



SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA  
**UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL**

---

**UNIDAD 153 ECATEPEC**

***“DESARROLLO DE LAS CAPACIDADES FÍSICAS Y SOCIO  
MOTRICES POR MEDIO DEL JUEGO MOTOR”***

**PROYECTO DE INTERVENCIÓN PEDAGÓGICA**

QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE  
LICENCIADO EN EDUCACIÓN PLAN 94

PRESENTA:

**MARÍA BÁRBARA LADRÓN DE GUEVARA BENÍTEZ**

ASESOR:  
MAESTRA MARIBEL VARGAS ESPINOSA

ECATEPEC EDO. DE MÉXICO

DICIEMBRE 2005

DICTAMEN DE TRABAJO DE TITULACION.

Valle de Anáhuac, Ecatepec de Morelos, Edo. de México, 24 de noviembre de 2005

**C. MARÍA BÁRBARA LADRÓN DE GUEVARA BENÍTEZ**

**P R E S E N T E.**

En mi calidad de Presidente de la Comisión de Titulación de esta Unidad y como resultado del análisis realizado a su trabajo intitulado:

**"DESARROLLO DE LAS CAPACIDADES FISICAS Y  
SOCIOMOTRICES POR MEDIO DEL JUEGO MOTOR "**

Opción Proyecto de intervención pedagógica, manifiesto a usted que reúne los requisitos académicos establecidos al respecto por la institución.

Por lo anterior, se dictamina favorablemente su trabajo y se le autoriza a presentar su examen profesional el día 15 de diciembre del presente, a las 14:00 Hrs. en el Auditorio de la Unidad.



ATENTAMENTE  
"EDUCAR PARA TRANSFORMAR"

S. E. P.

UNIVERSIDAD PEDAGOGICA  
NACIONAL  
UNIDAD UPN 153  
SAN CRISTOBAL, ECATEPEC  
EDO. DE MÉX.

LIC. MARCO ESTEBAN MENDOZA RODRÍGUEZ  
PRESIDENTE DE LA COMISION DE TITULACIÓN  
DE LA UNIDAD UPN 153, ECATEPEC

MTRO. BENJAMÍN DE JESÚS JIMÉNEZ OCAMPO  
SECRETARIO DE LA COMISIÓN DE TITULACIÓN  
DE LA UNIDAD UPN 153, ECATEPEC

LIC. XÓCHITL HAIDÉ ARAUJO GÓMORA  
VOCAL DE LA COMISIÓN DE TITULACIÓN  
DE LA UNIDAD UPN 153, ECATEPEC

ARQ. LUIS ARMANDO SARACHO DE MARÍA Y CAMPOS  
VOCAL DE LA COMISIÓN DE TITULACIÓN  
DE LA UNIDAD UPN 153, ECATEPEC

# **AGRADECIMIENTOS**

## **A Dios:**

Por permitirme el milagro de vivir todas estas experiencias maravillosas, por hacerme sentir alguien muy especial.

## **A mis padres:**

Ma. Dolores Benítez Berinstain y Jesús Ladrón de Guevara, porque me hicieron sentir la vida con toda su alegría y con todo su amor, con una niñez feliz. Eternamente gracias.

## **A mi pareja:**

Luis Agustín Gutiérrez Bello, por ser mi apoyo incondicional, compartir ideales con amor y cariño, por ayudarme a alcanzar mis sueños. Con todo mi agradecimiento y amor.

## **A mis hijos:**

Luis Agustín Gutiérrez Ladrón de Guevara y Rodolfo Jiménez Ladrón de Guevara, con todo mi cariño por ser el impulso más grande en mi vida y porque sus triunfos también son mis triunfos.

**Al maestro:**

Eleazar Hernández Ramírez, porque sin su apoyo no se hubiera hecho realidad este sueño maravilloso y por haber tenido confianza en mí. Mi más profundo agradecimiento.

**A mi asesora:**

Lic. Maribel Vargas Espinosa, por su ayuda y paciencia, por guiar mi proyecto con gran interés y certeza. Por compartir sus conocimientos y sabiduría. Por ser un ejemplo de superación y éxito constante. Con admiración y gratitud.

**A la maestra:**

Lic. Eugenia Albarán García, por el apoyo, conocimientos y experiencias en el transcurso de “El juego” que formó parte importante en la realización de este proyecto.  
Con admiración y respeto.

**A todos y cada uno de mis maestros:**

de la U. P. N., por compartir su sabiduría, conocimientos y encontrar en los demás lo mejor.

**A mis alumnos:**

Ceci, Jessica, Kevin, Carlos, Fernanda, Belén, Mari, Claudia, Miriam, Venecia, Fernando, Valery e Isaac, por compartir momentos de alegría, de juego, de aprendizajes y formar parte importante en este proyecto.

**A mi profesor: Lic. Fernando Torres García:**

Brillante y fina persona, quien sin su  
colaboración no hubiera sido posible  
esta realización. Por hacer resplandecer  
el deseo de una atlética condición de  
superación; poder valorar todos aquellos instantes  
que hacen que valga la pena vivir la vida.

Por siempre gracias.

# Í N D I C E

<b>INTRODUCCIÓN.....</b>	<b>9</b>
<b>1. DIAGNÓSTICO DE LA ESCUELA Y EL GRUPO.....</b>	<b>14</b>
<b>1.1 La escuela: su contexto.....</b>	<b>14</b>
1.1.1. El municipio.....	15
1.1.2. Características de la zona.....	18
<b>1.2 Características de la escuela.....</b>	<b>20</b>
1.2.1. Modelo académico.....	20
1. 2.2 Misión.....	20
1.2.3. Visión.....	20
1.2.4. Servicios.....	21
1.2.5. Recursos humanos y materiales.....	21
<b>1.3 El grupo .....</b>	<b>22</b>
1.3.1. Diagnóstico de salud .....	24
1.3.2. Diagnóstico de capacidades físicas .....	27
1.3.3. Diagnóstico de las capacidades sociomotrices.....	31
<b>2. FUNDAMENTACIÓN DE LA PROPUESTA.....</b>	<b>35</b>
<b>2.1 Capacidades físico motrices.....</b>	<b>35</b>
2.1.1. Velocidad.....	37
2.1.2. Flexibilidad.....	39
2.1.3. Fuerza.....	41
2.1.4. Resistencia.....	43

<b>2.2 Capacidades sociomotrices</b> .....	44
2.2.1. Interacción y comunicación.....	46
2.2.2. Introyección.....	48
2.2.3. Proyección.....	49
2.2.4. Creatividad.....	50
2.2.5. Imaginación.....	51
2.2.6. El juego colectivo.....	52
<b>2.3 El juego: importancia y aspectos fundamentales</b> .....	53
2.3.1. Definición de juego.....	55
2.3.2. Clasificación de los juegos.....	57
<b>2.4 El juego motor</b> .....	61
2.4.1. Importancia pedagógica del juego motor.....	63
2.4.2. Didáctica del juego motor.....	63
2.4.3. Aplicación del juego motor.....	64
<b>2.5 Desarrollo psicológico, intelectual, socio afectivo y motriz en un niño de 3° grado de primaria</b> .....	65
2.5.1. Desarrollo psicológico.....	66
2.5.2. Desarrollo intelectual.....	67
2.5.3. Aspecto socioafectivo.....	68
2.5.4. Desarrollo motriz.....	69
<b>3. PROPUESTA: SU APLICACIÓN Y EVALUACIÓN</b> .....	71
<b>3.1 Diseño y elaboración</b> .....	71
3.1.1. Diseño.....	72
3.1.2. Elaboración.....	74

<b>3.2. Aplicación del programa de juegos motores</b> .....	76
3.2.1 Presentación del juego.....	77
3.2.2 Materiales curriculares o didácticos.....	77
3.2.3. Cómo explicar el juego.....	79
<b>3.3 Evaluación del programa de juegos motores</b> .....	80
3.3.1 Evaluación diagnóstica.....	81
3.3.2 Evaluación formativa o procesal.....	81
3.3.3 Evaluación sumativa o final de las capacidades físicas.....	94
3.3.4 Evaluación sumativa o final de las capacidades sociomotrices.....	97
3.3.5 Programa de juegos motores.....	99
<b>Conclusiones</b> .....	137
<b>Fuentes de consulta</b> .....	141
<b>Anexos</b> .....	144

## INTRODUCCIÓN

El presente Proyecto de Intervención Pedagógica, realizado en el área de Educación Física me permitió observar el desarrollo de las capacidades físicas y sociomotrices<sup>1</sup>, siendo el juego motor<sup>2</sup> un medio didáctico, por que a través de él se favoreció el aprendizaje significativo<sup>3</sup>, además de proporcionar experiencias y estímulos necesarios para su desarrollo físico, psíquico y social.

Mi interés por desarrollar las capacidades físicas y sociomotrices, por medio del juego, surgió al observar que los alumnos muestran más interés cuando se trata de actividades lúdicas que cuando se trata de actividades físicas que carecen de juegos; ya que por medio del juego motor, el alumno se motiva. Observé que permite un alto grado de interacción entre los alumnos que al participar amplían su bagaje motriz, cognitivo, afectivo y social, permitiendo que los más y los menos capaces puedan sentirse protagonistas de los logros alcanzados; es por medio de las actividades que planteo y que he ajustando a los intereses de los alumnos, que los juegos motores me permitieron llegar a los objetivos deseados, favoreciendo el desarrollo de las capacidades físicas y las relaciones sociales entre ellos, desarrollando sus capacidades sociomotrices.

---

<sup>1</sup> Las capacidades sociomotrices son las que permiten al niño desarrollarse socialmente de acuerdo a la actuación motriz propias de cada edad evolutiva del niño; Martha Castañer las clasifica en : Interacción, comunicación, introyección, expresión, creatividad e imaginación. “El movimiento es el medio básico por el cual el niño entra en relación, y es moviéndose cuando empieza a confrontarse con los demás y a verificar que los demás poseen características similares a las suyas. Y es de este modo que llega al deseo y/o necesidad de colaboración, sosteniendo reglas comunes y buscando el placer del juego. ( Castañer, **La educación física en la enseñanza primaria**. 2001. p. 113.)

<sup>2</sup> “El juego motor es una organización lúdica que se caracteriza por el empleo significativo de la motricidad; es decir, la relevancia como juego procede de este grado de significación, tratándose de las características e intensidades de la motricidad y el contexto en el que se desarrolla.” (Navarro, V. **El afán de jugar**. 2002. p. 55. )

<sup>3</sup> “Para Ausubel el aprendizaje se facilita gracias a la mediación o interacción con los otros, por lo tanto, es social y cooperativo, el aprendizaje es un proceso de reconstrucción de saberes culturales. El grado de aprendizaje depende del nivel de desarrollo cognitivo, emocional y social, y de la naturaleza de las estructuras de conocimiento. El punto de partida de todo aprendizaje son los conocimientos y experiencias previos que tiene el aprendiz. El aprendizaje tiene un importante componente afectivo por lo que juega un papel crucial los siguientes factores: el autoconocimiento, el establecimiento de motivos y metas personales, la disposición por aprender, las atribuciones sobre el éxito y el fracaso, las expectativas y representaciones mutuas. El aprendizaje requiere contextualización: los aprendices deben trabajar con tareas auténticas y significativas culturalmente, y necesitan aprender a resolver problemas con sentido.” (Díaz, F y Hernández, G. **Estrategias docentes para un aprendizaje significativo**. 2003. p. 36.) “Las conductas motrices de los juegos motores, para no perder potencia explicativa deben considerar la intencionalidad de la conducta y la interpretación motriz de la acción; de esta manera, no solo describimos lo que sucede sino que nos aproximamos a la explicación del porqué. Con ello queremos exponer que la motricidad es una cualidad significativa para la conducta humana y que enmarcada en el juego motor, adquiere una lógica propia.” ( Navarro, V. **El afán de jugar**. 2002 p. 56.)

Al hacer estas observaciones en mis alumnos surge el interés por desarrollar un Proyecto de Intervención Pedagógica<sup>4</sup>, en el que utilicé el juego motor como estrategia educativa en la clase de Educación Física en los niños del tercer grado del Colegio Calmecac, y fue importante en dos sentidos: para innovar mi práctica docente, para mis alumnos porque se promovió el desarrollo de las capacidades físicas y sociomotrices y es una opción pedagógica y didáctica, para los maestros de grupo que pretendan o quieran estimular las capacidades físicas y sociomotrices encuentren que por medio del juego motor se pueden desarrollar.

Mi objetivo fue elaborar un Proyecto de Intervención Pedagógica que desarrollara las capacidades físico motrices y sociomotrices de mis alumnos mediante el juego motor, lo cual me permitió mejorar el desempeño integral<sup>5</sup> de mis alumnos y mi práctica docente. Así como investigar los aspectos centrales de las capacidades físico motrices y sociomotrices, desarrollar y resaltar estrategias didácticas del juego motor y conocer los aspectos relacionados con el desarrollo motor, el aprendizaje de habilidades motrices, cognoscitivas, afectivas y sociales en los niños del tercer grado de primaria.

Ahora bien, se entiende como Proyecto de Intervención Pedagógica a la:

“Estrategia de trabajo propositiva que recupera la valoración de los resultados de la aplicación de la alternativa, en donde se resaltan aquellos aspectos, teóricos, metodológicos e instrumentales que permitieron la explicación y el reconocimiento de sus limitaciones y / o superación del problema docente planteado.”<sup>6</sup>

---

<sup>4</sup> Cfr. RANGEL Ruiz de la Peña Alberto y Teresa de Jesús Negrete Arteaga Proyecto de Intervención Pedagógica, antología básica **Hacia la innovación**. México. U P N. 1996. pp. 85 – 95.”

<sup>5</sup> El desempeño integral al que me refiero es en todas las áreas, intelectual, social, motriz y físico.

<sup>6</sup> Existen varios estudios y experiencias que han demostrado la vinculación entre el lenguaje, las capacidades de abstracción y los mecanismos cognoscitivos desarrollados en el aprendizaje motor (Piaget, 1978, y Novikova, en Maigre / Destrooper, 1976). Podemos afirmar que detrás de cada comportamiento motor que pueda ser autónomo y que persiga un fin, existen unos mecanismos intelectuales de pensamiento que transcurren conjuntamente con las estructuras y los límites de la propia acción.” (Castañer, M. **La educación Física en la enseñanza primaria**. España. 2001. p. 143.

<sup>6</sup> RANGEL Ruiz de la Peña Alberto y Teresa de Jesús Negrete Arteaga. Op. Cit. pp. 85 – 86.

Y al definir el objetivo principal de un Proyecto de Intervención Pedagógica, Rangel nos dice al respecto :

“ El objetivo de la intervención pedagógica es el conocimiento de los problemas delimitados y conceptualizados pero, lo es también la actuación de los sujetos, en el proceso de su evolución y de cambio que pueda derivarse de ella.”<sup>7</sup>

De acuerdo con el autor, mi proyecto surge de un problema que se presenta en mi práctica docente: ¿Cómo desarrollar las capacidades físicas y sociomotrices por medio del juego motor?. Para dar respuesta a esta pregunta surge la elaboración de la propuesta y fueron importantes los elementos metodológicos, teóricos e instrumentales que permitieron el desarrollo de este proyecto; describiendo la evolución de los resultados, así como la resolución del problema docente planteado.

Los soportes teóricos que contextualizan el tema y ponen de manifiesto la importancia del juego en el desarrollo de las capacidades físico motrices y socio motrices en el niño; se basan en autores como:

**\*Marta Castañer Balcells**, en su obra “La educación Física en la enseñanza primaria” valora la Educación Física como la base de cualquier aprendizaje, para la autora las prácticas corporales y la Educación Física desarrollan integralmente a la persona en todas sus potencialidades y capacidades.

**\*Para Vicente Navarro Adelantado**, el juego es un excelente instrumento para los planteamientos didácticos, y en su libro “El afán de jugar” nos habla de las teorías y prácticas de los juegos motores.

---

<sup>7</sup> Ibídem p. 89.

\***El pedagogo alemán Ulrich Stumpp** nos explica cómo obtener una buena condición física jugando .

\***Raúl Omeñaca** nos describe las bases teóricas y la didáctica para la Educación Física en la escuela, desde las actividades, juegos y métodos de cooperación.

\***Antonio García López** nos brinda los conocimientos de los diferentes juegos, en la edad de 6 a 12 años, y utiliza nuevas tecnologías.

Otros autores como: **José Claudio Narganes Robas, Francisco Ruiz Juan, María \*Elena García Montes**, nos habla del desarrollo de la motricidad a partir del juego y los contenidos curriculares de la Educación Física en las etapas de educación infantil y primaria.

\***Jesús Palacios y Cesar Coll** nos describen el desarrollo y la evolución infantil a partir de planteamientos piagetianos. Entre otros autores.

El Proyecto de Intervención Pedagógica<sup>8</sup>; se encuentra estructurado de la siguiente forma: en el primer capítulo **Diagnóstico de la escuela y el grupo**, se menciona la participación y la integración de los alumnos en el marco de la sociedad en la que se desenvuelven y la importancia del contexto social al que pertenecen.

Por ello, en este capítulo se abordaron los temas sobre las características de la escuela y su contexto físico y social; también se elaboró un diagnóstico de salud y capacidades físicas y sociomotrices del grupo .

---

<sup>8</sup> “ Las fases en el desarrollo del Proyecto de Intervención Pedagógica son:

- a) La elección del tipo de proyecto (para el caso del proyecto de intervención tiene como punto de partida la problematización).
- b) La elaboración de una alternativa.
- c) La aplicación y la evaluación de la alternativa.
- d) La formulación de la propuesta de intervención pedagógica.
- e) La formalización de la propuesta en un documento recepcional Estos momentos se encuentran articulados entre sí.” Cfr. Rangel Ruiz y Negrete Arteaga, Op cit p.91.

En el segundo capítulo: **Fundamentación de la propuesta**, se desarrolló el tema sobre las capacidades físico motrices y socio motrices, el juego motor y su didáctica y conceptos sobre el desarrollo psicológico, intelectual, socio afectivo y motriz en los alumnos del tercer grado de primaria.

En el tercer capítulo: **Propuesta su aplicación y evaluación**, de acuerdo a las necesidades del grupo se elaboró un programa en el cual se describe el diseño y elaboración de los juegos motores, su aplicación y evaluación, de acuerdo a un cronograma donde se planearon las actividades durante el ciclo escolar 2004 - 2005; se describe la valoración de los resultados de la aplicación de la alternativa, resaltando los aspectos teóricos, metodológicos, e instrumentales, el reconocimiento de la limitación o superación del problema docente planteado.

Posteriormente se dan a conocer las conclusiones surgidas de los resultados obtenidos, de la aplicación del programa de juegos motores, tomando en cuenta el sustento teórico del proyecto y la propuesta en práctica de éste.

Aparecen después las fuentes de investigación que sustentan la realización del Proyecto de Intervención Pedagógica.

Finalmente, se incluyen los anexos: el circuito motor, cuestionario a padres de familia, hojas de evaluación de las capacidades físicas y sociomotrices, como información del proyecto realizado.

## CONCLUSIONES

El Proyecto de Intervención Pedagógica que realicé en el área de Educación Física, me permitió hacer una investigación para desarrollar las capacidades físicas y sociomotrices por medio del juego motor, en los alumnos de 3° grado de la escuela primaria "Calmecac". Asociando el sustento teórico con mi práctica docente, me permitió implementar el juego motor para desarrollar dichas capacidades.

Por lo que considero importante mencionar las conclusiones a las que he llegado al finalizar este proyecto que fue implementado en el ciclo escolar 2004 – 2005. Cómo impactó en el grupo, en los padres de familia y en la escuela donde se desarrolló este proyecto.

Después de haber realizado esta investigación sabemos que la preferencia de los alumnos se orienta hacia una Educación Física escolar saludable, lúdica. Que al desarrollar cada sesión no sólo fue importante el desarrollo de las capacidades físicas y sociomotrices, también fue importante el análisis pedagógico de las actividades físicas, relacionando los objetivos del proyecto, tomando en cuenta las situaciones individuales de cada alumno, para el análisis y el diseño del programa. Las experiencias vividas por los alumnos, en el juego fueron nuevas e interesantes. Por mi parte también así lo considero

El juego motor es un medio pedagógico, que permitió la construcción de habilidades motrices, que ayudó a los alumnos a desarrollar la competencia motriz, el aprendizaje significativo, la adaptación de mis alumnos al medio, aprendieron a establecer relaciones procedimentales acerca de cómo se organizan las acciones de juego. La motivación es importante al valorar el esfuerzo aunque no se tenga el éxito, además de favorecer la participación del alumno en su propia enseñanza, utilización de recursos didácticos materiales nuevos. Se logró la consolidación de la memoria motriz, permitiendo requerir la

movilidad ya aprendida. La comunicación, permitió el empleo didáctico de todos los modelos de interacción, alumno - alumno, alumno – docente, alumno – grupo, grupo – grupo etc. Todos estos elementos que se integran en el juego motor formaron parte del proyecto.

En cuanto al desarrollo del proyecto, cada bimestre se aplicó el circuito motor y se observa en las hojas de resultados ( las cuales se encuentran en el anexo tres), cómo las capacidades físicas se van desarrollando, conforme al avance del programa de juegos motores: la fuerza, velocidad y flexibilidad van aumentando. Al observar los movimientos de los alumnos, al realizar el circuito motor, éstos son más precisos y con más velocidad. En algunos juegos implementé variantes, por que los que se proponían en un principio los dominaban con gran facilidad. También a partir del segundo bimestre tuve que implementar más juegos, ya que cuatro juegos por sesión eran insuficientes, a veces hasta seis juegos por clase organicé, retomando juegos que habían realizado o los que observé que eran más difíciles en su ejecución.

El impacto que tuvo este proyecto en la escuela fue muy positivo. En la primer junta técnica que se realizó entre las compañeras maestras, me pidieron que si podía impartir en los demás grupos la materia de Educación Física. Los padres de familia mostraban interés en querer llevar a sus hijos a practicar actividades físicas extraescolares.

En cuanto a las capacidades sociomotrices también se observó un gran avance. El grupo conforme pasaban los bimestres se fue integrando cada vez más, su expresión y comunicación fue en aumento, todos los integrantes lograron ser muy participativos, tener una gran colaboración y lograron comprender la importancia de respetar los turnos y respetar a sus compañeros; el grupo se distinguió en la escuela por ser el más unido y con mejor participación en festivales y fechas cívicas. En las fechas cívicas que les correspondió participar fueron de las mejores escoltas y participación en poesía coral. El 21 de marzo presentaron una

tabla rítmica con aros de colores, la cual fue todo un éxito. En la clausura se presentaron en un teatro, con una coreografía de Jazz, la cual gustó tanto que los padres de familia y el público en general pidieron que se repitiera, fue el único número que todos pidieron que se repitiera. En todas estas actividades se puede observar el desarrollo de las capacidades físicas y sociomotrices.

