SECRETARIA DE EDUCACIÓN PUBLICA
UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL
UNIDAD 153, ECATEPEC

LA IMPORTANCIA DE LA EDUCACIÓN FÍSICA EN SEGUNDO GRADO DE EDUCACIÓN PRIMARIA

T E S I N A

QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE:

LICENCIADO EN EDUCACIÓN

PRESENTA:

ADELITA RAFAELA ALVAREZ TEXOCOTITLA

ASESOR : LIC. FERNANDO TORRES GARCÍA

ECATEPEC, EDO. DE MÉX. OCTUBRE 2005

ÍNDICE

Introducción..... 1

CAPÍTULO UNO

ASPECTOS GENERALES DE LA EDUCACIÓN FÍSICA

1.1 Definiciones de Educación Física..... 3

1.2 Antecedentes Históricos de la Educación Física..... 5

1.3 Propósitos de la Educación Física en la Educación Básica..... 9

1.4 Los medios de la Educación Física..... 11

CAPÍTULO DOS

EDUCACIÓN FÍSICA DE BASE EN LA ESCUELA PRIMARIA

2.1 Características de los alumnos del segundo grado..... 22
.
2.2 Contenidos de la Educación Física para el nivel de primaria..... 43

2.3 Capacidades preceptivo-motrices..... 43

2.4 Capacidades físico-motrices..... 53

2.5 Habilidades motrices básicas.....58

CAPÍTULO TRES

UNIDADES DIDÁCTICAS PARA EL SEGUNDO AÑO DE PRIMARIA

3.1 Didáctica de la Educación Física..... 67

3.2 Unidades didácticas..... 68

3.3 Elaboración de unidad didáctica..... 69

Ejemplos.....70

Conclusiones.....74

Bibliografía.....76

INTRODUCCION

El movimiento físico es considerado un elemento importante en la vida del ser humano, de ahí la importancia de realizarlo adecuadamente. En la Escuela Primaria, el docente se enfrenta a problemas que tienen que ver con: ¿qué tanto sabe de Educación Física? ¿cómo diseña sus actividades o sus estrategias para llevarlas al aula?, problemas físicos y motrices del niño, el medio en el cual se desarrolla, así por ejemplo un niño que vive en una unidad habitacional, donde sus movimientos se ven limitados por su pequeño espacio donde vive, tendrá una motricidad no desarrollada. El trabajo que a continuación presento, tiene que ver con mi práctica docente, tengo 5 años de servicio y durante este tiempo e observado que el ámbito de la Educación Física es poco trabajado, por considerarlo de poca importancia, con una orientación pedagógica limitada, solo a la actividad motriz, reducida a las practicas deportivas, o ni siquiera se realiza ejercicio físico o no se tienen materiales necesarios para impartirla de manera adecuada. Por esta razón, fue de mi interés trabajar este tema. Esto con la finalidad de dar la importancia adecuada a la Educación Física. En el transcurso de mi docencia he atendido varias veces el segundo grado, notando poca estimulación en la ejercitación de habilidades físicas y motrices, a través de actividades adecuadas de flexibilidad, coordinación, resistencia, equilibrio, etc. se puede desarrollar mejor su motricidad, para que el alumno pueda dominar sus habilidades físicas y motrices.

Se brindó los materiales necesarios, para participar en los diferentes juegos lúdicos, se llevó a través de la investigación documental, donde se elaboraron fichas de trabajo, resúmenes y análisis.

Los capítulos se han organizado de acuerdo a: capítulo uno, se abordan los Aspectos Generales de la Educación Física, lo que comprende, Definiciones, Antecedentes, Propósitos y los Medios, se consultaron autores que tratan el tema de manera suficiente, donde se extrajo la información más importante.

En el capítulo dos, se analizó la Educación Física de Base en la Escuela Primaria, para esto se describen las Características de los Alumnos, Físicas, Motoras, Emocionales, Sociales y Cognitivas, que permitirán al docente conocer a sus

alumnos y de ahí considerar las estrategias que le serán necesarias para llevar a cabo sus actividades, se analizarán los Contenidos, Capacidades Perceptivo – Motrices, Físico Motrices Básicas, esto con la finalidad de conocer el desarrollo físico y motriz.

En el tercer capítulo se presenta una propuesta de clase para trabajar Contenidos de Educación Física en el Segundo Grado, la importancia del siguiente trabajo es incluir la Educación Física como algo elemental para el desarrollo del niño en la Educación Primaria, para mejorar sus hábitos, su capacidad física y motora, que le permitan desarrollar sus habilidades.

La opción elegida para la elaboración de este trabajo es: tesina, esta tiene que ver con: una elaboración analítica en torno a una problemática educativa, el objeto de estudio articula la reflexión y la teoría que termina en un trabajo de especulación escrita, sobre un problema elegido, es desarrollada en la modalidad de ensayo por Presentar juicios personales acerca del tema educativo, expresando concepciones, relaciones y las interpretaciones del autor, fundamentado en información actual para realizar una síntesis propia.

CAPITULO UNO

ASPECTOS GENERALES DE LA EDUCACIÓN FÍSICA

1.1 DEFINICIONES DE EDUCACIÓN FÍSICA

Desde la antigüedad el movimiento físico se consideraba importante, para la salud del cuerpo, para alguna actividad, para competir o como forma de supervivencia, ¿pero que entendemos por Educación Física?

En este primer apartado daré seis definiciones para comprender qué es la Educación Física: la primera definición es de Benilde Vázquez Gómez, la autora dice que la Educación Física es educación, por lo que, "el término de educación como transmisión (educaré), y como desarrollo y promoción (educiré), entonces la educación física será la transmisión de los hábitos, técnicas y usos corporales desde los más elementales y cotidianos hasta los más sofisticados y espectaculares como puede ser la danza o el deporte, a la vez que el desarrollo optimizado de las capacidades físicas del hombre".[1]

La autora pone énfasis en que la Educación Física es educación por lo que, nos habla de que se tiene que enseñar o transmitir bajo ciertas técnicas para educar el cuerpo, así mismo esta enseñanza puede ser desde la más elemental hasta la más compleja como la danza o el deporte.

En la segunda definición corresponde al Fichero del Plan y Programas de la Educación Primaria, "La Educación Física en la escuela primaria es la formación de hábitos, valores, actitudes y conocimientos relacionados con el cuidado del cuerpo, así como con el uso y la movilidad del mismo. A partir de la convivencia y el juego se busca estimular el desarrollo de las habilidades físicas y motrices de los niños".[2]

---

[1] Vázquez Gómez, Benilde. "La Educación Física en la Educación Básica". Madrid, Edit. Gymnos, 1989, pp. 111, 112
[2] S.EP. Fichero de Actividades de Educación Física de los Planes de Educación Primaria, México, 2004, p. 7

En ésta, el aspecto más importante es el desarrollo integral de los niños, centrando su trabajo en el movimiento corporal, para formar al niño mediante el desenvolvimiento de sus habilidades físicas y motrices a través de actividades de juego.

Ana Luisa Cetina y colaboradores nos dicen que la Educación Física, "En el ámbito escolar es un proceso pedagógico dirigido al desarrollo y estimulación de las capacidades motrices, mismo que brinda la posibilidad de adquirir conocimientos y fomentar hábitos y valores que, junto con las otras asignaturas escolares propician aprendizajes significativos para incorporarlos a la vida cotidiana".[3] Los autores definen a la Educación Física como un sistema gradual donde a través del desarrollo y de las capacidades motrices, el niño va adquiriendo conocimientos, hábitos y valores, nos hacen mención que la relación con otras asignaturas es importante, que el aprendizaje sea significativo para su desarrollo en su vida cotidiana.

Una cuarta definición nos dice que a través de las actividades se pretende la formación y perfeccionamiento del cuerpo, por lo tanto se menciona que, "La Educación Física contribuye al desarrollo armónico del educando mediante la práctica de actividades que favorecen el crecimiento sano del organismo, y propician el descubrimiento y el perfeccionamiento de las posibilidades de acción motriz. Asimismo, a través de la práctica de juegos y deportes escolares se fortalece la integración del alumno a los grupos en los que participa, es también un medio para promover la formación de actitudes y valores, como la confianza y la seguridad en sí mismo, la conciencia de las posibilidades propias, el respeto a las posibilidades de los demás y la solidaridad con los compañeros".[4]

Aquí se hace énfasis que a través de la actividad física se tenga un crecimiento sano del organismo, moldeándolo a través de la acción motriz, incluyendo actividades grupales de juego para que el niño se integre en el grupo, pone énfasis en que a través de estas actitudes y valores se desarrolle la confianza en sí mismo, sea sociable, solidario con sus compañeros, tenga respeto hacía los demás.

---

[3] Cetina, Ana Luisa. et al. "En Forma para la vida". México, Edit. Prentice may, 1998, p. 1
[4] En Página de Internet, www.efdeportes.com

En la quinta definición “La educación Física es una eficaz arma de la pedagogía por cuanto ayuda a desarrollar las cualidades básicas del hombre, contribuye al accionar educativo con sus fundamentos científicos y sus vínculos

interdisciplinarios apoyándose entonces en la filosofía, la psicología, la biología, tiene una acción determinante en la conservación y desarrollo de la salud en cuanto ayuda al ser humano a ajustar pertinentemente las reacciones y comportamientos a las condiciones del mundo exterior”.[5]

Observamos que la Educación Física es un elemento pedagógico para el desarrollo físico y motriz.

La última es de Mario Sánchez y nos dice. “La Educación Física como parte de la Educación Básica, es una disciplina pedagógica con carácter eminentemente formativo que contribuye el desarrollo armónico del individuo mediante la práctica sistemática de la actividad física que tiende a generar actitudes, habilidades, hábitos y conocimientos, con los que pretende elevar la calidad de la educación”.[6]

El autor dice que el individuo se va formado a través de la actividad física para una mejor calidad de vida.

Observamos que los autores hacen mención que la Educación Física se tiene que enseñar a través de una formación de actitudes, valores, habilidades físicas y motrices, hacen énfasis en el movimiento corporal, para la salud del cuerpo, promueve y facilita a los individuos el alcanzar a comprender su propio cuerpo, sus posibilidades, a conocer y dominar un número variado de actividades corporales y deportivas, de modo que en el futuro pueda escoger las más convenientes para su desarrollo y recreación personal mejorando a su vez su calidad de vida por medio del enriquecimiento y disfrute personal y la relación a los demás.

1.2 HISTORIA DE LA EDUCACIÓN FÍSICA

Desde tiempos remotos el hombre ha realizado actividad física, es así como a partir de las primeras culturas toma importancia, ya que estas culturas necesitaban

[5] Ibidem
[6] Sánchez González, Mario. “Complemento Didáctico de Educación Física”. México, 2002, Edit. Edimat, p. 27

hombres fuertes, por la condiciones en las que vivían como el alimentarse, abrigarse, así como para las artes de la guerra, obligándolos a desarrollar destrezas y habilidades físicas, a continuación se desarrolla un esbozo histórico.

La ciudad de Grecia se considera la cuna de la civilización occidental, las influencias griegas incluían el arte, drama, historia, matemática, oratoria, filosofía, poesía, ciencia, escultura, así como los primeros juegos atléticos o deportivos registrados en la historia, en Grecia se reconocía la importancia de educar al individuo como un todo, la perfección y logro físico, la antigua Grecia estaba compuesta por ciudades entre ellas, Esparta y Atenas, donde el entrenamiento físico tenía el objetivo de la preparación para los juegos helénicos y la preparación militar. En Esparta el "ideal espartano del valor humano era esencialmente militar".[7] por lo que, "aparece la gimnasia militar como conjunto de ejercicios sistemáticos destinados a capacitar para la guerra, a estos ejercicios militares se les rodeaba de valores morales, como la resistencia personal, la disciplina, el amor a la patria, etc."[8] Los espartanos consideraban a la educación física como un medio para desarrollar a un individuo vigoroso y saludable con miras a crear un ejército poderoso, en Esparta la práctica deportiva se sistematizó, a los individuos se les inculcaba la necesidad de fortalecerse y prepararse físicamente, los niños a los 6 años pasaban a ser parte del estado y comenzaban a adiestrarse en ejercicios gimnásticos y a adquirir el sentido de solidaridad, compañerismo, disciplina y obediencia. Así mismo tenían una preparación de orden espiritual, a los veinte años de edad los jóvenes se involucraban en maniobras militares intensas, algunas actividades físicas; correr, la lucha, los saltos, los lanzamientos de jabalina y disco, la marcha y la cacería.

La ciudad de Atenas era considerada por su excelencia "los atenienses creían en el desarrollo simétrico del cuerpo y enfatizaban la belleza corporal así como el desarrollo intelectual, veían en el deporte y la gimnasia un instrumento para la paz".[9] En Atenas se consideró el primer sistema dirigido al desarrollo general e integral del individuo tanto mentalmente como físicamente, con el lema, una mente

[7] Weltón, J. "Historia de la Educación Física", (material fotocopiado), p. 22
[8] Vázquez Gómez, Benilde. op cit. p. 59
[9] Página de Internet. op cit

sana un cuerpo sano, así mismo Benilde Vázquez considera que “los ejercicios serán un medio para alcanzar el equilibrio y la armonía en el desarrollo del hombre y no la fortaleza con fines militares”.[10] El perfeccionamiento personal se convierte en el fin supremo de los atenienses, la escuela se extiende y son tres tipos de maestros encargados de la educación de los niños, el gramático, el citarista y el profesor de gimnasia, existía un verdadero culto a la belleza física unida a las virtudes intelectuales y morales, en la primera época el ideal educativo lo constituía el buen gimnasta, el buen atleta y buena parte de la educación se realizaba a través del deporte.

En la época de la edad media los ejercicios corporales con fines educativos y los espectáculos desaparecen no obstante la gimnasia médica aunque de manera muy libre.

Benilde Vázquez considera que las actividades corporales no llegan a desaparecer del todo, más bien, que se fueron transformando, a pesar de que los espectáculos atléticos fueran prohibidos por el cristianismo, empezaron a incrementarse juegos en los que aparecían mezclados restos de los juegos clásicos como son: salto, carrera, lanzamientos, los de pelota que lograron ser el origen de algunos juegos modernos, en la sociedad, las actividades estaban reservadas a los nobles y en ocasiones eran simulacros e entretenimientos guerreros, “estos juegos y ejercicios físicos tenían poco que ver con la educación o la escuela”.[11] Eran más bien actividades con las que llenar el ocio disponible entre operaciones guerreras, no iban dirigidos a la atención específica del cuerpo. En las escuelas eran consideradas, un lugar de disciplina, no había actividades físicas de juego u ocio la educación tenía una forma monástica o eclesial, no había actividades físicas en las escuelas, el cuerpo y el alma eran dos cosas distintas, el alma dirigida a la educación y la escuela eran un lugar de disciplina moderada y no de juego u ocio.

En la edad media “la vida era al aire libre y todas la clases de deportes vigorosos eran la delicia tanto de los hombres como de los niños”.[12] algunos entrenamientos

[10] Vázquez Gómez, Benilde. op cit. p. 60
[11] Ibidem p. 63
[12] Weltón,J. op cit. p. 43

eran, la montería, la pesca y la caza con halcón, a los niños se les enseñaba ballestería y a tirar la honda, se adiestraban en ejercicios como carreras, saltos, luchas y natación, desarrollando su fuerza, agilidad y resistencia.

En la época del renacimiento se le da importancia al ejercicio higiénico y como juego a nivel educativo, esta época representa el periodo de la historia entre la edad medieval y el comienzo de los tiempos modernos, es a partir del siglo XIV donde se resaltan las grandes enseñanzas filosóficas de los griegos y romanos, donde la educación física tuvo una huella importante con la explosión cultural y humanista del renacimiento. El pensamiento de la persona viene a convertirse en el centro de atención y el cultivo y desarrollo de los valores individuales, para esta época "la educación física era de suma importancia para poder mantener una apropiada salud, para prepararse y entrenar físicamente en caso de surgir una guerra, y como un medio para desarrollar efectivamente el cuerpo humano".[13] En esta época se creía que el aprendizaje se podía fomentar a través de una buena salud de ahí que a partir de la educación física se le diera mantenimiento al cuerpo para tenerlo sano, se postulaba que una persona necesitaba descanso e involucrarse en actividades recreativas para poder recuperarse del trabajo y el estudio "la educación en el renacimiento el cuerpo y la inteligencia necesitan cultura y la inteligencia no se puede desarrollar propiamente si el cuerpo no está formado".[14]

En la Edad moderna a principios del siglo XX en las escuelas se daban 15 minutos de gimnasia, ya que existía un programa gimnástico, se empezaron a impartir programas atléticos, se implementaron los primeros parques de juegos para niños, la meta principal; promover el desarrollo de campos de juegos para niños en zonas rurales y urbanas, "se mejoraron los estándares para la educación de los maestros de educación física, se preparaban en el conocimiento del crecimiento y desarrollo del niño y la psicología del aprendizaje así como el entrenamiento especializado en educación física".[15] Se desarrolló el atletismo y los juegos de equipo, se establecieron una mayor cantidad de programas, se fundó la organización deportiva encargada de supervisar el deporte, NCAA, (National

[13] Página de Internet. op cit
[14] Weltón, J. op cit. p. 55
[15] Página de Internet. op cit

Collegiate Athletic Associatión, organización a través de la cual las universidades y colegios discuten y toman acción sobre asuntos atléticos a nivel nacional), así mismo se incorporaron actividades como correr, saltar, trepar, lanzar y brincar sobre un pie, hubo juegos organizados, bailes, actividades rítmicas, deportes individuales en parejas y en conjunto, este nuevo enfoque de la educación física tenía una meta principal, llevar a cabo investigaciones científicas dirigidas a determinar el tipo de educación física ideal que pueda satisfacer las necesidades de los niños y adultos en los años veinte en los programas de educación general, aparece un nuevo enfoque de la educación física los deportes y juegos ya no son como un programa gimnástico más bien la educación física mejora las dimensiones mentales y sociales del niño, con un enfoque hacía las actividades formales . El currículum de educación física incluía conferencias regulares sobre higiene, esta época se caracterizó por un apogeo en la cimentación de campos deportivos, es así como ha ido evolucionado el concepto de educación física en cada época.

