de todas las fuerzas estructuradoras, tanto corporales como psíquicas y espirituales". (10)

(10) Hanebuth Otto. El ritmo en la educación física. Adap. Jorge Thieberger, Buenos Aires, Ed. Paidós, 1968 -- (c 1968) pag. 13.

De la definición anterior se deduce, que un ser humano se encuentra en movimiento permanente, símbolo de vida.

El ritmo desde el punto de vista biológico, hermanado a las fuerzas espirituales y volitivas atiende al impulso vital de la persona, permitiéndole la extensión, flexión y giro, además, el desarrollo espacial, temporal y de la fuerza de su estructura dinámica.

El ritmo nos permite la repetición de los movimientos ininterrumpidamente, para lograr en los niños el dominio de los procesos motores con mayor facilidad.

Los alumnos al experimentar vivencias visuales dinámico-rítmicas, se les incorpora a realizar primero una imitación global, para que posteriormente, defina su estructura individual de movimiento hasta que llegue a perfeccionarlo.

Para dirigir el ritmo de los movimientos, el maestro empleará las palmas de sus manos, algún objeto acústico, mediante sílabas específicas (pam-pam), con apoyo musical etc. para que los escolares escuchen y lo expresen en forma corporal.

Los impulsos dinámicos que origina el ritmo son: subir, bajar, saltar, correr en distintas posiciones y direcciones, permitiendo que la acción muscular que se realiza, al llegar a su máxima tensión el cuerpo se relaje.

Al ejecutar ejercicios rítmicos, el niño descubre lo -

que siente y es importante que exprese la infinidad de movimientos que puede realizar con cada una de las partes de su cuerpo.

Al realizar los ejercicios de maduración, gimnasia y ritmo en el primer ciclo de la escuela primaria, le estamos concediendo el lugar que se merecen debido a la relación -- del programa académico con la Educación Física, todas las actividades debemos interpretarlas y enfocarlas hacia el área con que guarda relación.

Igualmente, estamos preparando al alumno para el dominio de todas sus facultades; a medida que va madurando en acciones, es el momento preciso para encauzarlo al complejo proceso de la lecto-escritura.

V. IMPORTANCIA DE LA EDUCACION FISICA EN EL PRIMER CICLO DE LA ESCUELA PRIMARIA

Siendo este el tema central del presente trabajo y con siderando al niño como una persona que forma parte de un -- grupo y al que no se puede comprender aisladamente, sino co mo una transformación del mundo en el que se desenvuelve.

A través del tiempo y durante muchos siglos, a los ni ños y jóvenes se les consideró como pequeños adultos, es de cir, los adultos imponían normas de conducta que ellos prac ticaban con rigidez y lo hacían igual con los niños.

Hubo otra época en que a los niños se les consideró co mo pequeños ángeles, esto es, como seres que por su natura- leza no podían hacer el mal, se les dejaba actuar sin res- tricciones de la cultura de su tiempo.

En otro período se les trató como concebidos en pecado y nacidos en la maldad. Como consecuencia de esta teoría - se les consideró a los niños como pequeños demonios. Por - tanto los adultos castigaban severamente la conducta que -- les parecía inadecuada.

Es de vital importancia, sobre todo, considerar a los- niños del primer ciclo de la escuela primaria, como perso - nas que tienen los mismos derechos y leyes naturales para - crecer, desarrollarse y disfrutar de innumerables actos jun to con los adultos, ayudándolos en todo lo posible a reali- zar sus acciones, no acorde a los adultos, sino a la impor- tancia que les conceden los niños a su personalidad; de res

peto a sí mismo, amantes y dignos de la libertad, que sepa valorarse por su coeficiente intelectual, por su habilidad en los ejercicios de maduración y posteriormente en el predeporte de su agrado.

Afortunadamente, en nuestra época actual, la ciencia y la pedagogía, no dejan de aportar estudios y conocimientos sobre el desarrollo humano, para determinar la enseñanza de la Educación Física como un proceso meditado.

Así pues, expuesto lo anterior, la Importancia de la Educación Física en el primer ciclo de la escuela primaria comprende los siguientes aspectos: socioafectivo, cognoscitivo y psicomotriz.

A. Aspecto socioafectivo

La educación de un niño se inicia en el hogar. Cuando ingresa a la escuela primaria, sufre una transición ya que pasa a pertenecer a un grupo mayor. Ahora se le invita a participar en variadas actividades, pudiendo captar como modelos a sus compañeros y maestros. Si ha asistido a pre-escolar sus relaciones sociales evolucionarán mejor que las del niño que no tuvo la oportunidad de vivir estas experiencias, como en muchos casos sucede con nuestros niños mexicanos, sobre todo, los del área rural.

El maestro de grupo al recibir al inicio del año escolar niños heterogéneos en capacidades, posibilidades, motivaciones y necesidades que se derivan del grupo socioeconómico al que pertenece cada alumno. Este ser viviente que -

- Realización de tareas internas y externas para el buen funcionamiento de la clase.
- Delegación de responsabilidades adecuadas a su edad y sexo.

En todos los grados de la escuela primaria el ambiente personal lo forma el maestro, pero se acentúa más en los -- dos primeros, por tanto, es de primordial importancia que éste no manifieste aversión hacia otros adultos para que el niño descubra o establezca las diferencias entre los adultos. Así la actitud del maestro frente a su grupo sea de afecto, cariño, estímulo, protección, de placer y orgullo -- por su profesión y sin preferencias individuales y comparaciones; para que los progresos que se obtengan puedan desarrollar en los alumnos atributos tan importantes y valiosos como la independencia, seguridad, adecuación, responsabilidad, altruismo, iniciativa, sentido de cooperación y auto -- disciplina. Ya que la vida en grupo requiere autocontrol, -- basado en la consideración hacia los demás semejantes.

B. Aspecto cognoscitivo

El aspecto cognoscitivo un don de la vida humana, es -- la capacidad de habituarse a las respuestas aprendidas.

Al definir las sensaciones que recibimos de nuestro me dio ambiente, estamos desarrollando una actividad mental -- por medio de la experiencia. De tal manera, que un buen -- promedio de nuestra actividad mental utiliza como datos los conocimientos recopilados desde que nacemos y durante nuestro período de vida. Una de las características que nos di ferencian de los demás seres vivientes, es que el ser huma-

no retiene, recuerda, trasmite y comparte los significados de sus experiencias por medio del lenguaje y actividades de movimiento.

Son varios los factores que se toman en cuenta para el buen funcionamiento de la inteligencia estos son: fluidez del lenguaje, comprender lo que se habla, número, espacio, memoria e inducción. Dichos factores son importantes que el maestro sepa fomentar y estimular en sus alumnos para ayudarlos, creando un ambiente para que se expresen libremente, distinga entre la imaginación, el conocimiento y los deseos, darle oportunidad para observar, experimentar, reflexionar e investigar para que comprenda las causas y los efectos del mundo que lo rodea.

El fin primordial de la educación en la escuela a cualquier nivel, es enseñar a los niños, jóvenes y adultos a pensar, que realicen la función de personas libres al expresarse, al actuar, para que apliquen sus conocimientos en cada problema que se les presente en su vida cotidiana.

Las actividades que se sugieren para superar este aspecto en los alumnos de primero y segundo año y que les enseñen a memorizar, categorizar, comunicar su lenguaje, evaluar y resolver problemas son los siguientes:

- Observar, comparar y clasificar objetos diferentes de formas, tamaños, colores, texturas y posiciones.
- Presentarle objetos para que los ordene de menor a mayor y de mayor a menor.
- Presentarle una serie de dibujos para que los reproduzca, de acuerdo al modelo.