Los problemas principales al poner en marcha el proyecto fueron: en el horario de Educación Física no se autorizaron dos cesiones a la semana como lo programé, solo una sesión por semana fue autorizada. En cuanto a los materiales todos se aportaron, porque la escuela no cuenta con ellos, además de que su transportación fue difícil, porque la escuela carece de un lugar para guardarlos. Con los alumnos, en las primeras sesiones fue difícil porque sus capacidades tanto físicas como sociomotrices necesitaban desarrollarse.

Al poner en marcha el proyecto, los obstáculos no fueron impedimento para llevarlo a cabo, al contrario, fueron retos que se tuvieron que superar.

Mis logros profesionales se reflejan al realizar un Proyecto de Intervención Pedagógica, tanto en la investigación como la implementación, me permitieron innovar mi práctica docente, cumplir mis objetivos al realizar este trabajo y mis objetivos con el grupo; exponiendo los resultados en el capítulo tres se comprueba que por medio de los juegos motores se logró desarrollar las capacidades físicas y sociomotrices en los alumnos de 3° grado mediante el juego motor.

Dentro de los logros personales menciono que el trabajo con los alumnos fue enriquecedor, porque me permitió a partir de las experiencias teórico – prácticas fomentar el desarrollo de actitudes críticas y reflexivas, haciendo que el alumno piense qué es lo que va a hacer y para qué lo hace, buscando soluciones a los problemas que se plantean; además de desarrollar sus capacidades físicas y sociomotrices.

Finalmente quiero expresar que se pueden desarrollar las capacidades físicas y sociomotrices por medio del juego motor y es una forma didáctica, divertida, desarrolla aptitudes corporales y forma actitudes de relación; además de ser útil para todos los docentes.

## BIBLIOGRAFÍA BÁSICA

BERALDO, Stelvio y Claudio Polletti, ***Preparación física total***. Hispano Europea, Barcelona España, 2000.

CAPEL, Susan y Jean Leah, ***Reflexiones sobre la educación física y sus Prioridades***. SEP, México, 2002.

CARL, Diem, ***Historia de los deportes***. Caralt, España, 1966.

CASTAÑER Balcells, Martha y Oleguer Camerino, Foguet, ***Introducción a la Educación Física***. SEP, México 2002.

CASTAÑER Balcells, Martha y Oleguer Camerino, Foguet, ***La educación Física en la enseñanza primaria***. INDE. Barcelona España, 2001.

CRATTY, Bryant J., ***Desarrollo perceptual y motor en los niños***. Paidós. Barcelona España, 2002.

CRATTY, Bryant J, ***Juegos escolares que desarrollan la conducta***. Quebecor World, Colombia, 2001.

GARCÍA López, Antonio y Francisco Gutiérrez Hidalgo, ***Los juegos en la Educación Física de los 6 a los 12 años***. INDE, España 2000.

HELLER, Ágnes, ***Sociología de la vida cotidiana***. Ediciones Península, Barcelona España, 1998.

NARGANES Robas, José Claudio, ***Juego y desarrollo curricular en Educación Física***. Deportiva WANCEULEN, España, 1993.

NAVARRO Adelantado, Vicente, **El afán de jugar**. INDE, Barcelona España, 2002.

NAVARRO Adelantado, Vicente, **Fundamentos de Educación Física para la Enseñanza primaria** Vol. II. INDE, España, 1993.

OMEÑACA, Raúl y Ernesto Puyuelo, **Explorar, jugar, cooperar**. Paidotribo, Barcelona España, 2001.

PALACIOS, Jesús y César COLL, **Desarrollo psicológico y educación**. Alianza, Madrid España, 1999.

RUIZ Juan, Francisco y María Elena García Montes, **Desarrollo de la Motricidad a través del juego**. GYMNOS, Madrid, España, 2001.

SCHWEIZER K. Y L. Zahner, **El niño y el deporte** en **ATP Energía y movimiento**, num. 15, Suiza, enero – febrero 1996.

STUMPP, Ulrich, **Adquirir una buena condición física jugando**. PAIDOTRIBO, Barcelona España, 2003.

TRIGO, Eugenia, **Creatividad y motricidad**. INDE, Barcelona España, 1999.

VÁZQUEZ, Gómez Benilde y Oleguer Camerino Foguet, **Bases educativas de la actividad física y el deporte**. SÍNTESIS, España, 2003.

VIZUETE Carrizosa, Manuel, **Manual del maestro especialista en Educación Física**. Pila Teleña, Madrid España, 2000.

## BIBLIOGRAFÍA COMPLEMENTARIA

ALEGRÍA, Margarita y Sandro Cohen, . ***Manual para el manejo de información en la investigación documental***, UAM Azcapotzalco, México, 1990.

DÍAZ Barriga Frida y Gerardo Hernández Rojas. ***Estrategias docentes para un aprendizaje significativo***. MC. Graw – Hill. México, 2003.

FISCHER Ruben, ***Desarrollo infantil I***, SEP, México, 2003.

HERNÁNDEZ Sampieri, Roberto, ***Metodología de la investigación***. Mc Graw Hill, México, 2003

LOPEZ Frías, Blanca Silvia, ***Evaluación del Aprendizaje***. Trillas, México, 2001.

MALDONADO Willman, Héctor, ***Manual de comunicación oral***. Alambra, México 1995.

RODRÍGUEZ Estrada, Mauro, ***Creatividad en los juegos y juguetes***. PAX MÉXICO, México, 1995.

SÁNCHEZ Bañuelos, Fernando, ***Didáctica de la Educación Física***. Prentice Hall, España, 2002.

SEFCHOVICH Galia y Gilda Waisburd, ***Expresión corporal y creatividad***. Trillas, México, 2001.

VELÁSQUEZ Callado, Carlos, ***Las actividades físicas cooperativas***. SEP. México, 2004.

## **1. DIAGNÓSTICO DE LA ESCUELA Y EL GRUPO.**

En este, primer capítulo del Proyecto de Intervención Pedagógica, comenzaré por explicar el contexto en el cual se encuentra la escuela donde laboro, haciendo una descripción del entorno físico y sociocultural en donde se desarrollan mis alumnos y su implicación con la aplicación de la alternativa durante el ciclo escolar 2004 – 2005.

Hablaré de las características de la escuela primaria, señalando su ubicación, los recursos humanos y materiales, la misión, la visión con los que cuenta la escuela primaria y las características de mi grupo.

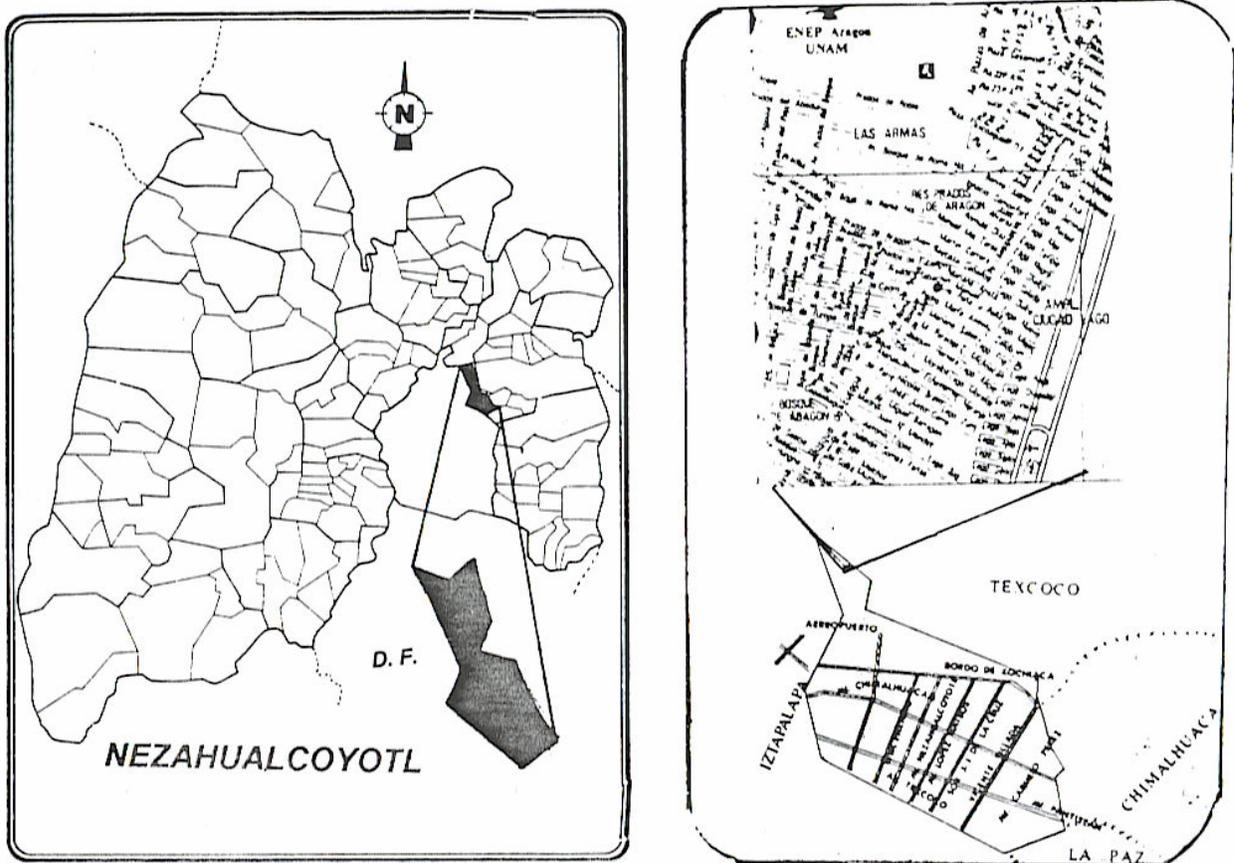
El primer capítulo finaliza con los resultados del diagnóstico que realicé al grupo, para saber en qué estado de salud se encontraba y qué grado de desarrollo tenían los alumnos en cuanto a las capacidades físicas y sociomotrices.

### **1.1. La escuela: su contexto.**

El “Colegio Calmecac”, escuela primaria donde laboro, se creó en el año 1997, contando con educación preescolar, en el año 2003 se incorporó la primaria; la escuela se encuentra ubicada en el Estado de México, en el municipio de Nezahualcóyotl, el cual describo cómo está constituido y los problemas principales a los que se enfrenta, mismos que influyen en la comunidad donde se encuentra ubicada la escuela.

### 1.1.1. El municipio.

“El municipio de Nezahualcóyotl, asentado en 62.44 kilómetros cuadrados, es uno de los 122 municipios del Estado de México ubicado en la porción oriental del Valle de México, en lo que anteriormente fuera el lago de Texcoco.”<sup>9</sup>



Colinda al norte con el municipio de Ecatepec, al sur con la delegación de Iztapalapa, al oriente con el lago de Texcoco, Chimalhuacan y Los Reyes la Paz y al poniente

<sup>9</sup>MURILLO Espinoza, Guadalupe. *El teatro como estrategia didáctica para promover el aprendizaje, la creatividad y la socialización de los alumnos de educación primaria*. Tesina UPN Ecatepec, México 2003, p. 138.

con la zona federal del aeropuerto Internacional Benito Juárez y las delegaciones políticas Gustavo A. Madero e Iztacalco.

La población del municipio de Nezahualcóyotl está integrada por 3 millones de habitantes, según fuentes del padrón electoral INEGI, distribuidos en 86 colonias.

Las principales actividades de la población son las siguientes: el comercio en sus diferentes manifestaciones, la industria el transporte, el servicio público municipal, labores del hogar y estudiantes en los diferentes niveles de educación.

“Los usos de suelo son distribuidos en la siguiente forma: urbano (83.63%), industrial (0.37%) y suelo erosionado (15%) que corresponde a la superficie del vaso del ex - lago Texcoco”<sup>10</sup>

Nezahualcóyotl es un municipio urbanizado, en este se encuentra el “Parque del Pueblo” conformado en ocho hectáreas con los siguientes espacios: un lago artificial, considerable vegetación, invernaderos, juegos mecánicos, un jardín zoológico y áreas deportivas, es el único parque del municipio; se encuentra ubicado en la Col. Ampliación Vicente Villada, en la calle de Colón.

También se encuentra la “Ciudad Deportiva”, cuenta con canchas de Fútbol, Básquetbol, Frontón y un gimnasio principalmente; aún no se encuentra terminada. Se ubica en la Col. Estado de México, en la Av. Bordo de Xochiaca y Av. Nezahualcóyotl.

Son los únicos espacios recreativos y deportivos con los que cuenta el municipio y son insuficientes para la población, por lo que muchos camellones son utilizados como canchas de fútbol y otros el municipio los acondiciona con juegos como: columpios y resbaladillas.

---

<sup>10</sup> Ibídem. p. 138

Su topografía es plana, carece de zonas agrícolas; la sección norte se encuentra protegida de las inundaciones por el Bordo de Xochiaca. Su suelo se compone principalmente de arcilla con alto porcentaje de salinidad y humedad, provocando escasa vegetación y fauna por su clima semiárido templado y por ser en su totalidad un municipio urbanizado.

El municipio cuenta con vías de comunicación importantes como la Avenida Central, la avenida Chimalhuacán, avenida Adolfo López Mateos, avenida Texcoco, avenida Siete, avenida Cuatro etc. Diferentes rutas de microbuses y autobuses que circulan en el interior del municipio y del municipio hacia las principales estaciones del metro, la avenida Zaragoza y el tren ligero. Es necesario mencionar que este servicio no es el mejor, en muchos casos es deficiente.

Dos de los problemas manifiestos en el municipio son el agua y la contaminación ambiental.

Sobre el primero podemos decir que el agua potable es uno de los principales problemas, existiendo desabasto en 17 colonias de la zona norte y oriente del municipio, porque la red de agua potable es insuficiente debido a la poca infraestructura hidráulica, lo que ocasiona venta de agua en pipas particulares. También problemas referentes a la calidad del agua por contener partículas de hierro y manganeso.

Por otra parte, existen un sin número de tomas domiciliarias sin servicio y excesivas fugas en líneas primarias y redes de distribución.

En el municipio se observan grandes problemas de contaminación ambiental, debido a que éste se encuentra en la zona metropolitana; vehículos particulares y de servicio afectan la calidad del aire. Los vehículos que transitan por las vialidades de Nezahualcóyotl dañan el ambiente por emitir gases contaminantes, lo que origina problemas de salud en la población.

La contaminación de los desechos sólidos que se generan en el municipio da mal aspecto y es foco de infecciones; debido a que el servicio de recolección de basura es insuficiente y abunda el comercio ambulante, los tianguis y los puestos no establecidos crean gran cantidad de basura: 1200 toneladas de desechos sólidos se generan diariamente, los cuales tienen el destino de relleno sanitario en los tiraderos del Bordo de Xochiaca y los tiraderos no autorizados.

En la actualidad el municipio cuenta con planes de protección ambiental y pequeña infraestructura para mejorar el abastecimiento de agua potable, sistema de alcantarillado, sistema de drenaje pluvial, tratamiento de aguas residuales a cargo del “Organismo Descentralizado de Agua Potable, Alcantarillado y Saneamiento (O. D. A. P. A. S.) El cual se enfrenta a problemas de atraso de mantenimiento de administraciones pasadas” <sup>11</sup>

En las escuelas primarias se lleva a cabo programas para el cuidado del agua, para que la población cuente con una cultura de protección ambiental.<sup>12</sup>

### **1.1.2. Características de la zona.**

Las características de la zona que acabo de describir influyen en los aspectos: ambiental, social, económico y se refleja en el desarrollo de las capacidades físicas, intelectuales y culturales de la comunidad donde se encuentra la escuela primaria donde apliqué mi proyecto de intervención pedagógica: “El colegio Calmecac”. Éste, se encuentra ubicado en el Estado de México, en el municipio de Nezahualcóyotl, en la colonia Prados de Aragón. Es una zona urbana que cuenta actualmente con todos los servicios públicos como son: agua potable, alcantarillado, pavimentación, alumbrado, limpieza y recolección de basura, teléfonos, correo, telégrafo, incluyendo

---

<sup>11</sup> HERRERA Moro y Juan Castillo. “Logros y cambios importantes”, *Revista especial del O.D.A.P.A.S.* 2002-2003. Gobierno del estado de México- UNAM, México, p.26

<sup>12</sup> Programa oficial para educación básica del cuidado del agua “Semana estatal del uso racional del agua”. Gobierno del Estado de México-SEP.

otros servicios como: Tiendas de autoservicio, mercados, tiendas pequeñas, bancos. Servicios de transporte como: taxis, bici taxis, microbuses y camiones.

La colonia Prados de Aragón cuenta con dos escuelas primarias oficiales y tres primarias particulares, una secundaria oficial y dos secundarias particulares, dos preparatorias particulares y también se encuentra muy cerca la F.E.S. Aragón (Facultad de Estudios Superiores de Aragón), en la que se imparten gran variedad de estudios con nivel licenciatura y es una extensión o campus de la Universidad Nacional Autónoma de México.

Las actividades económicas que predominan en esta zona son comercios como: papelerías, tiendas de abarrotes, de pinturas, también el comercio informal como puestos de ropa y de comida.

Los alumnos que asisten al “Colegio Calmecac” viven en la misma colonia Prados de Aragón y también asisten de colonias aledañas como son: Bosques de Aragón, Impulsora, Plazas de Aragón y San Juan de Aragón, principalmente.

El entorno sociocultural de la mayoría de las familias que tienen inscritos a sus hijos en la escuela, pertenecen a un status económico de nivel medio bajo, que en su mayoría son empleados de instituciones públicas y privadas, algunos profesionistas, propietarios de pequeños comercios, en la mayoría de las familias se observa que ambos padres trabajan y cuando falta el padre, la madre es la que se encarga del mantenimiento de su hogar. La mayoría de los padres cuentan con estudios de secundaria, nivel medio superior y sólo algunos profesionistas.

La comunidad no cuenta con las condiciones apropiadas para el desarrollo de las capacidades físicas y sociomotrices, debido a la falta de espacios destinados a las actividades físicas como: parques, deportivos, o áreas verdes donde los niños puedan jugar y desarrollar sus capacidades físicas y sociomotrices. Como mencioné anteriormente el municipio cuenta con el “Parque del pueblo” y la “Ciudad Deportiva

Nezahualcóyotl”, siendo insuficientes para la población del municipio y estar ubicados a una distancia considerablemente lejana de la escuela, a los alumnos no les es posible trasladarse a estos espacios.

## **1.2. Características de la escuela:**

El “Colegio Calmecac” es una escuela primaria particular, pertenece a la zona escolar P190/09. Tiene siete años impartiendo clases de preescolar y dos años como escuela primaria.

### **1.2.1. Modelo académico.**

El modelo académico está basado en el constructivismo en donde el alumno construye su propio conocimiento y obtiene un aprendizaje significativo siendo el profesor un facilitador del conocimiento.

### **1.2.2. Misión.**

Su misión es: ser una institución educativa que ofrezca una educación con rostro humano, que fomente, fortalezca y predique con el ejemplo de los valores, dotando al alumno de aprendizajes que le sean relevantes y significativos para la vida presente y futura.

Así como el desarrollo de las competencias que le permitan, una vida plena individual y socialmente; haciendo uso de la ciencia, la tecnología para su bien y el de la sociedad, priorizando el desarrollo académico.

### **1.2.3. Visión.**

Su visión es: dotar al alumno de aprendizajes significativos para la vida, a partir de las necesidades básicas para el aprendizaje, desarrollar en ellos-as, las

competencias lingüísticas y las competencias básicas de las matemáticas; a través de una educación básica con sentido humano que fortalezca y rescate los valores; y le permita la apreciación de las artes, el disfrute de la Educación Física, el cuidado de la salud, el respeto y la valoración del medio ambiente, logrando el aprovechamiento de la ciencia, la tecnología para su bien y el de la sociedad<sup>13</sup>.

#### **1.2.4. Servicios con los que cuenta.**

Imparte las materias de acuerdo con el Plan y Programa de la SEP y también materias como: Inglés, Computación, Danza, Música. También ofrece servicios de visitas culturales y talleres para padres.

#### **1.2.5. Recursos humanos y materiales.**

Los recursos humanos con los que cuenta la escuela son un personal docente profesional y con experiencia. Cuenta con tres maestras de preescolar, cinco maestras de primaria, tres maestras de inglés, una maestra de computación, una maestra de danza y un maestro de música. La escuela no cuenta con profesores de Educación Física.

En cuanto a los recursos materiales, las instalaciones son adecuadas y responden a las necesidades del colegio, que permiten tener un buen cuidado y supervisión de los alumnos; cuenta con tres aulas para preescolar, seis aulas para primaria, una aula para computación, una aula para biblioteca, un aula para dirección, una cocina para servicio de desayunos, un aula para materiales, 6 baños y 2 patios escolares.

---

<sup>13</sup> Plan Estratégico de Transformación Escolar de la escuela primaria “Colegio Calmecac” 2004-2005

### 1.3. El grupo.

Cada uno de los miembros del grupo es importante y son diferentes en su forma de pensar e interactuar; al respecto Raúl Omeñaca al definir grupo nos dice que:

“El grupo educativo se define, básicamente, por su estructura y por su sistema de interacciones que en el se establecen.

La estructura grupal viene marcada por el ordenamiento de las personas que integran el grupo. En ellas son de gran importancia las posiciones ocupadas por cada uno de los niños, los estatus (valoraciones asociadas a cada posición) y los roles (expectativas de actuación vinculadas a cada uno de ellos).

Íntimamente ligada a la estructura grupal está el sistema de interacciones establecidas entre sus miembros, lo que nos lleva a entender el grupo como entramado dinámico, aunque dotado a la vez de estabilidad.<sup>14</sup>

El grupo de tercer año que está a mi cargo, se encuentra integrado por 13 alumnos: 9 niñas y 4 niños. Se encuentran en la edad de 8 – 9 años. El grupo se integró en los primeros meses agosto, septiembre y el último alumno que ingresó al grupo fue en el mes de enero. Algunos alumnos vienen de escuelas particulares y otros de escuelas oficiales.

En la aplicación de la evaluación del diagnóstico que apliqué al comenzar el año escolar observé que era un grupo muy heterogéneo, tenían diferencias muy grandes en conocimientos, capacidades físicas y sociomotrices. En conocimientos hay niños como Kevin, Cecilia, Isaac y Mariana que tienen un nivel mayor de aprovechamiento que el resto del grupo, porque tienen mejor lectura, mejor redacción, presentación y ortografía en sus trabajos, dominan la resolución de problemas, operaciones básicas como suma, resta, multiplicación y división y un buen aprendizaje de las tablas de multiplicar. A diferencia de los demás alumnos del grupo.