1.3 PROPÓSITOS DE LA EDUCACIÓN FÍSICA EN LA EDUCACIÓN BÁSICA

La educación física tiene una función muy importante en el desarrollo motriz del niño. Para Benilde Vázquez, los propósitos de la Educación Física son:

1. La educación Física deberá promover la salud y la belleza corporal.
2. La Educación Física promoverá la adaptación del niño a su propio cuerpo, en los cambios que a lo largo del proceso de crecimiento y desarrollo se producen mediante el desarrollo de la conciencia corporal y las estrategias pedagógicas adecuadas para conseguir una autoimagen corporal positiva y autónoma, base de equilibrio psicofísico y de seguridad y confianza en uno mismo.
3. La Educación Física promoverá la adaptación del niño a su entorno físico, social y cultural.
4. La Educación Física promoverá el desarrollo de las conductas lúdicas, creando hábitos y actitudes positivas hacia la práctica de los ejercicios físicos, en el tiempo libre.
5. La Educación Física promoverá las conductas de auto control como factor

de disciplina y conocimiento de uno mismo.

6. La Educación Física promoverá las conductas de rendimiento, ya que la simple vivencia es insuficiente para el mejoramiento de la capacidad biológica y el desarrollo de las cualidades físicas y de las habilidades motrices.
7. La Educación Física promoverá las conductas de expresión, comunicación verbal, integración a través del propio cuerpo y sus movimientos.
8. La Educación Física cumplirá una función de terapia canalizando las necesidades de movimiento del niño como contrapeso de las exigencias del trabajo escolar.
9. La Educación Física cumplirá una función de socialización a través de la práctica de los juegos y deportes colectivos así como el aprendizaje de la convivencia y de la supervivencia a través de las actividades en la naturaleza, marchas, acampadas, etc.
10. La Educación Física a través de las actividades extraescolares promoverá la integración social de los niños y adolescentes.[16]

En cuanto a los propósitos del Plan y Programas, mencionaré los siguientes:

. "Estimular oportunamente el desarrollo de habilidades motrices y físicas para favorecer el desarrollo óptimo del organismo.

. Promover la participación en juegos y deportes, tanto modernos como tradicionales, como medios de convivencia recreativa que fortalecen la autoestima y el respeto a normas compartidas.

. Proporcionar elementos básicos de la cultura física para detectar y resolver problemas motrices

. Fomentar la práctica adecuada de la ejercitación física habitual, como uno de los medios para la conservación de la salud".[17]

La educación física deberá mejorar las aptitudes motrices de los niños, a través de actividades físicas, deberá fomentar la práctica adecuada la ejercitación física habitual, como uno de los medios para la conservación de la salud, promover la participación en juegos, como medios de convivencia recreativa para fortalecer la autoestima, la socialización y el respeto a los demás. Deberá propiciar en el niño la confianza y seguridad en sí mismo mediante la realización de actividades físicas

[16] Ibidem pp. 168-170
[17] S.E.P. Plan y Programas de estudio. 1993, p. 152

que propicien la posibilidad, el control y manejo del cuerpo en diferentes situaciones. Promover las actitudes de cooperación, confianza y solidaridad mediante actividades físicas grupales que promuevan su integración al medio y la relación interpersonal, por lo que se deberá tener una estimulación oportuna de las habilidades motrices, de tal forma que promuevan la participación en actividades físicas, como medio de convivencia recreativa para fortalecer la autoestima y respeto a normas compartidas. Propiciar en el niño la confianza y seguridad en sí mismo mediante la realización de actividades físicas que permitan la posibilidad del control y manejo del cuerpo en diferentes situaciones.

A través de la educación física se pretende mejorar la capacidad de la motricidad, el niño por lo tanto se deberá educar para el juego, como medio de perfeccionar la condición motriz, y la integración a su medio, siendo un niño sano, alegre, independiente, sociable y responsable.

1.4 LOS MEDIOS DE LA EDUCACIÓN FÍSICA

GIMNASIA

La gimnasia constituye la formación de los cuerpos a través del entrenamiento, control y disciplina, de igual manera fomenta la salud, la formación deportiva y la integración social, contribuye al buen estado físico y psicológico y permite la competencia y la realización de eventos, a través de su participación en los juegos olímpicos su papel ha sido muy importante en la actualidad.

Jorge Gómez considera que “todo ejercicio o movimiento instrumentado con intención de mejorar la relación de los hombres y de las mujeres con su cuerpo, su movimiento, el medio y los demás es gimnasia”.[18] Para la gimnasia la preocupación es la formación corporal y motriz, así mismo responde a la necesidad humana de producir y verificar efectos corporales y a la natural vocación por la gracia, belleza, economía y eficiencia del movimiento y a partir de estos sentidos, se integra a la Educación Física, desde la educación más temprana y para toda la vida. La gimnasia tiene un valor educativo y de desarrollo cultural y deportivo, ofrece tanto a participantes como observadores una

[18] Gómez, Jorge. “La Educación Física en el Patio”. Buenos Aires, Edit. Stadium, 2002, p. 82

experiencia de vitalidad y energía en el deporte, así como un grato espectáculo, algunas representaciones de la gimnasia son: gimnasia artística, rítmica, aeróbica, acrobática, de trampolín, de la danza, de la recreación y del juego.

Jorge Gómez considera que la gimnasia, "se caracteriza por el abordaje intencionado y sistemático de los conocimientos y procedimientos relacionados con el aprendizaje de movimientos vinculados con la formación corporal y motriz, el desarrollo de capacidades orgánicas y musculares, perceptivas y motrices, la consecución y preservación de la salud".[19]

Al practicar la gimnasia en un grupo o en algún evento, le permite a la persona intercambiar ideas, experiencias, la persona está motivada, tiene ánimo para seguir adelante, por lo tanto la persona o niño al participar tiene una conversación universal, aporta ideas, etc.

La gimnasia es el espacio privilegiado para hacer actividad física, y en el ámbito escolar agrega un espacio para hacer actividad física, ya que los alumnos ejercitarán una amplia gama de movimientos que mejorarán su postura, coordinación, equilibrio, fuerza, flexibilidad, etc.

DEPORTE

El deporte se relaciona con la historia del hombre, éste camina, corre, salta y lanza, el hombre practica estas actividades, no sólo de manera natural sino como una forma de sobrevivencia o como medio de comunicación; estas formas básicas de movimiento se sometieron a reglamentaciones de carácter deportivo, permitiendo la aparición del deporte. Dos hechos importantes para la utilización del deporte en la educación. El primero en el siglo XIX, la introducción de los juegos deportivos en los colegios ingleses, el segundo a principios del siglo XX la instauración de los juegos olímpicos contemporáneos, es por ello que podemos afirmar siguiendo a B. Vázquez que "la práctica deportiva en el continente europeo no nació en la escuela, sino en la sociedad y desde aquí pasó a invadir, en cierta medida el ámbito escolar",[20] no obstante sabemos que el deporte es una preocupación política y económica más que educativa. Muchos educadores físicos

[19] Ibidem p. 82
[20] Vázquez Gómez, Benilde. op cit. p. 79

desde “La concepción idealista del deporte ven en él, un método educativo que sobrepasa a la propia actividad física y lúdica”.[21]

En el deporte se trata de que el individuo, desarrolle su personalidad y sea sometido a una regla, la del equipo o la del grupo, no debemos de educar por el deporte más bien educar a través del deporte, deberá ser un sistema de dedicación de entrenamiento ya sea físico o recreativo y a través de actividades de iniciación deportiva, “los niños talentosos pueden llegar a adquirir técnicas deportivas extremadamente difíciles y complejas”.[23] mismas que irá desarrollando y perfeccionando mejor a través de la adecuada ejercitación.

Se considera el deporte escolar “todas aquellas actividades que de forma organizada se celebran fuera del programa de la asignatura de educación física en los centros escolares, clubes, asociaciones, etc., en las que participan estudiantes en edad escolar”.[24]

Ángela Aisenstein considera el deporte moderno como una actividad lúdico motriz reglamentada y ejercida por individuos. Y para J. Gómez el deporte es “el conjunto de situaciones motrices codificadas cuyas formas competitivas han sido institucionalizadas, explicativamente significados como deporte por el conjunto de representaciones sociales”.[25]

Tiene como objetivo contribuir a la formación integral del niño, la cooperación, el trabajo en equipo, ayuda a su desarrollo físico, permite el ocio y es de manera divertida.

La característica que Jorge Gómez considera es que la iniciación al deporte se da en el primer y segundo ciclo mediante juegos reglados, ya que los niños no pueden jugar fútbol como un jugador experimentado, sino sólo flexionado sus movimientos y modificando las reglas según su gusto, así mismo se permiten los juegos deportivos sencillos propios del niño pequeño, como los de persecución, huida y en los juegos reglados ofrecen oportunidades para el desarrollo del sentido lúdico.

---

[21] Ibidem
[23] Kurt, Meinel. “Teoría del Movimiento”. Argentina, Edit. Stadium, p. 337.
[24] Internet. op cit
[25] Gómez, Jorge. “La Educación Física en el Patio”. Buenos Aires, 2002, Edit. Stadium, p. 70

Creemos que “la principal virtud educativa del deporte reside en su carácter de juego y las exigencias que plantea a la capacidad de adaptarse a situaciones cambiantes y nuevas”,[26] ya que de impedirlo como algo dinámico, y que solo fuera técnico, propicia el poco interés por los alumnos.

Al considerar el deporte como un contenido escolar permite el análisis, la articulación de todos los comportamientos humanos que moviliza: lúdico – motrices, físicos, psíquicos, sociales, comunicativos, técnicos, etc.

Los valores educativos del deporte en su carácter institucionalizado y de socialización consideran reglas ya establecidas con menos posibilidades educativas.

Mario Sánchez considera al deporte “como ejercicio físico, por lo común al aire libre, practicado individualmente o por equipos, con el fin de superar una marca establecida, o de vencer a un adversario en competición pública”,[27] esta práctica del deporte se lleva a cabo a través de reglas, para lograr una meta, la de ganar.

El deporte es cualquier actividad humana que incluya en forma integrada tres elementos : juego, agonismo y movimiento.

Entendemos por:

Juego actuar sin condicionamientos solo los que propone el sujeto satisfacción que lleva el juego.

Agonismo competición, lucha.

Movimiento expresión motriz.

JUEGO

Comenzaré diciendo que etimológicamente proviene de **ludus, ludere**, latín abarca todo el campo del juego: juego infantil, recreo, competición juegos de azar. El juego es una actividad de suma importancia, ya que a través de el, él niño desarrolla habilidades, motricidad, así como sus fantasías, sus vivencias es un medio de socialización, etc. de igual manera “el juego es una actividad que tiene el

[26] Ibidem
[27] Sánchez González, Mario. Complemento Didáctico de Educación Física, Edit. Edimad, México, 2002, p. 27

fin en sí misma, el sujeto no trata de adaptarse a la realidad sino de recrearla, con un predominio de la asimilación sobre la acomodación".[28] En la Gran Enciclopedia Laurusse el juego se define como "una actividad de orden físico o mental, no impuesta que no busca ningún fin utilitario, y a la que uno se entrega para divertirse y obtener placer".[29]

Podemos decir que una característica fundamental de los juegos motores "radica en que posibilitan la plena incorporación de todas las partes del cuerpo en el movimiento".[30]

Catalina González considera que a través del juego se obtienen altos esfuerzos físicos, que cada movimiento es importante y requiere de una solución inteligente para su desarrollo, así mismo, se obtiene la creación de valores estéticos e intelectuales y "desarrollan el trabajo en colectivo, la autodeterminación, la voluntad, el auto control, la disciplina, el valor y la perseverancia".[31] Es muy probable que sus participantes obtengan, de una manera libre momentos emocionales positivos, abran su imaginación mejores posibilidades psicomotrices, a través de ese juego el niño se realiza, desarrolla su pensamiento, "el juego estimula la realización rápida y de un esfuerzo físico en cada acción, desarrolla las capacidades motrices de acuerdo a las particularidades individuales en cada niño, se manifiestan las habilidades y capacidades motrices con diferente nivel de desarrollo, en los juegos de confrontación de equipos, unos niños destacan más que otros".[32] se debe considerar que el niño ganador no es el que termine primero sino el que realice mejor el juego.

[28] UPN En Antología Básica del Juego, LEP, Plan 94 U.P.N. México, p
[29] En Página de internet op cit
[30] González Rodríguez, Catalina. "Educación Física en Preescolar", Barcelona, Edit. Inde, p. 59
[31] Ibidem p. 60
[32] Ibidem

A continuación menciono como Piaget clasifica el juego, el cual presenta características y diferencias.

JUEGO DE EJERCICIO Periodo sensorio – motor	Consiste en repetir actividades de tipo motor que inicialmente tenían un fin adoptivo pero que pasan a realizarse por el puro placer del ejercicio funcional y sirven para consolidar lo adquirido. Muchas actividades sensorio motrices se convierten así en juego. El Simbolismo esta todavía ausente. Es un juego de carácter individual, aunque a veces los niños juegan con los adultos, como el cu-cú, las palmas y aserrín.
JUEGO SIMBÓLICO Dominante entre los dos-tres y seis-siete años	Se caracteriza por utilizar un abundante simbolismo que se forma por imitación. El niño reproduce escenas de la vida real, modificándolas de acuerdo con sus necesidades. Los símbolos adquieren su significado en la actividad; los trozos de papel se convierten en billetes para jugar a las tiendas, la caja de cartón es un camión...
JUEGO DE REGLAS De los seis a la adolescencia	De carácter social se caracteriza mediante reglas que todos los jugadores deben respetar. Esto hace necesaria la cooperación, pues sin la labor de todos no hay juego, y la competencia, pues generalmente un individuo o un equipo gana...".[33]

[33] Delval, Juan. "El juego en el Desarrollo Humano", Madrid, Siglo XXI, 1994, p. 26

A partir de que el niño comienza con los primeros movimientos de su cuerpo, o con objetos comienza el juego, que para Piaget es el juego de ejercicio donde realiza actividades de manera adaptativa por conseguir un objetivo, siendo únicamente por placer , estas actividades son sólo movimientos del cuerpo o de objeto que están a su alrededor, al final del periodo sensoriomotor el niño relaciona actividades simbólicas que le permiten representar su juego, muchos años los niños practican este juego simbólico y a partir de los seis-siete años cuando realiza el juego de reglas como por ejemplo el juego de las canicas entre otros.

Existe otro tipo de actividad que son: "los juegos de construcción que participan del simbolismo lúdico pero que sirven también para la realización de adaptaciones o de creaciones inteligentes. Ejemplos son todos los juegos que se realizan con materiales para producir formas diversas o incluso máquinas".[34]

A partir de la clasificación del juego podemos considerar si es solitario o se trata de juego social con otros, o sólo hace intervenir el propio cuerpo se utilizan objetos o juguetes, así mismo"el juego se realiza también con el lenguaje que así contribuye a ser adquirido",[35] sirve para desarrollar y afianzar habilidades físicas básicas para adquirir otros más complejos.

Se considera que los elementos del juego son:

- Los contenidos de enseñanza

- Los planteamientos didácticos

- Los medios materiales

Para utilizar una metodología adecuada en el juego es preciso que a partir de los contenidos se conozca la materia, así mismo, poseer los conocimientos necesarios y recursos didácticos para impartir la enseñanza donde se emplearán materiales para llevar a cabo su trabajo.

[34] En Antología, op cit p. 27
[35] Ibidem p. 27

RECREACIÓN

La recreación es una actividad donde el individuo tiene un descanso una diversión, es para el mejoramiento de la vida; así mismo, "consiste en la actitud que caracteriza la participación en tales actividades y que resulta de la satisfacción que éstas brindan al alumno, en ellas encuentra expresión el espíritu y a través de las mismas contribuye a una vida plena, alegre y satisfactoria".[36]

Se considera una experiencia integradora porque capta, fortalece y proyecta su propio ritmo, existen algunas actividades de recreación para los adultos, la vejez y para los niños.