- Establecer semejanzas y diferencias de objetos en cuanto a su género y función.
- Utilizar el sentido del oído para que distinga, el timbre, intensidad y altura de los sonidos.
- Utilizar eficazmente todos los órganos de los sentidos.
- Ayudar con el estímulo, en la comprensión, narración, invención, interpretación y extensión de los significados del lenguaje.
- Describir objetos, láminas y figuras.
- Expresarse a través de la mímica.
- Que en nuestra clase diaria se de oportunidad al niño para que discuta y analice los problemas de las personas que lo rodean, es decir, por medio del pensamiento reflexivo conducirlo a la utilización del método científico.

Por eso, de lo anterior, se deduce que a los niños del primer ciclo de la escuela primaria por su naturaleza al -- sincretismo, aún no desarrolla en los primeros meses de su enseñanza la percepción y observación de cosas específicas, por lo tanto, tiene la necesidad que el maestro lo guíe para que organice su pensamiento mediante experiencias vividas que irá representando en forma simbólica para ejercitar su inteligencia de acuerdo a su edad e intereses; para formar niños con conciencia crítica y analítica para su bienestar.

C. Aspecto psicomotriz

El aspecto psicomotriz no menos importante que los dos anteriores, se refiere a la asociación de la mente y el -- cuerpo, es decir, que una parte del cerebro es la zona más especializada del desarrollo motor y de los centros de per-

cepción auditiva y visual.

A medida que los niños crecen van madurando en acciones saboreando éxitos y fracasos; estos necesarios para aprender formas más específicas, aceptables y productivas en su quehacer cotidiano.

Algunos niños que ingresan a la escuela primaria tienen problemas de percepción visual que comprende la coordinación visomotriz, la percepción figura fondo, la constancia perceptual, la percepción de posición en el espacio y la de relaciones espaciales, en consecuencia, les falta madurez.

La coordinación visomotriz es la capacidad de coordinar el sentido de la vista con el movimiento. Se utiliza en casi todas las actividades que realiza el niño como son: brincar, correr, patear, saltar. La ejecución de estos movimientos incorporará al educando a adquirir cualquier área académica.

La finalidad de los ejercicios de figura-fondo son desarrollar en el escolar la capacidad para fijar su atención en los objetivos propuestos a pesar de que exista alguna interferencia.

La constancia perceptual permite al alumno darse cuenta de las características invariables de un objeto, en su forma y posición para más tarde conducirlo a tareas exitosas, donde pueda identificar figuras y símbolos en el aprendizaje de la lectura y en las operaciones matemáticas.

La percepción de la posición en el espacio, es la distancia a que se haya un objeto en relación a sí mismo, su buen funcionamiento capacita al niño para recordar ubicaciones, es decir, comprender términos como abajo, arriba, izquierda, derecha etc., esta sección le es útil para afirmar el uso correcto de los signos que tienen alguna semejanza -- por ejemplo, la b con la ð, la p con la q, el l2 con el 21.

La percepción de las relaciones espaciales es la capacidad que tiene el niño de diferenciar la relación de posición de dos o más objetos con respecto a él. Al desarrollo de esta actividad el niño logra escribir con fluidez y legibilidad.

Un niño que desde el momento mismo de nacer empieza a desarrollar el concepto del "yo", concepto que se aprende durante el proceso social, psíquico y físico. Muchos psicólogos opinan que en la época de lactancia y de la primera infancia se forman en su mayor parte las cualidades del "yo" y que a través de su vida se operan ajustes y cambios.

Así que la primera preocupación del maestro será la de que cada alumno a su cargo, se conozca a sí mismo, que nombre y señale cada miembro de su cuerpo, la función y el beneficio que le reporta y juntos comprender las formas en que la autopercepción cambia el ambiente.

Las actividades que se pueden emplear para desarrollar el aspecto psicomotriz en el niño del primer ciclo de la escuela primaria, son las que a continuación se especifican:

- Percibir cada una de las partes de su cuerpo.

- Mantener el equilibrio, alternando los pies.
- Caminar.
- Saltar, con sus variantes.
- Correr libremente, en diferentes direcciones e intensidad.
- Gatear, rodar, galopar etc.
- Subir y bajar escaleras.
- Lanzar diferentes objetos.
- Vestirse y desvestirse.
- Manejar utensilios para comer.
- Abrochar y desabrochar, ganchos, botones, cierres etc.
- Tapar y destapar envases.
- Doblado y desdoblado de papeles y telas.
- Ensartado y desensartado de diferentes objetos.

Al considerar la naturaleza de las interacciones de los integrantes de un grupo, se pueden percibir los tres aspectos que se producen: el socioafectivo, el cognoscitivo y el psicomotriz. En consecuencia, para que un grupo adopte un funcionamiento educativo eficaz, los aspectos antes mencionados, son premisas que el maestro debe fomentar en sus alumnos tomando como base la comunicación grupal.

VI. METODOLOGIA UTILIZADA EN LA ENSEÑANZA DE LA EDUCACION FISICA

A. Los métodos educativos en la Educación Física

La Didáctica es la técnica de preparar las aplicaciones teóricas de la pedagogía; ésta tiene como objeto el estudio de los problemas que suscita el aprendizaje. Se compone por un conjunto de normas, principios y procedimientos que se han de adaptar en la tarea de dirigir a los alumnos en el estudio del correspondiente programa, con la finalidad de lograr los objetivos generales, particulares y específicos de una materia.

Existen una gran variedad de métodos educativos, pero -- tomando en consideración la psicología evolutiva del niño -- que trasmite los niveles de maduración, la forma en que el niño capta el movimiento, en fin, todo lo que percibe lo hace basado en el sincretismo; por lo tanto didácticamente y -- en los primeros meses se aplica el método de la globalización, atendiendo a la forma natural del juego del niño debido a que sus acciones son totales como caminar, correr, lanzar, trepar etc.

A medida que transcurre el año escolar las sesiones de Educación Física deben ser elaboradas para que produzcan fenómenos de adaptación en el organismo del niño, y que en el proceso de asimilación, la actividad cognoscitiva se manifieste en el incremento de las propiedades funcionales de los procesos nerviosos del cerebro que establecen las bases de su actividad analítico-sintética. Esto es, que toda acción que el niño realice deja huella y va asimilando lo vie-

jo para agruparla con lo nuevo.

Debido a lo anterior, los métodos Analítico y Sintético para la Educación Física son los que utilizamos para realizar los ejercicios, estos deben llevarse a cabo siguiendo de lo más fácil a lo más difícil, de lo simple a lo complejo, de las partes al todo y del todo a las partes.

El método analítico inicia al alumno en el conocimiento de su estructura corporal e identificar cada una de sus partes.

El niño al hacer la comprobación del método anterior - procede a emplear el método sintético o sea de las partes - al todo, al comprender la función de cada una de las partes de su esquema corporal.

Para aplicar la enseñanza de cualquier ejercicio físico y en relación con el objetivo que se busque, el maestro debe imperar con sentido didáctico para que los niños adquieran sus aptitudes para ejercitarse por su cuenta, mostrando una labor activa, de iniciativa y de espíritu creador; todo esto se logra con éxito si el maestro organiza su trabajo tomando en cuenta los adelantos de la pedagogía y la ciencia. Si bien es cierto, que en el primer ciclo de la escuela primaria el niño trabaja con ejercicios contruídos los cuales - imita, estos proporcionan un valiosísimo material para la actividad independiente; en este caso, en la Educación Física se utiliza el Método Científico aplicado a la psicomotricidad y al nivel del niño, efectuando los siguientes pasos:

- a) La percepción de una dificultad
- b) Determinación
- c) Hipótesis
- d) Definición
- e) Desarrollo
- f) Acción
- g) Experimentación
- h) Resolución

Los instrumentos estimulantes del maestro durante la enseñanza son: que conozca la materia de estudio; la definición de los ejercicios propios para cada objetivo; los métodos de enseñanza, cuyo máximo sentido se encierra en la dirección de la labor de los alumnos; los procedimientos didácticos y el material atractivo; organización del trabajo de los niños; los medios de control y de calificación de sus conocimientos. En suma, intervienen en el proceso enseñanza-aprendizaje de la Educación Física la planeación, la realización y la evaluación.