---

<sup>14</sup> OMEÑACA, Raúl y Ernesto Pulluelo, , *Explorar, jugar, cooperar*. Paidotribo. Barcelona. 2001. p. 15

Con respecto al grupo, en la evaluación diagnóstica que realicé al comenzar el año escolar 2004 - 2005 se observa que las capacidades físicas y sociomotrices necesitan desarrollarse. Las capacidades físicas han sido poco estimuladas, al platicar con mis alumnos, para saber a qué dedican su tiempo y con quién en su vida cotidiana fuera de la escuela, conocí que la mayoría de sus juegos son juegos virtuales o dedican mucho tiempo a ver la televisión; sus padres les dedican poco tiempo debido a que trabajan durante todo el día, además, como mencioné anteriormente, en la comunidad no existen espacios donde ellos puedan jugar algún deporte o realizar alguna actividad física, como se observa en el croquis de la Col. Prados de Aragón en la p.15 del presente trabajo. El grupo en general también necesita desarrollar las capacidades sociomotrices porque mostraban poca tolerancia y respeto entre ellos.

Las alumnas Fernanda, Venezia y Valery tenían poca disposición para aceptar a los compañeros y aceptarse entre ellas, provocaban controversias con los demás compañeros, teniendo dificultad para que fuera un grupo unido. Al conocer al grupo, también observé que había alumnos como Cecilia, Isaac, Fernando, Belén, ellos mostraban más tolerancia y respeto en el grupo. Cada uno de mis alumnos tenía diferente disposición para aprender. Al respecto César Coll nos dice:

“Los alumnos presentan una determinada disposición para llevar a cabo el aprendizaje que se les plantea. Esta disposición o enfoque con el que abordan la situación de aprendizaje de nuevos conocimientos no es, en general, algo inexplicable o imprescindible, sino que surge como resultado de la confluencia de numerosos factores de índole personal e interpersonal. El grado de equilibrio personal entre el alumno, su auto imagen y autoestima, sus experiencias anteriores de aprendizaje, su capacidad de asumir riesgos y esfuerzos, de pedir dar y recibir ayuda son los aspectos de tipo personal que desempeñan un papel importante en la disposición del alumno frente al aprendizaje”<sup>15</sup>

---

<sup>15</sup> COLL, César. *El constructivismo en el aula*, Barcelona, GRAO. 2000, p. 48

La disposición frente al aprendizaje que tienen mis alumnos es diferente, porque cada uno dispone de capacidades, instrumentos, estrategias y habilidades diferentes y diferentes experiencias de vida. Es importante la actitud como docente que se tiene frente al grupo y crear un ambiente en el cual ellos puedan desenvolverse con armonía; en mi labor, a cada alumno he tratado de ayudarlo a tener una mejor comprensión, motivándolos para que continúen dando su mejor esfuerzo.

Al desarrollar sus capacidades físicas y sociomotrices por medio del juego motor se mejora su rendimiento escolar y mejora su socialización. En la aplicación de mi proyecto hice un diagnóstico, para saber en qué condiciones de salud y con qué capacidades físicas y sociomotrices contaban los alumnos.

### **1.3.1. Diagnóstico de salud.**

Para poder hacer un diagnóstico de las capacidades físicas y sociomotrices, primero investigué el estado de salud en el que se encontraban mis alumnos, tomando como instrumento de investigación un cuestionario\* para padres en el cual se observan los problemas de salud que son detectables en el aula y la exploración física que practicó su médico a cada uno de los alumnos, extendiendo un certificado médico el cual avala su estado de salud.

La elaboración de los resultados del diagnóstico, en la investigación por medio del cuestionario “a padres de familia” tomando en cuenta los “criterios de una exploración física médica”<sup>16</sup> los cuales nos describen el estado de salud de los alumnos, estos criterios son: Cómo se encuentra el Sistema Nervioso Central, Sistema Músculo Esquelético, Sistema Cardiovascular y Respiratorio, Aparato Gastrointestinal y Nutrición; obteniendo los datos en cuanto al estado de salud que

---

\* Ver anexo “Cuestionario a padres de familia”. Anexo 2. p. 143.

<sup>16</sup> ZURZO, *Semiología Básica e Interrogatorio clínico*. España, Interamericana, 2004, pp. 234 – 261.



Sistema Músculo Esquelético como: pie plano, problemas de columna, problemas de postura; enfermedades del Sistema Cardiovascular y Respiratorio como: soplos cardiacos, asma; enfermedades del aparato Gastrointestinal y Nutrición como: desnutrición, anemia, obesidad, parasitosis intestinal e infecciones gastrointestinales. De los cuestionarios se obtuvieron los siguientes datos:

### **1. Sistema Nervioso Central:**

En el grupo no se presentan problemas auditivos.

Problemas visuales: el 41% de los alumnos presenta problemas visuales de astigmatismo y miopía. Los alumnos que presentan este tipo de problema han sido atendidos y usan anteojos recetados por su médico y pueden hacer actividades físicas como un “niño normal”.

El 59% de los alumnos no presentan problemas visuales.

El grupo no presenta problemas de aprendizaje (lento aprendizaje, autismo, hiperactividad, etc.)

### **2. Sistema músculo esquelético:**

Defectos congénitos (de nacimiento) el 41% de los alumnos presentan pie plano. Las recomendaciones de los médicos son que usen dentro de los zapatos tenis sus plantillas ortopédicas las cuales les ayudan a realzar el arco del pie para tener mejor postura y alineación del sistema músculo esquelético. Los médicos recomiendan realizar actividades físicas con poca resistencia.

El 59% de los alumnos no presentan lesiones o malformaciones en su Sistema Músculo esquelético.

### **3. Sistema Cardiovascular y Respiratorio.**

Los alumnos no presentan soplos cardíacos, ni malformaciones congénitas.

Un alumno presenta problemas de asma, controlada por su médico con vacunas que le son aplicadas anualmente y recomienda la actividad física como cualquier niño sano; ya que en casos más severos de asma no es recomendable la actividad física.

### **4. Aparato Gastrointestinal y Nutrición.**

Los alumnos no presentan desnutrición o anemia.

25% de los alumnos presentan sobrepeso, pero no llega a ser obesidad.

Los alumnos no presentan parasitosis intestinal.

Los alumnos no presentan enfermedades gastrointestinales.

De los resultados anteriores se deduce que el grupo de 3° grado de primaria se encuentra apto para realizar actividades físicas en la materia de Educación Física, con las debidas recomendaciones, en el caso de los alumnos con pie plano, a estos se les recomendó usar plantillas y hacer actividades físicas que no impliquen mucha resistencia. En el caso de los alumnos que usan lentes, usarlos siempre que la situación lo permita, en el caso del alumno con asma: la aplicación de su vacuna anual, en la actualidad su problema de asma ya no se ha presentado. Todas estas recomendaciones fueron hechas por sus médicos, ya que se extendieron certificados médicos que avalan su estado de salud.

#### **1.3.2. Diagnóstico de las capacidades físicas.**

Para evaluar las capacidades físicas en los alumnos del 3° grado de primaria, diseñé un **circuito motor**. Para Stelvio Beraldo, el circuito motor es:

“Una de las modalidades de aplicación de los conceptos de desarrollo de la capacidad motriz. La principal ventaja de este método es la de romper la monotonía repetitiva en la ejecución de varias series de un mismo ejercicio.

El circuito, utilizando más ejercicios y cada uno de ellos para un sector muscular diferente, resulta muy útil sobre todo en la fase inicial del proceso de entrenamiento, por cuanto tiende a estimular de un modo general todas las capacidades motrices, además permite la presencia simultánea de varios atletas “.<sup>18</sup>

El circuito motor me permitió observar las capacidades físicas de velocidad, fuerza y flexibilidad de mis alumnos, el circuito motor está integrado por 6 estaciones.<sup>19</sup>

“ Se establecen de 6 a 12 estaciones (ejercicios) seleccionadas por sectores corporales implicados: edad, grado de entrenamiento, y tipo de fuerza que se quiere desarrollar (carga). Se realiza una sola serie por cada estación hasta completar el circuito, el cual se repite hasta 3 – 4 vueltas. El paso por las diversas estaciones prevé un tiempo de recuperación bastante breve: 15 – 45 segundos.”<sup>20</sup>

Durante el recorrido del circuito motor que utilicé como instrumento para medir las capacidades físicas de fuerza, flexibilidad y velocidad obtuve las siguientes conclusiones:

**Primera estación:** Velocidad, velocidad de reacción y fuerza en extremidades inferiores.

El 42% de los alumnos corrieron y saltaron las vallas sin problemas de forma armónica, sin



**Circuito motor primera estación**

<sup>18</sup> BERALDO, Stelvio y Claudio Polletti, , *Preparación física total*. Hispano Europea, Barcelona, 2000, p. 124

<sup>19</sup> Ver diagrama del circuito motor en anexo 1.

<sup>20</sup> BERALDO, Stelvio y Claudio Polletti. Op. Cit. p. 144.

detenerse.

El 33% de los alumnos pudo hacer el recorrido de forma regular porque saltaron con dificultad y tocaron algunas vallas.

El 25% de los alumnos hicieron el recorrido de forma deficiente porque corren y se detienen al saltar, tocaron las vallas y tiraron postes.

Se observa que hace falta desarrollo de la fuerza en extremidades inferiores.

**Segunda estación:** Donde se puede observar la fuerza y flexibilidad en extremidades superiores e inferiores.

17% de los alumnos pueden reptar bien.

58% de los alumnos pueden reptar de forma regular.



**Circuito motor segunda estación**

25% de los alumnos pueden reptar de manera deficiente, lenta o se detienen.

Por los resultados que se obtienen, los alumnos necesitan desarrollar fuerza y flexibilidad en extremidades superiores e inferiores.

**Tercera estación:** Saltar llantas. Se observa la fuerza y coordinación del movimiento en extremidades inferiores.

8% de los alumnos pudo saltar bien las llantas.

33% de los alumnos saltó de forma regular.



**Ciecuito motor tercera estación**

59% de los alumnos no puede saltar las llantas.

En esta estación se puede apreciar mejor la fuerza en extremidades inferiores, la cual necesita desarrollarse al igual que la coordinación en el salto, ya que la mayoría no puede realizar el ejercicio de esta estación.

**Cuarta estación:** Arrastrar la llanta. Se puede observar la fuerza en general.

59% de los alumnos sí pudo realizar bien el ejercicio.

33% de los alumnos tuvieron dificultad al arrastrar la llanta.



**Circuito motor cuarta estación**

8% de los alumnos no pudieron arrastrar la llanta durante el recorrido.

Se observa que la mayoría del grupo tiene fuerza para arrastrar la llanta aunque sus movimientos no son con facilidad y hace falta desarrollo de la fuerza.

**Quinta estación:** Rodar la llanta. Se observa la coordinación, velocidad y fuerza para manipular un objeto.

33% de los alumnos realizaron bien el recorrido.

42% de los alumnos realizaron de forma regular.

25% no controlan el viaje de la llanta.



**Circuito motor quinta estación**

En esta estación se observa que se tiene que desarrollar más la velocidad de reacción y coordinación en el movimiento.

**Sexta estación:** Atravesar el túnel. Se puede observar la flexibilidad y fuerza en extremidades superiores e inferiores.

50% de los alumnos realizaron bien el recorrido .

50% de los alumnos realizaron el recorrido de forma regular .



**Circuito motor sexta estación.**

En esta estación se puede observar la falta de flexibilidad y fuerza en extremidades superiores e inferiores de los alumnos.

En general, los resultados muestran que hace falta el desarrollo de las capacidades físicas de fuerza, flexibilidad y velocidad en los niños del tercer grado, la velocidad con la que desempeñan el paso por las estaciones, algunos niños, no lo hacen con la debida precisión, se detienen o cambian el movimiento, por querer hacer rápido el paso por las estaciones ya que no terminan el ejercicio como se les indicó.

### **1.3.3. Diagnóstico de las capacidades sociomotrices**

En la evaluación diagnóstica de las capacidades sociomotrices utilicé como instrumento dos juegos: “¿Dónde estás?” y “Yo quiero”; los cuales, por medio de la observación, detecté las siguientes capacidades sociomotrices: Expresión, comunicación, participación, colaboración, respeto de turnos.

#### **Expresión y comunicación**

La expresión es lo que podemos observar en toda actividad, donde se mezcla nuestro mundo interior, lo que pensamos con el mundo exterior como lo manifestamos; donde el cuerpo tiene un papel principal con su motricidad.

La comunicación es la acción de emitir un mensaje para poder expresar algo. La comunicación en el grupo es el intercambio de información, disposición de comentar para poner en común sus ideas.

El 67% de los alumnos hacen uso de su capacidad de expresión y comunicación.

El 33% de los alumnos le resulta difícil expresarse y comunicarse.

Se necesita desarrollar la expresión y la comunicación por medio del juego motor.

En los equipos se observa que algunos alumnos toman la iniciativa para resolver problemas expresan y comunican sus ideas y otros siguen las ordenes de los que tomaron la iniciativa, otros al no estar de acuerdo no participan.

## **Participación**

El tomar parte o intervenir en la actividad que se está realizando, el saber compartir, ideas o materiales para poder realizar en este caso el juego.

75% de los alumnos participan de forma entusiasta.

25% de los alumnos tiene poca participación.

Se puede mejorar la participación en el grupo. En ocasiones no se ponen de acuerdo y no todos participan, algunos toman una posición egocéntrica y si no se hace lo que ellos proponen, no participan.

## **Colaboración**

Es intercambiar información, compartir ideas, coordinar y sincronizar sus acciones motrices, participar en el bienestar propio y el de sus compañeros.

42% de los alumnos colabora.

58% de los alumnos no colabora.

Se necesita desarrollar más la colaboración. No se pueden alcanzar los objetivos del juego si no existe ayuda recíproca y coordinación de acciones motrices para buscar soluciones para llegar a concretar el juego.

### **Respetar turnos**

Alude al respeto por los demás y nace del reconocimiento de los derechos de los otros. Es sensibilidad y aceptación ante los diferentes niveles de destreza alcanzados por los demás como muestra de respeto hacia sus compañeros.

58% de los alumnos respeta su turno.

42% de los alumnos no respeta su turno.

Los alumnos tienen que aprender a respetar su turno. La mayoría de los alumnos son hijos únicos y están acostumbrados a que todo es para ellos, sin importar los demás, tienen una actitud egocéntrica que les es difícil superar, es importante que aprendan a respetar su turno para poder realizar el juego y para que ellos aprendan a respetar los derechos de los demás.

Los alumnos no tienen una buena socialización, se tiene que promover el conocimiento de la diversidad de aspectos de los compañeros: emotivo, intelectual, motor y social. Percibir y adaptarse al ritmo de trabajo de los demás.

Mejorar las capacidades sociomotrices.

Haciendo un diagnóstico general, los alumnos tienen buena salud para realizar actividades físicas dentro de la materia de Educación Física; tomando en cuenta sus limitaciones el proyecto de juegos motores ha sido diseñado para ellos.

En cuanto a las capacidades físicas, a los alumnos les hace falta estimular la motricidad, debido a que sus juegos y su entorno influyen al no tener posibilidades de movimiento y no han podido desarrollar las capacidades físicas y es por medio del proyecto de juegos motores que se estimularán esas capacidades físicas y a la vez también las capacidades sociomotrices las cuales van unidas; las he separado para su observación y estudio, pero dentro del proyecto y en la práctica no se pueden separar. Las capacidades sociomotrices se tienen que desarrollar para que el alumno se sienta que es parte de un grupo, de un equipo y el valorar y respetar a cada uno de los miembros que lo conforman.

El desarrollo de cada uno de los alumnos en los ámbitos perceptivo, motriz, cognitivo, afectivo, y social se encuentra dentro de mi proyecto y corresponde a la edad en que va dirigida la propuesta, es importante conocer como se realizan los aprendizajes, cuáles son los procesos que los alumnos adquieren progresivamente capacidades, habilidades, conocimientos y actitudes que les permitan ser más competentes en su contexto.

Los conocimientos y capacidades de los alumnos han sido tomados en cuenta al tener como referencia sus aprendizajes previos sobre los que se inicia el proceso educativo. Es en el siguiente capítulo es donde expongo el sustento teórico de mi Proyecto de Intervención Pedagógica para poder desarrollar las capacidades físicas y sociomotrices por medio del juego motor.

## ANEXO 1 ESTACIONES DEL CIRCUITO MOTOR

### 1° Estación: correr 8 metros y saltar las vallas.

- B Corrió y saltó las vallas sin problema de forma armónica.
- R Salta con dificultad.
- D Corre y se detiene al saltar, toca o tira las vallas.

### 2° Estación: reptar 8 metros.

- B Repta sin ningún problema.
- R Repta con dificultad.
- D Repta apoyando las rodillas y se detiene.

### 3° Estación: saltar las llantas en zig – zag.

- B Saltó adentro de las llantas de manera armónica.
- R No salta de manera armónica tiene dificultades para saltar, salta y se detiene.
- D No puede saltar dentro de las llantas, camina.

### 4° Estación: Jalar la llanta.

- B Realiza sin dificultad el ejercicio.
- R Tiene dificultad para arrastrar la llanta.
- D No puede arrastrar la llanta.

### 5° Estación: Rodar la llanta.

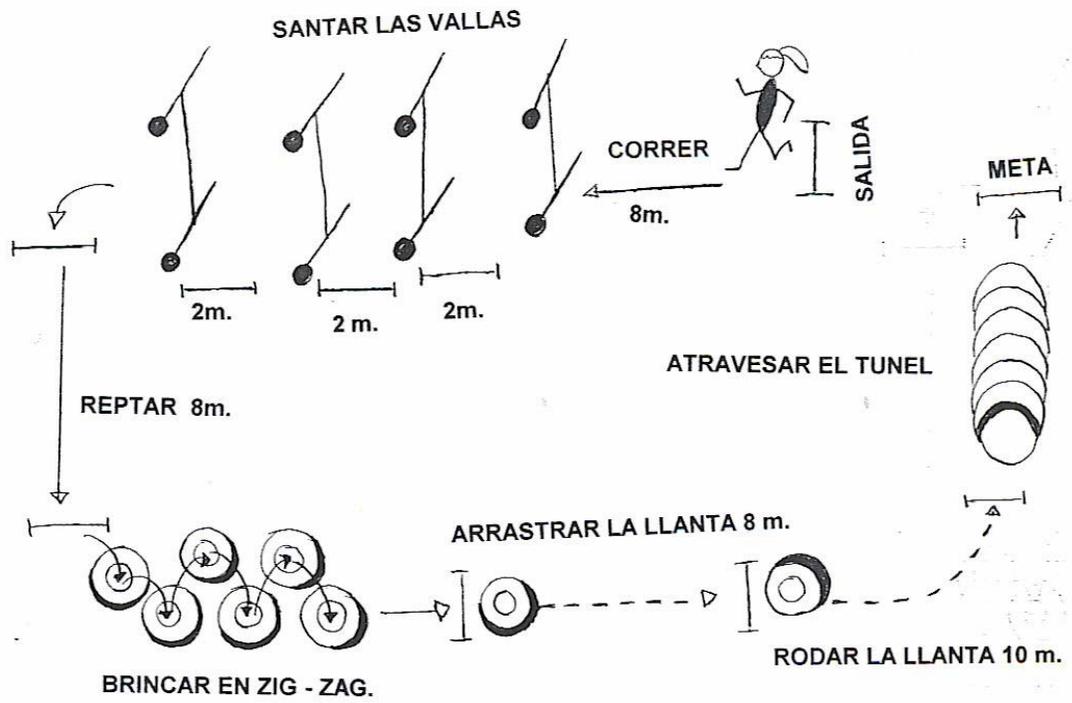
- B Rueda la llanta sin ningún problema.
- R No controla el viaje de la llanta.
- D No puede rodar la llanta.

### 6° Estación: Atravesar el túnel.

- B Realiza con rapidez el recorrido por el túnel.
- R Tarda en hacer el recorrido por el túnel.
- D No pasa por el túnel, se queda dentro del túnel.

# ANEXO 1

## CIRCUITO MOTOR



## ANEXO 2

### CUESTIONARIO A PADRES DE FAMILIA

Nombre del alumno: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Edad: \_\_\_\_\_ Peso: \_\_\_\_\_ Estatura: \_\_\_\_\_

1.- Señale con una X si el niño padece alguna enfermedad en los siguientes casos.

#### ***Enfermedades del Sistema Nervioso Central:***

a) Su hijo (a) presenta problemas auditivos:

(disminución de agudeza auditiva)

SI NO

b) Su hijo (a) presenta problemas visuales, (astigmatismo, miopía)

SI NO

¿Cuál? \_\_\_\_\_

c) Su hijo (a) presenta problemas de aprendizaje:

(lento aprendizaje, Autismo, hiperactividad etc.)

SI NO

¿Cuál? \_\_\_\_\_

#### ***2.- Sistema Músculo Esquelético:***

a) Su hijo (a) tiene defectos congénitos:

SI NO

Pié plano

SI NO

Problemas de columna

SI NO

Defectos posturales SI NO  
Si existe otra ¿cuál es?: \_\_\_\_\_

### 3.- **Sistema cardiovascular y respiratorio**

a) ¿Su hijo (a) presenta malformaciones congénitas cómo soplos cardiacos? SI NO  
b) ¿Problemas asmáticos? SI NO

### 4.- **Aparato Gastrointestinal / Nutrición**

Su hijo (a) presenta problemas de:

a) Desnutrición: SI NO  
b) Anemia SI NO  
c) Obesidad SI NO  
d) Parasitosis intestinal SI NO  
e) Infecciones gastrointestinales SI NO

#### **Información general:**

5 ¿Con qué frecuencia lleva a su hijo al doctor? una vez al año: SI NO  
dos veces al año: SI NO tres veces al año: SI NO

Más de tres veces al año; especifique cuándo: \_\_\_\_\_

6.- ¿El niño (a) ha sido sometido a cirugías? Si No

¿cuáles? \_\_\_\_\_

6.-¿ El niño (a) tiene otra actividad física aparte de la clase de Educación Física?

Si No ¿Cuál?\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_.

7.- ¿Al niño (a) le gusta practicar algún actividad física, deporte o juego?

Si No ¿Cuáles?\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_.

8.-¿ Piensa usted que es importante que su hijo haga una actividad física?

Si No ¿Por qué?\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_.

9.- ¿Cree usted que a su hijo le gusta la clase de Educación Física?