Los niños al realizar actividades recreativas, se divierten, disfrutan de la vida, lo hacen de manera voluntaria, dedican tiempo, sienten interés propio, "el individuo encuentra la oportunidad de auto expresarse y de ella extrae diversión, descanso, placer, si una actividad o experiencia no brinda a una persona estas satisfacciones no se puede considerar como recreación".[37]

Pablo Waichman considera al tiempo libre como un espacio de libertad para la transformación del hombre y la recreación como esa forma de educar en el tiempo libre, y que "procurará educar en el tiempo liberado para generar un proceso de liberación en el individuo y en todo su tiempo".[38] Y menciona que el concepto de recreación debe ser considerado a partir del individuo, de la sociedad, en la educación o desde una actividad,

Podemos definir a la recreación de manera más clara como; "una actividad, un sistema, una idea, el jugar, el deporte no competitivo, todo lo que nos entretenga, etc."[39] Por lo tanto es un compartir o disfrutar sin tener límite de tiempo, o sin llegar al triunfo o a la pérdida, ya que es por el disfrute que la persona desee, no hay reglas para llevarla acabo es un todo en el cual se hace de manera voluntaria, de alegría y disfrute, así mismo menciona que "el juego es diversión quien se divierte siempre juega".[40]

---

[36] Morales Córdova, Jesús." Manual de Recreación Física", Edit. Limusa, p. 16
[37] ibidem
[38] Waichman, Pablo. "Tiempo Libre y Recreación". Un Desafío Pedagógico, Edit. Supernova, p. 4
[39] Ibidem, p. 14
[40] Ibidem p.108

Se considera que la recreación es educación en y del para el tiempo libre, es un sistema, una estructura para modificar al hombre y su modo de participar en la realidad no sólo de entretenimiento, sino como un medio para cambiar conductas, hábitos, actitudes.

La recreación no debe ser de manera práctica debe permitir el ir descubriendo actividades para aprovechar el tiempo libre.

A partir de la idea de Pablo Waichman lo que caracteriza a la recreación es:

Es una forma de recreo

Protagonista del tiempo

Divierte en tanto desarrolla su libertad en ese tiempo

Se da desde un modelo organizativo y en un sistema (colonia de vacaciones)

Forma parte de la educación no formal, por tener una intencionalidad, temporalidad y una organización, se aprende de algo planeado

Criterio fundamental, desarrollar la participación afectiva, conciente y comprometida a través de organizaciones autogestivas

No sólo se ocupa del tiempo liberado, genera tiempo libre para desarrollar aprendizajes para el uso positivo y creativo del tiempo libre

Es una tarea no obligatoria, yo quiero, me interesa, me comprometo, la participación es voluntaria

El docente debe ser libre en su propio tiempo, no bastan muchos recursos, si no le pertenecen, es protagonista de su creación y selección, deberá estar comprometido con su tarea, ya que ella lo representa como persona y su trabajo será libre

Las actividades son jugadas por ser elegidas y placenteras

La organización de actividades en lo grupal y en lo individual, ratifica que el hombre es un ser social, cooperativo.

Pablo Waichman menciona que todo recreador deberá actualizar sus técnicas de trabajo acerca de las dinámicas grupales, mejorar para crear alegría o risas,

el tiempo libre será de entretenimiento, hacer lo que realmente quiere el individuo, deberá conocer los métodos y recursos, los juegos de distintos tipos deberá fundamentar su técnica práctica.

Formas de recreación, primeramente al realizar una actividad activa, cuando el niño corre o juega, etc. Y la otra es cuando está en estado de relajamiento, al escuchar, música, al realizar caminata, al leer un libro. Satisfacción.

Al practicar la recreación, encuentra uno satisfacción, crea un sentimiento de triunfo, al emplear la capacidad física hay un estímulo emocional , la recreación se considera un instrumento para perfeccionar la mente, así como desarrollar el carácter, lograr habilidades, mejorar la salud o la aptitud física, contribuye al desarrollo personal.

Por otro lado el juego es considerado un medio de recreación, por lo que el profesor debe considerarlo, ya que podría ser útil como elemento de iniciación deportiva.

Jesús Morales sugiere algunas actividades de recreación.

LA CADENA

Tipo	Persecución	para niños de 7, 8 años o más.
Participantes	10	
Campo de Juego	Campo de tierra en el cual deberán trazarse dos líneas rectas paralelas entre sí y distantes de 10 m de otra.	
Material	Distintivos de colores, gises para pintar, rayar.	
Objetivo	Promover la viveza en los alumnos a través de la carrera, observar sus reflejos.	
Organización	El juego se desarrolla en el espacio entre ambas líneas. Se forman dos bandos con los jugadores y se sitúa cada uno detrás de la línea que señale el profesor. Llevando todos el distintivo del bando.	
Explicación	El profesor hará una exposición de cómo se realiza el juego y una demostración práctica con un alumno.	
Desarrollo	El juego puede empezar con un alumno y después ir aumentando el número de alumnos hasta que participe todo el bando. El profesor designará a un alumno de algún bando. El que avanza hacia el bando contrario. Estos deberán estar en posición de firmes con uno de los brazos extendidos al frente con la palma de la mano hacia arriba	

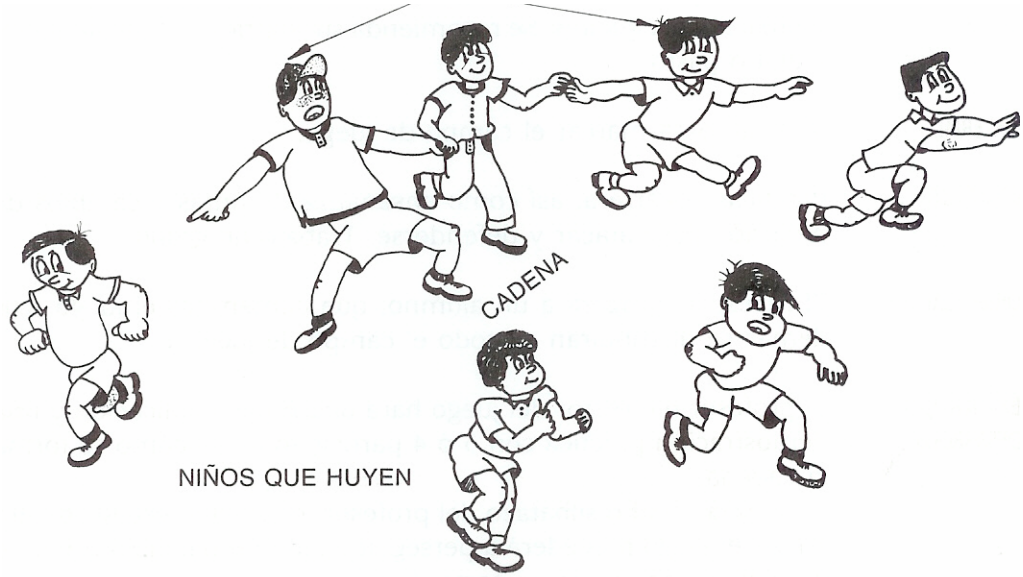
El que viene debe dar al llegar tres palmadas en la mano del jugador que el desee. Pueden darse a jugadores que estén próximos o a jugadores que estén lejos. Al darse la tercera palmada el jugador que la dio deberá huir rápidamente hacia su bando porque aquel a quien se le haya dado la tercera palmada lo perseguirá, tratando de tocarlo, antes de que pueda pasar la línea de defensa. Si este logra tocarlo, el perseguido queda prisionero y tendrá que ir a situarse en el lugar que de antemano se ha señalado para los otros prisioneros. Lugar señalado detrás, el jugador que lo agarró continua con el juego, después pasa uno de los contrarios a dar las tres palmadas, después pasan dos tres etc, hasta que pasen todos los del bando, al quedar sólo 3 jugadores el grupo es declarado vencedor.

Reglas

Es necesario golpear tres veces la palma de la mano del contrario antes de huir

El jugador que es tocado sale del juego

Los jugadores que tienen los brazos extendidos no deben retirar la mano cuando se les haya escogido paras ser golpeados en la palma".[41]



[41] Morales Córdoba, Jesús. op cit. pp. 28 , 29

CAPITULO DOS

EDUCACIÓN FÍSICA DE BASE EN LA ESCUELA PRIMARIA

2.1 CARACTERÍSTICAS DE LOS ALUMNOS DEL SEGUNDO GRADO.

FÍSICAS

La infancia se caracteriza por un periodo rápido de crecimiento, los niños (a) se van desarrollando tanto físicamente como psicológicamente, interviniendo en su desarrollo por ciertas etapas, en las que a través de procesos determinarán su desarrollo físico.

"La herencia determina en gran medida el peso y el tamaño del niño. Desde los dos años de edad, la estatura de los padres son un buen predictor de la de sus hijos",[42] de igual manera habrá de tomar en cuenta el origen étnico del niño.

Elizabeth Hurlock considera que esto influye de manera directa, ya que dependerá de un buen desarrollo físico, para contar con las características suficientemente necesarias para lograr o llevar a cabo alguna actividad, por ejemplo en el juego, o en el deporte, inclusive tendrá mayor oportunidad para competir con sus compañeros.

De manera indirecta, el desarrollo físico influirá en las actitudes que el niño tenga 0con los demás, y con él mismo, estas actitudes harán que se relacione con mayor confianza hacia los demás, por ejemplo los niños con sobre peso tendrán menor oportunidad de competir o de realizar las mismas actividades que un niño con menor peso, por ejemplo en la falta de agilidad, al levantar un pie, de igual manera esto se verá reflejado en los sentimientos de los niños, ya que en ocasiones los otros niños, no quieren jugar con ellos.

[42] Mece, Judith. " Desarrollo del niño y del adolescente". SEP, Mc Graw Hill, México, 2000, p. 75

Se consideran dos ciclos de crecimiento físico.

El desarrollo físico se producirá en dos periodos, habrá niños que su desarrollo será de un ritmo rápido, y el de algunos niños será lento, los ciclos de crecimiento tanto físicos como psicológicos afectarán la conducta del niño.

A continuación se presentará un cuadro donde Elizabeth Hurlock considera los efectos más comunes que se presentan en los ciclos de crecimiento.

DIFICULTADES DE AJUSTE Durante periodos de crecimiento rápido, la necesidad constante de realizar nuevas adaptaciones, puede ser un trastorno emocional. Durante periodos de crecimiento lento, las adaptaciones son mucho más sencillas. NIVEL DE ENERGÍA El crecimiento rápido consume energía, con el resultado de que los niños se fatigan con facilidad. Esto hace que sean más hoscos e irritables. Un ciclo de crecimiento lento deja más energía par el juego y otras actividades. En ese caso, los niños son más alegres y resulta más fácil vivir con ellos. NECESIDADES DE NUTRICIÓN Las necesidades de nutrición son mayores durante los periodos de crecimiento rápido - en los dos o tres primeros meses de vida y en la pubertad. Los niños que no reciben una alimentación suficiente y del tipo correcto para sus necesidades nutritivas, se cansan con facilidad y se vuelven irritables. Demuestran poco interés por el trabajo escolar o los juegos y, en general, sus ajustes sociales son deficientes.	.MANTENIMIENTO DE LA HOMEOSTASIS Durante periodos de crecimiento lento, el cuerpo puede mantener normalmente la homeostasis. En el crecimiento rápido, la homeostasis se ve trastornada, lo que se refleja en un apetito selectivo, fatiga general, irritabilidad y conducta antisocial TORPEZA Al crecimiento rápido acompaña casi siempre la torpeza. Los niños que tenían antes una buena coordinación se vuelven torpes y parecen tropezarse con sus propios pies. Cuando se desacelera el crecimiento, a la torpeza le substituye una buena coordinación motora."[43]

El desarrollo considera cuatro periodos principales, dos son rápidos y dos son lentos, el periodo rápido comprende el prenatal a los seis meses de vida del niño, a partir del final del primer año se inicia un crecimiento lento, que irá hasta los 8 o 12 años, esto es en la etapa de la pubertad o madurez sexual, hasta los 15 y 16

[43] Hurlock, Elizabeth. op cit. p. 114

años, habrá un crecimiento rápido, se inicia una disminución de crecimiento hasta la madurez, manteniéndose hasta la vejez, donde podrá haber un aumento sólo de peso y no de estatura.

Existen factores que pueden intervenir en estos periodos lentos o rápidos, algunos de ellos pueden ser de nutrición y de salud, que serán fundamentales en el primer ciclo de crecimiento, la nutrición adecuada y buena salud aceleran los ciclos, por el contrario al tener una mala nutrición y una mala salud los ciclos serán más lentos.

Las tensiones emocionales influyen en el crecimiento del niño, así mismo el desarrollo dependerá del sexo, de la edad, ya que, en ciertas edades de los niños su crecimiento será mayor que el de las niñas o por el contrario en ciertas edades de las niñas su crecimiento es mayor que el de los niños.

El desarrollo corporal se determina a partir de la herencia, así como por las influencias ambientales, como por ejemplo, la mala nutrición, fumar en exceso, tensiones de la madre, sexo, etnicidad, inteligencia, posición socioeconómica, salud, etc. afectado el ambiente prenatal, lo que le ocasionan problemas de peso y crecimiento.

Se considera que las enfermedades de los niños pueden alterar su crecimiento, estas enfermedades tanto físicas como psicológicas, pueden provocar cambios en el desarrollo, la conducta, las actitudes y la personalidad.

“El tamaño y el atractivo físico del niño puede influir en como lo perciben los demás. Los que son pequeños para su edad tienden a ser considerados menos maduros y competentes que los de talla normal”,[44] que le designan características como : inteligencia, liderazgo, competencia social.

Problemas de rendimiento escolar:

Algunos defectos físicos de los niños por ejemplo, con caries dentales, deficiencias visuales y auditivas, incapacidades ortopédicas, entre otras pueden intervenir no solo en el crecimiento del niño, sino en su rendimiento escolar, por ejemplo un niño con problemas visuales y auditivos, no logra ver el pizarrón y por

[44] Mece, Judith. op cit. p. 76

consiguiente no logra copiar lo que el profesor ha escrito, así mismo, tendrán problemas en la lectura produciendo desagrado ir a la escuela, o por otra parte un trabajo mal elaborado.

DESARROLLO MOTOR

El desarrollo motor consiste en "la capacidad creciente de desplazarse y de controlar los movimientos corporales ".[45]

Los movimientos del recién nacido se deben a reflejos innatos, después surgirán las habilidades motoras gruesas (8 a 10 meses), movimiento de la cabeza, del cuerpo, de las piernas, de los brazos, a la edad de 5 a 6 años las habilidades motoras finas se adquieren, el niño logrará escribir con letra de molde, números, copiar figuras geométricas simples, etc. y al ir a la escuela primaria desarrollarán habilidades como el brincar, atrapar una pelota, patearla, ir en bicicleta, etc. Y "las habilidades manipulativas no se desarrollan plenamente antes de los 10 a 12 años, las diferencias sexuales entre las habilidades motoras gruesas y finas se manifiestan en la niñez debido a diferentes experiencias de socialización".[46]

E. Hurlock considera que, "el desarrollo motor es el control de los movimientos corporales mediante la actividad coordinada, de los centros nerviosos, los nervios y los músculos".[47] A partir de los 5 años el niño logra dominar sus movimientos al caminar, correr, saltar entre otros el control de esos movimientos realizados por el desarrollo de los músculos hará que el niño tenga coordinación al realizar alguna actividad, como por ejemplo al atrapar una pelota, escribir, etc. a partir de los 6 años el niño estará listo para realizar actividades de juego propuestos en la escuela, no obstante pudiera existir un problema por algún obstáculo ambiental o deficiencias físicas y mentales que interfieren en el desarrollo motor del niño. El desarrollo motor temprano o sea la manera de desplazarse y de controlar los movimientos corporales, consta principalmente de movimientos reflejos innatos como el parpadeo, la succión y el llanto, al realizar ciertas actitudes los bebés presentan conductas motoras que desarrollan movimientos que incluyen brazos,

[45] Ibidem p. 90
[46] Ibidem
[47] Hurlock, Elizabeth. op cit. p.146

muñecas, dedos como por ejemplo cuando se aferran a un objeto, así como con los pies, las piernas el cuerpo completo, al caminar, saltar, etc.

Los bebés al controlar los movimientos corporales gruesos podrán iniciar el aprendizaje de habilidades, así mismo cuando los movimientos coordinados estén madurando surgirán ciertas capacidades como el gateo, brincar, saltar, que dependerá del desarrollo de sus músculos.

Elizabeth Hurlock manifiesta que el niño al tener buen desarrollo motor podrá llevar a cabo sus actividades con satisfacción,

Los principios de desarrollo son:

El desarrollo motor depende de la maduración neural y muscular

El desarrollo motor sigue un patrón predecible

Es posible establecer normas para el desarrollo motor

Existen diferencias individuales en el índice de desarrollo motor.

as habilidades motoras gruesas designan movimientos de la cabeza, del cuerpo, de las piernas, de los brazos y de los músculos grandes.

las habilidades de locomoción es cuando el niño inicia el gateo ya que puede desplazarse sin ayuda, y es a partir de los 8 a 10 meses.

Las habilidades motoras se refieren a las "coordinaciones finas en las que los músculos menores desempeñan un papel importante",[48] son las que incluyen pequeños movimientos corporales, exigen excelente coordinación y control de las actividades, entre ellas, vaciar la leche cortar alimentos, dibujar, armar los pasos de un rompecabezas, trabajar en computadora escribir, tocar algún instrumento musical, cuando se escribir la letra a, es a través de centenas de coordinaciones de músculos y nervios.