Los métodos y procedimientos que se apliquen son factores de motivación para elevar el nivel de la enseñanza-aprendizaje y surten efecto positivo si se les combina.

La técnica didáctica que se aplica en cualquier esquema de acción elemental es el de la percepción, ya que este procedimiento le permite al niño adquirir conocimientos de la realidad a través de los sentidos, es decir, que el alumno construya sus operaciones motrices.

La forma empleada de impartir una clase de Educación Física es la dirigida, libre y ambas; en donde alumnos y ma

estros a base de preguntas y respuestas se resuelven los -- problemas motrices ya que se harán los ejercicios más adecuados según el diagnóstico.

B. Materiales más usados en las clases de Educación Física

El material didáctico, son objetos usados en la escuela como un poderoso recurso auxiliar en el proceso enseñanza-aprendizaje.

En el material didáctico deportivo, influye, más que el acabado de su estructura o variedad, la ocasión con que se exhiban a los niños y la manera de emplearlo y asociarlo en las clases de Educación Física. Debe ser adecuado y atractivo a los educandos; auxiliar al desarrollo de las facultades anímicas; permitir la eficacia del maestro y el niño. Este al manipular los materiales, afianza sus conocimientos y adquiere otros nuevos.

Los materiales más usados en las clases de Educación Física son los siguientes:

- Brazaletes de colores verde y rojo.
- Cuerdas individuales.
- Cubos de madera, aros y clavos.
- Cajas de cartón vacías.
- Discos de cartón.
- Banderolas rojas o azules, de un metro de largo el palo, con base para ponerlas verticalmente, cuando es necesario marcar un punto especial o meta.
- Pelotitas de ping-pong.

- Costalitos de manta, llenos de aserrín o arena.
- Mesitas o bancos de 30 x 40 cm., de altura.
- Balones de volibol.
- Estafetas de 15 a 20 cm., de largo.
- Barriles sin fondo, cuyo diámetro sea de 60 cm., o más pintados de colores brillantes por dentro y por fuera.
- Hilo o cordel para marcar campos, líneas y hacer figuras.
- Llantas viejas de automóvil.
- Escalera de mallas.
- Botes de diferentes tamaños.
- Motas del color que se necesiten.
- Un bote agujerado, como cedazo y clavado en el extremo de un palo de escoba, para marcar con cal líneas de -- las canchas o metas.
- Silbato personal.

C. Sugerencias para ayudar al maestro a aumentar el número y variedad de material deportivo

- Gran parte del material puede elaborarse en casa y en la escuela.
- Conseguir material de deshecho en tiendas de segunda mano o bazares de caridad.
- Adquirir productos de desperdicio en las madererías o carpinterías como: palos, tablas, aserrín etc.
- Material que tiran las plantas industriales como: barriles, botes, empaques, mangueras, alambre, carretes, cajas de madera etc.
- En los hospitales, farmacias y guarderías se pueden -- conseguir frascos de vidrio, objetos de plástico, bolsas, costales etc.
- Obtener llantas en una vulcanizadora.

- Como último recurso el material o equipo que no se pueda adquirir por donaciones se tiene que comprar, acudir directamente a la fábrica o a tiendas de mayoreo para ahorrar dinero.

El material necesario y suficiente hace subir el entusiasmo de los niños. Las escuelas que no cuentan con lugares e implementos deportivos como son: canchas deportivas, juegos infantiles, gimnasios, alberca (con chapoteaderos), salón para la danza etc., será preocupación constante hasta obtener con la ayuda de maestros, alumnos, padres de familia, dependencias oficiales y particulares, un lugar adecuado para que el futuro ciudadano de México, disfrute de la Educación Física.

En las escuelas, el maestro, poco a poco irá formando su almacén de útiles deportivos. Para la elaboración rudimentaria de implementos deportivos con objetos de deshecho para alumnos del primer ciclo de la escuela primaria. (Ver Anexo C).

El material con que se cuente para las sesiones de Educación Física reunirá las siguientes características:

- Ser de diseño simple
- Adaptable y útil
- Que los niños los elaboren
- Fácil de usar y de preferencia tamaño grande
- Durable
- Funcional
- Diseñado para jugarse en grupo
- Realizado con material de deshecho

- Elaborado en cantidades adecuadas
- Mantenerse en buen estado
- Que no posea riesgo para el niño

D. Recomendaciones para las clases de Educación Física

Considerando la gama de experiencias que necesita el niño de este nivel, se sugiere que las sesiones de Educación Física sea los cinco días de cada semana que asiste a la escuela, aprovechando el quinto día para repetición y evaluación de los objetivos propuestos. Siendo cada frecuencia de 25 a 30 minutos por sesión, procurando realizar la mayor parte de ellas al aire libre, elaborando el plan de clase semanalmente y durante todo el año para poder evaluar, reafirmar o sugerir programa extraclase.

Algunas recomendaciones que se harán a los niños para las clases de Educación Física son las siguientes:

- Alimentación variada y adecuada
- Higiene corporal (sobre todo de las fosas nasales)
- Indumentaria y calzado cómodo
- Dormir de 8 a 10 horas diarias
- Visitar al médico periódicamente
- Autodisciplina

Es de suma importancia la actividad introductora con duración de cinco minutos y consiste de un calentamiento para ejercer las adecuadas estimulaciones de las funciones vitales físicas y psíquicas como son: el sistema respiratorio, circulatorio, nervioso, óseo-muscular, endócrino y me-

tabólico. Dentro y después de haber cumplido con un movimiento, marcar las pausas con ejercicios de relajación para que cada sistema del organismo recupere su ritmo normal.

La etapa de desarrollo de cada sesión nos marcará su efectividad, por lo tanto, trataremos de la variabilidad de la misma y darle el sentido pedagógico que requiere el proceso de enseñanza-aprendizaje.

Si los educadores del primer ciclo de la escuela primaria, brindamos la oportunidad de que cada niño a nuestro cargo, logre la interdependencia con el mundo que lo rodea con las diferentes actividades de los objetivos específicos del programa de Educación Física; dándole el sentido de alegría y aplicación educativa individual y permanente, según la conducta observada; al regular dichas conductas en el transcurso de cada período escolar, podamos afirmar que hemos contribuido en una etapa de desarrollo básica para la Educación Física, para que el niño vaya formando su pensamiento y asocie músculos, acción y emoción.

Por tal motivo, mientras más experiencias motrices viva el niño, mayor será su radio de atención, colaborando así con las demás áreas escolares para integrar una personalidad.

CONCLUSIONES

1. Al poner en práctica la Educación Física se establecen relaciones interpersonales, lo cual será decisivo en el desarrollo de la personalidad del educando, pues le ayudará a convivir con los demás, a respetar reglas, a participar en grupo y todo esto va preparándolo para su integración a la sociedad.
2. Los fundamentos de la Educación Física están considerados tomando en cuenta la importancia y el valor del niño como persona para encauzarlo a su ritmo de crecimiento cronológico y morfológico ligado al desarrollo físico, emocional, mental, social y moral.
3. Las actividades de la Educación Física relacionada con la Educación para la salud, ayudan a crear resistencia contra las enfermedades degenerativas, infecciosas y metabólicas.
4. Para lograr los objetivos de la Educación Física se debe educar la correcta formación corporal, ajustar la estructuración espacio temporal, aumentar la capacidad motora y funcional de los diferentes órganos.
5. La educación por el movimiento como parte del programa de Educación Física, nos brinda la oportunidad de transmitir al niño por medio de una gran variedad de ejercicios, juegos y aparatos, experiencias victoriosas en el funcionamiento motriz e intelectual.