SI No ¿Por qué?\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_.

10.- ¿Qué beneficios piensa que se obtiene de las actividades físicas o el practicar un deporte?

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_.

**ANEXO 3** EVALUACIÓN DIAGNÓSTICA SEPTIEMBRE 2004

EVALUACIÓN DE LAS CAPACIDADES FÍSICAS

No.	Nombre del alumno	1° ESTACIÓN	2° ESTACIÓN	3° ESTACIÓN	4° ESTACIÓN	5° ESTACIÓN	6° ESTACIÓN
1	Aragón Rivadeneira Cecilia Tiempo: 1.20 minutos	(S) NO (B) R D B (R)	(S) NO (B) D B (R)				
2	Díaz de León Jessica Tiempo: 1.45 minutos	(S) NO (B) D B (R)	(S) NO (B) D B (R)	(S) NO (B) D B (R)	(S) NO (B) D B (R)	(S) NO (B) D B (R)	(S) NO (B) D B (R)
3	Flores Gómez Kevin Francisco Tiempo: 1.50 minutos	(S) NO (B) D B (R)	(S) NO (B) D B (R)	(S) NO (B) D B (R)	(S) NO (B) D B (R)	(S) NO (B) D B (R)	(S) NO (B) D B (R)
4	García Basurto Carlos Norman Tiempo: 1.18 minutos	(S) NO (B) D B (R)	(S) NO (B) D B (R)	(S) NO (B) D B (R)	(S) NO (B) D B (R)	(S) NO (B) D B (R)	(S) NO (B) D B (R)
5	Gutiérrez Castillo Ma. Fernanda Tiempo: 1.22 minutos	(S) NO (B) D B (R)	(S) NO (B) D B (R)	(S) NO (B) D B (R)	(S) NO (B) D B (R)	(S) NO (B) D B (R)	(S) NO (B) D B (R)
6	Hernández Martínez Belén Tiempo: 1.45 minutos	(S) NO (B) D B (R)	(S) NO (B) D B (R)	(S) NO (B) D B (R)	(S) NO (B) D B (R)	(S) NO (B) D B (R)	(S) NO (B) D B (R)
7	Huerta Alvarz Mariana Tiempo: 1.10 minutos	(S) NO (B) D B (R)	(S) NO (B) D B (R)	(S) NO (B) D B (R)	(S) NO (B) D B (R)	(S) NO (B) D B (R)	(S) NO (B) D B (R)
8	Lee Arellano Claudia Jamilex Tiempo: 1.23 minutos	(S) NO (B) D B (R)	(S) NO (B) D B (R)	(S) NO (B) D B (R)	(S) NO (B) D B (R)	(S) NO (B) D B (R)	(S) NO (B) D B (R)
9	Manjares Fuentes Miriam Tiempo: 1.25 minutos.	(S) NO (B) D B (R)	(S) NO (B) D B (R)	(S) NO (B) D B (R)	(S) NO (B) D B (R)	(S) NO (B) D B (R)	(S) NO (B) D B (R)
10	Magallan Flores Venezia Tiempo: 1.22 minutos	(S) NO (B) D B (R)	(S) NO (B) D B (R)	(S) NO (B) D B (R)	(S) NO (B) D B (R)	(S) NO (B) D B (R)	(S) NO (B) D B (R)
11	Rocher Castro Fernando Tiempo: 1.20 minutos	(S) NO (B) D B (R)	(S) NO (B) D B (R)	(S) NO (B) D B (R)	(S) NO (B) D B (R)	(S) NO (B) D B (R)	(S) NO (B) D B (R)
12	Solis Burgos Valery Grecia Tiempo: 1.31 minutos	(S) NO (B) D B (R)	(S) NO (B) D B (R)	(S) NO (B) D B (R)	(S) NO (B) D B (R)	(S) NO (B) D B (R)	(S) NO (B) D B (R)
13		(S) NO (B) D B (R)	(S) NO (B) D B (R)	(S) NO (B) D B (R)	(S) NO (B) D B (R)	(S) NO (B) D B (R)	(S) NO (B) D B (R)
14		(S) NO (B) D B (R)	(S) NO (B) D B (R)	(S) NO (B) D B (R)	(S) NO (B) D B (R)	(S) NO (B) D B (R)	(S) NO (B) D B (R)
15		(S) NO (B) D B (R)	(S) NO (B) D B (R)	(S) NO (B) D B (R)	(S) NO (B) D B (R)	(S) NO (B) D B (R)	(S) NO (B) D B (R)
ESCALA ESTIMATIVA: B= 10		R= 8		D= 6			

EVALUACIÓN DE LAS CAPACIDADES FÍSICAS

1° BIMESTRE SEPTIEMBRE - OCTUBRE 2004

No.	Nombre del alumno	1° ESTACIÓN	2° ESTACIÓN	3° ESTACIÓN	4° ESTACIÓN	5° ESTACIÓN	6° ESTACIÓN
1	Aragón Rivadeneira Cecilia Tiempo: 1.15 minutos	(S) NO B D					
2	Díaz de León Jessica Tiempo: 1.42 minutos	(R) NO B D	(S) NO B D				
3	Flores Gómez Kevin Francisco Tiempo: 1.48 minutos	(S) NO B D					
4	García Basurto Carlos Norman Tiempo: 1.14 minutos	(R) NO B D	(S) NO B D				
5	Gutiérrez Castillo Ma. Fernanda Tiempo: 1.20 minutos	(S) NO B D					
6	Hernández Martínez Belén Tiempo: 1.30 minutos	(R) NO B D	(S) NO B D				
7	Huerta Alvarz Mariana Tiempo: 1.9 minutos	(R) NO B D	(S) NO B D				
8	Lee Arellano Claudia Jamilex Tiempo: 1.20 minutos	(R) NO B D	(S) NO B D				
9	Manjares Fuentes Miriam Tiempo: 1.23 minutos.	(S) NO B D					
10	Magallan Flores Venezia Tiempo: 1.18 minutos	(S) NO B D					
11	Rocher Castro Fernando Tiempo: 1.16 minutos	(S) NO B D					
12	Solis Burgos Valery Grecia Tiempo: 1.30 minutos	(S) NO B D					
13		(S) NO B D					
14		(S) NO B D					
15		(S) NO B D					

ESCALA ESTIMATIVA: B= 10

D= 6

R= 8

EVALUACIÓN DE LAS CAPACIDADES FÍSICAS

2° BIMESTRE NOVIEMBRE - DICIEMBRE, 2004

No.	Nombre del alumno	1° ESTACIÓN	2° ESTACIÓN	3° ESTACIÓN	4° ESTACIÓN	5° ESTACIÓN	6° ESTACIÓN
1	Aragón Rivadeneira Cecilia Tiempo: 1,12 minutos	(S) NO R D	(S) NO R D	(S) NO D (R)	(S) NO D (R)	(S) NO R D	(S) NO R D
2	Díaz de León Jessica Tiempo: 1,39 minutos	(S) NO B (R)	(S) NO D B	(S) NO D B	(S) NO D B	(S) NO D B	(S) NO D B
3	Flores Gómez Kevin Francisco Tiempo 1,46 minutos	(S) NO B (R)	(S) NO D B	(S) NO D B	(S) NO D B	(S) NO D B	(S) NO D B
4	García Basurto Carlos Norman Tiempo: 1,10 minutos.	(S) NO R D	(S) NO R D	(S) NO D B	(S) NO D B	(S) NO D B	(S) NO D B
5	Gutiérrez Castillo Ma. Fernanda Tiempo: 1,20 minutos.	(S) NO B (R)	(S) NO D B	(S) NO D B	(S) NO D B	(S) NO D B	(S) NO D B
6	Hernández Martínez Belén Tiempo: 1,28 minutos	(S) NO B (R)	(S) NO D B	(S) NO D B	(S) NO D B	(S) NO D B	(S) NO D B
7	Huerta Álvarez Mariana Tiempo: 1,10 minutos	(S) NO B (R)	(S) NO D B	(S) NO D B	(S) NO D B	(S) NO D B	(S) NO D B
8	Lee Arellano Claudia Jamilex Tiempo: 1,23 minutos.	(S) NO B (R)	(S) NO D B	(S) NO D B	(S) NO D B	(S) NO D B	(S) NO D B
9	Manjares Fuentes Miriam Tiempo: 1,20 minutos	(S) NO B (R)	(S) NO D B	(S) NO D B	(S) NO D B	(S) NO D B	(S) NO D B
10	Magallan Flores Venezuela Tiempo.: 1,15	(S) NO B (R)	(S) NO D B	(S) NO D B	(S) NO D B	(S) NO D B	(S) NO D B
11	Rocher Castro Fernando Tiempo. 1,15 minutos	(S) NO B (R)	(S) NO D B	(S) NO D B	(S) NO D B	(S) NO D B	(S) NO D B
12	Solis Burgos Valery Grecia Tiempo: 1,25 minutos.	(S) NO B (R)	(S) NO D B	(S) NO D B	(S) NO D B	(S) NO D B	(S) NO D B
13		SI NO B R	SI NO B R	SI NO B R	SI NO B R	SI NO B R	SI NO B R
14		SI NO B R	SI NO B R	SI NO B R	SI NO B R	SI NO B R	SI NO B R
15		SI NO B R	SI NO B R	SI NO B R	SI NO B R	SI NO B R	SI NO B R

ESCALA ESTIMATIVA: B= 10 R= 8 D= 6

EVALUACIÓN DE LAS CAPACIDADES FÍSICAS

3° BIMESTRE ENERO - FEBRERO 2005

No.	Nombre del alumno	1° ESTACIÓN	2° ESTACIÓN	3° ESTACIÓN	4° ESTACIÓN	5° ESTACIÓN	6° ESTACIÓN
1	Aragón Rivadeneira Cecilia Tiempo: 1.10 minutos	(S) NO (B) R D					
2	Díaz de León Jessica Tiempo: 1.37 minutos	(S) NO (B) R D					
3	Flores Gómez Kevin Francisco Tiempo: 1.45 minutos	(S) NO (B) R D					
4	García Basurto Carlos Norman Tiempo: 1.10 minutos.	(S) NO (B) R D					
5	Gutiérrez Castillo Ma. Fernanda Tiempo: 1.18 minutos.	(S) NO (B) R D					
6	Hernández Martínez Belén Tiempo: 1.30 minutos	(S) NO (B) R D					
7	Huerta Alvarz Mariana Tiempo: 1.05 minutos	(S) NO (B) R D					
8	Lee Arellano Claudia Jamilex Tiempo: 1.20 minutos	(S) NO (B) R D					
9	Manjares Fuentes Miriam Tiempo: 1.20 minutos.	(S) NO (B) R D					
10	Magallan Flores Venezia Tiempo : 1.10 minutos	(S) NO (B) R D					
11	Rocher Castro Fernando Tiempo: 1.09 minutos	(S) NO (B) R D					
12	Solis Burgos Valery Grecia Tiempo: 1.20 minutos	(S) NO (B) R D					
13	Dominguez Morales Isaac Tiempo: 1.26 minutos	(S) NO (B) R D					
14		(S) NO (B) R D					
15		(S) NO (B) R D					
		R=8	D=6				
ESCALA ESTIMATIVA: B=10							

EVALUACIÓN DE LAS CAPACIDADES FÍSICAS

4° BIMESTRE MARZO - ABRIL 2005

No.	Nombre del alumno	1° ESTACIÓN	2° ESTACIÓN	3° ESTACIÓN	4° ESTACIÓN	5° ESTACIÓN	6° ESTACIÓN
1	Aragón Rivadeneira Cecilia Tiempo: 1.10 minutos	(S) NO (B) R					
2	Díaz de León Jessica Tiempo: 1.35 minutos.	(S) NO (B) R					
3	Flores Gómez Kevin Francisco Tiempo: 1.43 minutos	(S) NO (B) R					
4	García Basurto Carlos Norman Tiempo: 1.08 minutos	(S) NO (B) R					
5	Gutiérrez Castillo Ma. Fernanda Tiempo: 1.15 minutos.	(S) NO (B) R					
6	Hernández Martínez Belén Tiempo: 1.22 minutos.	(S) NO (B) R					
7	Huerta Alvarz Mariana Tiempo: 58 segundos.	(S) NO (B) R					
8	Lee Arellano Claudia Jamilex Tiempo 1.15 minutos	(S) NO (B) R					
9	Manjares Fuentes Miriam Tiempo: 1.18 minutos.	(S) NO (B) R					
10	Magallan Flores Venezia Tiempo: 1.10 minutos	(S) NO (B) R					
11	Rocher Castro Fernando Tiempo: 1.05 minutos	(S) NO (B) R					
12	Solis Burgos Valery Grecia Tiempo: 1.18 minutos	(S) NO (B) R					
13	Dominguez Morales Isaac Tiempo: 1.20 minutos	(S) NO (B) R					
14		(S) NO (B) R					
15		(S) NO (B) R					
ESCALA ESTIMATIVA: B = 10		R = 8		D = 6			

EVALUACIÓN DE LAS CAPACIDADES FÍSICAS

5° BIMESTRE MAYO - JUNIO 2005

No.	Nombre del alumno	1° ESTACIÓN	2° ESTACIÓN	3° ESTACIÓN	4° ESTACIÓN	5° ESTACIÓN	6° ESTACIÓN
1	Aragón Rivadeneira Cecilia Tiempo: 1.05 minutos	(S) NO (B) R D					
2	Díaz de León Jessica Tiempo: 1.28 minutos	(S) NO (B) R D					
3	Flores Gómez Kevin Francisco Tiempo: 1.40 minutos.	(S) NO (B) R D					
4	García Basurto Carlos Norman Tiempo: 1.00 minutos	(S) NO (B) R D					
5	Gutiérrez Castillo Ma. Fernanda Tiempo: 1.10 minutos.	(S) NO (B) R D					
6	Hernández Martínez Belén Tiempo: 1.20 minutos.	(S) NO (B) R D					
7	Huerta Alvarz Mariana Tiempo .58 segundos	(S) NO (B) R D					
8	Lee Arellano Claudia Jamilex Tiempo: 1.10 minutos	(S) NO (B) R D					
9	Manjares Fuentes Miriam Tiempo: 1.15 minutos.	(S) NO (B) R D					
10	Magallan Flores Venezuela Tiempo: 1.05 minutos	(S) NO (B) R D					
11	Rocher Castro Fernando Tiempo: .58 segundos	(S) NO (B) R D					
12	Solis Burgos Valery Grecia Tiempo: 1.15 minutos	(S) NO (B) R D					
13	Dominguez Morales Isaac Tiempo: 1.10 minutos	(S) NO (B) R D					
14		(S) NO (B) R D					
15		(S) NO (B) R D					

ESCALA ESTIMATIVA: B= 10

R= 3

D= 6

EVALUACIÓN DE LAS CAPACIDADES SOCIOMOTRICES

EVALUACIÓN DIAGNÓSTICA SEPTIEMBRE 2004

No.	NOMBRE DEL ALUMNO	capacidad de expresión y comunica con el cuerpo	Se interesa por participar de una manera entusiasta.	Respeto y valora las oportunidades del grupo.	Colabora y se deja ayudar	OBSERVACIONES
1	Aragón Rivadeneira Cecilia	(S) R (B) NO D (B)	(S) R (B) NO D (B)	(S) R (B) NO D (B)	(S) R (B) NO D (B)	Colabora y organiza
2	Díaz de León Jessica	(S) B (R) NO D (B)	(S) B (R) NO D (B)	(S) R (B) NO D (B)	(S) R (B) NO D (B)	No muestra mucho interés
3	Flores Gómez Kevin Francisco.	(S) B (R) NO D (B)	(S) B (R) NO D (B)	(S) R (B) NO D (B)	(S) R (B) NO D (B)	No respeta turnos
4	García Basurto Carlos	(S) B (R) NO D (B)	(S) B (R) NO D (B)	(S) R (B) NO D (B)	(S) R (B) NO D (B)	No respeta turnos
5	Gutiérrez Castillo Ma. Fernanda	(S) B (R) NO D (B)	(S) B (R) NO D (B)	(S) R (B) NO D (B)	(S) R (B) NO D (B)	No respeta turnos
6	Hernández Martínez Belén.	(S) B (R) NO D (B)	(S) B (R) NO D (B)	(S) R (B) NO D (B)	(S) R (B) NO D (B)	No expresa no se comunica
7	Huerta Álvarez Mariana	(S) B (R) NO D (B)	(S) B (R) NO D (B)	(S) R (B) NO D (B)	(S) R (B) NO D (B)	No expresa
8	Lee Arellano Claudia	(S) B (R) NO D (B)	(S) B (R) NO D (B)	(S) R (B) NO D (B)	(S) R (B) NO D (B)	No pone entusiasmo
9	Manjares Fuentes Miriam.	(S) B (R) NO D (B)	(S) B (R) NO D (B)	(S) R (B) NO D (B)	(S) R (B) NO D (B)	No presta los materiales no respeta turnos
10	Magallán Flores Venezuela.	(S) B (R) NO D (B)	(S) B (R) NO D (B)	(S) R (B) NO D (B)	(S) R (B) NO D (B)	No respeta turnos
11	Rocher Castro Fernando	(S) B (R) NO D (B)	(S) B (R) NO D (B)	(S) R (B) NO D (B)	(S) R (B) NO D (B)	Respeto y colabora
12	Solis Burgos Grecia	(S) B (R) NO D (B)	(S) B (R) NO D (B)	(S) R (B) NO D (B)	(S) R (B) NO D (B)	No respeta su turno
13		(S) B (R) NO D (B)	(S) B (R) NO D (B)	(S) R (B) NO D (B)	(S) R (B) NO D (B)	

ESCALA ESTIMATIVA: B = 10

R = 8

D = 6

EVALUACIÓN DE LAS CAPACIDADES SOCIOMOTRICES

1° BIMESTRE SEPTIEMBRE - OCTUBRE 2004

No.	NOMBRE DEL ALUMNO	capacidad de expresión y comunica con el cuerpo	Se interesa por participar de una manera entusiasta.	Respeto y valora las oportunidades del grupo.	Colabora y se deja ayudar	OBSERVACIONES
1	Aragón Rivadeneira Cecilia	(S) NO (B) D (R) R	(S) NO (B) D (R) R	(S) NO (B) D (R) R	(S) NO (B) D (R) R	Colabora y organiza
2	Díaz de León Jessica	(S) NO (B) D (R) R	(S) NO (B) D (R) R	(S) NO (B) D (R) R	(S) NO (B) D (R) R	No muestra mucho interés
3	Flores Gómez Kevin Francisco.	(S) NO (B) D (R) R	(S) NO (B) D (R) R	(S) NO (B) D (R) R	(S) NO (B) D (R) R	No respeta turnos
4	García Basurto Carlos	(S) NO (B) D (R) R	(S) NO (B) D (R) R	(S) NO (B) D (R) R	(S) NO (B) D (R) R	Colabora y respeta turnos
5	Gutiérrez Castillo Ma. Fernanda	(S) NO (B) D (R) R	(S) NO (B) D (R) R	(S) NO (B) D (R) R	(S) NO (B) D (R) R	No respeta turnos
6	Hernández Martínez Belén.	(S) NO (B) D (R) R	(S) NO (B) D (R) R	(S) NO (B) D (R) R	(S) NO (B) D (R) R	No expresa no se comunica
7	Huerta Álvarez Mariana	(S) NO (B) D (R) R	(S) NO (B) D (R) R	(S) NO (B) D (R) R	(S) NO (B) D (R) R	No expresa
8	Lee Arellano Claudia	(S) NO (B) D (R) R	(S) NO (B) D (R) R	(S) NO (B) D (R) R	(S) NO (B) D (R) R	No pone entusiasmo
9	Manjares Fuentes Miriam.	(S) NO (B) D (R) R	(S) NO (B) D (R) R	(S) NO (B) D (R) R	(S) NO (B) D (R) R	No presta los materiales no respeta turnos
10	Magallán Flores Venezia	(S) NO (B) D (R) R	(S) NO (B) D (R) R	(S) NO (B) D (R) R	(S) NO (B) D (R) R	No respeta turnos
11	Rocher Castro Fernando	(S) NO (B) D (R) R	(S) NO (B) D (R) R	(S) NO (B) D (R) R	(S) NO (B) D (R) R	Respeto y colabora
12	Solis Burgos Grecia	(S) NO (B) D (R) R	(S) NO (B) D (R) R	(S) NO (B) D (R) R	(S) NO (B) D (R) R	No respeta su turno
13		(S) NO (B) D (R) R	(S) NO (B) D (R) R	(S) NO (B) D (R) R	(S) NO (B) D (R) R	

ESCALA ESTIMATIVA: B = 10

R = 8

D = 6

EVALUACIÓN DE LAS CAPACIDADES SOCIOMOTRICES

2° BIMESTRE NOVIEMBRE - DICIEMBRE 2004

No.	NOMBRE DEL ALUMNO	capacidad de expresión y comunica con el cuerpo	Se interesa por participar de una manera entusiasta.	Respeto y valora las oportunidades del grupo.	Colabora y se deja ayudar	OBSERVACIONES
1	Aragón Rivadeneira Cecilia	(S) NO (B) R D	(S) NO (B) R D	(S) NO (B) R D	(S) NO (B) R D	Colabora y organiza
2	Díaz de León Jessica	(S) NO (B) R D	(S) NO (B) R D	(S) NO (B) R D	(S) NO (B) R D	Colabora y respeta su turno
3	Flores Gómez Kevin Francisco.	(S) NO (B) R D	(S) NO (B) R D	(S) NO (B) R D	(S) NO (B) R D	Participa, no respeta turnos.
4	García Basurto Carlos	(S) NO (B) R D	(S) NO (B) R D	(S) NO (B) R D	(S) NO (B) R D	Colabora, y respeta turnos
5	Gutiérrez Castillo Ma. Fernanda	(S) NO (B) R D	(S) NO (B) R D	(S) NO (B) R D	(S) NO (B) R D	Expresa y comunica.
6	Hernández Martínez Belén.	(S) NO (B) R D	(S) NO (B) R D	(S) NO (B) R D	(S) NO (B) R D	Colabora y se comunica mejor
7	Huerta Álvarez Mariana	(S) NO (B) R D	(S) NO (B) R D	(S) NO (B) R D	(S) NO (B) R D	Colabora y se interesa por las actividades.
8	Lee Arellano Claudia	(S) NO (B) R D	(S) NO (B) R D	(S) NO (B) R D	(S) NO (B) R D	Participa, no respeta turnos
9	Manjares Fuentes Miriam.	(S) NO (B) R D	(S) NO (B) R D	(S) NO (B) R D	(S) NO (B) R D	Participa, no respeta turnos
10	Magallan Flores Venezuela.	(S) NO (B) R D	(S) NO (B) R D	(S) NO (B) R D	(S) NO (B) R D	Colabora y se interesa en las actividades
11	Rocher Castro Fernando	(S) NO (B) R D	(S) NO (B) R D	(S) NO (B) R D	(S) NO (B) R D	Colabora y organiza
12	Solis Burgos Grecia	(S) NO (B) R D	(S) NO (B) R D	(S) NO (B) R D	(S) NO (B) R D	No respeta turnos
13		(S) NO (B) R D	(S) NO (B) R D	(S) NO (B) R D	(S) NO (B) R D	