"El desarrollo motor temprano, como desplazarse y control de los movimientos corporales, consta principalmente de movimientos reflejos innatos".[49]

[48] Hurlock, Elizabeth. op cit. p.151
[49] Mece, Judith. op cit. p. 69

Las habilidades motoras gruesas, designan el movimiento de la cabeza, del cuerpo, de las piernas, de los brazos y de los músculos grandes. Las habilidades de locomoción su ambiente se amplia cuando el niño logra desplazarse sin ayuda, (gateo 8 a 10 meses)

Kurt Meinel considera que "las condiciones ambientales de los niños sufren un cambio considerable cuando éstos comienzan la escuela".[50] ya que los niños estarán destinados a las horas de estudio, así como a la obligación y dispondrán de poco tiempo para la realización de actividades de juego, por lo que el profesor de educación física deberá retomar las actividades deportivas de intervención y así la "formación y la educación deportiva escolar y extraescolar se transformarán en factores decisivos para el desarrollo motor".[51] Así mismo el desarrollo de la personalidad del niño se verá reforzada a través de las actividades realizadas en la escuela, así como por la influencia de la educación y formación.

Los niños que inician la escuela les es muy difícil poder quedarse sentados y quietos durante periodos prolongados de clase, esto por una acumulación de excitaciones que se desbordan, esto puede ocurrir durante el recreo al finalizar la clase incluso en las actividades motoras se perderá la disciplina, así mismo la conducta motora del niño se cambiará como resultado de los procesos formativos y educativos y esa inquietud se ira transformando hacia la conducta motora dominada, dirigida y adaptada a la situación. El niño logrará controlar los impulsos motores atendiendo al orden y disciplina de la clase. Cuando el niño participa en juegos muestra una alegría que no puede controlar, por lo que su actitud de júbilo, en esta etapa el niño muestra demasiado interés en las situaciones deportivas, pero su rendimiento no será suficiente en cuanto a la disponibilidad para llevarlas a cabo, ya que no todos tendrán la misma disponibilidad mostrando actitudes perdedoras con poca disposición de rendimiento en competencias, algunas de las causas pueden ser el horario de la clase cuando hace demasiado calor, por falta de motivación en las actividades, y esto ocasionará que los niños pierdan la atención rápidamente, conforme los niños vayan creciendo irán respondiendo a las exigencias propuestas, siendo constantes

[50] Meinel, Kurt. "Teoría del Movimiento". Comisión Nacional del Deporte, SEP. p 335
[51] Ibidem p. 236

y equilibrados en sus rendimientos, se han realizado investigaciones en donde demuestran que en el séptimo, octavo y décimo año hay un aumento de la capacidad de aprendizaje motor. En cuanto a “las formas motoras que adquiere el niño en la etapa escolar en la clase de educación física siguen estando las formas motoras deportivas básicas de cada deporte y las combinaciones motoras elementales”.[52] A partir de estimular las actividades (la carrera por ejemplo) surgen formas motoras deportivas así mismo en cuanto al salto practicado en la escuela surgirá el salto en alto y salto en largo con objetivos definidos, a través de la variedad de actividades motoras se determinan modificaciones en la conducción de movimientos, el niño en el primer año escolar tiene las estructuras básicas y el ritmo de sus movimientos deportivos están poco desarrollados mostrando una falta de la división espacial y de acentos dinámicos.

En cuanto a las capacidades motoras, la poca estimulación que se de en la escuela, desarrollo de la fuerza, músculos, de los brazos se verá reflejado en la motricidad y en los juegos cotidianos y en cuanto a la fuerza que presentan las extremidades inferiores su desarrollo es mejor donde los movimientos locomotores de diferente tipo como la carrera, los saltitos y los saltos proporcionan estímulos de desarrollo correspondiente reflejando en los buenos rendimientos y mejorando en las pruebas de velocidad.

Con respecto a las capacidades coordinativas y a la movilidad “el rápido aumento de la capacidad de aprendizaje motor se acentúa como una característica típica de los niños en edad escolar inicial”.[53]

[52] Ibidem p. 357
[53] Ibidem p. 345

Al encontrarse en la escuela primaria el niño desarrolla sus habilidades motrices y físicas por lo que:

> "El aumento considerable de las capacidades intelectuales como resultado de la asistencia escolar (más de 20 horas semanales) y la creciente capacidad de percepción y procesamiento de informaciones asociado con esto, son muy importantes psíquicamente para el mejoramiento coordinativo, la alegría vivaz por el movimiento y el querer poder hacer orientando imitativamente constituyen los componentes estimulantes básicos del proceso de aprendizaje motor en el plano emocional y psicológico social igualmente importantes son los progresos en el marco del desarrollo físico de los niños, sus condiciones físicas generalmente favorables (proporciones corporales, relación fuerza – peso y fuerza – palancas) y la experiencia cada vez mayor".[54]

A través de los cambios que se tienen en los movimientos de los niños, podrá haber un mayor desarrollo motor que le permita ejecutar acciones motrices cada vez más complejas el perfeccionamiento técnico, deportivo, coordinativo, efectivo. En la edad escolar el niño desarrolla movimientos motores cuando practica la carrera, salto y lanzamiento presenta una coordinación aceptable y un desarrollo relajado, suelto y armónico en sus movimientos, habrá una estimulación intensa y máxima de velocidad por ejemplo al practicar la carrera de corta distancia.

Es importante practicar actividades de lanzar y recibir donde el lanzamiento de la pelota no sea exagerado y sólo sea con el objeto de que el niño la reciba, ya que el no ejercer el movimiento de lanzamiento se desarrollará poco, así mismo, al realizar ejercicios sistemáticos de recepción con pelotas, los niños aprenderán la anticipación rápida correcta y variable del recorrido de la misma, si se realiza la ejercitación de manera constante esto le permitirá al niño la destreza de recibir con éxito la pelota.

Desarrollo Emocional

El desarrollo emocional se define como "un estado intensificado de experiencia subjetiva, acompañado de respuestas esquelético motoras y autonómico

[54] Ibidem p. 346

humorales y de una fase selectivamente generalizada de bajos umbrales de respuesta".[55]

Secuencia de una emoción

1) fase interpretativa

2) fase reactiva preparatoria

3) fase reactiva consumatoria

4) fase reactiva reflexiva

Las emociones tienen una importancia en el desarrollo y en la adaptación personal y social, el niño aprende a controlar sus expresiones de ira, tener celos, aflicciones para tener una mejor adaptación social, estas emociones ya sean agradables o desagradables representan un papel importante en la vida del niño, ya que cada una de ellas contribuye al tipo de ajustes personales y sociales que realizan estos daños o beneficios y pueden ser físicos o psicológicos, la frustración que el niño presenta, tendrá momentos de cólera y menos temor, y al sentir una emoción de amenaza a la seguridad provocará miedo más que ira.

"La jerarquía de las respuestas que pueden emitirse en relación con estado emocional... está determinada, en parte por factores génicos,"[56] los estados emocionales se van estableciendo de acuerdo a modelos de condicionamiento operante y clásico:

- Condicionamiento clásico, el niño experimenta una asociación temporal agradable o desagradable, se puede condicionar al niño con cuidados, o darle de comer.
- Condicionamiento operante, su conducta agradable o desagradable es premiada o castigada

Estas emociones ya sean agradables o desagradables representarán los beneficios o daños que pueden ser físicos o psicológicos en el niño.

[55]Ausubel, David P. (otros),"El desarrollo infantil". México, 1997, Edit. Piados Psicología Evolutiva, p. 175
[56] Ibidem

“Los factores ambientales ayudan a determinar tanto las uniformidades como las diferencias interculturales en el modelado de las emociones. Junto con los factores genéticos, las clases universales de relaciones interpersonales y las condiciones de adaptación a los ambientes personal y social determinan los aspectos psicobiológicos de la conducta emocional”.[57]

El siguiente cuadro muestra los efectos más importantes de las emociones de los niños.

Modo como las emociones afectan a las adaptaciones personales y sociales

Las emociones añaden placer a las experiencias cotidianas. Las emociones preparan al cuerpo para que entre en acción. La tensión emocional trastorna las habilidades motoras. Las emociones sirven como una forma de comunicaciones. Las emociones obstaculizan las actividades mentales. Las emociones actúan como fuentes de evaluación social y autoevaluación	Las emociones matizan las perspectivas de los niños sobre la vida. Las emociones afectan a las personas sociales. Las emociones dejan su marca en las expresiones faciales. Las emociones afectan el clima psicológico. Las respuestas emocionales, cuando se repiten, se convierten en hábitos. [58]

Existen creencias en cuanto a las emociones de los niños, si son emotivos al nacer o no, pero ahora aunque es aceptado que puede haber diferencias genéticas de la emotividad, las evidencias señalan a las condiciones ambientales como las principales responsables de las diferencias en esa característica, la tensión de la madre durante el embarazo influirá en el bebé de igual manera si

[57] Ibidem p. 176
[58] Hurlock, Elizabeth. p. 205

existen presiones fuertes por parte de los padres los harán tensos, nerviosos y emotivos.

Conforme el niño va creciendo sus respuestas emocionales cambian, las respuestas lingüísticas se hacen más frecuentes y disminuyen las motoras.

Las emociones pueden cambiar, las de violencia o alegría, placer, los niños las controlan, se considera que cuando tiene emociones de enojo dependen en muchas ocasiones de su familia y que al encontrarse en un ambiente autoritario los niños se desarrollan con temor y ansiedad y donde la educación es tolerante, democrática, estimulan el desarrollo de la curiosidad y el afecto, sus emociones son de alegría y placer. "Los estudios de las emociones de los niños han revelado que su desarrollo se debe tanto a la maduración, como al aprendizaje y no a uno de esos procesos por si solo".[59] La maduración y el aprendizaje influyen en el desarrollo de las emociones, en cuanto al aprendizaje, a través de la enseñanza y orientación directa, podrá establecer patrones emocionales convenientes, así como eliminar los patrones indeseables para evitar que sean hábitos bien establecidos.

E. Hurlock considera cinco tipos de aprendizaje que contribuyen al desarrollo de los patrones emocionales.

Aprendizaje por ensayo y error

Aprendizaje por imitación

Condicionamiento

Adiestramiento

"Las emociones varían tanto en la medida en que son accesibles a la conciencia como en el grado de precisión con que pueden ser identificadas ",[60] entre las cuales el enojo o amenaza que puede sentir el niño es considerado como tendencia generales en el desarrollo emocional que determina el estado de una emoción.

[59] Ibidem p. 206
[60] Ausubel, David P. op cit. p. 177

David P. Ausubel considera “en los niños, al atemorizarse es por influencias culturales individuales, en la estructura de la personalidad y por los factores situacionales”.[61]

El cambio de ambiente afecta el estado emocional del niño, al ser hijo único igualmente le afecta, la llegada de un nuevo hermanito, estos niños presentarán ira o celos, las emociones dependerán de la maduración y el aprendizaje y el control sobre el patrón de aprendizaje será medido ya que si el niño aprende una respuesta indeseable será difícil modificarla, y se podrán evitar con la justa atención por parte de la madre, a través de la enseñanza y orientación debe modificar el ambiente del niño para un buen desarrollo emocional.

Los niños cuando son pequeños presentan desconfianza a las personas pero conforme crecen se hará menos intensa y si por el contrario se hace más intensa, serán niños retraídos, los niños podrán mostrarse tímidos, con un nuevo maestro, al recitar o cantar o al participar en un juego o un concurso especial en la escuela, la timidez procederá de la incertidumbre.

Modos en que los niños muestran temor:

En cuanto a otra reacción del temor es la vergüenza por la incertidumbre respecto a cómo juzgarán las personas su conducta y a ellas mismas, la preocupación es un temor imaginario los niños cuando crecen se preocupan de recibir regaños de sus padres, en cuanto a las preocupaciones en la escuela cuando llegan tarde, al fallar en las prueba, los regaños y castigos por parte del profesor les afecta emocionalmente y al pasar a la pubertad las preocupaciones se centran en el desarrollo de su cuerpo, “el modo en que se exprese, la preocupación depende de los patrones de personalidad de los niños”.[62] Así mismo los niños que se sienten inferiores exagerarán en sus preocupaciones, se sienten inseguros muestran su preocupación, inclusive cuando son adultos las siguen expresando.

La ansiedad se desarrolla a partir del temor y la preocupación, es la capacidad de imaginar algo que no se encuentra presente esta ansiedad se puede presentar al inicio de la escuela y su desaparición dependerá del ambiente en el que vivan los

[61] Ibidem p. 86
[62] Hurlock, Elizabeth. op cit. p. 214

niños en la pubertad, por otro lado, si el niño se relaciona con personas ansiosas puede llegar a imitar esa ansiedad, por lo que serán niños infelices, ya que se sienten inseguros y se sentirán culpables, solos e incomprendidos.

David Ausubel la considera como "una variedad especial del miedo que se experimenta en respuesta a una amenaza prevista a la autoestima",[63] así mismo en la escuela el rendimiento escolar tendrá una disminución, ya que los niños ansiosos se muestran más negativos en sus actitudes con los conceptos relacionados con la escuela, los niños que manifiestan ira, su actitud es colérica y son de índole más imitativa, si han observado algún modelo adulto y que ha tenido alguna recompensa por esa actitud agresiva, los niños presentan mayor emoción de ira, ya que se manifiesta con mayor facilidad y es menos evitable para la satisfacción de algún objetivo de ellos.

En cuanto a las alegrías que el niño puede sentir, les producen gozo y felicidad, esta alegría podría ser por el placer de alcanzar las metas fijadas, al presentar emociones jubilosas será con una sonrisa y un relajamiento general de todo el cuerpo. En los bebés las primeras expresiones de placer provocan señales con grititos y palmoteos, en el periodo preescolar alegría y felicidad se asocian con la actividad por ejemplo vacaciones y cumpleaños, cuando los niños crecen "los factores que realzan la autoestima mediante la adquisición de nuevas capacidades se vuelven cada vez más importantes como determinantes del estado de alborozo".[64]

El afecto que el niño pueda sentir en la escuela se da cuando el maestro quiere ayudar al niño, el se ganará rápidamente su simpatía.

Por último, los niños no nacen con emociones agradables o desagradables, estas dependerán del ambiente en que crecen, las relaciones que tienen. así como por la orientación que reciben para controlar sus emociones.

Elizabeth considera que las emociones dominantes afectan la personalidad del niño y afecta sus adaptaciones personales y sociales, por lo que se determinará el temperamento del niño, así un niño optimista no hace caso a los obstáculos que

[63] Ausubel, David P. op cit. p. 187
[64] Ibidem p. 219

se le pueden presentar mientras que el niño agresivo expresará un enojo y por consiguiente experimentará mayor temor.

DESARROLLO SOCIAL

Se considera que no todas las personas nacen con actitudes sociales, ya que se pueden encontrar en la sociedad personas introvertidas, que son los que prefieren estar solos, los extrovertidos considerados con herencia social y los antisociales, que son los no aceptados por la sociedad, por violar las normas, estos últimos eran considerados que heredaban esas características, y no es así, ya que se han realizado pruebas que demuestran que las personas no nacen con esas características, más bien depende del ambiente en el que vivan, "los niños aprenden por medio de ciclos, con periodos de mejoramiento rápido, seguidos por mesetas en las que hay pocos avances o incluso puede producirse una regresión a niveles conductuales inferiores en relación a lo social",[65] , se considera que estas características el niño las va aprendiendo por medio de ciclos a través de periodos de mejoramiento, donde existe poco avance, la regresión de estos periodos dependerán de la motivación que tenga el niño para poder socializarse.

El desarrollo social es considerado como "la adquisición de la capacidad para comportarse de conformidad con las expectativas sociales",[66] así mismo la interacción social contribuye mucho a atenuar el egocentrismo de los niños de corta edad ... a través de ella, aclaran sus ideas, conocen sus opiniones y concilian sus ideas con las ajenas",[67] el niño adquiere nuevas conductas mediante la observación y la imitación "para que el niño imite modelos, es preciso que sepa procesar y almacenar la información relativa a las conductas sociales que prevea las consecuencias y controle su conducta personal. A medida que estos procesos cambian con la edad, irá aprendiendo mejor a partir de su ambiente social",[68] por lo que irá construyendo representaciones mediante la manera de percibirlo.

[65] Hurlock, Elizabeth. op cit. p. 242
[66] Ibidem
[67] Mece, Judith. op cit. p. 125
[68] Ibidem, p. 23

Elizabeth B. Hurlock considera tres procesos, en los que existe una relación y que si, se llega al fracaso de alguno de ellos reducirá el nivel de socialización

PROCESOS DE SOCIALIZACION
Cómo aprender a comportarse de formas aprobadas socialmente Cada grupo social tiene sus normas respecto a las conductas aprobadas para sus miembros. Para socializarse, los niños no sólo deben saber cuáles son las conductas aprobadas, sino modelar sus propias conductas según líneas aprobadas.
Desempeño de papeles sociales aprobados. Cada grupo social tiene sus propios patrones de conducta habitual que se definen cuidadosamente y esperan los miembros del grupo, por ejemplo hay reglas aprobadas para los padres y los niños y para los maestros y los alumnos.
Desarrollo de actitudes sociales. Para socializarse, a los niños les deben gustar las personas y las actividades sociales. Si es así realizarán buenas adaptaciones sociales y se verán aceptados como miembros del grupo social con el que se identifican".[69]

Es difícil tener éxito o dominio en los tres periodos anteriores pero inclusive los niños aprenden a utilizar sus actitudes para cubrir sus pensamientos o sentimientos.

La relación que tengan los niños con las personas , así como los modos sociales que el niño tenga dependerá en gran parte de experiencias de aprendizaje en sus primeros años formativos.