6. Los maestros de grupo debemos ser verdaderos auxiliares en las sesiones de Educación Física, debido a que los escolares permanecen más tiempo con su maestro académico que con el de deportes; para lograr que juntos participemos en la adecuada conducción y aprendizaje de dicha disciplina.
7. Los ejercicios de maduración le permiten al niño percibir una variedad innagotable de adiestramiento para todo tipo de aprendizaje.
8. Por medio de la gimnasia debemos aprovechar los progresos de la pedagogía y la ciencia para su aplicación, ya que gran parte del programa, se desarrolla en su práctica. De la gimnasia dependen la fijación de hábitos correctivos para desarrollar la condición física como son: la flexibilidad, equilibrio, elasticidad, fuerza, resistencia, destreza, educación respiratoria, circulatoria y psicológica.
9. El ritmo nos permite la repetición de los movimientos ininterrumpidamente, para lograr en los niños el dominio de los procesos motores con mayor facilidad. Al ejecutar ejercicios rítmicos, el niño descubre lo que siente y es importante que exprese la infinidad de movimientos que puede realizar con cada una de las partes de su cuerpo.
10. Para aplicar la enseñanza de cualquier ejercicio y en relación con el objetivo que se busque, se utilizan los métodos Analítico, Sintético y Científico. El procedimiento es el de la percepción y la forma empleada de impartir una clase es la dirigida, libre y ambas.

BIBLIOGRAFIA

- ALVAREZ José Rogelio. Enciclopedia de México. 12 v. 2a. ed., San Mateo Tecoloapan, Estado de México, Ed. Mexicana, 1977 (c1977) t. IV 540 p.
- CARREL Alexis. La incógnita del hombre. 13a. ed., Tr. por María Ruiz Ferry, México, Ed. Diana, 1975 (c1955) 397-p.
- CRATTY BRYANT J. Desarrollo intelectual. Juegos activos que lo fomentan. 1a. ed., México, Ed. Pax-México, 1977 - (c1973) 189 p.
- DANILOV M. A. El proceso de enseñanza en la escuela. 1a. ed. Tr. de Luis Abollado Vargas, México, Ed. Grijalbo, - 1968 (c1968) 341 p.
- DUFRESSE Marie. La gimnasia en el jardín de infantes. 2a. ed. Tr. de Juan Jorge Thomas, Buenos Aires, Ed. Kapeluz, 1975 (c1966) 86 p.
- EDUCACION FISICA ESCOLAR. Fundamentos que se sugieren para un programa escolar. 1a. rei. Tr. por Gonzalo Cordeiro, México, Ed. Pax-México, 1974 (c1967) 117 p.
- E. CASTILLON Oscar. Cien años del deporte en México. Montevideo, (s.e.), 1980, 463 p.
- HANEBUTH Otto. El ritmo en la educación física. Adap. Jorge Thieberger, Buenos Aires, Ed. Paidós, 1968 (c1968) - 74 p.
- LANE Howard y Mary Beauchamp. Comprensión del desarrollo humano. 3a. rei. Tr. por Antonio Orol Anguera, México, Ed. Pax-México, 1975 (c1959) 485 p.
- P. GWINN Robert. Enciclopedia Barsa. n. 16, v. VII, Buenos Aires, Ed. Enciclopedia Británica, 1975 (c1957).
- PIAGET Jean. Seis estudios de Psicología. 7a. ed., Tr. Nuria Petit, México, Ed. Seix Barral, 1980 (c1964) 227 p.
- _____. Psicología y Pedagogía. 4a. ed., Tr. Francisco - J. Fernández Buey, Barcelona, Ed. Ariel, 1979 (c1969) 208 p.
- S. GILB Stella. Juegos para escolares. 8a. ed., Tr. de Anna-Muriá, México, Ed. Pax-México, 1980 (c1955) 144 p.

SECRETARIA DE EDUCACION PUBLICA. Documentos sobre la ley federal de educación pública. México, 1974, 67 p.

_____. Libro para el maestro. Primer grado. México, 1980, 335 p.

_____. 1981, 381 p.

_____. Programa para el maestro. Segundo grado, México, 1977 (c1977) 184 p.

SINDICATO NACIONAL DE TRABAJADORES DE LA EDUCACION. Taller de educación física. México, 1977. Anexo I, 26 p.

_____. 1977, 37 p.

SPITZ René A. El primer año de vida del niño. 7a. rei. Tr. - Manuel de la Escalera, México, Ed. Fondo de Cultura-Económica. 1981 (c1965) 294 p.

KALUSA Björn. Diccionarios Rioduero. Pedagogía. Adap. por Purificación Murga, Madrid, Ed. Católica, 1980 (c1976) 235 p.

ANEXO A

OBJETIVOS DE EDUCACION FISICA PRIMERO Y SEGUNDO AÑO

Tomando como base los programas de la escuela primaria- los objetivos específicos se desglosan por grado.

A. Objetivos específicos de las ocho unidades para el pri - mer año de la escuela primaria

Unidad 1

Identificar las partes de su cuerpo.

Adoptar posturas correctas en posición de sentado durante las actividades escolares.

Propiciar la utilización de su mano dominante, mediante la realización de diferentes actividades motrices.

Identificar los sonidos que producen diferentes seres, -
objetos y fenómenos.

Identificar los niveles de intensidad del sonido (débil y fuerte) producido por objetos y seres.

Ubicar diferentes sonidos, objetos y seres de su entor-
no, en relación con él mismo, (arriba, abajo, adelante,
atrás, cerca, lejos, derecha, izquierda).

Unidad 2

Coordinar su movimiento con ritmo y sonido.

Favorecer su equilibrio postural a través del fortalecimi
miento muscular.

Distinguir sonidos largos y cortos.

Unidad 3

Caminar variando la longitud de su paso, coordinando --
sus movimientos y manteniendo el equilibrio corporal.

Diferenciar sonidos graves y agudos.

Caminar conservando su equilibrio corporal, coordinando
sus movimientos y manteniendo su equilibrio postural.

Representar los ritmos de seres y fenómenos de su entorno
no.

Unidad 4

Representar corporalmente objetos, seres y fenómenos de su localidad.

Correr elevando las rodillas, coordinando sus movimientos y manteniendo su equilibrio postural.

Correr extendiendo las piernas, coordinando sus movimientos y manteniendo su equilibrio corporal.

Unidad 5

Saltar impulsándose y caer sobre la punta de los pies - coordinando sus movimientos y manteniendo su equilibrio postural.

Saltar impulsándose y caer sobre la punta de un pie y - después del otro, coordinando sus movimientos y manteniendo su equilibrio postural.

Unidad 6

Saltar de un plano superior a otro inferior, coordinando sus movimientos y manteniendo su equilibrio postural.

Saltar de un plano inferior a otro superior, coordinando sus movimientos y manteniendo su equilibrio postural.

Unidad 7

Rodar como leño, coordinando sus movimientos y ajustando su equilibrio postural.

Rodar sobre uno y otro hombro coordinando sus movimientos y ajustando su equilibrio postural.

Unidad 8

Trepar sobre un plano inclinado, coordinando sus movimientos y ajustando su equilibrio postural.

Trepar sobre un plano vertical, coordinando sus movimientos y ajustando su equilibrio postural.

B. Objetivos específicos de las ocho unidades para el segundo año de la escuela primaria

Unidad 1

Señalar su ubicación en relación con las personas, objetos y lugares que le rodean.

Señalar los beneficios que se obtienen al caminar apoyando correctamente los pies.

Señalar la importancia de realizar sistemáticamente ejercicios de relajación y contracción muscular.

Unidad 2

Relacionar los movimientos respiratorios con su postura.

Caminar equilibrando un objeto sobre diferentes partes del cuerpo, manteniendo su equilibrio postural.