ESCALA ESTIMATIVA: B = 1

R = 8

D = 6

EVALUACIÓN DE LAS CAPACIDADES SOCIOMOTRICES

3° BIMESTRE ENERO - FEBRERO 2005

No.	NOMBRE DEL ALUMNO	capacidad de expresión y comunica con el cuerpo0	Se interesa por participar de una manera entusiasta.	Respeto y valora las oportunidades del grupo.	Colabora y se deja ayudar	OBSERVA CIONES
1	Aragón Rivadeneira Cecilia	(SI) NO (B) D R	(SI) NO (B) D R	(SI) NO (B) D R	(SI) NO (B) D R	Participa y organiza
2	Díaz de León Jessica	(SI) NO (B) D R	(SI) NO (B) D R	(SI) NO (B) D R	(SI) NO (B) D R	Colabora y respeta su turno
3	Flores Gómez Kevin Francisco.	(SI) NO (B) D R	(SI) NO (B) D R	(SI) NO (B) D R	(SI) NO (B) D R	Participa no respeta turnos.
4	García Basurto Carlos	(SI) NO (B) D R	(SI) NO (B) D R	(SI) NO (B) D R	(SI) NO (B) D R	Expresa y respeta turnos
5	Gutiérrez Castillo Ma. Fernanda	(SI) NO (B) D R	(SI) NO (B) D R	(SI) NO (B) D R	(SI) NO (B) D R	Expresa y comunica
6	Hernández Martínez Belén.	(SI) NO (B) D R	(SI) NO (B) D R	(SI) NO (B) D R	(SI) NO (B) D R	Colabora, y se expresa mejor
7	Huerta Álvarez Mariana	(SI) NO (B) D R	(SI) NO (B) D R	(SI) NO (B) D R	(SI) NO (B) D R	Colabora y se interesa en las actividades.
8	Lee Arellano Claudia	(SI) NO (B) D R	(SI) NO (B) D R	(SI) NO (B) D R	(SI) NO (B) D R	Colabora y respeta turnos.
9	Manjares Fuentes Miriam.	(SI) NO (B) D R	(SI) NO (B) D R	(SI) NO (B) D R	(SI) NO (B) D R	Participa y respeta turnos
10	Magallán Flores Venecia .	(SI) NO (B) D R	(SI) NO (B) D R	(SI) NO (B) D R	(SI) NO (B) D R	Colabora y se interesa en las actividades
11	Rocher Castro Fernando	(SI) NO (B) D R	(SI) NO (B) D R	(SI) NO (B) D R	(SI) NO (B) D R	Colabora y organiza
12	Solis Burgos Grecia	(SI) NO (B) D R	(SI) NO (B) D R	(SI) NO (B) D R	(SI) NO (B) D R	No respeta turnos
13	Domínguez Morales Issac	(SI) NO (B) D R	(SI) NO (B) D R	(SI) NO (B) D R	(SI) NO (B) D R	Participa con poco entusiasmo

ESCALA ESTIMATIVA: B = 1

R = 8

D = 6

EVALUACIÓN DE LAS CAPACIDADES SOCIOMOTRICES

4° BIMESTRE MARZO – ABRIL 2005

No.	NOMBRE DEL ALUMNO	capacidad de expresión y comunica con el cuerpo	Se interesa por participar de una manera entusiasta.	Respeto y valora las oportunidades del grupo.	Colabora y se deja ayudar.	OBSERVACIONES
1	Aragón Rivadeneira Cecilia	(S) NO (B) R	(S) NO (B) R	(S) NO (B) R	(S) NO (B) R	Participa y organiza
2	Díaz de León Jessica	(S) NO (B) R	(S) NO (B) R	(S) NO (B) R	(S) NO (B) R	Comunica y respeta su turno
3	Flores Gómez Kevin Francisco.	(S) NO (B) R	(S) NO (B) R	(S) NO (B) R	(S) NO (B) R	Comunica y respeta turnos.
4	García Basurto Carlos	(S) NO (B) R	(S) NO (B) R	(S) NO (B) R	(S) NO (B) R	Expresa y respeta turnos
5	Gutiérrez Castillo Ma. Fernanda	(S) NO (B) R	(S) NO (B) R	(S) NO (B) R	(S) NO (B) R	Expresa y comunica
6	Hernández Martínez Belén.	(S) NO (B) R	(S) NO (B) R	(S) NO (B) R	(S) NO (B) R	Colabora, y se expresa
7	Huerta Álvarez Mariana	(S) NO (B) R	(S) NO (B) R	(S) NO (B) R	(S) NO (B) R	Participa y comunica
8	Lee Arellano Claudia	(S) NO (B) R	(S) NO (B) R	(S) NO (B) R	(S) NO (B) R	Se expresa y comunica
9	Manjares Fuentes Miriam.	(S) NO (B) R	(S) NO (B) R	(S) NO (B) R	(S) NO (B) R	Participa y respeta turnos
10	Magalian Flores Venezia .	(S) NO (B) R	(S) NO (B) R	(S) NO (B) R	(S) NO (B) R	Colabora y se interesa En las actividades
11	Rocher Castro Fernando	(S) NO (B) R	(S) NO (B) R	(S) NO (B) R	(S) NO (B) R	Colabora y organiza
12	Solis Burgos Grecia	(S) NO (B) R	(S) NO (B) R	(S) NO (B) R	(S) NO (B) R	Respeto turnos
13	Dominguez Morales Issac	(S) NO (B) R	(S) NO (B) R	(S) NO (B) R	(S) NO (B) R	Respeto turnos

D = 6

R = 8

B = 1

ESCALA ESTIMATIVA:

EVALUACIÓN DE LAS CAPACIDADES SOCIOMOTRICES

5° BIMESTRE MAYO - JUNIO 2005

No.	NOMBRE DEL ALUMNO	capacidad de expresión y comunica con el cuerpo	Se interesa por participar de una manera entusiasta.	Respeto y valora las oportunidades del grupo.	Colabora y se deja ayudar	OBSERVACIONES
1	Aragón Rivadeneira Cecilia	(S) NO (B) D R	(S) NO (B) D R	(S) NO (B) D R	(S) NO (B) D R	Participa y organiza
2	Díaz de León Jessica	(S) NO (B) D R	(S) NO (B) D R	(S) NO (B) D R	(S) NO (B) D R	Comunica y respeta su turno
3	Flores Gómez Kevin Francisco.	(S) NO (B) D R	(S) NO (B) D R	(S) NO (B) D R	(S) NO (B) D R	Comunica y respeta turnos.
4	García Basurto Carlos	(S) NO (B) D R	(S) NO (B) D R	(S) NO (B) D R	(S) NO (B) D R	Expresa y respeta turnos
5	Gutiérrez Castillo Ma. Fernanda	(S) NO (B) D R	(S) NO (B) D R	(S) NO (B) D R	(S) NO (B) D R	Expresa y comunica, respeta turnos
6	Hernández Martínez Belén.	(S) NO (B) D R	(S) NO (B) D R	(S) NO (B) D R	(S) NO (B) D R	Colabora, y se expresa
7	Huerta Álvarez Mariana	(S) NO (B) D R	(S) NO (B) D R	(S) NO (B) D R	(S) NO (B) D R	Participa y comunica
8	Lee Arellano Claudia	(S) NO (B) D R	(S) NO (B) D R	(S) NO (B) D R	(S) NO (B) D R	Se expresa y comunica, respeta turnos.
9	Manjares Fuentes Miriam.	(S) NO (B) D R	(S) NO (B) D R	(S) NO (B) D R	(S) NO (B) D R	Participa y respeta turnos
10	Magallan Flores Venezuela .	(S) NO (B) D R	(S) NO (B) D R	(S) NO (B) D R	(S) NO (B) D R	Colabora y se interesa En las actividades
11	Rocher Castro Fernando	(S) NO (B) D R	(S) NO (B) D R	(S) NO (B) D R	(S) NO (B) D R	Colabora y organiza
12	Solis Burgos Grecia	(S) NO (B) D R	(S) NO (B) D R	(S) NO (B) D R	(S) NO (B) D R	Respeto turnos
13	Dominguez Morales Issac	(S) NO (B) D R	(S) NO (B) D R	(S) NO (B) D R	(S) NO (B) D R	Participa respeta turnos

ESCALA ESTIMATIVA: B = 1

R = 8

## **CAPITULO 2: FUNDAMENTACIÓN DE LA PROPUESTA.**

Este capítulo es el sustento teórico de mi Proyecto de Intervención Pedagógica, contiene las definiciones de capacidades físicas de: fuerza, velocidad, flexibilidad y sociomotrices: comunicación, interacción, introyección, imaginación, expresión, creatividad; de acuerdo a diferentes autores, los que consideré importantes como sustento pedagógico y psicológico en este trabajo de investigación.

Hablo del juego: su definición, importancia y clasificación, por ser parte importante en este trabajo. Acerca del juego motor describo su importancia pedagógica, didáctica y aplicación; además de utilizarlo como un instrumento para desarrollar dichas capacidades.

Finalmente abordo el tema del desarrollo psicológico, intelectual, socio afectivo y motriz en los alumnos del tercer grado de primaria, para conocerlos desde diferentes aspectos, siendo ellos quienes darán vida y a quienes va dirigido este proyecto.

### **2.1 CAPACIDADES FÍSICO MOTRICES**

En este apartado desarrollaré los aspectos centrales de cada una de las capacidades físico motrices.

Las capacidades físicas han sido clasificadas por varios autores, es de mi interés explicarlas, ¿saber qué son?, ¿qué las caracteriza? ¿cómo se propone que se trabajen? Y su aplicación en la escuela desde la perspectiva del acondicionamiento físico y su aplicación en la escuela. De la Reina nos dice que:

“Las cualidades o capacidades físicas básicas son las predisposiciones anatómico fisiológicas innatas en el individuo, factibles de medida y mejora, que permiten el movimiento y el tono postural.”<sup>21</sup> Hay cinco factores generales por naturaleza (fuerza, velocidad de reacción, equilibrio estático, equilibrio dinámico y coordinación dinámica general) y dos específicos (velocidad y flexibilidad). Y por lo tanto se distingue: “cinco grandes sectores para el trabajo de la condición física: fuerza, flexibilidad – velocidad, equilibrio, coordinación y resistencia.”<sup>22</sup>

E. Generelo cita la perspectiva de Camerino y Castañer. Ellos proponen la siguiente definición de capacidades físico motrices que me parece la más adecuada para mi trabajo, por su clasificación:

“Conjunto de componentes de la condición física que intervienen en mayor o menor grado en la consecución de una habilidad motriz, tales como: la fuerza, la resistencia, la velocidad y la flexibilidad” <sup>23</sup>.

El movimiento motriz es resultado de la participación de estas capacidades, las cuales no se pueden separar, al ejercer un movimiento las capacidades físicas se encuentran unidas o entrelazadas. Por ello es que Beraldo nos dice:

“Un movimiento motriz nunca depende del efecto ejercido por una única cualidad física sino que es resultado de la armónica participación de todas ellas, con acusado predominio de la requerida por las características técnicas del movimiento en sí.

Tendremos por lo tanto la clasificación siguiente:

Capacidades condicionales: determinadas principalmente por los procesos energéticos, plásticos y metabólicos. Son la:

- **Fuerza**

---

<sup>21</sup> DE LA REINA Montero, Leopoldo y Vicente Martínez, de Haro, *Manual de teoría práctica del acondicionamiento físico*. España, C. V. Ciencias del deporte, Madrid 2003. p. 9

<sup>22</sup> *Ibíd.* p. 10

<sup>23</sup> GENERELO Lanaspá, Eduardo. *Manual del maestro Especialista en Educación Física*. España, Pila Teleña . 2002 p. 184.

- **Velocidad**
- **Resistencia**

Capacidades coordinativas: determinadas esencialmente por los procesos de organización, control y regulación del movimiento.

- **Flexibilidad.**<sup>24</sup>

Es necesario mencionar que por los propósitos del trabajo únicamente desarrollaremos tres capacidades físicas: velocidad, fuerza y flexibilidad.

Es importante el planteamiento que hacen los autores Stelvio Beraldo y Claudio Polletti , porque al trabajar en la clase de Educación Física con los alumnos y tratar de desarrollar estas capacidades se trabajan de manera conjunta y no separada.

Para que el niño pueda tener un mejor desarrollo en el ámbito escolar, físico y deportivo es necesario estimular las capacidades físicas.

Al definir cada una de las capacidades físicas y sus características observo la importancia que tiene para el niño el adquirir movimientos nuevos que le permitirán un mejor desarrollo motor.

### **2.1.1 Velocidad:**

Para Marta Castañer la velocidad es:

“ La capacidad de moverse de un punto espacial a otro en un mínimo de tiempo. Se puede presentar bajo dos formas:

**Cíclica:** cuando se manifiestan una serie de acciones motrices muy similares (por ejemplo una carrera).

---

<sup>24</sup> BERNALDO Stelvio y Claudio Polletti, *Preparación Física Total*, Barcelona, Hispano Europea. 2000. p. 71

**Acíclica:** cuando cada acción motriz es de diversa forma y requiere un ajuste corporal y dosificación de energía distinta a las demás acciones.

La velocidad incluye un conjunto heterogéneo de componentes:

-*El tiempo de reacción* motriz que se establece como un tipo de función perceptiva del movimiento que no requiere un gasto energético.

-*La rapidez* propia de cada movimiento en relación con la fuerza muscular, lo que da ha entender que hemos de considerar fuerza – velocidad como un complementariedad que da lugar a la expresión “potencia”.

-*La frecuencia y encadenamiento* de los movimientos constituye un aspecto de tipo regulador de la propia actividad directamente ligada a la capacidad de coordinación y ajuste corporal.”<sup>25</sup>

La velocidad depende principalmente de las características genéticas, según Martha Castañer:

“La velocidad depende, esencialmente, de la caracterización genético constitucional; es parte del patrimonio hereditario del individuo y determina tanto la velocidad de alternancia de los estados de contracción y descontracción muscular como la velocidad del impulso nervioso.”<sup>26</sup>

En los niños va evolucionando de acuerdo a su edad, aumentando de forma progresiva más en los niños que en las niñas.

Los componentes de la velocidad son diferentes en cada niño ya que está determinada por factores constitucionales como: la longitud de fibra muscular, el

---

<sup>25</sup> CASTAÑER Balcells, Marta y Oleguer Camerino, Fouget, *Introducción a la Educación Física*. México, SEP. México 2002. p. 97.

<sup>26</sup> Ibid. p. 98.

tono muscular, capacidad de elongación\* y elasticidad y la estructura de fibra muscular.

### **Recomendaciones para trabajar la velocidad.**

Retomando nuevamente a De la Reina él nos explica los siguientes criterios generales para el trabajo de la velocidad en los niños de edad escolar:

- Debe realizarse un buen calentamiento (según Jonath, 1973, puede mejorar hasta un 20% la velocidad de contracción muscular)
- Tiempos o distancias cortas (no más de seis segundos a la máxima velocidad).
- Se deben realizar pocas series y repeticiones.
- Debe haber un descanso amplio entre repeticiones y series.
- Es importante aprovechar los periodos o fases sensibles para la mejora de la velocidad.
- Debido a que el sistema nervioso central madura relativamente pronto (8 – 9 años), sus posibilidades de “modelado” pueden desaparecer si no se trabaja desde la infancia la velocidad .

#### **SITUACIONES PRÁCTICAS.**

Prueba las diferentes fases y tipos de velocidad. Prueba los diferentes sistemas de entrenamiento. Programa de juegos para trabajar con niños y niñas la velocidad. “<sup>27</sup>

### **2.1.2 Flexibilidad**

Esta capacidad es importante para la ejecución correcta de movimientos y fundamental para el acondicionamiento físico, el mantenerse flexible nos permite realizar nuestras actividades diarias de una forma saludable y con mejor movilidad en general. La flexibilidad es definida como:

---

\* La mayor amplitud que tiene una fibra muscular.  
<sup>27</sup> DE LA REINA Montero, Leopoldo, Op. Cit. p. 76

“La capacidad que nos permite realizar movimientos con la máxima amplitud posible en una articulación determinada” <sup>28</sup>

Entendiéndose como articulación el segmento donde se unen dos o más segmentos óseos, por ello:

“En su consecución intervienen dos factores:

- La movilidad articular que es la capacidad de ejecutar un movimiento con toda la amplitud que permite el límite de movilidad de cada zona articular.
- La elasticidad de los grupos musculares que se ven implicados en el movimiento de la articulación requerida en cada movimiento” <sup>29</sup>

Estos factores dependen uno del otro, así como los aspectos anatómicos y fisiológicos.

Otros factores que influyen en la flexibilidad son:

- **La herencia**, los factores hereditarios son importantes en el grado de flexibilidad que un niño tiene, aunque esto no quiere decir que no se pueda desarrollar mediante el entrenamiento.
- **El sexo**, es un factor que condiciona el grado de flexibilidad, teniendo mayor flexibilidad el sexo femenino, por su genética.
- **La edad**, es un factor muy importante sobre todo relacionado con el estilo de vida y hábitos saludables.
- **La hora del día**, en la mañana el cuerpo tiene menor movilidad, logra una mayor movilidad al medio día, y regresa a menor movilidad en la noche.

---

<sup>28</sup> GENERELO Lanaspá, Eduardo, Op. Cit. P. 196

<sup>29</sup> CASTAÑER Balcells, Marta, Op. Cit. P.99

- **La temperatura**, influye la temperatura ambiental y la temperatura interior o intramuscular, es el efecto que se desea en un calentamiento para tener mayor amplitud de movimiento.

### **Recomendaciones para trabajar la flexibilidad.**

“Los ejercicios de flexibilidad tendrán siempre un carácter generalizado, será imprescindible realizarlos durante y al término de las actividades.

-Los ejercicios de estiramiento deben estar presentes en todas las clases o entrenamientos para crear un hábito y luchar contra la pérdida de esta cualidad.

-Individualidad del trabajo en la medida de lo posible.

-Buscar máximos recorridos articulares.

-Predominio de los ejercicios dinámicos sobre los estáticos. (Estiramiento estático los músculos se estiran lentamente y con precaución, manteniendo la posición de 5 a 30 segundos. Estiramientos dinámicos o balísticos son movimientos suaves y rítmicos.”<sup>30</sup>

### **2.1.3 Fuerza:**

Otra capacidad importante es la fuerza, esta es definida como:

“La capacidad motriz de superar una resistencia por medio de la oposición ejercida por la tensión de la musculatura.

Además de la fuerza de carácter estático, presente en los dos tipos de trabajo isométrico, la fuerza dinámica puede aparecer bajo tres formulas :

**-La fuerza explosiva:** que comporta una aceleración máxima y que es la expresión más elevada de fuerza que puede ofrecer el sistema neuro -muscular en momentos de contracción voluntaria.

---

<sup>30</sup> DE LA REINA, Montero Leopoldo, Op. Cit. p. 100

**-La fuerza rápida** o veloz por debajo de la del tipo máximo producida por la capacidad neuro – muscular de vencer una resistencia con gran rapidez de contracción.

**-La fuerza de carácter lento**, que se presenta cuando la superación de la resistencia se produce en una situación de velocidad constante. Todas estas modalidades se combinan en la motricidad infantil y no requieren de un trabajo específico ni analítico de cada una de ellas.”<sup>31</sup>

El trabajo de la fuerza nos permitirá el desarrollo del dominio corporal, que favorece a todas nuestras acciones y mejora la postura; y toda actividad en Educación Física requiere de fuerza. Es por esto que en los contenidos de Educación Física, en la escuela primaria, nos señalan que es importante desarrollar esta cualidad.

### **Recomendaciones para trabajar la fuerza .**

“En la edad escolar no hay gran desarrollo de la fuerza, su evolución es muy suave y no conviene presentar estímulos específicos\* debido a que no se ha terminado de desarrollar el sistema esquelético y muscular. El correr, saltar, trepar son suficientes para el desarrollo de esta capacidad.

-El trabajo de fuerza debe ser de acuerdo a la edad.

-El trabajo de fuerza fundamentalmente con autocargas\*, (el peso del propio cuerpo).

---

<sup>31</sup> CASTAÑER Balcells, Marta, Op. Cit. , p. 101

\* Estímulo que se da a un músculo en especial.

\* El esfuerzo que se hace con el propio cuerpo, no se utilizan implementos que tengan peso.

-Analizar las actividades físicas de niños y niñas para detectar en que momento y de que forma desarrollan la fuerza. (en los juegos, por parejas, con materiales como cuerdas, etc.)”<sup>32</sup>

#### **2.1.4. Resistencia.**

Aunque dentro de mi proyecto defino esta capacidad, no es prioritario el desarrollo de esta con los alumnos del tercer grado, ya que no se trata de saber que niveles de resistencia pueden soportar y no siempre es favorable la respuesta del sistema cardio respiratorio al desarrollar la resistencia en los alumnos de esta edad.

“ **La resistencia:** se define como la capacidad de soportar el estado de fatiga progresiva que sobreviene en un trabajo de larga duración. Es una capacidad que depende directamente del sistema cardio respiratorio, por lo que su desarrollo dependerá directamente del estado de crecimiento de dicho sistema en cada edad. De forma genérica, y según los estudios fisiológicos, se establecen tres clases de la manifestación de la resistencia:

-**Aeróbica:** en que en un tiempo relativamente largo el músculo realiza un trabajo de mediana intensidad y un consumo submáximo de oxígeno.

-**Anaeróbica:** llamada también lactácida por que el trabajo muscular se realiza en presencia del ácido láctico puesto en funcionamiento cuando el nivel de consumo de oxígeno supera el límite máximo. Es generada por un tipo de trabajo de intensidad elevada en un periodo de tiempo relativamente corto.

-**Específica:** cuando se combinan los dos tipos de resistencia, aeróbica y anaeróbica. Es propia de los juegos motores producidos

---

<sup>32</sup> DE LA REINA Montero, Leopoldo, Op. Cit. p. 82.

de forma espontánea en la infancia, (base de los juegos deportivos colectivos).<sup>33</sup>

La resistencia es una capacidad básica que necesita cualquier persona para realizar el trabajo más sencillo, mantener su participación en una actividad, sin una fatiga excesiva. Durante la Educación Primaria se va manifestando progresivamente, y un trabajo conveniente desarrollará ésta capacidad.