[69] Hurlock, Elizabeth. op cit. p. 242

Elizabeth Hurlock considera cuatro factores que intervienen para la socialización

1. son esenciales las oportunidades amplias de relación, el contacto que el niño tenga con otros le permitirá mayor socialización que el estar solo.
2. los niños deben hablar no sólo para comunicarse con otros sino hablar de temas comprensibles e interesantes para los demás.
3. los niños aprenden a ser sociables, si se sienten motivados, y a partir de la satisfacción que tengan con las relaciones sociales hará que se repitan y si no le son de su agrado las evitarán.
4. es esencial el método de aprendizaje bajo dirección, este método puede ser a través de tanteos para aprender los patrones conductuales para un ajuste social o a partir de la imitación con las personas que se relacionan, el niño logra un mejor aprendizaje si una persona lo orienta y dirige, escogiendo a sus compañeros para tener buenos modelos que imitar.

"Durante los primeros años de formación y en menor grado en la vida adulta, los individuos reciben la influencia de ciertos aspectos no estandarizados a partir de los sentimientos y las personalidades de sus padres, hermanos y otras personas vinculadas".[70]

Los padres son los primeros representantes de la cultura, ya que a partir de lo que represente al niño el asimilará los valores y expectativas de su cultura y así podrá enfrentarse a las conductas diferentes de otros, "la primera conducta social se manifiesta dentro del círculo familiar y en relación con adultos, más que con otros niños... durante los primeros dos años las relaciones interpersonales para el niño no tienen ninguna estructura a partir de ahí al relacionarse con otros empleará las técnicas de adaptación que le son usuales, en el medio hogareño".[71]

Cuando el ambiente de los niños es hostil y sus padres los rechazan, tendrán una personalidad no definida, no tendrán el dominio de roles y técnicas necesarias para la autoafirmación adulta, se sentirán incapaces de desempeñar estas funciones de manera convincente, carencia de autoestima intrínseca y su actitud

[70] Ausubel, David P. op cit. p. 91
[71] Ibidem p. 79

fomenta la agresión de los demás y puede reaccionar con violencia, así mismo serán tímidos, sumisos, desobedientes y resistentes a la dirección adulta, caprichosos no aceptando los intereses ajenos, solo exigen su voluntad bajo la amenaza de desatar un arrebato temperamental desenfrenado, falta de éxito social fuera de su hogar por lo que persisten en su conducta.

A partir de los 7 años la influencia sobre la socialización no sólo dependerá de la familia, ya que cuando el niño entra a la escuela el maestro y sus compañeros ejercen una influencia sobre su socialización, se ha realizado un estudio que demuestra que al recibir consejos diferentes por parte de su familia y sus compañeros tendrá mayor influencia la de sus compañeros que la de sus padres conforme avanza la edad del niño, la influencia poderosa del grupo será mayor, debido a que pasa más tiempo con el grupo de compañeros.

El niño cuando no tiene la base de un hogar tendrá mayor dificultad para adaptarse (falta de afecto, rechazo parental), de igual manera los niños sobreprotegidos sobredominados, no conseguirán tener buenas relaciones sociales indispensables para afirmar y defender adecuadamente su yo. Viven con el temor de ser explotados por los otros, dificultándolos para comenzar relaciones con los demás, por el contrario cuando los padres son democráticos, “los niños serán activos competitivos y socialmente expansivos de manera amistosa y dominante agresiva, muestran originalidad, curiosidad intelectual y actitudes constructivas en las actividades escolares”.[72]

“el rechazo y el desprecio de los padres afecta adversamente las aptitudes cognitivas y lingüísticas de los niños que las sufren”.[73]

Zonas de influencia del grupo en los niños para las adaptaciones personales y sociales
Ansían conformarse a las expectativas sociales.
Cuando el grupo social les ayuda a ser independientes de sus padres y convertirse en individuos por ellos mismos”.[74]

[72] Ibidem p. 81
[73] Ibidem p. 80

La dificultad que encuentran los niños para aprender conductas sociales apropiadas socialmente, es que en algunas subculturas no son aprobados y en otras si o en las zonas urbanas y rurales definen sus normas establecidas, algunos patrones varían en edad y sexo, por lo que el niño si cambia de un lugar a otro, tendrá que aprender cuales son las expectativas sociales del nuevo grupo con el que se identifica. Las experiencias sociales felices que el niño tenga durante su infancia lo hará más sociable, así mismo se considera que el niño tiene influencia de su familia afectando las actitudes con persona fuera de su núcleo social por que si el ambiente favorece el desarrollo de buenas actitudes sociales, el niño será una persona sociable, de igual manera se considera que tienen influencia factores de tipo social por ejemplo tamaño de familia, nivel económico, influirá en sus patrones de conducta los cuales se sienten rechazados por sus padres, así mismo se sentirán rechazados por los demás, incluso hay niños que tienen la actitud de mártir y seguirán mostrando esa actitud en la edad adulta, por el contrario al tener unos padres cariñosos, democráticos, tendrán mayor adaptación social, los hijos de padres tolerantes, serán inactivos y retraídos, de padres autoritarios serán calmados no ofrecerán resistencia y su curiosidad y creatividad se verán limitados.

El desarrollo social sigue un patrón el cual es igual para todos los niños y se consideran dos razones: primera el patrón de desarrollo físico y mental es similar

para todos los niños, estarán listos para dominar las tareas de socialización. Segunda en el grupo cultural, las expectativas y las presiones sociales llevan a experiencias similares de aprendizaje para todos los niños por malas adaptaciones sociales o a desarrollado actitudes sociales desfavorables, falta de oportunidades para aprender a ser social.

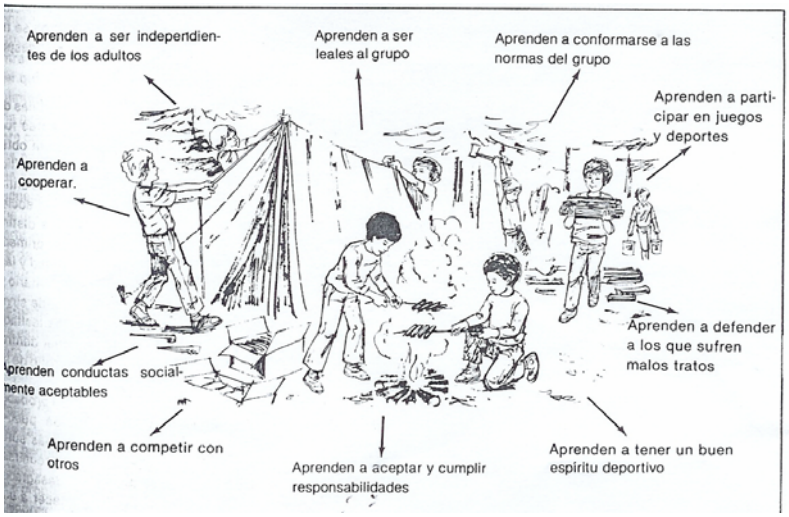
Cuando el niño entra a la escuela su interés por las actividades que encuentra ahí es de mayor importancia que en su familia ya que a través de los juegos colectivos se irá integrando con niños de su misma edad, con los mismos intereses de juego y de divertirse pasarla bien.

---

[74] Hurlock, Elizabeth. op cit. p. 244

El siguiente esquema muestra que al pertenecer a una pandilla se aprenden actitudes y patrones conductuales a través de los contactos sociales.

“Por medio de las actividades sociales el niño aprende a incorporar a su pensamiento, herramientas culturales como el lenguaje, los sistemas de conteo, la escritura, el arte, etc”.[75]



DESARROLLO COGNITIVO

El desarrollo cognoscitivo se lleva a cabo a medida que internaliza los resultados de sus interacciones sociales”.[76]

El desarrollo de la inteligencia del niño y las influencias culturales que a través de la educación tiene, contribuyen a moldear su desarrollo intelectual.

Para entender el desarrollo cognoscitivo del niño se deben considerar la historia cultural, así como su experiencia personal.

El desarrollo del funcionamiento intelectual se encuentra moldeado por una “serie de avances tecnológicos en el empleo de la mente”,[77] su desarrollo dependerá del dominio que se tenga de esas técnicas, el lenguaje es un factor decisivo para dicho dominio, ya que a través del empleo de éste habrá una relación con los

[75] Ausubel, David P. op cit. p.127
[76] Ibidem
[77] Bruner, J. “Desarrollo Cognitivo y Educación”. Selección de textos por Jesús Palacios, Edit. Morata, p. 45

recursos tecnológicos, el niño se mueve, percibe y piensa según los esquemas que tenga, así mismo el desarrollo depende del dominio de unas técnicas y no se pueden entender con independencia de dicho dominio para amplificar los actos motores, las percepciones y la actividad de raciocinio, otro elemento a considerar es el ambiente donde se vive ya que ahí se construyen los modelos de la realidad, por lo que los patrones de pensamiento no se deben a factores innatos, sino que son producto de las instituciones culturales y de las actividades sociales.

ETAPAS DEL DESARROLLO COGNOSCITIVO

Etapa	Edad	Características
Sensoriomotora El niño activo	Del nacimiento A los dos años	Los niños aprenden la conducta prepositiva el pensamiento orientado a medios y fines, la permanencia de los objetos.
Preoperacional El niño intuitivo	De los 2 a los 7 Años	El niño puede usar símbolos y palabras para pensar. Solución intuitiva de los problemas, pero el pensamiento está limitado por la rigidez, la centralización y el egocentrismo.
Operaciones concretas El niño práctico	De 7 a 11 años	El niño aprende las operaciones lógicas de seriación, de clasificación y de conservación. El pensamiento está ligado a los fenómenos y objetos del mundo real.
Operaciones formales El niño reflexivo	De 11 a 12 años y en adelante	El niño aprende sistemas abstractos del pensamiento que le permiten usar la lógica proporcional, el razonamiento científico y el razonamiento proporcional.

Cuadro elaborado a partir de Piaget”[78]

Se consideran cuatro etapas en las que irá pasando por procesos de maduración, así interpretará a partir de lo que ya conoce.

Piaget considera que, “los niños comienzan a organizar el conocimiento del mundo en lo que el llamó esquemas. Los esquemas son conjuntos de acciones físicas, de operaciones mentales, de conceptos o teorías con los cuales organizamos y adquirimos información sobre el mundo. El niño de corta edad conoce su mundo a través de las acciones físicas que realiza, mientras que los de

[78] Mece, Judith. op cit. pp. 102, 103

mayor edad pueden realizar operaciones mentales de símbolos (lenguaje)",[79] a partir de que el niño va madurando, integrarán patrones físicos simples o esquemas mentales a esquemas más complejos, irá pasando por etapas y mejorará su capacidad de emplear esquemas complejos y abstractos permitiéndole organizar su conocimiento "el desarrollo cognitivo no consiste tan solo en construir nuevos esquemas, sino en reorganizar y diferenciar los ya existentes".[80]

Principios básicos que rigen el desarrollo intelectual

- organización, el niño irá madurando integrando los patrones físicos simples o esquemas mentales a sistemas más complejos.
- adaptación, todos los organismos nacen con la capacidad de ajustar sus estructuras mentales o conducta en las exigencia del ambiente ".[81]
- a partir de los términos asimilación y acomodación Piaget expone cómo el niño se adapta a su entorno.

Bruner considera el desarrollo cognitivo "como un proceso de fuera hacia adentro (de la cultura, de los otros, hacia el individuo, hacia el yo), y no como un proceso de dentro hacia fuera",[82] ya que él considera que un niño sano se va moldeando de acuerdo a las relaciones con los demás, y a su entorno y que en ocasiones los modelos le han impedido llevar a cabo su creatividad e investigación. Así mismo en cuanto a la educación considera que el profesor debe alentar el desarrollo, guiarlo, modificarlo.

Para construir los modelos de la realidad se consideran tres sistemas de procesamiento:

. La acción

. Las imágenes mentales

. Lenguaje

---

[79] Ibidem
[80] Ibidem
[81] Ibidem
[82] Bruner, J. op cit. p. 16, 17

2.2 CONTENIDOS DE LA EDUCACIÓN FÍSICA.

En este apartado desarrollaré algunos de los contenidos de la Educación Física en el nivel primaria, el primero de ellos será lo perceptivo – motor.

2.3 CAPACIDADES PERCEPTIVO – MOTRICES

Se define como capacidades perceptivo – motrices, "a las directamente derivadas de la estructura neurológica, específicamente dependientes del funcionamiento del sistema nervioso central, a saber; la equilibración y los diversos tipos de coordinación".[83]

Lo perceptivo – motor, tiene que ver con todo aquello que nos "informa acerca de la dependencia directa entre el movimiento voluntario, contiene un elemento de conocimiento perceptivo proveniente de algún tipo de estimulación sensorial".[84] Los contenidos son propios de aprendizaje por lo que precisan del movimiento y de la postura en práctica de las habilidades motrices.

Para llevar a cabo el desarrollo perceptivo motor es necesario reforzar en el niño su deseo de experimentación motriz, así mismo la información que el niño posee se suma a la nueva para, tener mejor habilidad para los aprendizajes escolares. Dentro de lo perceptivo – motor podemos ubicar a: corporalidad, espacialidad, temporalidad.

CORPORALIDAD

Está relacionada con el conocimiento del cuerpo, el niño debe tener un conocimiento sobre las partes de su cuerpo, para qué sirven, a partir de que el niño "es consciente de que él mismo forma parte del mundo que le rodea, cuando empieza a diferenciarse de su entorno, podemos decir que ha iniciado un proceso de conocimientos de sí mismo, de su propio cuerpo",[85] de ahí él experimentará con su cuerpo en muy diversas situaciones como son: con el mundo de los objetos (silla, mesa, etc) y con el mundo de los sujetos (mamá,

[83] Castañer Balcells, Martha. Oleguer Camerino Foguet, "La Educación Física en la Enseñanza Primaria", Edit. Inde, p. 54
[84] Ibidem p. 57
[85] Ibidem

papá, hermanos) que le servirán para ir construyendo su conocimiento y así tener conciencia de una representación mental de si mismo.

El esquema permite darnos cuenta de que:

"La distribución de los componentes primarios da lugar a zonas de intersección en la que se ubican los componentes secundarios en función del grado en que participan de los primarios. La zona de intersección total, colocada en el centro, muestra las capacidades básicas restantes: el equilibrio y la coordinación que, en definitiva, son las que muestran el nivel de desarrollo perceptivo del niño".[86]

ESPACIALIDAD

El niño debe tener conciencia de lo que sucede en su entorno o sea el espacio que ocupa al moverse, ya que debe haber una organización de ese espacio para llevar a cabo mejores movimientos, "cuando nos movemos, nuestra acción motriz ocupa obligatoriamente un espacio; nuestros movimientos serán tanto más eficaces cuantos mejor sea la organización que tengamos de ese espacio".[87] El niño al nacer no percibe el espacio, necesita orientarse, establecer relaciones especiales entre objetos, localizarse en el espacio y localiza a las personas que tiene alrededor, "hasta los tres años el niño se limita a vivir efectivamente el espacio, y se orienta en él exclusivamente en torno a sus necesidades".[88]

A la edad de seis y ocho años el niño es capaz de orientar los cuerpos de objetos y otras personas, y de ocho a doce años podrá construir relaciones complejas entre objeto y persona, consideraré que: La localización egocéntrica es cuando el niño ubica los objetos en un lugar confuso con el que ocupa su cuerpo.

[86] Castañer, Martha, Oleguer Camerino Foguet, "La Educación Psicomotriz y sensorio motriz en las primeras etapas de la infancia ", p 255 en Fundamentos
[87] Lleixa Arribas, Teresa. "La Educación Física de 3 a 8 años, Segundo Ciclo de Educación Infantil y Ciclo Inicial de Enseñanza Primaria." Edit. Paidotribo p. 87
[88] Castejón, Oliva, Francisco Javier, "Manual del Maestro especialista en Educación Física". Edit. Pila Teleña, p. 94

Localización objetiva el niño es competente de excluir la independencia del espacio ocupado por su cuerpo y el ocupado por el objeto.

Objetivos para una organización espacial

Reforzar las nociones adquiridas

Proyecto de la lateralidad en el espacio

Considerar trayectorias velocidades y aceleraciones

Constituir e interpretar gráficamente espacio

El niño al conocer el espacio que ocupa su cuerpo al realizar cualquier acción, tiene conciencia del espacio próximo a él o el espacio lejano definido como su entorno donde él se encuentra, por lo tanto, al tener conocimiento y una organización del espacio, tendrá mayor seguridad al realizar cualquier acción.

ORIENTACIÓN ESPACIAL

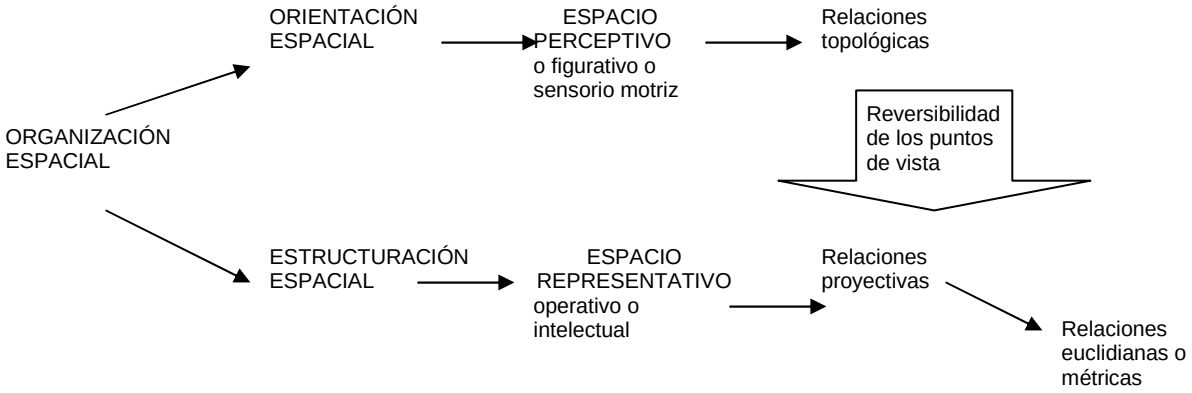
Lleixa considera que en la organización espacial el niño pasa por un primer y segundo estadio, el primer estadio situado entre el nacimiento y los 7 años, y denominado.