Caminar de distintas maneras.

Ajustar su respiración a los movimientos que realiza al caminar de diferentes maneras, manteniendo su equilibrio postural.

Unidad 3

Incrementar la independencia del movimiento de los brazos con respecto al tronco.

Identificar la función del movimiento de los brazos al correr.

Incrementar su coordinación de movimiento al correr, utilizando objetos de diferentes formas.

Unidad 4

Reafirmar el predominio motor de su brazo dominante.

Coordinar sus movimientos al correr, eludiendo elementos fijos.

Reafirmar el predominio motor de su pierna dominante.

Coordinar sus movimientos al correr, eludiendo elementos que se muevan.

Unidad 5

Reafirmar el conocimiento del lado derecho e izquierdo de su cuerpo al desplazarse.

Saltar de diferentes formas variando distancias y alturas.

Representar sonora, corporal y plásticamente la repeti-

ción y la inversión rítmica, observada en la naturaleza o en el trabajo del hombre.

Reafirmar el conocimiento del lado derecho e izquierdo de elementos externos a él.

Descubrir la forma de utilizar adecuadamente la acción de sus brazos y piernas al saltar.

Unidad 6

Realizar movimientos a partir de estructuras rítmicas dadas.

Reconocer la carrera como un medio de impulso para saltar.

Marcar con efectos sonoros el ritmo de movimientos corporales creados por él.

Reconocer el apoyo de uno o ambos pies como un medio de impulso para saltar.

Unidad 7

Estimular sus posibilidades de equilibrio corporal, a través de los cambios de posición de la cabeza.

Rodar al frente, adecuando su movimiento a estímulos perceptuales diferentes.

Relacionar la rapidez del movimiento con la distancia a recorrer en diferentes juegos.

Marcar con efectos sonoros, el ritmo de movimientos corporales creados por él.

Rodar hacia atrás, adecuando su movimiento a estímulos perceptuales diferentes.

Unidad 8

Realizar composiciones gráficas, representando su figura en situaciones motrices realizadas.

Realizar composiciones gráficas, representando su figura, dentro del grupo al que pertenece.

Trepar sobre un plano inclinado, siendo consciente de sus capacidades físicas al hacerlo.

Trepar sobre un plano vertical, siendo consciente de sus capacidades físicas al hacerlo.

ANEXO B

DESARROLLO PSICOMOTOR DEL NIÑO

A. Desarrollo psicomotor del niño desde el nacimiento hasta los 15 meses

Al nacimiento. Posición fetal.

- 1a. y 2a. semana sigue la luz y fija la mirada en los -
objetos.
- 1.-Mes Levanta la barbilla, presta atención a las vo
ces y a la música.
- 2.-Mes Levanta el tórax y sonríe.
- 3.-Mes Primera actividad exploradora. Intenta alcan
zar objetos sin cogerlos, se chupa los dedos.
- 4.-Mes Se sienta con ayuda. Coordina los movimien -
tos de los ojos.
- 5.-Mes Se mantiene sentado en el regazo y toma los -
objetos. Reconoce los objetos (biberón) y --
las personas, busca los objetos.
- 6.-Mes Se mantiene sentado en su silla y coge los ob
jetos oscilantes.
- 7.-Mes Se mantiene sentado solo.
- 8.-Mes Se sostiene en pie con ayuda.
- 9.-Mes Se sostiene en pie apoyándose en los muebles.
- 10.-Mes Gatea. Dice monosílabos pa-pá y ma-má.
- 11.-Mes Camina con ayuda.
- 12.-Mes Se pone en pie si se puede asir de los mue --
bles. Anda a gatas. Dice dos o tres pala --
bras, además de pa-pá o ma-má. Pinta rayas -
con lápiz.
- 13.-Mes Sube por las escaleras.
- 14.-Mes Puede mantenerse de pie sin ayuda.
- 15.-Mes Camina solo.

B. Desarrollo psicomotor del niño de los 18 Meses a los 9 Años

18 Meses. Corre, sube escaleras ayudado con una mano, se sube sobre las sillas, se sienta solo en sillas pequeñas, raya con lápiz, trata de imitar a quién - lo examina, se alimenta solo pero tira parte de - los alimentos, hace torres con 3 ó 4 cubos, da -- vueltas a las hojas de los libros de 2 ó 3 a la - vez, entiende órdenes verbales sencillas, emplea - frases con adjetivo y nombre, busca ayuda cuando - tiene problemas.

21 Meses. Se sube en los muebles, brinca, investiga. Sube - la escalera ayudándose con el barandal y baja apo - yando una mano, avienta una pelota al suelo, cons - truye torres con 5 ó 6 cubos. Maneja bien la ta - za. Obedece órdenes sencillas, emplea pronombres y verbos y combina 2 ó 3 palabras a la vez.

2 Años. Sube y baja las escaleras solo, brinca de muebles bajos, imita rayas verticales y circulares cuando se le enseña, juega con otros niños, construye torres de 6 ó 7 cubos, busca en cajones, nombra ob - jetos y animales familiares, avienta y recoge una pelota, coloca en su lugar algunos juguetes, do - bla un papel una sola vez, escucha narraciones i - lustradas, pregunta por el nombre de las cosas, a yuda a desvestirse, puede abrir las puertas, con - trol de esfínteres durante el día, se expresa de - sí mismo por su nombre, expresa sus experiencias.

2 Años 6 Meses. Camina de puntas cuando se le enseña, co - ge un lápiz e imita rayas horizontales y vertica - les llegando a imitar una cruz cuando se le ense -

ña, hace torres hasta de 8 cubos, dice su nombre - completo.

3 Años. Alterna el movimiento de los pies al subir una escalera, mueve los pedales de un triciclo, copia un círculo con un lápiz, se pone los zapatos, puede - comer solo tirando un poco de alimentos, se sabe - algunas rimas, puede desabrocharse la ropa, repite hasta tres números, enumera objetos grabados, conoce su nombre completo, entiende dos preposiciones, dice plurales.

3 Años 6 Meses. Se para en un pie corto tiempo, se lava la cara y las manos, juega bien con otros niños, entiende tres preposiciones.

4 Años. Brinca con un pie, avienta bien las pelotas, copia una cruz, dibuja a un hombre en dos partes, se lava las manos y cara y cepilla dientes, se amarra los zapatos, juega bien con niños, entiende cuatro preposiciones, nombra tres objetos familiares, puede usar tijeras, puede contar 4/monedas, copia un cuadrado.

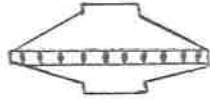
5 Años. Dice cual de dos objetos es más pesado, repite una frase hasta de diez sílabas, reconstruye una tarjeta cortada diagonalmente en dos, nombra 4 colores.

6 Años. Distingue la mañana del medio día, define objetos comunes señalando para que se emplean, obedece órdenes triples sucesivas, distingue derecho e izquierdo, bonito o feo, describe objetos grabados y no los enumera simplemente.

- 7 Años. Nota si faltan partes en algún dibujo o figura in completa, puede copiar la figura de un diamante, - repite 5 números en sucesión. } al revés.
- 8 Años Señala similitud y diferencia entre 3 objetos de- memoria, cuenta hacia atrás del 20 al 1, repite - los días de la semana.
- 9 Años Describe objetos comunes con detalle y no solamente su uso, sabe la fecha del día, repite los me - ses en orden, dice la hora, puede dar cambio de - una moneda, ordena 5 objetos de acuerdo con su pe so, puede repetir 4 números hacia atrás.