Las capacidades físico motrices intervienen en el desarrollo de las habilidades motrices, el desarrollo de estas capacidades físicas tiene como objetivo adquirir, mantener y mejorar el nivel de condición física. Es conveniente que estas capacidades sean desarrolladas de una forma global y no específica y es el juego por medio del cual se pueden desarrollar las capacidades físicas de una forma globalizada.

## **2.2. Capacidades sociomotrices**

Marta Castañer describe las capacidades sociomotrices formando un bloque de contenidos como la comunicación, la interacción, la introyección, expresión, creatividad, imaginación, el juego colectivo, y pone énfasis en la importancia del movimiento, que el alumno al desarrollar adquiere una mayor socialización.

Las capacidades sociomotrices son: las capacidades que propician la integración de los alumnos mediante prácticas de comunicación, interacción, introyección, expresión, creatividad e imaginación, con el objetivo de mejorar las interacciones sociales entre los alumnos y su entorno social. Para Marta Castañer:

“La socialización significa aceptar progresivamente al grupo como algo positivo en la realización personal; así es en la realidad del

---

<sup>33</sup> Ibíd. p. 95.

adulto y, por tanto, hay que iniciar dicho proceso desde la educación primaria, atendiendo a sus fundamentos básicos, que podemos establecer en:

- Promover el conocimiento de la diversidad de aspectos de los demás compañeros; emotivo, intelectual, carácter motor, social ....
- Facilitar las vías de acceso para la relación con los demás.
- Explicar la importancia de la colaboración como instrumento indispensable para realizar con éxito las actividades que precisen de ella.
- Percibir y adaptarse al ritmo de trabajo del / de los compañeros.”<sup>34</sup>

En la escuela primaria el alumno aprende a socializarse con la interacción de sus iguales, desarrolla su personalidad y es a partir de lo que para él tiene un significado o es simbólico va a desarrollar su lenguaje y las relaciones con los demás.

El desarrollo personal y el desarrollo social deben ir de la mano, es en la escuela primaria, la edad de potenciar la sociabilización.

Toda actividad humana tiene una estructura que refleja las formas de relación social, en sus interacciones sociales, las actividades que realizan las personas tienen determinados sentidos o significados, teniendo un motivo que los impulsa a actuar. Marta Castañer lo refiere:

“Durante la educación primaria, el movimiento creativo, que implica poner de manifiesto el lenguaje del propio cuerpo el de los demás, deviene un aspecto fundamental en el desarrollo de la personalidad. En estas edades evolutivas los niños viven su cuerpo en razón de dos vertientes básicas:

- un elevado nivel de simbolismos*
- una necesidad de relación con los demás.*

---

<sup>34</sup> CASTAÑER Balcells, Marta, Op. Cit. p. 115

La experiencia corporal dotada de contenido emocional y afectivo contribuyen a que emerjan con mayor facilidad las diversas funciones cognitivas y motrices claves para cada edad evolutiva”<sup>35</sup>

El niño aprende de acuerdo a las experiencias vividas, el comportamiento motor, la espontaneidad y el gesto, son medios de expresión que el niño al usar se comunica con los demás. La creatividad con la que se expresa está influenciada tanto por su educación como por el espacio operativo y el material didáctico con el que se cuenta.

### **2.2.1. Interacción y comunicación.**

“Frente al sentido amplio del concepto acción encontramos el de interacción que comprende todo lo que hay de acción y reacción entre dos o más personas, ambos conceptos revierten en la noción de situación, base del intercambio con el entorno.”<sup>36</sup>

El alumno interacciona al estar en contacto con sus compañeros, las interacciones entre compañeros tienen influencia por la confianza que tiene cada uno de ellos, por la percepción de sus capacidades, por la autoestima. Para lograr el desarrollo potencial como persona es necesario que las relaciones entre maestro alumno sean personalizadas, en un clima cálido de aceptación y apoyo.

“ Cabe decir que las relaciones entre iguales (los compañeros de clase) incluso llegan a constituir para algunos estudiantes, si no las primeras experiencias, si relaciones trascendentes en cuyo seno tiene lugar aspectos como la socialización, la adquisición de competencias sociales, el

---

<sup>35</sup> Ibídem. p 111

<sup>36</sup> Ibídem. p. 114

control de los impulsos agresivos, la relativización de los puntos de vista, el incremento de las aspiraciones e incluso del nivel académico”<sup>37</sup>

Es mediante la interacción social que se dan aspectos como la posibilidad de ayudar o asistir a los demás, influir en los razonamientos y conclusiones del grupo, además de obtener retroalimentación de los demás y motivar a los grupos que trabajan menos o les cuesta más trabajo realizar alguna actividad.

“Toda interacción comporta ‘ida y vuelta’ entre emisor y receptor; la comunicación, en cambio, se centra perfectamente en ‘la ida’, en la emisión realizada con el propósito de expresar algo.”<sup>38</sup>

En los alumnos es necesario que exista una buena comunicación porque al emitir sus ideas, pensamientos, sentimientos, aciertos, errores y vivencias el grupo se retroalimenta y se conocen mutuamente, haciendo que el grupo sea más unido para alcanzar sus objetivos o metas; es sumamente importante tanto la interacción que hay en ellos como la comunicación que se establece en el grupo y en la escuela.

“ La comunicación constituye un factor esencial de socialización; se evidencia que la necesaria capacidad comunicativa, la competencia comunicativa, se fundamenta en el “aprendizaje” de tal socialización, y esta siempre se inscribe como un proceso que se ha de desarrollar dentro de las coordenadas de espacio y tiempo. En consecuencia, podemos entender que los procesos de transmisión y de aprendizaje son; en primera instancia, procesos comunicativos.”<sup>39</sup>

Tanto la Educación Física, como la educación escolar en general tienen la misión de desarrollar en los alumnos la capacidad de expresarse, para que

---

<sup>37</sup> DÍAZ Barriga, Frida y Gerardo Hernández Rojas . *Estrategias docentes para un aprendizaje significativo*. México, MC. - Hill. 2003, p. 110.

<sup>38</sup> CASTAÑER Balcells, Marta, Op. Cit. p. 114

<sup>39</sup> Ibídem p. 115

exista la comunicación en un marco cooperativo, basado en la aceptación de los demás. Las posibilidades de aprendizaje mediante el movimiento son amplias, no sólo con el fin de realizar una actividad en forma adecuada, sino que se establecen relaciones de ayuda vinculada al desarrollo afectivo – social para una mejor convivencia, de lo anterior la autora Marta Castañer nos aclara:

“ El movimiento es el medio básico por el cual el niño entra en relación con los demás; es moviéndose cuando experimenta sus niveles de capacitación, y es moviéndose cuando empieza a confrontarse con los demás y a verificar que los demás poseen características similares a las suyas. Y es de este modo que llega al deseo y / o necesidad de colaboración, sosteniendo reglas comunes y buscando el placer del juego.

Por consiguiente, resulta decisiva la intervención del educador, que, con sus propuestas de trabajo, debe transformar ese “movimiento” que en un principio tiene lugar entre los otros, en movimiento con y hacia los demás”.<sup>40</sup>

La comunicación que se establece entre los miembros del grupo crea redes de comunicación entre sí y entre otros grupos, poseen un valor muy importante porque es resultado del proceso educativo.

### **2.2.2. Introyección**

Es a partir de la experiencia motriz que el niño va tomando conciencia de su cuerpo y lo va integrando en su pensamiento, esto le va a permitir progresar en la identificación de su cuerpo, de sus movimientos, de sus capacidades físicas, por lo tanto Marta Castañer nos refiere:

---

<sup>40</sup> Ibídem. p. 115.

“El cuerpo identificado, en función de la dimensión introyectiva (reflexiva) del niño, es decir, apelando a su participación conciente en los procesos de autorregulación surgidos en toda experiencia motriz”<sup>41</sup>

El niño va conociendo o identificando su cuerpo por medio de la motricidad, del movimiento, a medida que el desarrolla esta motricidad la va integrando a su pensamiento de acuerdo a sus experiencias.

La introyección es el proceso en el cual el niño integra en su yo, todo lo que le satisface del mundo exterior. La experiencia motriz va a permitir que el niño se integre al medio que le rodea.

### **2.2.3. Proyección:**

Cuando el niño crea y proyecta sus ideas estas pasan por diferentes etapas antes de ser concretada y es el producto de diferentes procesos como: la Interacción (del pensamiento pasa a la acción), asimilación (la acción del organismo sobre los objetos que lo rodean), adaptación (modificación del organismo en función del medio que favorece la conservación del organismo), regulación (modificación del organismo para llegar a la equilibración), equilibración (cuando el organismo no está sometido a ninguna forma de tensión).

Todos estos procesos que son específicos en la teoría del desarrollo de Piaget los retoma Marta Castañer para explicarnos el proceso creativo:

“ La dimensión proyectiva que baraja procesos de inter-acción, asimilación, adaptación, regulación y equilibración con el fin de poner en marcha las formas de creación y expresión propias de cada niño. Podemos concluir afirmando que

---

<sup>41</sup> Ibidem. p. 116.

crear es un proceso intelectual que tiene por resultado la producción de ideas a la vez nuevas y válidas"<sup>42</sup>

La proyección es la forma en que el alumno pone en marcha su creatividad y es el proceso creativo de expresión y comunicación a partir del conocimiento de su cuerpo, del manejo del espacio, del manejo de los materiales, del fortalecimiento de su autoconfianza, de su relación con el maestro y el trabajo con los compañeros, es en este proceso cuando se observa la proyección del alumno.

#### **2.2.4. La creatividad:**

La creatividad se muestra al dar existencia de algo novedoso y se muestra en la solución a un problema, “ desde el momento en que en nuestra intervención primamos la pedagogía de la situación y la resolución de problemas requerimos de la actividad exploratoria y espontánea del niño, y , por tanto estimulamos el potencial creativo individuo – grupo.”<sup>43</sup>

El proceso de creatividad como función intelectual conjuga las operaciones de convergencia y divergencia en la solución de problemas:

“Divergencia: es el proceso de pensamiento que pone en marcha la búsqueda de vías de solución en torno a un determinado problema.

Es una forma de aproximación a la solución por tanteos de ensayo error que aporta novedad y originalidad en las respuestas.

Existen tres factores clave en la consecución del pensamiento divergente:

-La fluidez: calidad de respuesta.

-La flexibilidad: número de ideas emitidas.

-La originalidad: capacidad para crear respuestas creadoras.

Convergencia: proceso en el que el pensamiento se canaliza o controla en dirección a una respuesta fuertemente consensuada, incluso única. Para

---

<sup>42</sup> Ibídem p. 116.

<sup>43</sup> Ídem p. 117.

ello suele existir la exigencia de encontrar la solución rápida, única y muchas veces de forma rigurosa, como en el caso de gran parte de los aprendizajes de lectura y de escritura; y en nuestro ámbito, de los patrones motores y técnicos no solo de las diversas disciplinas deportivas sino en la presentación de contenidos perceptivos y físicos desde la educación motriz de base”<sup>44</sup>

En mayor o menor grado todos los niños tienen capacidad creativa, se puede identificar en edades muy tempranas, se puede observar en las conductas de los niños; el medio y la educación influyen en la forma directa y definitiva sobre el desarrollo de esta capacidad, ya sea positiva o negativamente.

El papel del maestro es decisivo en el desarrollo de la capacidad creativa en el niño.

### **2.2.5. Imaginación:**

Es importante como docentes el desarrollar la imaginación en los alumnos y darle importancia porque es una forma de pensamiento lúdico, juega con asociaciones lúdicas dentro de un contexto para dar lugar al proceso creativo.

Para Marta Castañer:

“La imaginación coincide con el tipo de pensamiento divergente, ya expuesto, por su función de asociar y combina los elementos que ofrece la experiencia para obtener productos variados, originales y en definitiva, novedosos que permitan la representación interior de la experiencia.

Además de la capacidad de pensamiento divergente (curiosidad de exploración de nuevas experiencias) y convergente (síntesis de los elementos conocidos) el acto imaginativo también pone en juego la capacidad de redefinición, que transforma lo usual en algo inaudito, y la

---

<sup>44</sup> Ibídem. p. 117.

capacidad de ensoñación, que da presencia ilusoria a objetos y seres ausentes, bien reales bien producidos por la fantasía.”<sup>45</sup>

La imaginación juega con asociaciones lúdicas que funcionan dentro de un contexto, conducen a generar patrones significativos y proporcionan una función que se adapta a la realidad. Es por medio del juego que el niño desarrolla su imaginación.

#### **2.2.6. El juego colectivo:**

Es por medio del juego colectivo que el niño se desarrolla socialmente, que va estableciendo redes o vínculos con sus compañeros, es por medio de éste que el niño se inicia en las reglas de la vida social particulares de cada grupo. Castañer nos dice al respecto:

“ La mayoría de relaciones sociales que el niño establece durante su infancia se consiguen mediante el juego, y es gracias a ellas que determina sus formas de construcción del conocimiento social.

Su juego se va socializando a lo largo de todo un proceso evolutivo que va desde el juego utilitario – egocéntrico y el de ficción a los juegos reglados más propios de los últimos años de infancia.

Una adecuada definición cognitiva referida al juego colectivo es: El motivo de los primeros juegos sociales parece ser el efecto y el placer que produce coordinarse con otros sujetos en una estructura abierta. En muy pocos años las construcciones colectivas de estas distintas formas de juego permitirán al niño establecer los límites de la cooperación en un determinado momento, en un espacio concreto y con un determinado compañero de juego.”<sup>46</sup>

---

<sup>45</sup> Ibídem. p. 118

<sup>46</sup> Ibídem. p. 122

Los juegos colectivos reúnen las condiciones necesarias para que alumnos con distintas capacidades tengan un papel que realizar y participen, permitiendo su desarrollo motriz, cognitivo, afectivo y social permitiendo además que todos los demás y los menos capaces, puedan sentirse protagonistas de los logros alcanzados.

Es por medio de la materia de Educación Física en donde el niño se encuentra en relación con los demás por medio del movimiento. Tomando como recurso didáctico el juego motor por tener gran capacidad integradora que una características de poder desarrollar la autosuperación, autoestima, trasmisión de emociones e integración social; desarrollando una gran capacidad de comunicación, para conseguir fines relacionados con aspectos afectivos, sociales y motrices.

### **2. 3. El juego: importancia y aspectos fundamentales.**

La vida es actividad, no sólo como parte funcional de la parte lúdica nace el juego y forma parte de nuestra cultura, expresión de vida y continuamente el juego se puede mezclar en diferentes aspectos: en el aprendizaje, en el trabajo, en la educación, el jugar es una actividad motivante, es fuente de alegría, de placer, por lo cual son un medio muy importante para la educación de los alumnos en la edad escolar. Al respecto Francisco Ruiz nos explica:

“ El juego se mezcla y confunde con el aprendizaje y educación. Juego y vida cotidiana; juego y conocimiento; juego y trabajo. Todo este tejido de ricas implicaciones va configurando el desarrollo afectivo e intelectual de la infancia así como su proceso de socialización” <sup>47</sup>

---

<sup>47</sup> RUIZ Juan, Francisco y María Elena García Montes, *Desarrollo de la motricidad a través del juego*. España, GYMNOS, 2001, p.73

El juego formar parte de la educación del niño, por medio del cual aprende y es parte de su vida cotidiana y se socializa.

El niño juega por placer, el niño va creando una desvinculación del mundo real, creando su mundo aparte y distinto al mundo de los adultos y va creando su personalidad; al respecto Ágnes Heller nos comenta:

“El juego puede ser celoso, envidioso, indiferente, apasionado, bondadoso etc.; puede jugar con o sin inventiva, con mayor o menor fantasía, de un modo lógico o ilógico; puede tomar o no en serio la derrota; puede transferir o no a la vida “real” el dolor sufrido en el juego, etc.”<sup>48</sup>

Todas estas características hacen que el juego sea sumamente importante para el desarrollo del niño; la misma autora nos refiere:

“Es cierto que el juego, además de las facultades, pone también en movimiento las pasiones. Sin embargo, la ausencia de consecuencias sigue siendo posible por la intervención de normas de autocontrol -Hay que saber perder- es la conocida norma del juego, y quien no la respeta, pasa por un aguafiestas.

A causa de esta falta de consecuencias, la moral del juego es radicalmente distinta de la moral de la vida. La única moral del juego estriba en la observancia de las reglas, y esto sólo en los juegos que las poseen. Dentro de las reglas todo es posible. El jugador no debe tener miramientos con el otro. Sería absurdo jugar mal para dejar ganar al adversario. Cuando en los jugadores aparecen motivaciones de este género, es porque provienen -de fuera- , -de la vida- , no pertenecen a la esfera inmanente del juego.”<sup>49</sup>

Además de que el juego le permite al niño prepararse o adiestrarse para lo que va a ser su vida futura, le permite poner en movimiento todas las facultades

---

<sup>48</sup> HELLER Ágnes, ***Sociología de la vida cotidiana***. Ediciones Península, Barcelona, 1998. p. 372

<sup>49</sup> *Ibíd*em p. 372

humanas y desarrolla capacidades múltiples como: la destreza, agilidad, la lógica, asociación, la resolución de problemas. Es por esto que para mi es importante poder definir qué es el juego.

### **2.3.1 Definición de juego.**

Para poder definir el juego empiezo por describir sus raíces etimológicas las cuales tienen el siguiente significado: “La palabra juego proviene del vocablo latino “locus” (que para los romanos significó ligereza, frivolidad, pasatiempo, recreo, broma, alegría, jolgorio o diversión ) y “Ludus, Ludere, Lusus” (que es el acto de jugar, juego infantil, recreo, competición, juegos de azar...) <sup>50</sup>

Considero que es muy complejo tratar de encontrar una definición precisa de el juego, ya que muchos autores de diferentes disciplinas han tratado de definirlo. En la psicología, la pedagogía, la biología, historia y antropología, las definiciones tienen posturas diferentes.

Para Elkonin: “juego es una variedad de práctica social consistente en reconstruir una actividad que destaque su contenido social, humano, sus tareas y las normas de sus relaciones sociales, al margen de su propósito práctico real.”<sup>51</sup> Para este autor es de gran importancia el juego por que desarrolla las relaciones sociales.

Huitzinga define juego como “una acción o una actividad voluntaria, realizada dentro de ciertos límites fijados en el tiempo y el espacio, que siguen una regla libremente aceptada, pero completamente imperiosa, provista de un fin en sí

---

<sup>50</sup> RUIZ Juan, Francisco y María Elena García Montes, Op. Cit. p. 74.

<sup>51</sup> NAVARRO Adelantado, Vicente. *El afán de jugar*. España, INDE, 2002. p.108.

misma, acompañada de un sentimiento de tensión y alegría y de una conciencia de ser algo diferentes de lo que es la vida corriente.”<sup>52</sup>

Esta es una de las definiciones más aceptadas acerca del juego siendo vigente por como capta el juego y ha sido la base de autores posteriores.

Claparède “el juego es una actitud abierta a la ficción, que puede ser modificable a partir de colocarse en el como sí, y lo que verdaderamente caracteriza al juego es la función simbólica. Para el autor , como para Freud, es la función simbólica la que da rasgo de naturaleza al juego considerando que en los juegos de los niños puede desarrollarse el protagonismo que la sociedad les niega”<sup>53</sup>

Desde el punto de vista psicoanalítico el juego explica los cambios de conducta en la infancia.

Otro autor que aborda el concepto de juego es Bruner este lo concibe:

“como una forma de construcción de la realidad, encuentra siete características para este: irrealidad, flexibilidad, pues no se persiguen objetivos externos, no se da relación de medios – fines, no se da clara asociación con los resultados; autonomía, ya que parece seguir un guión y realizarse en un escenario apropiado; especulidad o imitación de la realidad; proyección de la vida interior; desafío y reto ante los obstáculos; y placer en la situación de juego.”<sup>54</sup>

Para Bruner el juego es importante en el desarrollo del pensamiento, el lenguaje y es un espacio donde el niño puede ser él mismo.

---

<sup>52</sup> Ibídem, p. 109.

<sup>53</sup> Ibídem. p. 75

<sup>54</sup> Ibídem. p. 115

De las anteriores definiciones yo defino el juego como una actividad voluntaria, que nos permite aprender a desarrollar nuestra personalidad, lo afectivo, lo cognitivo, la creatividad, la motricidad y sociabilidad; tomando en cuenta el espacio y tiempo en el que se desarrolla. En el cual las reglas son importantes para llegar a un fin.

### **2.3.2. Clasificación de los juegos.**

Existen muchos autores que clasifican los juegos de formas diferentes, la mayor dificultad para el empleo de las clasificaciones de juegos es que no pueden agrupar en su totalidad todos los juegos.

Entre los autores que hacen una clasificación de los juegos y que son afines con mi propuesta, considero a la autora Ágnes Heller en su clasificación: “Los juegos de pura fantasía”, “Los juegos miméticos” y “El juego regulado”, porque reúnen características que se aplican en mi proyecto. Al respecto de la primera clasificación la autora nos describe:

“Los juegos de pura fantasía, la mayoría de los juegos infantiles son de este tipo, y sirven prevalentemente para la interiorización social. El juego de una niña que viste y cuida a su muñeca y el de un niño que construye un castillo con piezas consiste en sentir respectivamente a la muñeca como una recién nacida y el castillo construido como un castillo real. Con el crecimiento los juegos de fantasía no desaparecen sino que asumen otras formas.”<sup>55</sup>

En los juegos de fantasía el niño desarrolla su creatividad y expresa lo que vive y lo que aprende de su entorno social. Con el tiempo los juegos de fantasía no desaparecen, van tomando diferentes formas. La segunda clasificación que Ágnes Heller hace del juego es la siguiente.

---

<sup>55</sup> HELLER Ágnes, Op. Cit. p. 373.