> "acceso al espacio perceptivo, fruto de la experiencia perceptiva inmediata y de la vivencia motriz, en esta etapa el niño percibe las relaciones que se establecen en el espacio desde una perspectiva egocéntrica va asimilando relaciones de proximidad y separación, de orden y seriación, el segundo estadio a partir de los 7 a 8 años, en donde el niño accede a un espacio representativo que requerirá un análisis de las propias percepciones, así mismo en la comprensión de las relaciones espaciales".[89]

Otra definición nos la dará Castañer donde la considera "como la capacidad para mantener constante la localización del propio cuerpo, tanto en función de la posición de los objetos en el espacio, como para posicionar esos objetos en función del lugar que ocupa el cuerpo".[90]

[89] Leixa, Teresa. op cit. p. 88
[90] Castañer, Martha. op cit. p. 78

El siguiente cuadro puede ilustrar, esto que se está comentando:



Lleixa considera los objetivos a plantear en la organización espacial

A partir de los 7 años;

Consolidar las nociones adquiridas anteriormente

Proyectar la lateralidad en el espacio

Apreciar trayectorias, velocidades y aceleraciones

Representar e interpretar gráficamente el espacio

Así mismo considera los ejemplos de actividades para educar la organización espacial

Los niños pueden percibir los límites del cuerpo recorriéndolo con una pelota:

a) La pelota recorre la superficie corporal

b) El niño se desliza sobre la pelota

Caminar tocando la pared con la mano

. ir hacia delante

. ir hacia atrás

. caminar con los ojos cerrados sin perder el contacto con la red.

Un aspecto importante dentro de la orientación espacial es la LATERALIDAD, definida como “El predominio funcional de uno de los lados del cuerpo humano

que a su vez vienen dado por la supremacía que un hemisferio cerebral ejerce sobre el otro, así mismo considera que el cuerpo humano presenta una simetría que se distinguen partes anatómicas que se pueden distribuir por parejas situadas simétricamente a uno y otro lado de un plano vertical".[91]

Al realizar cualquier actividad existe un predominio por una sola de esas partes, por lo que de igual manera se considera el concepto de LATERALIDAD.

La lateralidad se encuentra en la espacialidad por ser una capacidad de orientación en el espacio, "el cuerpo humano se caracteriza por poseer una simetría en la distribución de sus segmentos. Pero junto a esa simetría anatómica existe una asimetría funcional, de determinadas actividades interviene una sola de las dos partes parejas".[92] Para llevar a cabo esas actividades los niños tienen preferencia, ya sea izquierda o derecha.

Manifestaciones de la lateralidad ocular, auditiva, manual, podal y expresiva (simulación de gestos), existen dos tipos de lateralidad, las integrales y las no integrales, en la primera existe un predominio de un costado corporal y en

las segundas existen tres tipos cruzadas invertidas y ambidextros, las cruzadas se refiere a las manifestaciones que no se dan de forma uniforme desde un mismo lado, las invertidas donde la lateralidad natural ha sido contrariada por los aprendizajes sufridos, y los ambidextros existe una dominancia equilibrada de dos lados del cuerpo en acciones motrices.

Es a partir de los cuatro y cinco años cuando se establece la lateralidad y a la edad de los 7 años se fortalece, por el ambiente educativo y socio cultural.

Una falta del predominio lateral va a originar que existan disturbios en la lateralidad como son: zurdos y ambidextros y que éstos son una de las causas frecuente del buen número de dificultades, como por ejemplo, problemas de orientación y estructuración espacial, de lecto escritura, aritmética, así como de lenguaje.

[91] Lleixa, Teresa. op cit. p. 60
[92] Castañer Balcells, Martha. op cit. p. 78

Se debe fortalecer la lateralidad ya establecida en los niños, reforzando el dominio de la misma, a través de actividades, tomando en consideración la simetría corporal, para su mejor desarrollo.

Teresa Lleixa menciona actividades para niños de 6 y 8 años, el niño debe afianzar la lateralidad que posee, para desarrollar esta lateralidad como por ejemplo: distinguir la derecha de la izquierda corporal, distinguir la derecha y la izquierda en los demás y mejorar los movimientos de los segmentos dominantes, de igual manera se debe observar si el niño utiliza correctamente la mano derecha o la izquierda, o si es necesario implementar actividades para que el niño distinga y valore qué segmento le ofrece mejor rendimiento, para así orientar su lateralidad.

Para conocer la lateralidad de los niños es preciso realizar ciertos ejercicios que demuestren si son los correctos o no, estos ejercicios podrían llevarse a cabo con una mano, con un pie o con un ojo, dependerá del profesor qué acciones debe tomar en consideración para desarrollar la lateralidad conforme a las necesidades y posibilidades de los niños.

TEMPORALIDAD

El movimiento humano se desarrolla en el espacio, así como, en un tiempo determinado. En el contenido de la temporalidad se hace mención en relación de la estructuración temporal que se refiere al orden que es la distribución sucesiva e irreversible.

Cuando el niño realiza una acción motriz, ésta se desarrolla a lo largo de un tiempo el niño, al realizarla debe de prever su duración, ya que la distribución de los componentes de dicha acción a lo largo de un periodo de tiempo, encuentra el ritmo de ejecución, el tiempo por lo tanto influirá en el resultado de la acción motriz.

Teresa Lleixa Arribas, manifiesta que “debe haber una mejora de la organización temporal, para favorecer la realización de los movimientos, utilizar el movimiento para permitir que el niño descubra las nociones temporales”.[93]

Martha Castañer dice que el tiempo requiere tanto del aspecto cualitativo dado a la perfección de una organización, así como de un orden, y del aspecto cuantitativo dado por la percepción de los intervalos de duración,

Del aspecto cualitativo , así como del cuantitativo surge la conformación del orden que es la distribución continua y definitiva de las características y cambios de los hechos y situaciones que nos acontece, así mismo la duración considerada como forma del tiempo físico, medido en segundos, minutos y horas.

RITMO

Se considera la proporción del tiempo entre diferentes sonidos, movimientos, fenómenos o actos repetitivos, es más bien una organización temporal de la periodicidad organizada, constituida, repetida, igual a ella misma, el ritmo es temporal a quien lo crea, tiene la necesidad de la duración, crea una secuencia, por ejemplo los golpes, los sonidos, los gestos que establecen un ritmo son percibidos en una duración los cuales unos aparecen antes y otros después.

El ritmo es considerado, “orden y la proporción secuenciados en el tiempo y en el espacio, y una secuencia de movimientos enlazados da origen a la organización de ese tiempo que se expresa a través de nuestra capacidad rítmica originando así el movimiento armónico”.[94]

La importancia de considerar el ritmo en la Educación Física, es porque existe una dimensión rítmica de la motricidad, cuando el cuerpo realiza un movimiento se pueden observar los ritmos realizados, éstos se pueden acompañar de música para ejercitar los movimientos complementados con fondos rítmicos, así de igual manera la ejecución motriz se podría acompañar vocalmente ya que así se realiza de una manera directa con el niño,

[93] Lleixa, Teresa. op cit. p. 95
[94] Villada Hurtado, Purificación. “Expresión Corporal” en el Manual del Maestro Especialista, p. 126

Factores que intervienen en el desarrollo rítmico: el estímulo, la sensibilidad auditiva, la capacidad de concentración y el movimiento. El ritmo dependerán del sujeto.

Purificación Villada considera que el ritmo, " es el proceso elemental de la danza, así mismo los movimientos rítmicos que realicemos se desarrollan en el espacio originando variaciones en los desplazamientos a través de las evoluciones que realiza en los cambios de dirección",[95] el ritmo mejora los mecanismos automáticos de la ejecución motriz de base.

Los sistemas que intervienen en el desarrollo de la capacidad rítmica originada por una reacción de percepción inmediata son: introducción rítmica, sincronización afectiva entre el estímulo y la respuesta, fruto de una reacción y anticipación a una melodía o ritmo concreto.

Discriminación cognitiva de la tipología de formas rítmicas, fruto de los procesos de asimilación, distinción y comprensión de las estructuras rítmicas, esto sería la clase de una buena organización temporal originada por la representación mental de datos temporales pasado y futuros

La ejecución motriz dependerá del aprendizaje, interviniendo procesos de elaboración, de conductas complejas y voluntarias.

El ritmo puede tener gran variedad de estructuras rítmicas.

Castañer considera que "la sincronización entre estímulos sonoros periódicos (cadencias) y un tipo de realización motriz determinada, la acentuación produce

un efecto estimulante y dinámico que afecta a los factores: como la soltura y armonía muscular, musculación ejercitación muscular y a la resistencia a la fatiga en el que considera que mediante un soporte sonoro se puede superar o retar el límite de la sensación objetiva de cansancio".[96] A través de algún objeto se puede crear temporalmente el ritmo por la variedad de expresiones, sonido, color. El niño posee en su motricidad un legado de ritmos corporales espontáneos que son experimentados de manera bastante inconsciente.

---

[95] Ibidem
[96] Castañer, Martha. op cit. p. 98

Lleixa cita a Lapierre y este expresa que “los ritmos corporales y musicales que dotan al niño con dos aportaciones básicas: aspecto analítico racional un aspecto afectivo-emocional que tiene su origen en los estratos más profundos de la personalidad y que permite expresar o suscitar sentimientos, ritmos tristes alegres y excitantes, este aspecto afectivo de los ritmos sonoros y gestuales lo encontramos en distintos medios de expresión, colores, forma, materiales”.[97]

El elemento básico del funcionamiento perceptivo- motor es el equilibrio el niño al realizar una acción motora, su capacidad mantendrá una postura, el equilibrio se da como la respuesta al estabilizar las fuerzas que tiendan a alterar esa postura.

Algunas variaciones del equilibrio son: puntos de apoyo, posición corporal, superficie de apoyo, sostener materiales y anular referencias visuales. “El equilibrio es la capacidad de asumir y sostener cualquier posición del cuerpo, venciendo a la ley de la gravedad”.[98] Así mismo, al realizar un movimiento, ocurre un ejercicio de equilibrio, ahora bien se mencionan dos tipos de equilibrios, estático, que es la habilidad que tiene el individuo para conservar el cuerpo en estado erguido sin desplazarse, y dinámico que es la habilidad para mantener la postura correcta que va a realizar con desplazamiento.

El equilibrio se presenta cuando se desarrolla la función neurológica y perceptivo - motriz del niño, a través de su motricidad la cual es visible y observable, el niño va mejorando esa capacidad, busca situaciones equilibrantes, como patinar, escalar e ir en bicicleta.

Las capacidades perceptivo-motrices de equilibrio así como las de coordinación no son orientadas a la perfección a fin de desarrollar dicha capacidad “el equilibrio se asimila mediante el tanteo y exploración y según la experiencia del momento”.[99]

LA COORDINACIÓN

Se determina que esta cualidad comparte la capacidad del niño para dominar la mecánica del cuerpo, al realizar los movimientos, el niño se relaciona con su

[97] Lleixa, Teresa. op cit. p. 88
[98] Generelo Lanaspa, Eduardo. Susana Lepetra. En Fundamentos, p. 491
[99] Castañer, Martha. op cit. p. 99

entorno para así responder a las tareas realizadas. Para llevar a cabo estos movimientos debe existir una relación entre el sistema nervioso y la musculatura.

Lleixa nos explica que la coordinación "es el proceso que tiene lugar cuando, a partir de un determinado estímulo, el organismo responde con la ejecución de un movimiento que le permitirá desplazarse en el espacio".[100]

Este proceso implica una integración y tratamiento de la información, relacionada a la propia posición corporal y a las características del medio, una selección por parte del sistema nervioso central de los grupos musculares que actuarán, a los que enviará la orden en forma de impulso nervioso y por último la contracción muscular que será controlada en todo instante por el sistema nervioso central, para ajustar el movimiento que se está realizando al movimiento previsto.

Castañer define la coordinación, "como la capacidad de regular de forma precisa la intervención del propio cuerpo en la ejecución de la acción justa y necesaria según la idea motriz prefijada".[101] A través de la coordinación se proporciona calidad al movimiento, a través de la precisión en la velocidad y en la dirección.

Los elementos necesarios para el desarrollo de la capacidad coordinativa es la estructura del sistema nervioso y la funcionalidad del aparato locomotor, así como el ejercicio de la percepción y conocimiento de los factores de la propia corporalidad, los de la especialidad y temporalidad.

Lleixa explica que se pueden diferenciar tres fases:

Fase de ajuste.- los niños se colocan ante nuevas situaciones, nuevos problemas motrices, múltiples y variados, que tienen que resolver.

Fase de toma de conciencia.- Análisis, confrontación con otros movimientos,

Fase de automatización.- Mediante la repetición de movimientos, la coordinación de los diferentes componentes se automatiza.

[100] Lleixa, Teresa. op cit. p. 75
[101] Castañer, Martha. op cit. p. 90

Las estructuras corporales y modalidades sensoriales, coordinación dinámica general que considera la locomoción y la coordinación dinámica segmentaria que es importante en la consolidación de la dominancia de la lateralidad.

Castañer nos dice que uno de los objetivos de la coordinación es:

"Mejora de la plasticidad en el ajuste motor del niño, así como de su calidad y de su velocidad de adaptación motriz a las diversas situaciones a las que se afronta, aumento de experiencias motrices, desarrolla las posibilidades de ajuste a una nueva situación experimentada, refuerza factores de ejecución, así como fomentar el carácter dinámico de la motricidad infantil".[102]

Esta capacidad es considerada una de las más importantes en el desarrollo de la Educación Física.

2.4 CAPACIDADES FÍSICO – MOTRICES

Aquí hablaremos de cuatro capacidades físicas: la velocidad, la flexibilidad, la fuerza y resistencia.

RESISTENCIA

Es la cualidad que permite soportar la fatiga para alargar el trabajo orgánico, sin disminución del rendimiento, a través de la resistencia se realizan esfuerzos de

[102] Castañer, Martha. op cit. p. 91

larga duración, prolongar esfuerzos de intensidades diversas en espacios de tiempo no muy prolongados

Tipos de resistencia

Resistencia general u orgánica se presenta cuando en alguna actividad corporal aparece un alto porcentaje de la musculatura.

Resistencia local cuando participa una pequeña parte de la musculatura.

Eduardo Generelo Lanaspa la define como la cualidad, " que nos permite aplazar o soportar la fatiga, permitiendo prolongar un trabajo orgánico sin disminución importante del rendimiento".[103]

La resistencia la considera como la capacidad de realizar esfuerzos de muy larga duración así como aumentar los esfuerzos de intensidades en periodos no muy prolongados

Castañer la define como "la capacidad de soportar el estado de fatiga progresiva que sobreviene en un trabajo de larga duración".[104] Esta depende del sistema cardio-respiratorio.

Manifestaciones de la resistencia

Aeróbica, al realizar un esfuerzo sin disminución de rendimiento; en un tiempo largo, el músculo realiza un trabajo de media intensidad.

Anaeróbica, al realizar un trabajo de intensidad elevada en un periodo corto

Específica, al combinar la aeróbica y anaeróbica, se presenta al realizar juegos motores producidos de forma espontánea en la infancia.

Al realizar un ejercicio físico se requiere de mayor suministro de oxígeno y nutrientes para el músculo por lo que el sistema cardio circulatorio, así como el respiratorio, deberán responder a un incremento de las frecuencias cardiaca y respiratoria,

A la edad de los 6 años existe "una notable mejoría de la coordinación y del ajuste motor que hacen que el movimiento sea cada vez económico y eficaz con la

[103] Generelo Lanaspa, Eduardo y Carlos Plana Galindo. "Teoría y Práctica del Acondicionamiento Físico", p. 185
[104] Castañer, Martha. op cit. p. 95

consiguiente ayuda a la ejecución de tareas que requieren esfuerzos de mayor duración".[105]

Objetivos de la resistencia

Reconocer los tipos de tareas que ponen en juego el trabajo de la resistencia, identificar tareas que requieran mayor cantidad de oxígeno, así como los que no lo requieren demasiado, reconocer niveles de resistencia capaz de soportar, potenciar la observación de la respuesta del sistema cardiorrespiratorio y fomentar la acción de tareas con diversos niveles de resistencia.

VELOCIDAD

Es la capacidad de realizar uno o varios movimientos en menor tiempo con un ritmo de ejecución máximo en un periodo breve, que no provoque fatiga, así mismo depende de los factores muscular y nervioso.

La rapidez del desplazamiento dependerá del aparato locomotor, así como de la velocidad de los músculos al contraerse, y para contraerse será necesario la participación del sistema nervioso, ya que es regulado y controlado por el mismo.