ANEXO C

ELABORACION RUDIMENTARIA DE IMPLEMENTOS DEPORTIVOS



DISCO

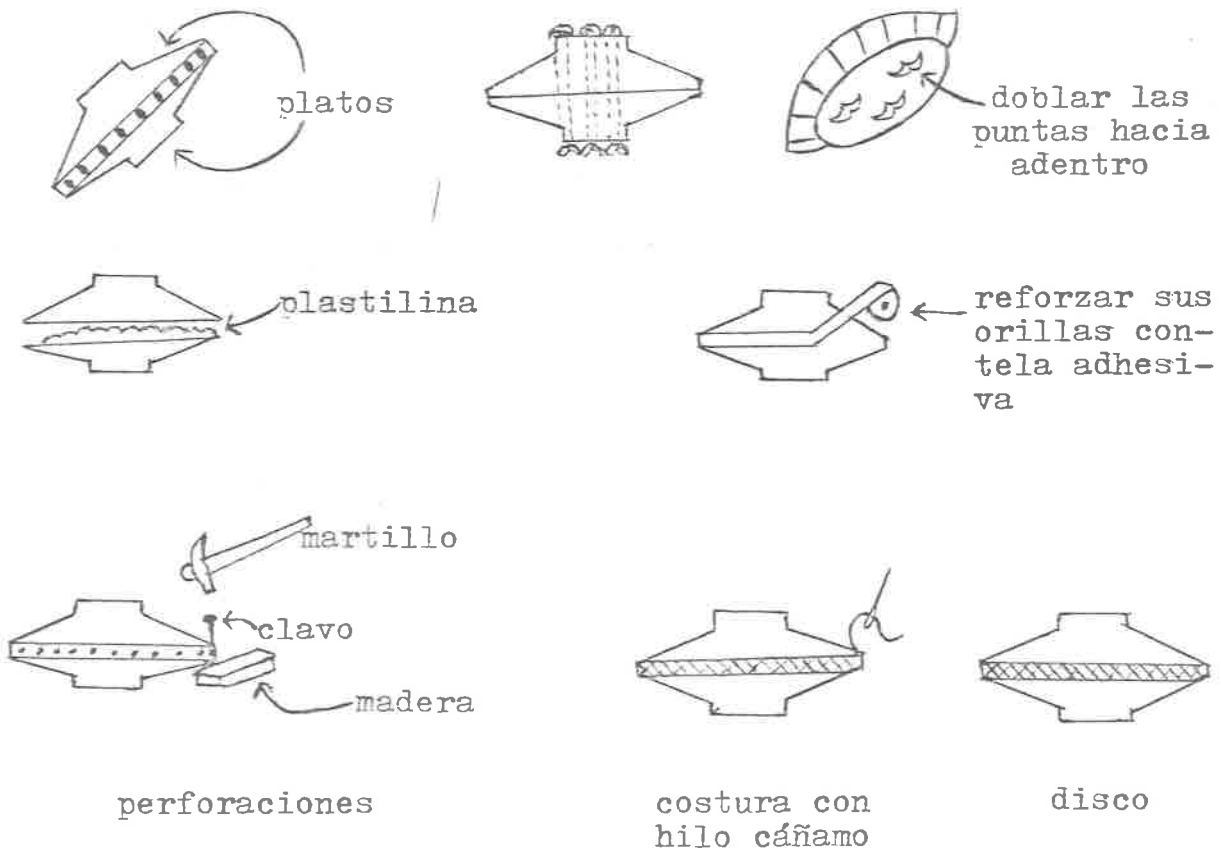
Material requerido:

1. 4 platos de cartón
2. 3 remaches de 2 patas
3. Resistol 5000

Procedimiento:

Dos pares de platos de cartón se unirán oponiéndolos - por su orilla utilizando resistol 5000 y 3 remaches de pa - tas en su centro.

Si se desea incorporar peso, colocaremos plastilina en su interior, reforzando sus orillas con tela adhesiva y una costura con hilo de cáñamo, prescindiendo de los remaches.



BALA. Material requerido:

1. Una pelota de hule de dimensiones aproximadas al diámetro de una bala oficial
2. Arena
3. Tela adhesiva
4. Resistol 5000

Procedimiento:

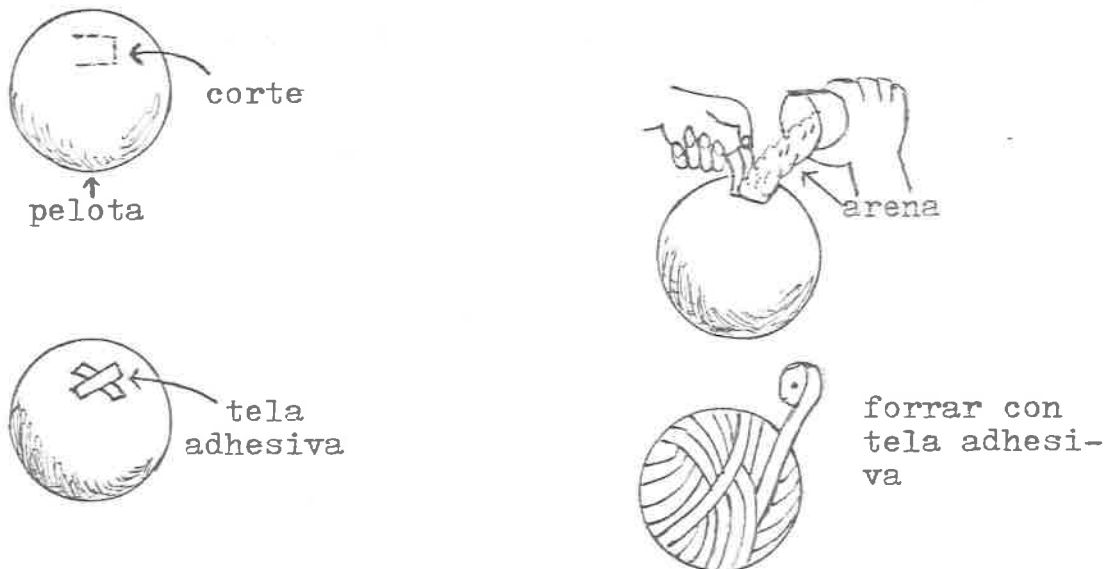
Hacemos un corte en la parte superior de la pelota.

Se rellena con arena u otro material semejante.

Se cierra el orificio con resistol.

Se refuerza con tela adhesiva.

Finalmente se recubre con tela adhesiva toda la superficie de la pelota para darle mayor consistencia.



JABALINA. Material requerido:

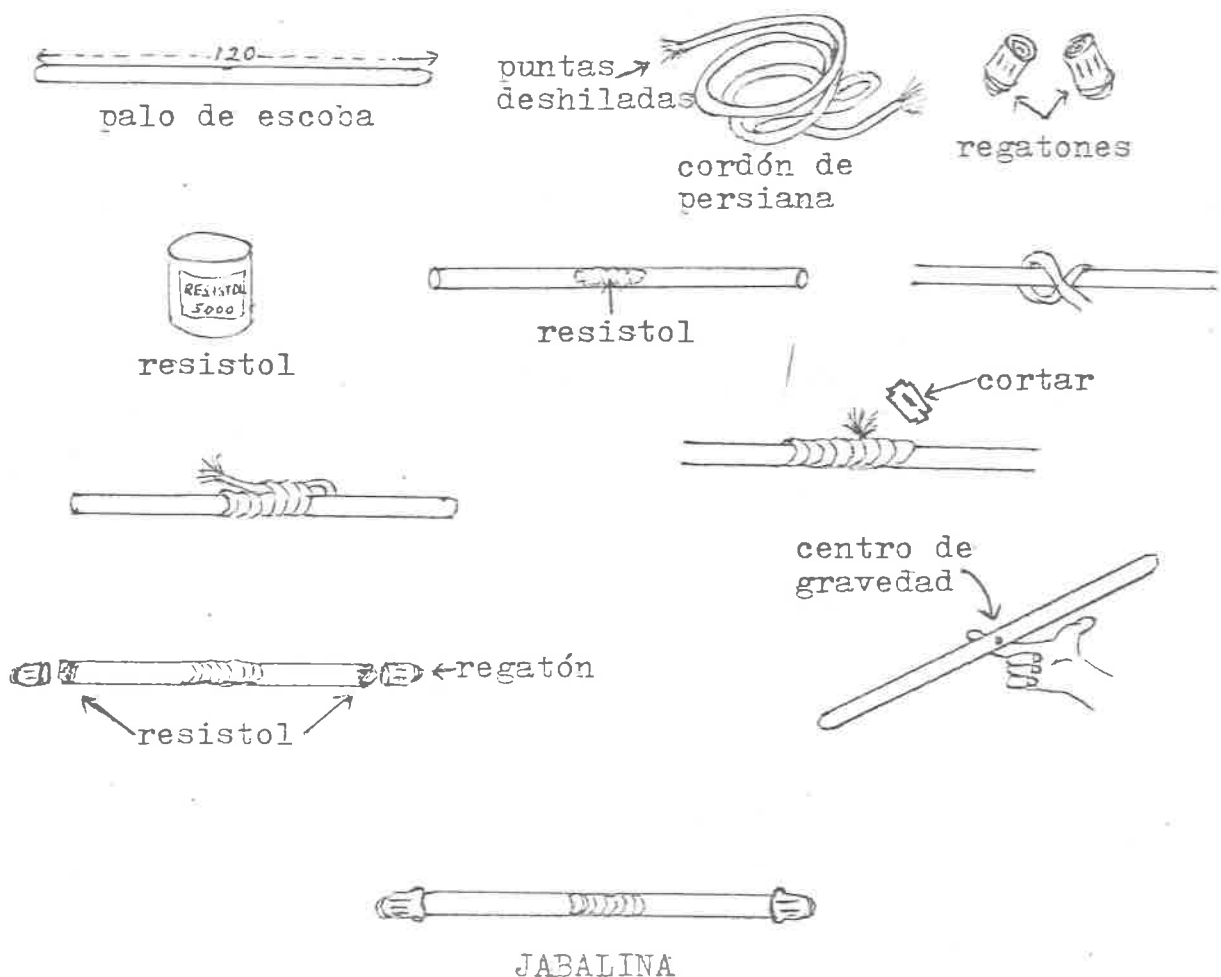
1. 1 bastón de madera de 1.20 m. de largo
2. 3 m. de cordón de persiana
3. Dos regatones de hule
4. Resistol 5000

Procedimiento:

Colocando el bastón sobre el dedo índice hasta conseguir su equilibrio se determinará su centro de gravedad.

Logrado esto y tomando ese punto como parte intermedia se hará una marca de 14 cm. que será recubierta enrollando fuertemente el cordón de persiana, previa aplicación de resistol 5000 sobre esa superficie. De esta forma quedará -- construida la cordelera, recomendándose que los 2 ó 3 cm. i niciales y finales del cordón se deshilen de manera que am- bos extremos de la cordelera queden enrollados sobre la sec- ción deshilada. Para esto los últimos anillos se dejarán - flojos, introduciendo el final deshilado de ellos y ajustan- do finalmente mediante vueltas.

Por último se colocarán los regatones en los extremos- del bastón fijándolos con resistol 5000.



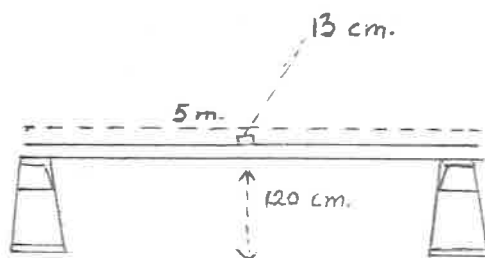
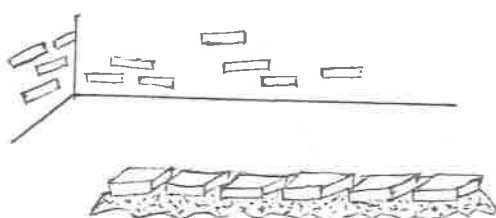
APARATOS GIMNASTICOS

VIGA DE EQUILIBRIO.

Para desarrollar el sentido del equilibrio así como para la adquisición de habilidades y destrezas gimnásticas, - iniciar a los niños utilizando una hilera de tabiques (de - preferencia rojos), colocados sobre el piso o fijándolos -- con mezcla para darles mayor firmeza.

Un trabajo más avanzado podrá realizarse con un polín- colocado sobre dos mesabancos.

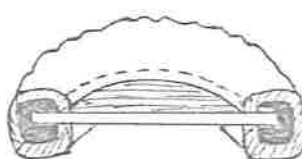
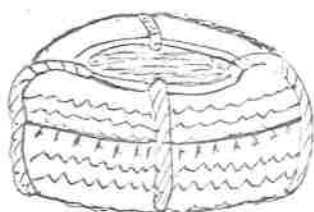
Insistimos en que las medidas señaladas en los diagramas no corresponden estrictamente a las oficiales, pues se trata de adaptaciones posibles.



BOTADOR.

Para este fin uniremos dos llantas viejas de automóvil atándolas con cables que inicialmente se dejan colgados para permitir que en la parte central de la llanta superior, - se introduzca una tabla gruesa de forma circular como si se tratara de un ring. Logrado esto, se tensarán los cables - para sujetar firmemente las llantas.

Saltando sobre la tabla, se obtendrá un efecto de rebote a semejanza del botador.



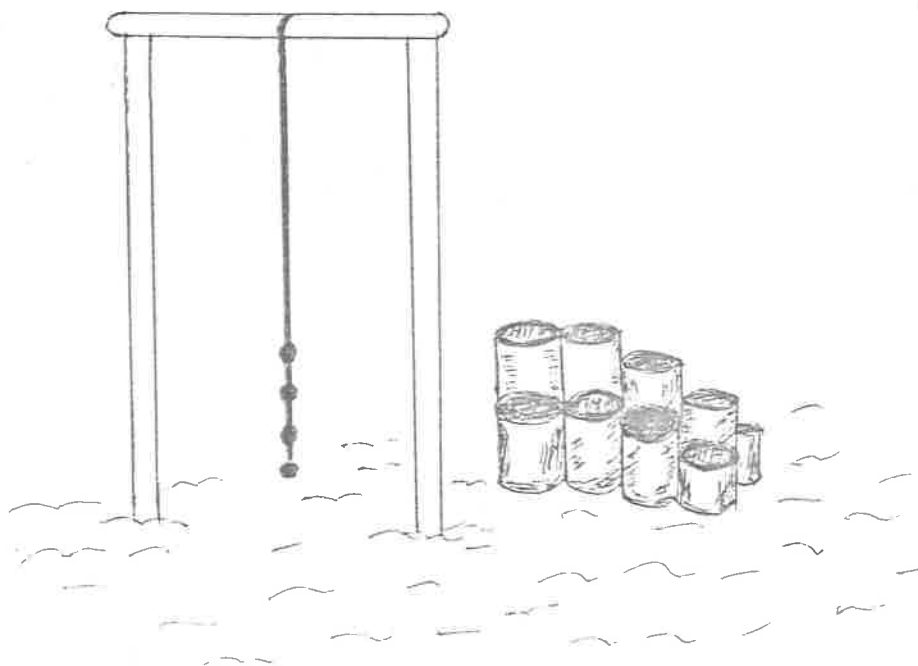
EL CABLE DE TARZAN.

De la rama gruesa y horizontal de un árbol o de un marco hecho con troncos profundamente enterrados en el piso y que sobresalgan 3m., se fijará al centro, un cable de ixtle de 1 pulg. de diámetro con varios nudos cerca de su extremo libre.