“Juegos miméticos, en los cuales la satisfacción de la fantasía se traduce en la asunción de un papel. La forma más desarrollada y plena de este juego es el teatro, bajo este aspecto el juego mimético constituye en realidad el punto de partida y el fundamento del arte. Pero esto no significa –como piensan algunos, y entre ellos Schiller– que el arte mismo sea un juego.”<sup>56</sup>

En los juegos miméticos el niño representa un papel de un personaje según la fantasía: un hada, el maestro, un lobo etc. Los juegos miméticos están presente en mi propuesta porque los alumnos desarrollar diferentes papeles, diferentes roles en los juegos motores entran dentro de esta clasificación. En la tercera y última clasificación la autora Ágnes Heller manifiesta:

“El juego regulado. En este caso los papeles –cuando existen– pierden importancia y se convierten en funciones dentro del determinado sistema de reglas (tú eres el que alcanza, él es ala izquierda, etcétera). Los juegos regulados tienen dos elementos característicos. El primero es que son en general juegos colectivos, no es posible efectuarlos solos. Lo que puede expresarse en una concomitancia o en una sucesión ( el fútbol y la competición entre tiradores). Pero como siempre deben estar implicados un cierto número de participantes. El número mínimo es de dos (el esgrima), pero varía según los juegos; el máximo es indeterminado, pero no puede ser demasiado grande(diez mil personas no pueden jugar juntas, cómo máximo pueden mirar entusiasmarse, etc). El segundo elemento de los juegos regulados es su carácter competitivo: en ellos se puede ganar o perder. Incluso deben su popularidad precisamente a este aspecto competitivo en cuanto no sólo la fantasía encuentra en ellos un nuevo alimento (el papel de la casualidad de los juegos degulados), sino que a través suyo surge una particular tensión que aferra tanto a los jugadores como a los hinchas. Los juegos de pura fantasía casi no producen tensión, son relativamente privados y no tienen hinchas.”<sup>57</sup>

---

<sup>56</sup> Ibídem p. 373.

<sup>57</sup> Ibídem. p. 374

Es en esta clasificación donde es más afín mi propuesta de juegos motores por las características de los juegos regulados, porque son juegos colectivos y por su carácter competitivo, también toman algunas características de las dos anteriores clasificaciones aunque en menor grado.

Otro autor que me parece importante en mi propuesta es Piaget porque hace una clasificación que abarca todos los juegos y la clasificación que hace se basa en su teoría del desarrollo de la inteligencia:

“Explica como al juego se accede por grados de capacidades que dependen de la evolución del pensamiento infantil. El juego y la imitación son parte integrante del desarrollo de la inteligencia y por lo tanto, pasan por los mismos periodos”<sup>58</sup>

Respecto a la clasificación de los juegos, Piaget hace una clasificación que es generalmente la más aceptada porque su teoría es usada por la mayoría de la literatura lúdica, porque la clasificación de los periodos de desarrollo de la inteligencia van vinculados al juego, en esta clasificación recoge los aspectos más esenciales de los cambios que se producen en la actividad lúdica en el niño. Piaget realiza una clasificación del juego:

“En base al desarrollo en tres grandes manifestaciones: juego sensoriomotor, juego simbólico y juego de reglas.

El juego sensoriomotor es un precursor del juego, y se basa en la repetición de movimientos, de ahí que sea un aspecto de asimilación.

El juego simbólico ocupa un largo periodo de tiempo, al principio este tipo de juego, cumple la misma función que el juego funcional en el desarrollo del pensamiento preoperacional, siendo este mecanismo el mismo de la asimilación, pero ahora para la organización y repetición del pensamiento en función de las imágenes y símbolos conocidos. Mas tarde, también se asimilan e integran las

---

<sup>58</sup> NAVARRO Adelantado, Vicente. OP. Cit. p. 79.

experiencias emocionales del niño de manera que es frecuente la tergiversación de la realidad en forma de fantasía.

El juego de reglas es la última expresión del juego infantil, que ya se asemeja al comportamiento habitual del adulto. El autor distingue que la regla es practicada y que cada nivel de práctica corresponde a un grado de conciencia de ella. La regla, primeramente, es utilizada de manera egocéntrica; más adelante se da una cooperación naciente, intentando dominar a los demás con la regla, finalmente los juegos se regulan minuciosamente, distinguiendo con claridad la regla y sus matices ”<sup>59</sup>

La obra de Piaget proporciona un conocimiento del juego infantil, y explica como el juego evoluciona con respecto al desarrollo del conocimiento. Desde el nacimiento del niño comienza el juego sensoriomotor que se basa en los movimientos y las sensaciones que le permitirán aprendizajes. Conforme a su desarrollo aparece el juego simbólico, el niño aprende a través de las imágenes y símbolos que va integrando a su mundo. Por último el juego de reglas, en este último le permite al niño conocer sus límites y los límites de los demás, aprender a convivir con sus iguales y mejorar la convivencia social.

La Educación Física en la enseñanza primaria deberá enfocarse desde una perspectiva fundamentalmente lúdica, contando con la motivación natural de los alumnos hacia el juego y la actividad deportiva, conduciéndola hacia la cooperación, el respeto a las reglas, el esfuerzo por superar las dificultades, la autonomía, aceptación de roles y la alegría por la tarea bien hecha. Los alumnos a través del juego, exploran el mundo físico y el ambiente social, perfeccionan los conceptos, amplían y enriquecen el vocabulario, ejercitan su capacidad de atención y memoria, dan impulso a la imaginación y al pensamiento productor, mejoran su condición física y su capacidad para la

---

<sup>59</sup> *Ibídem.* p. 80.

aplicación funcional de destrezas y habilidades motrices en las más diversas situaciones.

## **2.4. El juego motor**

Es en el juego motor donde se puede observar más el juego de reglas que el juego simbólico, definiendo juego motor como: “ un tipo de juego que se caracteriza por la motricidad y la actividad social”<sup>60</sup>

El juego motor comparte y reafirma, las potencialidades del niño, y la actividad social, además de contener habilidades y situaciones que producen aprendizajes y permite al niño actuar sobre su entorno, además de la curiosidad y la satisfacción de experimentar situaciones nuevas, ya que es una actividad exploratoria y con matices nuevos.

Tomando en cuenta la construcción de la identidad de los niños y la autonomía personal Francisco Ruiz define el juego motor como:

- Es un comportamiento en sí mismo en el que el uso de los objetos y las acciones no tienen un objetivo obligatorio para el niño, aunque puede obligarse a cumplir unas pautas o normas.
- Es un factor de desarrollo a través del cual se ejercita la libertad de elección y de ejecución de actividades espontáneas proporcionando la dimensión de ser libre, activo, seguro.
- Es necesario para que el niño continúe con los aprendizajes acerca de su propia concepción de sí mismo como ser físico en un entorno concreto.
- Permite que el niño perciba el progreso en su dominio del espacio de tal forma que pueda hacerse autónomo y libre en sus desplazamientos.
- Modela y regula la capacidad perceptiva del niño.
- Incide en el desarrollo de la incipiente capacidad representativa y mental siendo una de las formas en las que se despliega la función simbólica.

---

<sup>60</sup> Ibídem. p. 140

- Es una forma concreta de que los niños comiencen a comprender las reglas que prescriben las actividades y los procesos humanos.
- Nace de la realidad que rodea al niño tomando sus elementos y nunca se aleja de ella mas que lo preciso para volver a ella de nuevo, recrearla y enriquecerla.
- Pueden ser muy serios, en el sentido de exigir y provocar actitudes rigurosas en los niños, sin que por ello dejen de ser juegos.
- Siempre se debe hacer algo que tenga interés y significado para el niño, si no es así, se pierde el interés y deja de tener significado y muere como tal.
- Debe estar compuesto de un alto grado de motivación para que sea una herramienta de crecimiento y de desarrollo personal.
- Debe poseer la fuerza necesaria para que el niño se implique como cosa propia y subjetiva.
- Tiene que proporcionar una gama de sensaciones y emociones personales que resulten beneficiosas ya que es la actividad placentera por excelencia.”<sup>61</sup>

El juego motor en la escuela es un instrumento que permite el aprendizaje y tiene que ser planeados de acuerdo a la edad y el grado que cursa el alumno, tomando en cuenta la comprensión y la cultura en la que se encuentra inmerso.

“Por lo tanto el juego motor es una organización que incluye a todos los tipos de situaciones motrices en forma de actividades lúdicas, que comparten conductas motrices significativas, y que podrán cumplir distintos objetivos (pedagógicos recreativos, de dinamización de grupos culturales, deportivos.) Lo que nos permite concretar que el juego motor es una actividad lúdica significativa que se conforma como una situación motriz y mediada por un objetivo motor.”<sup>62</sup>

---

<sup>61</sup> RUIZ Juan, Francisco, Op. Cit. p. 193 – 194.

<sup>62</sup> NAVARRO Adelantado, Vicente. Op. Cit. p. 142.

#### **2.4.1. Importancia pedagógica del juego motor.**

El juego motor representa una opción pedagógica, en el cual se establecen objetivos, como en otras opciones educativas y es uno de los medios más característicos de la Educación Física y empleado por otras áreas de la educación. El juego motor al crear un sistema de las conductas motrices, consigue objetivos educativos. Como construcción social transforma la conducta del niño, al actuar en conjunto, las actitudes, los valores y las situaciones de enseñanza – aprendizaje se desarrollan.

#### **2.4.2. Didáctica del juego motor.**

En cuanto a la didáctica de los juegos motores, la didáctica del juego motor favorece el aprendizaje por la construcción de habilidades motrices; Francisco Ruiz nos describe:

“La acción pedagógica basada en el ejercicio permite un planteamiento didáctico que permite una mayor precisión en la tarea asignada, más información y una planificación mejor de las progresiones y del esfuerzo.”<sup>63</sup>

Es el docente quien tiene que analizar las ventajas o inconvenientes en la programación de los juegos motores de acuerdo a la edad de los alumnos, para poder relacionar conocimientos, procedimientos y actitudes de los alumnos.

“No debemos perder de vista que para que una tarea sea realmente lúdica de aprendizaje debe existir una lógica interna en el juego, es decir, que existan unas actividades a realizar unas normas de juego, una estrategia de resolución y además que todo ello sea relacionado y aceptado como tal por los alumnos llegando a identificarse con el papel correspondiente

---

<sup>63</sup> RUIZ Juan, Francisco y María Elena García Montes. *Desarrollo de la motricidad a través del juego*. GYMNOS. España, 2001. p. 104.

dentro de él. Por ello, es sumamente importante la labor del docente en todo este entramado ya que debe conocer los intereses y motivaciones.”<sup>64</sup>

En los juegos motores existe conocimiento y práctica, esta debe ser relacionada con los objetivos, la información que damos a los alumnos influye en el aprendizaje. La motivación es importante para organizar los recursos didácticos, conocer al alumno, el ambiente que es capaz de crear el profesor, tipo de actividad, los diferentes materiales que son necesarios para la aplicación en cada juego motor.

### **2.4.3. Aplicación del juego motor.**

En la aplicación de los juegos motores es importante conocer tres aspectos: el quién, el cómo y el cuándo. En el primero es el profesor de educación física o el docente, el segundo término se refiere al cómo el profesor realiza su trabajo al iniciar el juego, durante el desarrollo, y al finalizar el juego, el cuándo se refiere en qué momento debe intervenir el maestro para evitar o corregir conductas no deseadas en el juego.

”Durante el juego, el profesorado tiene que ser capaz de crear un clima agradable y distendido, de saber transmitir entusiasmo participando al mismo nivel que los jugadores, y hacer a la vez de guía y animador. Debe estimular durante el juego la construcción de una relación social positiva, favoreciendo la estimulación recíproca, la empatía es decir la capacidad para situarse en el lugar del otro, la confianza, la implicación, la comunicación, etc.”<sup>65</sup>

El maestro tiene que tener una actitud entusiasta, participativa y creativa para estimular el esfuerzo de los alumnos; tiene que conocer bien los juegos motores que aplica para saber las intensidades y sus efectos y cuándo poder

---

<sup>64</sup> RUIZ Juan, Francisco y María Elena García Montes. Op. Cit. p. 105

<sup>65</sup> *Ibíd.* p. 111.

implementar variantes para que no se pierda el interés del juego por los alumnos. Y conocer a los alumnos principalmente en su desarrollo psicológico, intelectual, afectivo y motriz.

## **2.5 Desarrollo psicológico, intelectual, socio – afectivo, y motriz en un niño de 3° grado.**

Es de mi interés el conocimiento del desarrollo psicológico, intelectual, socio – afectivo y motriz de mis alumnos porque es la forma en que los puedo conocer, saber porque piensan de determinada forma, a que se debe determinada conducta, cómo es su interacción social, cuales son sus valores, sus intereses y su desarrollo motriz; para poder implementar mi proyecto de acuerdo a su edad y desarrollo.

“El organismo humano es un laboratorio biológico en el cual, desde el nacimiento hasta la muerte tienen lugar unas transformaciones continuas, útiles para la vida y la adaptación a los estímulos externos. Las metodologías de entrenamiento no pueden prescindir del conocimiento de estos fenómenos si se quiere conseguir una participación progresiva y gradual de los mismos en pos de una educación física y psíquica global.”<sup>66</sup>

Es importante conocer los aspectos psicológico, intelectual, socio – afectivo y actividades motrices en los alumnos del tercer grado de primaria, para tener información de cómo se desarrollan y en qué parte de ese desarrollo se encuentran.

Al tratar el tema de desarrollo del niño de tercer grado de primaria:

“La psicología genética ha identificado tres grandes estadios o periodos evolutivos en el desarrollo cognitivo: un estadio

---

<sup>66</sup> BERALDO, Stelvio y Claudio Polletti . *Preparación física total*. Hispano Europea. España, 2000, p. 15.

sensoriomotor, que va desde el nacimiento hasta dieciocho / veinticuatro meses aproximadamente y que culmina con la construcción de la primera estructura intelectual: el grupo de los desplazamientos que abarca de los dos años hasta los once años aproximadamente y que culmina con la construcción de estructuras operatorias concretas, finalmente un estadio de operaciones formales, que desemboca en la construcción de las estructuras intelectuales propias del razonamiento hipotético deductivo hacia los quince/ dieciséis años”<sup>67</sup>

En la propuesta de Piaget, en el desarrollo de la inteligencia, el conocimiento y la motricidad el niño las va construyendo de acuerdo a etapas y a su desarrollo psico – motor, biológico y social. Piaget considera las estructuras mentales como estadios o etapas del desarrollo cognitivo, y que el paso de un estadio de conocimiento a otro se realiza a través de la interacción de factores internos y externos, el medio y la interacción social.

En esta etapa de las operaciones concretas se encuentran los alumnos del tercer grado de primaria, siendo de gran importancia para mi investigación. Abordaré los aspectos cognitivo, socioafectivo y psicomotriz y su influencia en el desarrollo de las capacidades físicas y socio motrices, de este grado en particular.

### **2.5.1 Desarrollo psicológico.**

En esta edad el niño razona de forma más lógica, son menos dependientes en sus trabajos, poseen una atención más selectiva, una memoria más segura y estratégica que amplía sus conocimientos, son capaces de captar el humor y la

---

<sup>67</sup> PALACIOS, Jesús, COLL, Cesar. *Desarrollo psicológico y educación*. España, Alianza, 1999, p. 122.

ironía. Las actividades físicas son las que más les agradan en esta edad del lujo del movimiento. K. Schweizer y L. Zahner nos aclaran:

“ A esta edad el niño goza de una capacidad de aprendizaje y de rendimiento muy elevada en el plano motor. Al periodo comprendido entre los 8 y los 10 años se le llama la edad del lujo del movimiento”<sup>68</sup>

Y en el aspecto psicológico alcanza un desarrollo importante. Al respecto Beraldo Stelvio nos explica:

“En el aspecto psicológico la inteligencia comienza a acentuarse con la aparición de esquemas operativos de tipo lógico. Supone el paso desde la fase precedente de exploración y adquisición a otra nueva en el que domina la creatividad. El niño consigue analizar y comprender el significado concreto de los conceptos. Siente un fuerte deseo de imitar los modelos de los adultos y de sus compañeros y busca tener aprobación y recompensa en sus acciones. A la buena imaginación y fantasía viene a sumarse la capacidad de prestar la atención propia. Estos elementos son preciosos para inducirlos a participar en una alegre y reglamentada actividad física”<sup>69</sup>

### **2.5.2 Desarrollo intelectual.**

En el aspecto intelectual los niños de esta edad tienen más capacidad de prestar atención lo cual tiene relación con mayor desarrollo de conocimientos y aptitudes, mejora su memoria y capacidad de procesar información. Jesús Palacios nos aclara con respecto al desarrollo intelectual de esta edad:

“tienen más recursos para planificar y utilizar de forma eficiente sus aptitudes cuando se enfrentan a un problema, cuando hay que recordar informaciones o

---

<sup>68</sup> Schweizer K. y L. Zahner. *El niño y el deporte* en *ATP Energía y movimiento*, Suiza. Rev. Num. 15. Enero – Febrero 1996. p.37

<sup>69</sup> BERALDO, Stelvio y Claudio Polletti . Op. Cit. p. 16

cuando han de ampliar su nivel de conocimientos sobre un tema en particular. Además durante estos años adquieren conciencia de sus puntos fuertes y débiles intelectualmente, captan en que consiste pensar y que diferencia hay entre pensar bien y pensar mal, un logro cognitivo importantísimo”<sup>70</sup>

En esta edad el pensamiento del niño es más lógico, les es más sencillo resolver problemas por medio del ensayo y del error, distingue la diferencia entre pensar bien y mal. Trabajan con más facilidad en forma independiente, y les agrada trabajar en equipo, tienen más precisión en los aspectos relevantes de un juego o de una tarea .

### **2.5.3 Aspecto socioafectivo:**

En este aspecto los alumnos del 3° grado de primaria participando en sus contextos se van desarrollando socialmente, conformando su personalidad; la escuela, la familia, los profesores y el grupo de iguales son los agentes sociales más importantes en esta edad. Jesús Palacios y Cesar Coll nos describen los aspectos socioafectivos:

“Escuela y familia se convierten en los contextos más influyentes de cara a la configuración de la personalidad infantil; los padres los profesores y los grupos de iguales van a convertirse en los agentes sociales más importantes y decisivos durante estos años. A través de las interacciones que establecen con todas estas personas, niños y niñas van a ir diversificando sus relaciones enriqueciendo sus experiencias sociales, obteniendo nuevas informaciones y recibiendo influencias que les permiten consolidar o modificar muchos de estos aspectos del desarrollo sociopersonal que habían empezado a configurarse en los años anteriores”<sup>71</sup>

---

<sup>70</sup> PALACIOS, Jesús y Cesar. Coll, . Op. Cit. p. 330.

<sup>71</sup> *Ibíd.*, p. 355

Es por medio del juego que el niño desarrolla su personalidad, a través de la creatividad y de la acción, el niño descubre su mundo interno y su realidad exterior.

Los avances que se dan en estas edades como la comprensión de los demás, las relaciones interpersonales y los sistemas sociales, genera explicaciones y soluciones que los niños hacen de su ambiente social. Beraldo nos explica cómo va aumentando la socialización en esta etapa:

“Queda superada la fase egocéntrica y se muestra más sociable y disponible respecto al grupo. El carácter en vías de formación, siempre se halla en situación de estrecha dependencia del adulto.

Este primer nivel de socialización no es todavía estable, por cuyo motivo es posible que surja una actitud de abandono y renuncia ante las primeras dificultades sociales.”<sup>72</sup>

#### **2.5.4. Desarrollo motriz.**

Los niños de ocho a diez años, tienen coordinación de la velocidad, dirección en sus movimientos, tienen noción de las distancias en sus desplazamientos. Sus juegos tienen mayor destreza y velocidad. Es el juego motor un instrumento psicopedagógico que favorece todo tipo de aprendizaje, proporcionando al niño gran cantidad de experiencias y estímulos de vivencias útiles y necesarias para un buen desarrollo, pienso que la actividad lúdica debe estar presente en todas las prácticas educativas.

“Para el niño la vida es juego y fantasía y estos dos aspectos deben servir siempre de guía al profesor, entrenador o monitor, en las diversas propuestas de actividad. Físicamente en este periodo, el niño responde

---

<sup>72</sup> BERALDO, Stelvio y, Claudio Polletti , Op. cit. p. 16

muy poco a cualquier esfuerzo prolongado. Ello se debe al escaso desarrollo de sus órganos internos, sobre todo el corazón y los pulmones, y la poca disponibilidad psíquica hacia cualquier movimiento monótono y repetitivo, y por consiguiente, poco propenso a la fantasía. La aceptación de normas sencillas puede servir de base para proponer juegos codificados y aptos para ser desarrollados en el grupo <sup>73</sup>

El desarrollar las capacidades físicas y sociomotrices por medio del juego motor en los alumnos del tercer grado de primaria, tiene un enfoque constructivista y fue necesario recurrir al método de investigación etnográfico, por que al implementar el proyecto me encuentro inmersa o dentro del grupo para llevar a cabo la investigación. Un sustento teórico que tiene las bases fundamentadas en las obras de diversos autores que tienen un enfoque constructivista. Todos estos elementos son necesarios para poder implementar el proyecto, evaluarlo y reportar los resultados.

Este trabajo intenta establecer un vínculo entre estos aspectos: desarrollo de las capacidades físicas y sociomotrices<sup>74</sup>, juegos motores cómo estrategia didáctica, y como impactan en el desarrollo del niño; sobre todo, después de haber implementado el proyecto de intervención pedagógica.

En el siguiente capítulo abordo los temas de elaboración y diseño; aplicación y evaluación de los juegos motores y establezco el programa de juegos motores: nombre del juego, su desarrollo, los materiales, el tiempo de duración de cada juego y de cada sesión, reglas del juego y el periodo en el que se implementó.

---

<sup>73</sup> Idem.

<sup>74</sup> Las capacidades sociomotrices las aborda Marta Castañer Balcells en su obra **“La Educación Física en la enseñanza primaria”**. INDE. Barcelona España, 2001.

### 3. PROPUESTA: SU APLICACIÓN Y EVALUACIÓN.

Para elaborar la propuesta de juegos motores, aplicación y evaluación tomé en cuenta las bases teóricas que presenté en el capítulo anterior, para tener la información y el conocimiento acerca de las capacidades físicas, sociomotrices y el juego motor. El sustento teórico es la base y el apoyo que me permitió desarrollar la propuesta. Así como los diagnósticos ya mencionados en el capítulo 1.

#### 3.1 Diseño y elaboración.

Los juegos motores que forman parte de mi programa, tienen una serie de elementos que tomé en cuenta para elegir o elaborar el juego de acuerdo a una intención educativa y una estructura para tener a simple vista los elementos que facilitan la explicación correcta y clara para que sea más fácil implementarlos en el grupo. Al respecto Eduardo Generelo nos explica que:

“ La actividad de diseñar un currículo se refiere al proceso de planificación, darle forma y adecuarlo a las peculiaridades de los distintos niveles escolares. En suma, constituye un instrumento para mejorar la calidad de la enseñanza.