Esta capacidad comienza a manifestarse generalmente a partir de los 5 años cuando los movimientos alcanzan mayor coordinación y estabilidad, "se desarrolla fundamentalmente en los juegos de persecución, pues por la gran motivación que reciben los niños en los juegos de este tipo ejecutan los movimientos con mayor rapidez, de forma variada y continua".[106]

Catalina González considera la velocidad como, "la capacidad de moverse de un punto espacial a otro en un mínimo de tiempo".[107] Así mismo se puede presentar en dos formas:

<u>Cíclica</u> cuando se manifiestan una serie de acciones motrices.

<u>Acíclica</u> cada acción motriz es de diversa forma requiriendo de un ajuste corporal y dosificación de energía diferente a las demás acciones.

Componentes de la velocidad:

---

[105] Ibidem p. 96
[106] Ibidem p. 85
[107] Ibidem

- Tiempo de reacción motriz

- Rapidez del movimiento en relación con la fuerza muscular

- Fuerza y continuación de los movimientos

Desarrollo de la velocidad, ésta va a depender de la caracterización genético constitucional, así como de la herencia ya adquirida, y es lo que va determinar la velocidad muscular así como la velocidad de conducción del impulso nervioso.

A la edad de 6 años cuando la coordinación se perfecciona habiendo un ajuste motor, se debe considerar la capacidad motriz, para su desarrollo óptimo y eficaz, Cuando Castañer determina los objetivos de la velocidad, nos dice que se deben buscar tareas para aplicar la velocidad, se debe diferenciar entre resistencia y velocidad en cuanto al aporte del oxigeno, potenciar la observación de la respuesta del sistema cardio-respiratorio y conocer la importancia del tiempo de reacción, así como de la rapidez de cada movimiento.

Se debe considerar un alto nivel de observación en las acciones realizadas por el niño, ya que mientras él puede presentar un buen nivel de eficiencia en rapidez y frecuencia, podría presentarse algún desequilibrio sensorial de tipo auditivo, que podría alterar su tiempo de reacción.

FLEXIBILIDAD

Eduardo Generelo la define como, “una capacidad que nos permite realizar movimientos con una amplitud dada, según la exigencia del mismo y se manifiesta desde la más temprana edad”.[108] De igual manera, Catalina González Rodríguez la define, “como la capacidad de realizar movimientos con una amplitud dada, según la exigencia del mismo y se manifiesta desde la más temprana edad”.[109]

El propósito de esta capacidad es mantener la elasticidad de los músculos , estirándolos regularmente para evitar el acortamiento de los mismos, la flexibilidad debe llevarse a cabo con frecuencia pero por periodos cortos, así mismo la falta de flexibilidad podría ocasionar lesiones al realizar cualquier esfuerzo físico, ya que algunas partes del cuerpo son sensibles, por ello se deben tomar las

[108] Generelo, Eduardo. op cit. p. 196
[109] Castañer, Martha. op cit. p. 89

precauciones necesarias para evitarlas, no debemos realizar círculos con el cuello, ni flexionarlo hacia atrás, ni flexionar intensamente las piernas.

Los ejercicios de flexibilidad deberán realizarse, “siguiendo lentamente toda la amplitud de movimiento de la articulación o estirando hasta el punto donde se note una ligera tensión y mantener entonces la posición durante 10 o 15 segundos”.[110]

Al realizar una acción motriz se debe consideran la flexibilidad para el calentamiento, así como al término del ejercicio de igual manera es recomendable introducir los ejercicios de flexibilidad en algunas actividades como por ejemplo en danza y expresión corporal, así mismo llevar a cabo movimientos con materiales como son: la cuerda, los cordeles, las pelotas etc.

La flexibilidad es propiamente para calentamiento y los alumnos por lo regular no quieren realizarla porque se pueden aburrir, por lo que se podría utilizar música con algún ritmo apropiado.

Castañer considera los factores de movilidad articulada, que se refiere a la capacidad de realizar un movimiento, y la elasticidad muscular, de los grupos musculares, que se ven implicados en el movimiento de la articulación requerida en cada movimiento.

Clasificación de la flexibilidad :

Activa, pasiva y mixta.

Eduardo Generelo considera los factores que influyen en la flexibilidad: la herencia, el sexo, la edad, la hora del día, la temperatura.

Objetivos para el desarrollo de la flexibilidad: considerar la importancia del trabajo continuo de la flexibilidad, reconocer áreas corporales susceptibles a flexionarse, reconocer las limitaciones propias y las de los compañeros y facilitar la localización de articulaciones y sus posibilidades de movimiento.

[110] Generelo, Eduardo. op cit. p. 233

FUERZA

Eduardo Generelo la define como la "capacidad que tienen nuestros músculos de contraerse proporcionando tensión".[111] es una capacidad neuromuscular capaz de superar resistencias externas o internas gracias a la contracción muscular.

Castaner la define como "la capacidad motriz de superar una resistencia por medio de la oposición ejercida por la tensión de la musculatura",[112] así mismo los músculos se contraen y proporciona tensión, la contracción muscular que se opone a una resistencia, y esta contracción no se origina sin la estimulación del sistema nervioso.

Es a partir de los 11 o 12 años cuando la fuerza posee un gran desarrollo, a través del crecimiento físico y del incremento de la coordinación.

Tipos de fuerza:

- Dinámica, expresión más elevada, producida por la capacidad neuro-muscular en momentos de contracción voluntaria.

- Rápida o veloz, por debajo de la máxima, es producida por la capacidad neuro-muscular de vencer una resistencia con gran rapidez de contracción.

- Fuerza de carácter lento, existe una superación de la resistencia, presentada cuando la superación de la resistencia se produce en una situación de velocidad constante. Las repeticiones posibles son muy pocas o incluso una sola. Esta última es preferible ya que se pueden diseñar actividades con la fuerza de carácter dinámico.

A través de la coordinación se puede mejorar el desarrollo de la fuerza.

2.5 HABILIDADES MOTRICES BÁSICAS

Luis Miguel Ruiz considera que las habilidades motrices son básicas porque son: a) comunes a todos los individuos, b) han permitido la supervivencia del ser humano y c) son el fundamento a posteriores aprendizajes motrices (deportivos o no)

[111] Ibidem p. 201
[112] Castañer, Martha. op cit. p. 101

Las habilidades motrices a considerar son las siguientes:

Habilidades con característica es la locomoción

Habilidades que su característica es el manejo y dominio del cuerpo en el espacio sin una locomoción comparable

Habilidades que se singularizan por la proyección, manipulación y recepción de móviles y objetos".[113]

Las habilidades adquiridas de una persona a través del tiempo son transformadas y modificadas. Es a la edad de 6 ó 7 años cuando esas habilidades dependen del aprendizaje para desarrollarse eficazmente, ya que el niño organiza sus patrones motrices básicos.

Las habilidades motrices se integran de las múltiples habilidades de cada niño en función de la dotación de la herencia, así las habilidades fundamentales: andar, correr, saltar, trepar, son los condicionantes directamente responsables de la coherencia y estabilidad no solo en la ejecución de cada acto motor sino en el programa motor, "en la educación motriz de base, no sólo debemos estimular- actualizar- las capacidades del niño sino que también debemos de conseguir que el niño constate el logro de un cierto rendimiento expresado en cada habilidad motora que va adquiriendo".[114]

[113] Ruíz, Luis Miguel. op cit. p. 157
[114] Castañer, Martha. op cit. p. 125

Esquema de la motricidad básica en niveles de la motricidad humana.

Habilidades Motrices Compuestas Complejas

Locomoción desplazamiento
andar, correr, saltar, galopar, deslizarse, rodar, pararse, botar, caer, trepar, etc.

No locomoción, Estabilidad, Equilibracion
balancearse, inclinarse, estirarse, doblarse, girar, retrocederse, empujar, levantar, colgarse.

Manipulación Absorción Propulsión
Recepcionar, lanzar, golpear, batear y atrapar, doblar, rodar, etc.

Habilidades Motrices Básicas

Cuadro elaborado a partir de las ideas de Luis Miguel Ruiz Pérez”.[115]

La adquisición de las habilidades son producto de acomodaciones y modificaciones de las habilidades ya adquiridas que van a ser la suma de éstas.

Este cuadro ha sido elaborado a partir de la propuesta de Luis Miguel Ruiz, Habilidad, sistema de movimientos coordinados en función de un resultado.

Asimilación, los esquemas suponen nuevas experiencias en relación a diferentes objetos y situaciones.

Acomodación, incorporación de esquemas anteriores a nuevas experiencias.

Equilibración, complementación de los dos mecanismos anteriores.

“El desarrollo motor se inicia desde el momentos mismo del nacimiento con un repertorio de movimientos, reflejos básicos…”[116]

Para explicar el desarrollo de las habilidades se hará desde dos formas:

Primero, existe un aumento de la potencia muscular en relación con la masa corporal, los cambios morfológicos que modifican el equilibrio general del cuerpo y

[115] Ruíz Pérez Luis Miguel. op cit. p. 154
[116] Castañer, Martha. op cit. p. 126

la otra es la importancia a la actividad cognitiva del niño".[117] Por lo tanto en la primaria es necesario fomentar y propiciar adquisiciones de nuevas formas de movimiento.

Catalina González considera que "el profesor ayuda a fijar las estructuras ya adquiridas, pulirlas y refinarlas, con ello los movimientos evolucionarán hacía una mayor eficacia",[118] por lo tanto los segmentos corporales serán mejores, habrá una orientación adecuada de las fuerzas, mejor movimiento y sincronización de las acciones.

La base de las habilidades fundamentales se encuentran en el parentesco y son reforzadas en la primaria por el profesora continuación se hará mención de éstas habilidades.

Locomoción, movimiento realizado por el cuerpo el cual se desplaza de un punto a otro del espacio, correr, saltar.

Manipulación, movimientos de manipulación gruesa ejecutar fuerza a los objetos, lanzar, golpear.

Estabilidad, búsqueda de movimientos con estabilidad estática como dinámica.

DESPLAZAMIENTOS

Se define como actividades para desplazar el cuerpo de un lugar a otro, al realizar una actividad, el cuerpo se desplaza, permitiéndole que el niño pueda conocer su entorno, así mismo "permiten al niño ascender en el espacio que le rodea, constituyéndose de esta manera en un instrumento básico de exploración del entorno",[119] cuando el niño realiza una actividad hará un desplazamiento de su cuerpo en el entorno, y al moverse podrá interactuar con objetos , así como con otros niños, a través de los desplazamientos el niño relaciona diversas tareas motrices, que el solo podrá realizar, o con otros niños, así el profesor podrá incrementar las vivencia del niño al correr, saltar, trepar, entre otras.

[117] Ibidem, p. 127
[118] González Rodríguez, Catalina. op cit. p. 104
[119] Sánchez, Fernando. op cit. p. 105

Fernando Sánchez Bañuelos considera que los desplazamientos “es toda progresión de un punto a otro del espacio utilizando como medio el movimiento”.[120] Y considera que las formas de desplazarse son la marcha y la carrera, así mismo considera dos más, cuando los niños trepan o escalan y el que realizan los bebés, como el gateo.

Propósitos de los desplazamientos:

Llegar al punto de partida

Llegar al punto de destino

Llegar a ese punto de destino dentro de un lapso de tiempo

Llegar al punto de destino en un momento preciso

Llegar al punto de destino antes que otros individuos

Llegar más lejos

Esquivar, escapar de otros individuos

Interceptar a otros individuos

Otros aspectos a considerar al realizar un desplazamiento son: cambios de dirección, velocidad de ejecución, duración de la ejecución (distancia del desplazamiento) y por último las paradas

Se considera que es a partir de los 5 años cuando el niño adquiere los movimientos fundamentales y que posteriormente esos movimientos, a través de ciertas actividades podrán ser refinados, por lo cual las habilidades motrices se desarrollan después de los 5 años.

CORRER

La acción de correr es un movimiento de un lugar a otro sobre las piernas, con un espacio aéreo, sin contacto con el suelo.

Luis Miguel Ruiz Pérez considera que es una “habilidad fundamental que permite a los individuos la participación plena en multitud de circunstancias, tanto

[120] Ibidem p. 138

deportivas como lúdicas",[121] cuando se realiza la actividad de correr tiene cierta similitud a la marcha, por la transferencia del peso de un pie a otro, así como los ajustes neuromusculares son semejantes a pesar de la diferencia de la velocidad.

El niño comienza a realizar una carrera al iniciar sus primeros ensayos de marcha que esto ocurre aproximadamente de los 18 – 20 meses, y es a partir de los 5 años cuando la estructura será parecida a la de un adulto.

El autor pone énfasis en que "la fuerza se incrementa permitiendo una más adecuada proyección del cuerpo en el espacio del mismo modo que el factor equilibrio permitirá mejores ajustes en su realización".[122]

Jordi Díaz considera que "la progresiva adquisición del control sobre los movimientos permite que posteriormente al caminar aparezca el esquema motor de correr. El control limitado hasta los cinco o seis años por factores de tipo mecánico y neurológico".[123] Los niños corren por todo el espacio que ellos pueden tener, por lo que, corren de prisa, más despacio, corren junto a un compañero, agarrados entre sí, para ellos cualquier momento es oportuno para correr, los procesos de desarrollo que tiene la carrera se encuentran vinculados con el movimiento, por lo que depende del tipo de estímulos, relaciones, espacios temporales, así como de situaciones de juego.

Por lo que el tipo de carrera dependerá con el desarrollo de la edad.

Características de la carrera.

Aumento de la zancada

Aumento del periodo de no soporte

Aumento de la flexión de la pierna

Aumento del tiempo utilizado en la impulsión y en la extensión de la rodilla.

Aumento de la flexión de la pierna de recobro.

El desplazamiento se vuelve más horizontal que vertical.

---

[121] Ruíz Pérez, Luis Miguel. op cit. p. 161
[122] Ibidem
[123] Díaz Lucea, Jordi. op cit. p. 33

Como ya se mencionó anteriormente, a partir de los 5 años el niño tendrá una conducta madura y a partir de los 9 a 10 años presentará un mayor desarrollo de las capacidades coordinativas que crean un buen desarrollo de las condicionales, así como de las capacidades psicológicas relacionadas a la seguridad motriz, esto hará que el niño tenga confianza en sus capacidades, así habrá mayor esfuerzo de voluntad para realizarla.

SALTO

Se considera una forma de recorrido en el espacio opuesto a la fuerza de gravedad.

Los saltos "constituyen otra de las actividades fundamentales de la motricidad humana por sus posibilidades y variaciones".[124] Así mismo para realizar el salto, será necesario ciertas modificaciones de la marcha y la carrera. "el salto necesita la propulsión del cuerpo en el aire y la recepción en el suelo de todo el peso corporal sobre ambos pies,"[125] para llevar a cabo el salto será necesario la fuerza, el equilibrio y la coordinación, por lo que el niño cuando domina estos componentes, lo podrá realizar, "cuando los niños son capaces de ejecutar el salto lateral lo ejecutan en ambas direcciones y no en una sola, ya que esto les da una mejor estabilidad de su cuerpo en la caída al lograr equilibrarlo".[126]

El salto puede ser horizontal o vertical:

Salto horizontal se realiza la flexión previa del cuerpo, hay movimiento de los brazos y extensión de las piernas, pasa al vuelo, y después la caída al suelo amortiguando la caída.

Salto vertical, se realiza la flexión acumulando energía, los brazos hacía adelante–arriba, existe un despegue, aterriza en el suelo con una estabilidad suficiente.

El niño cuando tiene cierta coordinación dinámica debe de iniciar con la realización de pequeños saltos verticales, para así llegar a los saltos horizontales y después a los saltos precedidos de una carrera.

[124] Ruíz Pérez, Luis Miguel. op cit. p. 163
[125] Ibidem
[126] González Rodríguez, Catalina. op cit. p. 31

Bañuelos considera que los saltos son movimientos producidos por la acción de una o de ambas piernas, mediante el cual el cuerpo del sujeto se aleja de la superficie de apoyo”.[127]

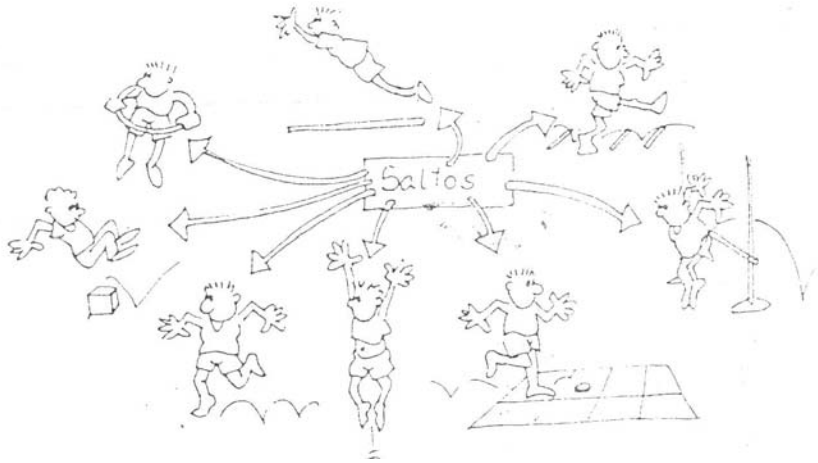
Luis Miguel Ruiz Pérez hace una comparación de las modalidades de los saltos, vertical y horizontal.