A una distancia de 2 m. de donde pende el cable, se colocará una choza aérea (casa de Tarzán), una rampa o una serie de troncos que lleguen a 1 m. o más de altura para que sirvan de plataforma de lanzamiento. Los niños subirán a este último sitio, se sujetarán del cable con las manos, aprovechando los nudos hechos en el mismo, y se lanzarán oscilando para ir a caer al otro extremo.

Este dispositivo nos puede servir para desarrollar la decisión, la fuerza de los miembros superiores, la presión con las manos, la coordinación neuromuscular, para que al soltarse del cable se evite la caída provocada por la inercia mediante una carrera corta.

El mismo cable en posición vertical, servirá también para ascender y descender por él.



ESCALERA DE MALLAS.

Se colocarán dos pares de troncos dispuestos en forma de V invertida con una separación entre sí de 3 m. y un tronco uniéndolos transversalmente por sus vértices.

En los troncos laterales se harán perforaciones para fijar una malla hecha con cable de ixtrle de 1 pulg. de diámetro, tejida a cuadros de 15 cm. por lado.

Los niños aprenderán a trepar y descender por esta malla utilizando manos y pies, adquiriendo con ello, fuerza y habilidad.

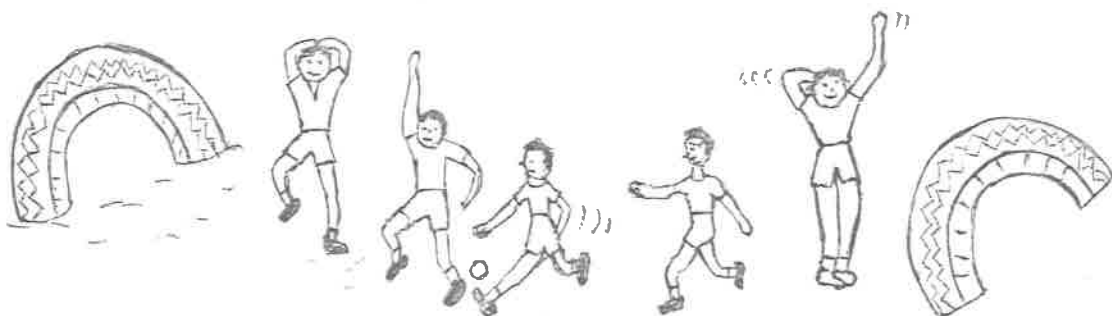


MINIFUTBOL.

Llantas de automóvil de deshecho, se cortarán transversalmente colocándolas sobre el piso para formar pequeños arcos de portería.

En lugar de balón se usarán pelotas pequeñas tipo tenis y se reducirá a cinco o seis el número de jugadores por equipo. El campo se limitará a una área pequeña.

Mayor diversión se consigue cuando juegan simultáneamente cuatro equipos quedando las porterías dispuestas en cuadro.

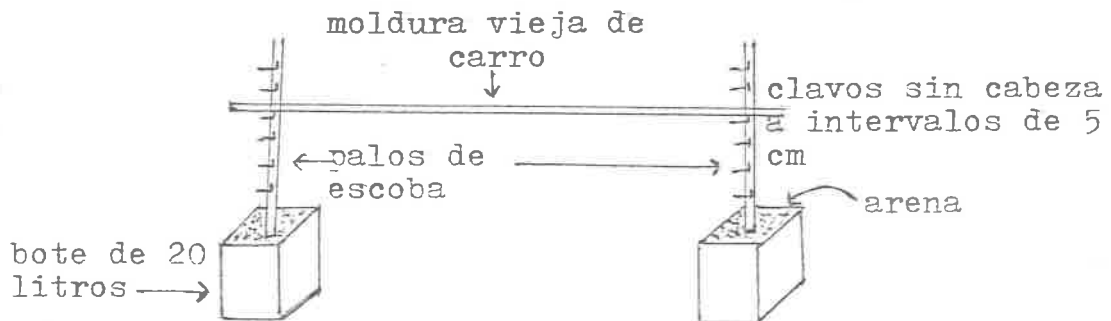


POSTES PARA SALTO DE ALTURA. Material requerido:

1. Dos botes de lámina de 20 litros
2. Arena
3. Dos palos de escoba
4. Clavos sin cabeza de 3 pulgadas
5. Una varilla vieja de moldura de automóvil

Procedimiento:

Con dos botes de 20 litros de los utilizados para envasar aceite o alcohol, arena, palos de escoba, clavos de 3 pulgadas sin cabeza y una varilla vieja de moldura de automóvil o un carrizo, armaremos un implemento apropiado para el salto de altura.

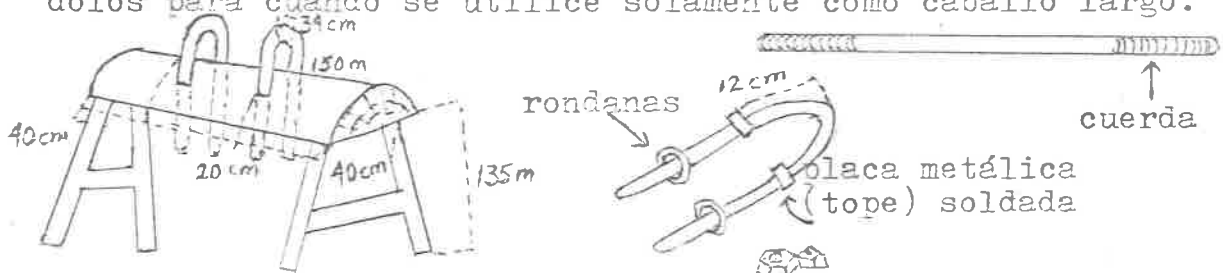


CABALLO CON ARZONES.

Con un tronco grueso seccionado longitudinalmente y otros de menor diámetro para las patas y travesaños de apoyo podremos construir el caballo largo.

Con dos tramos de tubo conduit o galvanizado de media-pulgada, doblados en forma de arco (llenándolos de arena para facilitar esta operación) formaremos los arzones.

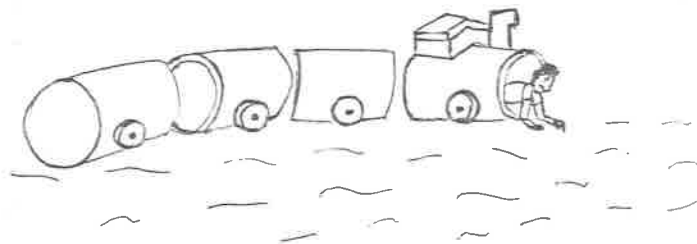
Al hacer cuatro taladros en el tronco transversal tendremos oportunidad de armar el caballo con arzones, quitándolos para cuando se utilice solamente como caballo largo.



EL TUNEL.

Se colocarán tubos de concreto (tonel de deshecho) de los utilizados para drenaje, cuyo diámetro sea de 60 cm. o más, formando una S, decorándolos para que den la impresión de vagones de ferrocarril o carros.

Pasando por dentro de ellos se adquirirá habilidad para avanzar a gatas reptando. También se favorecerá el sentido del equilibrio al caminar o correr por encima de ellos.



EL COLUMPIO.

Suspendido de un marco formado por troncos de 3 m. de altura y diámetro de 30 cm. se suspenderán del tronco transversal cuyo largo será de 3 m. 3 cables de ixtle de 1 pulg. de diámetro y 2 m. de largo, amarrándose en su parte inferior llantas en posición vertical.

Con esta instalación lograremos que los alumnos desarrollen la habilidad de pasar por dentro de las llantas, columpiarse en ellas, hacer equilibrio o bien juntarlas, para realizar una variedad más amplia de ejercicios.



Tomado de: SINDICATO NACIONAL DE TRABAJADORES DE LA EDUCACION. Taller de Educación Física. Anexo II -- pags. 1-6.