Salto horizontal		salto vertical
Cuerpo agrupado Flexión de grandes articulaciones Peso en la parte delantera de los pies Pies hacia delante y separados Brazos en la parte posterior del cuerpo	FASE PREPARATORIA	cuerpo agrupado Flexión de grandes articulaciones Peso en la parte delantera de los pies Pies hacia delante y separados. Brazos en la parte posterior del cuerpo
Acción intensa de brazos adelante y arriba Extensión completa del cuerpo Angulo de despegue de 45 grados Pies separados al aterrizar Flexión de las grandes articulaciones al aterrizar Los brazos continúan su movimiento hacia adelante	FASE ACCIÓN	Acción intensa de los brazos adelante y arriba Extensión del cuerpo Despegue vertical Pies separados al aterrizar Flexión de las grandes articulaciones al aterrizar

[127] Sánchez Bañuelos, Fernando. op cit. p. 461

TIPOS DE SALTOS

Rítmicos, saltos consecutivos y saltos alternados, se hará mención de algunos ejemplos de saltos: con un solo pie, con el otro, de un pie a dos pies, de dos pies a un pie, con los dos pies, en diferentes direcciones, hacia delante, atrás, hacía los lados, en diferentes direcciones, hacía adelante, atrás, hacía los lados, en distintas formas, galope, trote, giro de la cadera, de forma ligera, de forma pesada, con puntas de los pies, haciendo flexión, al imitar algunos animales, imitar algunos personajes, con objetos imaginados, paso de una valla entre otros.



Cuando el niño realiza un salto este va relacionado con el desarrollo de la coordinación dinámica, así como del control del movimiento, por ser de mayor dificultad, estas dificultades pueden ser la edad, el grado de desarrollo de los aspectos perceptivos y coordinativos, organización del esquema corporal y la complejidad del salto, por lo que, el profesor debe considerar esto para ver qué acciones didácticas debe llevar a cabo, para integrar los medios y fines en cada actividad, por ejemplo realizar actividades lúdicas que prevean saltos hacia abajo antes de realizar saltos de longitud y altura, esto hará que el niño no tenga conflictos, sienta miedo al elevarse, o al llegar a la caída del suelo, así mismo, ayudarles en los saltos aéreos y que sean breves, al realizar saltos, utilizar colchonetas, o realizarlos en superficies blandas.

La capacidad de la carrera con el salto es a partir de los 8 años cuando mejora esta última, permitiéndole al niño realizar saltos más complicados.

CAPÍTULO TRES UNIDADES DIDÁCTICAS PARA EL 2º AÑO DE PRIMARIA

En este apartado propongo una serie de actividades para trabajar los contenidos de la Educación Física en este grado.

3.1 DIDÁCTICA DE LA EDUCACIÓN FÍSICA

La didáctica es considerada como el arte de enseñar, la cual está ligada a la educación, así mismo hace referencia al estudio de enseñanza – aprendizaje, se ocupa de la elaboración de una teoría del trabajo escolar.

Onofre Contreras Jordan considera que la didáctica, "aparece como una ciencia, técnica o tecnología con una clara orientación hacia la práctica que se expresa en términos tales como normativizar, optimizar, cuyo objeto es la enseñanza, la instrucción o el aprendizaje".[128] La define como la construcción de teorías y modelos explicativos de la enseñanza aprendizaje.

El objeto de conocimiento de la didáctica está constituido por el estudio de los contextos determinados en que transmite la cultura dominante, así como el sistema de una comunicación a través del que se opera dicha transmisión, que incluye los diferentes niveles de organización del sistema educativo y el papel que juegan los diferentes agentes, los alumnos, profesores, padres o administradores.

Así mismo la didáctica estará determinada por el estudio de la persona del profesor y su función docente.

El término didáctica se ha ido integrando por la didáctica especial como "aplicación metodológica de los principios de la didáctica general a un concreto campo de disciplina".[129] la didáctica en la educación física determinará el conocimiento práctico de determinadas materias como gimnástica, juego, deportes, y como conocimientos teóricos la educación física, el deporte, entre otras, por lo que, el conocimiento de contenidos, el estudio de estrategias utilizado para la enseñanza de las habilidades y de los diferentes contenidos de la educación física.

Onofre Contreras cita a Pascual (1997) quien denomina dos sentidos de la didáctica de la educación física: el restringido, que se refiere al conjunto de

[128] Contreras, Onofre, Jordan, "Didáctica de la Educación Física". en el Manual del Maestro Especialista, en Educación Física, p. 229
[129] Ibidem p. 230

actividades, procedimientos y medios para conseguir el fin educativo desde el área, de los ejercicios y progresiones planificados a manera de recetas, y en cuanto al sentido amplio de la didáctica de la educación física las actividades serán más profundas en las decisiones de acuerdo a los fines educativos, la selección de contenido, el papel del profesor y del alumno, así mismo una selección de teorías del aprendizaje.

Se consideran dos principios, el de integración y el principio de éxito. En el principio de integración todos los niños con independencia de sus capacidades tienen el derecho de beneficiarse con la actividad física. El principio de éxito es uno de los mayores motores de la motivación de un niño, es el éxito en las tareas que realiza.

3.2 UNIDADES DIDÁCTICAS

Se podrán considerar, como una agrupación de sesiones, una organización del trabajo, una enseñanza, un aprendizaje o un periodo, donde la actividad se centra en alguna especialidad determinada; lo que describe una unidad es el número de sesiones en las actividades a realizar, así mismo, son el conjunto de sesiones dirigidas a los niños con experiencias que afectan su vida. Las unidades llevan un ciclo de enseñanza, un principio y un final, por que se participa de un plan escolar, que incluye ciclos que hay que programar y están incluidas las unidades y que a su vez contienen lecciones.

Características de las unidades:

Deben ser experiencias variadas en contenidos y organización, las actividades de las lecciones deben ser acordes a la edad, a la posibilidad y a las necesidades de los alumnos. Así mismo realizar las actividades donde se aprovechen los materiales propuestos y que la lección contenga una evaluación.

Los elementos de las unidades son el objetivo y los contenidos, en el objetivo ¿qué queremos conseguir con la unidad? Y en los contenidos, ¿qué contenidos se van a trabajar? Como por ejemplo elementos de higiene, los materiales, las técnicas, la evaluación y el número de sesiones.

3.3 ELABORACIÓN DE UNIDAD DIDÁCTICA

LOS CUERPOS EN EQUILIBRIO

INTRODUCCIÓN	PROCEDIMIENTOS
Se llevará a cabo en cuatro sesiones en las cuales a través de actividades de juego se desarrollaran las actividades de coordinación y la estimulación del movimiento expresivo a través de la exploración del espacio ocupado por el cuerpo, así como actividades para desarrollar actividades para desarrollar la habilidad del equilibrio.	Desarrollar la coordinación que le permita conocer su espacio al realizar un movimiento. Permitir el equilibrio a través de ejercicios del movimiento a realizar. Fomentar la mejora y el desarrollo del equilibrio utilizando el material propuesto al realizar los movimientos donde los músculos se perfeccionen.
CONCEPTO	ACTITUDES Y VALORES
La coordinación es considerada como la capacidad de regular de forma precisa la intervención del cuerpo en la ejecución de la acción. El equilibrio se considera un elemento básico del funcionamiento perceptivo motor del organismo; capacidad de controlar el propio cuerpo en el espacio de recuperar la postura al realizar cualquier movimiento. El niño al realizar cualquier actividad debe organizar su espacio.	Potenciar la actitud y el hábito de expresión personal de las expresiones vividas. Trabajar en parejas. Fomentar la integración del grupo.

PRIMERA SESIÓN

MATERIAL: Costalitos rellenos y pelotas de vinil

OBJETIVO: Desarrollar la coordinación motriz del niño;

Controlar el lanzamiento y la recepción de los implementos.

INICIO O PREPARACIÓN

En el patio escolar aproximadamente de 20 metros por lado

Distribuir el material por toda el área.

DESARROLLO

Al distribuir los materiales en el área

De igual manera los niños quedarán entre ellos

Que los niños se desplacen sin tocar los objetos

A la señal del profesor escogerán el objeto mas cercano a ellos, lo lanzan sin dejarlo caer, posteriormente lo dejarán en el suelo.

Al realizar otro lanzamiento será con otro objeto

El niño que deje caer el objeto sale del juego momentáneamente (5 min.)

Se incorporara nuevamente al juego

JUEGO FINAL ESTATUAS AL RÍTMO DE LA MÚSICA

Al escuchar la música los niños moverán el cuerpo y cambiarán de posición.

Jugarán a las estatuas coordinadas moviendo la cabeza, hombros, brazos y cabeza, brazos y piernas

SEGUNDA SESIÓN

MATERIAL: Ninguno

OBJETIVO: Concienciación de la orientación en el espacio

Incrementar la orientación espacial de los niños que defenderán el muro, y al realizar movimientos ágiles por parte de los otros niños que no se dejarán tocar

INICIO O PREPARACIÓN

Trazar una línea en el patio

DESARROLLO

Colocar a 8 niños sobre la línea imaginando que ellos serán el muro

Explicar que al ser tocados por los niños del muro, quedan capturados y Pasarán a ser parte del muro

Que los otros niños se ubiquen en el área lejos del muro

A la señal del profesor correrán para atravesarlo

Los niños impedirán que lo atraviese

Gana el niño que atraviese más rápido el muro

Iniciará nuevamente el juego

JUEGO FINAL JUGANDO EN EL ESPACIO

Los niños podrán sentir los límites del espacio que ocupa su cuerpo

Escribirán el nombre de uno de sus compañeros con el pie en el espacio

Con la mano dibujarán una pelota, un pájaro o lo que quieran.

TERCERA SESIÓN

MATERIAL: Una cuerda y un bastón por alumno.

OBJETIVO: Determinar el nivel de equilibro natural que posee cada niño

Estimular el equilibro a través de los materiales.

INICIO O PREPARACIÓN

Depositar las cuerdas y los bastones en el piso

DESARROLLO

Caminar y trotar ondulando una cuerda sobre el pie

Caminar sobre las cuerdas en una línea recta, con puntas talones adelante, atrás, derecha, izquierda.

JUEGO FINAL LA VIBORITA

Con todo el grupo los niños participaran en el juego de cuerdas

Jugando a la viborita saltando la cuerda a diferentes alturas.

De forma individual en parejas por todo el patio escolar

CUARTA SESIÓN

MATERIAL: las mismas cuerdas y bastones de la tercera sesión

OBJETIVO: trabajar la dinámica del grupo en el juego

INICIO O PREPARACIÓN

Colocar las cuerdas en el piso a manera de formar figuras geométricas.

DESARROLLO

Que los niños pasen sobre las cuerdas en diferentes formas, tratando de guardar el equilibrio con un pie,

al pisar la cuerda caminaran y se apoyaran en un bastón para mantener el equilibrio

JUEGO FINAL EL GUSANITO

Amarrar las cuerdas una con otras, para formar el gusano y poder jugar con el por todo el patio

CONCLUSIONES

La realización del presente trabajo me ha permitido conocer la importancia de Educación Física, para ello se revisaron propuestas de diversos autores acerca de la definición de Educación Física, concluyendo de la misma que debe de enseñar a partir de aptitudes, valores, habilidades físicas y motrices, lo cual permitirá a los alumnos el conocer su cuerpo, sus posibilidades corporales, así como su desarrollo y recreación personal, mejorando el crecimiento sano del organismo y la perfección de la acción motriz.

A través de los diferentes períodos de la historia, la Educación Física, ha estado presente como parte integral y prioritaria en las diferentes propuestas de enseñanza. En Educación Básica se proponen los propósitos: estimular el desarrollo de habilidades motrices y físicas, fomentar la práctica de la ejercitación física y promover la participación en los juegos, y que el docente debe considerar para llevar a cabo las actividades de Educación Física.

Los medios como la gimnasia, deporte, juego y recreación, son elementos que dependiendo la edad de los niños, podrán participar en ellos, en lo que me corresponde a mí, se otorgará mayor importancia a las actividades lúdicas por tratarse de un primer ciclo (2º año), de igual manera el profesor necesita conocer las características físicas, su desarrollo motor, emocional, social y cognitivo, que le serán de utilidad para identificar los aspectos más importantes en el desarrollo del niño, permitiéndole diseñar actividades de flexibilidad, equilibrio, coordinación, lanzamiento y captura de pelota, trepar, así como evitarle emociones desagradables de ira, celos, para la mejor adaptación del niño con los demás.

Si el profesor no considera éstas características, difícilmente podrá integrar acciones acordes a las necesidades de su grupo, y si por el contrario se involucra, las estrategias que sean elegidas serán para el mejor desarrollo del niño.

Los contenidos que se revisaron fueron: capacidades perceptivo – motrices, físico motrices y habilidades fundamentales, la importancia de éstas radica en analizar los elementos que constituyen la temática que permita el desarrollo de los aspectos físico y motor del niño.

La propuesta contempla una unidad, con cuatro sesiones de trabajo que fueron elaboradas analizando los aspectos centrales de cada capítulo y vinculadas con las características del grupo a mi cargo.

La escuela donde laboro es en una unidad habitacional, y el desarrollo motor que llegan a practicar los niños en la escuela será de mayor importancia, ya que sus casas no cuentan con superficies grandes para que ellos corran brinquen, jueguen, y lleven a cabo sus habilidades motrices básicas

Puedo mencionar que al iniciarme como docente se encontraba información para las asignaturas como el español, las matemáticas y para Educación Física era muy poca, quedando a la iniciativa del profesor para llevar a cabo su planeación de una clase de Educación Física, claro ahora se cuenta con el fichero de Educación Física, pero que no se le ha dado la importancia adecuada para llevar a cabo.

En la escuela donde anteriormente laboraba contaba con Promotor, en la actualidad, me encuentro en una escuela de Nueva Creación en una unidad habitacional, sin promotor, por lo que corresponde al profesor buscar actividades que sean acordes a su grupo, de ahí la importancia de conocer, investigar y llevar a cabo a la práctica.

Ahora bien los docentes deben informarse, tomar cursos, para que ellos puedan entender que el trabajo de la motricidad es sumamente importante para el desarrollo de los alumnos.

BIBLIOGRAFÍA

BÁSICA

AUSUBEL. David p., Edmund V. Sullivan, El Desarrollo Infantil, México, Edit. Piadós, 1997

CASTAÑER, Balcells Martha, La Educación Física en la Enseñanza Primaria, España, Edit. Inde, 2001.

CASTEJÓN, Oliva Francisco Javier, Manual del Maestro Especialista en Educación Física, España, Edit. Pila Teleña

CETINA, Franco, Ana Luisa, Educación Física en forma para la vida, México, Edit. Prentice may, 1998.

DÍAZ, Lucea, Jordi, La Enseñanza y Aprendizaje de las Habilidades y Destrezas Motrices Básicas, España, Edit. Inde, 1999

En Antología Básica del Juego, Licenciatura en Educación, Plan 94, U.P.N. México

SEP,, Fichero de Actividades Educación Física, Primer Ciclo, 2004

GÓMEZ, Jorge, La Educación Física en el Patio, Buenos Aires, Edit. Stadium, 2002

GÓMEZ, Tubito, José Manuel, Manifiesto Mundial de la Educación Física, FIEP, 2000, Argentina, Federación Internacional de Educación Física FIEP, Fondee en 1923

GONZÁLEZ, Rodríguez, Catalina, Educación Física en Preescolar, Barcelona, Edit. Inde, 2001.

HORACIO, Gómez, Raúl, El Aprendizaje de las Habilidades y Esquemas Motrices en el Niño y el Joven, Significación, Estructura y Psicogénesis, Edit. Stadium, s/a

HURLOCK B. Elizabeth, Psicología del Desarrollo

KURT, Meinel, Teoría del Movimiento, Argentina, Edit. Stadium, 1988,

LLEIXA, Arribas Teresa, La Educación Física de 3 a 8 años, (Segundo Ciclo de Educación Infantil y Ciclo Inicial de Enseñanza Primaria), España, Edit. Paidotribo

MEECE. Judith. Desarrollo del niño y del adolescente, SEP 2000

MORALES, Córdoba, Jesús, Manual de Recreación Física, México, Edit. Limusa, 1994

PALACIOS, Jesús, Desarrollo Cognitivo y Educación, Madrid, Edit. Morata

REYES, Navia, Rosa Mercedes, El Juego Procesos de Desarrollo y Socialización, Contribución a la Psicología, Colombia, Edit. Magisterio

RUÍZ, Pérez, Luis Miguel, Desarrollo Motor y Actividades Físicas, Edit. Gymnos, España

SÁNCHEZ, B., Fernando, Didáctica de la Educación Física y el Deporte, Madrid, Edit. Gymnos, 1992

SÁNCHEZ, González Mario, Complemento Didáctico de Educación Física, Edit. Edimad, México, 2002

SEP, Plan y Programas de Estudio de Educación Primaria, México, 1993

VÁZQUEZ, Gómez Benilde, La Educación Física en la Educación Básica, Madrid, Edit. Gymnos, 1989

WAICHMAN, Pablo, Tiempo Libre y Recreación, Un Desafío Pedagógico, México, Centro de Investigación en Ciencias de la Educación, Universidad Regional, Miguel Hidalgo, Edt. Supernova

COMPLEMENTARIA

AISENSTEIN, Ángela, (otros), La Enseñanza del deporte en la Escuela, Edit. Miño y Dávila, 1ª Edición, Buenos Aires, 2002

FAMILIA Y SALUD, Ejercicio Físico, Edit. Futuro lector,1ª Edición, México, 1993

Federación Internacional de Educación Física FIEP, Manifiesto Mundial de la Educación Física, Edit. Córdoba, Argentina, 2000

MAZÓN, Cobo Víctor (otros), Programa de la Educación Física en Primaria, Edit. Inde, 1ª Edición, Barcelona, 2001