De acuerdo a la función racionalizadora del currículo que realiza el diseño, este deberá comprender, al menos, las siguientes operaciones: a) la apoyatura conceptual y de justificación de lo que se decide, b) el propósito, fin o meta a alcanzar, c) la previsión de un proceso que se concreta en la inclusión de contenidos, tarea a realizar, secuencias de actividades y alguna forma de evaluación.”<sup>75</sup>

Al diseñar el programa tomé en cuenta los tres puntos que señala Eduardo Generelo, tomando como base el marco conceptual que está explícito en el capítulo 2 “Fundamentación de la propuesta.”

---

<sup>75</sup> GENERELO Lanapsa, Eduardo y Carlos Plana Galindo, *Manual del maestro especialista en Educación Física*. Pila Teleña, España, 2000. p. 236.

El objetivo o meta a alcanzar en mi proyecto fue el desarrollo de las capacidades físicas y sociomotrices por medio del juego motor, que se incluye en el capítulo 2.

En este capítulo doy a conocer el programa de juegos motores que realicé con los alumnos del 3° grado y la forma de evaluarlo. De esta manera mi proyecto, toma forma y desarrollo al tomar en cuenta los aspectos importantes: el propósito a alcanzar, el sustento teórico, el programa y su evaluación.

### **3.1.1. Diseño.**

Para el diseño del programa de juegos motores tomé en cuenta los siguientes elementos:

#### **Nombre:**

Cada uno de los juegos tiene un nombre para poderlos identificar, los nombres son breves y originales y reúnen las características que el autor Francisco Ruiz nos comenta al respecto:

“El nombre es fundamental para la ambientación del juego, el nombre del juego ha de reunir las siguientes características:

- Ser significativo respecto al desarrollo del juego, de forma que asocie directamente las acciones del mismo.
- Ser relativamente corto para facilitar su empleo y comprensión.
- Ser motivador, de manera que cuando el profesor proponga a los alumnos un juego desconocido para ellos, y simplemente diga: “hoy vamos a jugar a ...”, todos salten de alegría, aún sin saber ni siquiera cómo es el juego.
- Ser original en la medida que sea posible”<sup>76</sup>

---

<sup>76</sup> RUIZ Juan, Francisco y María Elena, García Montes, *Desarrollo de la motricidad a través del juego*. GYMNOS, Madrid, 2001. P.116.

**Lugar y espacio:**

El lugar o espacio donde apliqué los juegos motores fue en el patio de la escuela puesto que la escuela no cuenta con otra instalación para realizar Educación Física y tomé en cuenta las dimensiones del patio que son 120 metros cuadrados, el piso es de cemento y se encuentra techado con láminas de acrílico.

**Materiales:**

En algunos juegos no se necesita material para que sean llevados a cabo, pero en la mayoría sí se requieren de materiales como: diferentes tipos de pelotas o balones, aros, llantas, cuerdas para saltar, pañuelos, postes, túneles, conos para delimitar el terreno de juego, colchonetas, globos, bastones, costales etc. Todos los materiales los aporté, tuve que adquirirlos o construirlos por que lamentablemente la escuela no tiene este tipo de materiales, a pesar de ser una escuela privada y que se supone debería tenerlos o adquirirlos. Es importante contar con los materiales necesarios para poder implementar los juego.

**Estrategia y organización:**

En los juegos se indica cuáles son los agrupamientos necesarios para llevarlos a cabo (por equipos de 6 alumnos, por parejas, por tríos, individuales o todo el grupo). En este apartado es importante hacer una previsión de los materiales, del espacio y tiempo que ocupa cada uno de los juegos.

**Objetivo a desarrollar:**

Cada uno de los juegos tiene varios objetivos y se hace referencia a cada uno de ellos. Sin olvidar los objetivos: conceptuales, actitudinales y procedimentales. Los objetivos están enfocados al desarrollo de las capacidades físicas y sociomotrices en los alumnos de 3° grado de primaria.

## **Reglas:**

En todos los juegos se indican las reglas básicas que rigen el juego, hay que tener siempre presente las reglas, para el buen desarrollo de los juegos.

## **Variantes:**

Son de gran importancia las variantes en los juegos, porque al hacer modificaciones, los alumnos mantienen siempre el interés y les parecen más divertidos los juegos. Al respecto Francisco Ruiz nos comenta:

“Indicar la forma o solución distinta a la que se ha propuesto, con la estructura similar a la de partida, donde varían significativamente alguno de sus componentes. Igualmente se hará mención de algunas variaciones, cambios o modificaciones que pueden hacerse del juego, facilitándolo o complicándolo, para adaptarlo a otros jugadores o situaciones que llevarán a enriquecer el juego. Es importante introducir la variante de forma progresiva para que siempre se respete el principio de comprensión de la situación motriz y de mantenimiento de la motivación progresiva.”<sup>77</sup>

Las variantes del programa de juegos motores las anexo en las conclusiones, al igual de las observaciones o datos de interés que consideré convenientes para el desarrollo del juego.

### **3.1.2. Elaboración.**

Al elaborar los juegos motores tomé en cuenta las características de mi grupo, porque cada grupo es diferente en los diferentes elementos psicológicos, físicos, afectivos, sociales e intelectuales.

---

<sup>77</sup> Ibid. P. 118

En la elaboración de los juegos es importante la edad en la que es aconsejable que se realice el juego. Es una orientación teniendo en cuenta que no se deben utilizar juegos concebidos para niños de mayor o menor edad. Ya que pueden resultar aburridos o peligrosos si no se toma en cuenta la edad del alumno.

La motivación que se genera en el juego es de gran valor para que no sea una actividad monótona, comunicarles a los alumnos cuando están haciendo bien la actividad, señalando sus aciertos y de esta forma surgen los aprendizajes motrices en el juego motor, en las interacciones entre compañeros y adversarios se observan también los aprendizajes sociomotrices.

El que todos los niños puedan participar sin discriminación, que todos aporten algo al juego: fomentará su participación, entusiasmo, su alegría, su esfuerzo.

Tener en cuenta que los turnos de espera en el juego no sean tiempos muy largos ya que provocan falta de actividad motriz y generan aburrimiento y poca participación por parte del alumno. Es necesario romper con la tendencia de jugar siempre lo mismo.

También son importantes las condiciones ambientales, como condiciones climáticas y temperatura ambiental. Adecuar el juego al ritmo de aprendizaje de los alumnos, de tal forma que ellos disfruten del juego. Tener criterios flexibles en la realización de los juegos. La práctica de los juegos motores debe desarrollar actitudes y hábitos de tipo cooperativo y social basados en la solidaridad, tolerancia y respeto y la aceptación de las normas del juego para la convivencia.

Valorar la participación individual y en equipo; tratando de erradicar las situaciones de violencia hacia los demás. Durante el montaje del juego todos los alumnos deben de participar para que acepten las limitaciones propias y las de los demás, la integración al papel que le corresponde y el respeto a las normas establecidas.

Francisco Ruiz nos da una serie de variables para preparar concienzudamente una actividad física las cuales tomé en cuenta en la elaboración de mi programa de juegos motores, estas son:

- “ -Los objetivos que se pretenden alcanzar dentro de la programación.
- Momento de la sesión en el que se va a ubicar cada uno de los juegos.
- Los contenidos que queremos desarrollar.
- La metodología concreta a utilizar.
- El número y las características del grupo de alumnos.
- Las instalaciones de las que disponemos. El espacio condiciona mucho los juegos que realicemos, facilitando o dificultando el ambiente de aprendizaje y la creación de diferentes ambientes.
- El material disponible y el que se precisa. Si no tengo material o no tengo un material concreto, no puedo programar juegos en los que se precise ese tipo de material.
- El número de clases, la duración de las sesiones prácticas que se disponen para llevar a cabo nuestro trabajo y la hora en la que se van a realizar los juegos
- Predisposición psicológica del grupo. No siempre es la misma, varía según días y la hora del día, no es lo mismo desarrollar una clase práctica a las nueve de la mañana que a las cuatro de la tarde .”<sup>78</sup>

La hora en que se desarrolla la sesión es importante, porque los alumnos tienen más disposición y energía en las primeras horas de clase que en las últimas horas de trabajo.

En el programa de juegos motores se establecen los objetivos y la metodología que se utilizaron, teniendo en cuenta que son alumnos de 3° grado, el grupo está formado por 13 alumnos y los materiales se calcularon para ese número de alumnos y las sesiones se llevaron a cabo en el patio escolar.

---

<sup>78</sup> Ibid. P. 110.

### **3.2 Aplicación del programa de juegos motores.**

Durante las sesiones es importante el entusiasmo que transmitimos a los alumnos, para que el alumno dé su mayor esfuerzo, se motive y exista mayor comunicación, es importante que nosotros como docentes conozcamos los juegos con profundidad, sus posibilidades y efectos; haberlos jugado varias veces, porque con la lectura no se comprenden todas las implicaciones de los juegos.

Es necesario conocer muchos juegos, ser abierto, espontáneo, creativo e imaginativo, romper con la monotonía y el aburrimiento, preocuparnos por nuestro trabajo con ganas de plantear nuevas propuestas. A este respecto Francisco Ruiz nos señala:

“Durante el juego el profesorado tiene que ser capaz de crear un clima agradable y distendido, de saber transmitir entusiasmo participando al mismo nivel que los jugadores, y de hacer a la vez de guía y animador. Debe estimular durante el juego la construcción de una relación social positiva, favoreciendo la estimulación recíproca, la empatía es decir, la capacidad para situarse en el lugar del otro, la confianza, la implicación, la comunicación, etc.”<sup>79</sup>

#### **3.2.1. Presentación del juego:**

Depende la forma de cómo presentemos el juego a los alumnos para atraer su atención y entusiasmo. Para tener éxito en la participación de los alumnos es necesario presentarlos de una forma estimulante y atractiva. Además de tener en cuenta ¿cómo explicar el juego? y ¿qué hay que explicar del juego?, ¿ con qué materiales vamos a jugar y cómo usarlos?

---

<sup>79</sup> Ibid. P. 111

### 3.2.2 Materiales curriculares o didácticos:

Los materiales didácticos con los que trabajé son principalmente para uso de los alumnos y para facilitar mi labor docente, para optimizar el proceso de enseñanza aprendizaje. Francisco Ruiz nos define los materiales curriculares o didácticos cómo:

“Cualquier instrumento u objeto que pueda servir como recurso para que, mediante su manipulación, observación o lectura se ofrezcan oportunidades de aprender algo o bien con su uso se intervenga en el desarrollo de alguna función de la enseñanza, incluyéndose todos aquellos documentos (listas de control y seguimiento, cuadernos del alumno, libros, etc.) que apoyan la labor del docente en el desempeño de las funciones referidas a la elaboración y desarrollo de currículo que facilitan el aprendizaje de los alumnos y alumnas”<sup>80</sup>

El disponer de abundante material ayudó a la intervención pedagógica, la práctica de los juegos se hizo más variada, incrementó el interés de los alumnos. Cuanto más colorido es el material y reúna características físicas acordes a la actividad, mayores son las posibilidades de realizar las acciones motrices necesarias para lograr los objetivos.

Para poder desarrollar el programa de juegos motores fue necesario adquirir los materiales, construirlos y pintarlos. Como anteriormente expuse, los materiales no fueron aportados por la escuela primaria en donde se realizó este proyecto.

Para implementar el circuito motor con el que hice las evaluaciones, tuve que construir los postes con latas de piña que conseguí en una tienda de pizzas, cemento, listones de madera, banderines de foami y pintarlos para que tuvieran una buena presentación. También se consiguió el resorte para poner a los postes.

---

<sup>80</sup> RUIZ Juan, Francisco y María Elena, García Montres, Op. Cit. p.125.

De igual manera busqué las llantas en vulcanizadoras, revisé que se encontraran en buen estado para su uso y se pintaron de diferentes colores. Los túneles los obtuve en el material didáctico que venden en la U.P.N. Ecatepec.

Todos los materiales que usé en el Proyecto de Intervención Pedagógica están descritos en el programa de juegos motores. Poco a poco fui haciendo o adquiriendo, con anticipación, estos materiales didácticos que sirvieron para poder implementar este proyecto, fueron un instrumento que favorecieron las actividades físicas y el proceso de enseñanza aprendizaje; teniendo en cuenta una buena instrucción de su uso, cómo intervienen en cada juego, y la explicación de éste

### **3.2.3 Cómo explicar el juego:**

Hacer una explicación clara para que los alumnos entiendan lo que tienen que realizar, el maestro debe estar convencido de que el juego presentado va a servir para mejorar las capacidades físicas y sociomotrices, que sirva al logro de los objetivos que nos planteamos. Al respecto Francisco Ruiz nos explica lo que debemos tomar en cuenta para tener una mejor explicación del juego:

“Reunir a los alumnos agrupándolos.

Decir el nombre del juego.

Lograr un clima necesario de atención: se debe conseguir un ambiente de silencio general e intentar captar la atención de todos los alumnos.

Colocarse en una posición claramente visible para todos (es aconsejable que los alumnos se sienten).

Hablar claro, alto, despacio y con naturalidad, ser breve preciso y ordenado, es decir utilizar esquemas y /o ejemplos que favorezcan la total comprensión del juego (terreno, composición del grupo, identificación del grupo, normas, lo que se puede y lo que no se debe ...).

Explicar para ser comprendido por todos utilizando un lenguaje adecuado al grupo.

No dar explicaciones exhaustivas en un primer momento. Concretar lo básico e ir complementando la información durante el desarrollo del juego, utilizando pequeños matices.

Relatar las reglas básicas del juego, cómo se desarrolla. Comprobar que lo explicado se ha entendido. Es aconsejable realizar algún tipo de demostración. Si se utiliza, adecuar el ritmo de explicación al de la ejecución del grupo niños que realizan la ejecución del grupo niños que realizan la demostración.

Organizar, previamente, al grupo de clase para realizar el juego. Reparto de papeles entre los participantes. Formar equipos antes de comenzar el juego. Hay que tratar por todos los medios que los equipos estén equilibrados, de forma que tengan posibilidades parecidas. Esto debe ser realizado brevemente.

Por último se distribuirá el material entre los alumnos, si es necesario usar material”<sup>81</sup>

Es importante que se dé a conocer la duración del juego; los límites, las zonas, posición de los jugadores y las funciones. La finalidad del juego, cuáles son los objetivos, qué se debe hacer durante el juego: saltar, correr, botar la pelota etc.

Explicar las reglas: qué está permitido y lo que no está permitido, señales del árbitro en caso de requerirse, la importancia de coordinar el trabajo en equipo.

Es fundamental que los alumnos conozcan cómo se evaluará el desarrollo de las capacidades físicas y sociomotrices, para que den su mayor esfuerzo y conozcan sus avances.

### **3.3 Evaluación del programa de juegos motores**

---

<sup>81</sup> Ibid. P. 113

Después de haber realizado las actividades para el desarrollo de las capacidades físicas y sociomotrices en el grupo de tercer grado de primaria; realicé la aplicación de un circuito motor al término de cada bimestre, además de la evaluación en cada juego de las capacidades sociomotrices. Los momentos de la evaluación fueron: inicial o diagnóstica, formativa o procesal y sumativa o final.

Los resultados obtenidos en cada uno de los momentos de la evaluación fueron registrados en listas de cotejo o comprobación, López Frías nos dice al respecto:

“La lista de cotejo es una técnica de observación que permite a los maestros identificar comportamientos con respecto a actitudes, habilidades y contenidos de asignaturas específicas. Los indicadores de determinados comportamientos que se pretendan observar deben apuntarse en la hoja de registro del juicio que permitirá la evaluación de lo observado.”<sup>82</sup>

Cada una de las lista (ver anexo 3) contiene los criterios que se evaluaron así como las escala de calificación para evaluar las capacidades físicas y sociomotrices.

### **3.3.1. Evaluación inicial o diagnóstica:**

En la evaluación diagnóstica, implementé al inicio del ciclo escolar un circuito motor formado por seis estaciones, en las cuales los alumnos tenían que pasar por cada una de éstas. En la medida que los alumnos pasaron por cada una de ellas, observé y evalué las capacidades físicas de fuerza, velocidad y flexibilidad con que cuentan los alumnos.

Implementé dos juegos motores: “¿dónde estás?” y “yo quiero” para saber con qué capacidades sociomotrices contaban los alumnos al inicio del ciclo escolar

---

<sup>82</sup> LÓPEZ Frías, Blanca Silvia y María Elena Hinojosa Kleen , *Evaluación del aprendizaje*. México, Trillas 2003, p. 70.

2004 - 2005, observando: la comunicación, participación, expresión y colaboración; capacidades sociomotrices de las que hablo en el capítulo uno.

### **3.3.2. Evaluación formativa o procesal:**

Esta evaluación se obtuvo durante el proceso de enseñanza aprendizaje para mejorar el programa; durante cinco bimestres apliqué el circuito y juegos motores para comparar los resultados que obtenían los alumnos, con el propósito de determinar el desarrollo de las capacidades físicas y sociomotrices y hacer correcciones en las actividades de aprendizaje, identificar debilidades específicas en la instrucción ya sea en el uso de materiales o en el procedimiento de la actividad. Esto me permitió saber si mis alumnos tenían problemas durante el proceso de la aplicación del programa de juegos motores.

En el registro de la evaluación formativa o procesal se pueden observar los resultados que se obtuvieron en cada bimestre a lo largo del ciclo escolar 2004 – 2005, de las capacidades físicas y sociomotrices en los alumnos del 3° grado de primaria, la interpretación de los registros nos dan los siguientes resultados:

#### **Capacidades físicas.**

**Primera estación:** El alumno tiene que correr una distancia de 8 m. y saltar 4 vallas, con una altura de 30 cm. cada una, separadas a una distancia de 2 m. En esta estación se puede observar la velocidad, velocidad de reacción, y fuerza en extremidades inferiores.

Al comparar el resultado de los cinco bimestres, se observa cómo los alumnos desarrollan la velocidad y la precisión del movimiento.

#### **Primer bimestre:**

El 33% hacen bien el recorrido, saltan las vallas sin problemas de forma armónica y sin detenerse.

El 67% hacen el recorrido de una forma regular porque saltaron con dificultad y tocaron algunas vallas.

### **Segundo bimestre:**

El 42% hacen bien el recorrido, saltan las vallas sin problemas de forma armónica y sin detenerse.

El 58% hacen el recorrido de una forma regular porque saltaron con dificultad y tocaron algunas vallas.

### **Tercer bimestre:**

El 60% hacen bien el recorrido, saltan las vallas sin problemas de forma armónica y sin detenerse .

El 40% hacen el recorrido de una forma regular porque saltaron con dificultad y tocaron algunas vallas.

### **Cuarto bimestre:**

El 77% hacen bien el recorrido, saltan las vallas sin problemas de forma armónica y sin detenerse.

El 23% hacen el recorrido de una forma regular porque saltaron con dificultad y tocaron algunas vallas.

### **Quinto bimestre:**

El 100% de los alumnos hacen bien el recorrido, saltan las vallas sin problemas de forma armónica y sin detenerse.

**Segunda estación:** El alumno tiene que reptar una distancia de 8 m. Donde se puede observar la fuerza y flexibilidad en extremidades superiores e inferiores.

Al comparar los resultados de los cinco bimestres se observa el desarrollo de la fuerza y la flexibilidad.

### **Primer bimestre:**

El 30% de los alumnos pueden reptar bien. Concluyen bien el recorrido sin apoyar las rodillas.

El 70% de los alumnos puede reptar de manera regular

### **Segundo bimestre:**

El 50% de los alumnos pueden reptar bien.

El 50% de los alumnos pueden reptar de forma regular .

### **Tercer bimestre:**

El 62% de los alumnos pueden reptar bien.

El 38% de los alumnos pueden reptar de forma regular.

### **Cuarto bimestre:**

El 77% de los alumnos pueden reptar bien.

El 23% de los alumnos pueden reptar de forma regular.

**Quinto bimestre:**

El 85% de los alumnos pueden reptar bien.

El 16% pueden reptar de forma regular.

**Tercera estación:** los alumnos en esta estación tienen que saltar en el centro de las llantas en zigzag con los dos pies juntos. En esta estación se observa el desarrollo de la fuerza y coordinación del movimiento en extremidades inferiores.

**Primer bimestre:**

El 8% de los alumnos pudo saltar bien las llantas.

El 34% de los alumnos pudo saltar de forma regular.

El 59% de los alumnos no pueden saltar las llantas.

**Segundo bimestre:**

El 8% de los alumnos pudo saltar bien las llantas.

El 50% de los alumnos pudo saltar de forma regular.

El 42% de los alumnos no puede saltar las llantas.

**Tercer bimestre:**

El 15% de los alumnos puede saltar bien las llantas.

El 70% de los alumnos puede saltar de forma regular.

El 15% de los alumnos no puede saltar las llantas.

#### **Cuarto bimestre:**

El 46% de los alumnos puede saltar bien las llantas.

El 53% de los alumnos puede saltar de forma regular las llantas.

#### **Quinto bimestre:**

El 62% de los alumnos pueden saltar bien las llantas.

El 38% de los alumnos pueden saltar de forma regular.

**Cuarta estación:** En esta estación el alumno tiene que jalar o arrastrar una llanta 8 m. Se puede observar la fuerza en general. Al comparar los resultados de los cinco bimestres se observa el desarrollo de la fuerza. El desarrollo es lento pero se va incrementando cada bimestre.

#### **Primer bimestre:**

El 59% pueden realizar bien el ejercicio.

El 33% de los alumnos tienen dificultad en arrastrar o jalar la llanta.

El 8% de los alumnos no pueden arrastrar la llanta.

#### **Segundo bimestre:**

El 67% de los alumnos pueden realizar bien el ejercicio.

El 33% de los alumnos tienen dificultad en arrastrar o jalar la llanta.

**Tercer bimestre:**

El 69% de los alumnos pueden realizar bien el ejercicio.

El 31% de los alumnos tienen dificultad en arrastrar o jalar la llanta.

**Cuarto bimestre:**

El 69 % de los alumnos pueden realizar bien el ejercicio.

El 31% de los alumnos tienen dificultad en arrastrar o jalar la llanta.

**Quinto bimestre:**

El 77% de los alumnos pueden realizar bien el ejercicio.

El 23% de los alumnos tienen dificultad en arrastrar o jalar la llanta.

**Quinta estación:** Los alumnos tienen que rodar una llanta 10 metros. Se puede observar la coordinación, velocidad y fuerza para manipular un objeto. Al hacer la comparación de los cinco bimestres se observa el desarrollo de la velocidad al controlar un objeto. El desarrollo es lento pero aumenta cada bimestre.

**Primer bimestre:**

El 42% de los alumnos realizaron bien el ejercicio.

El 42% de los alumnos realizaron el recorrido de forma regular.

El 16% de los alumnos no controlan el viaje de la llanta.

**Segundo bimestre:**

El 58% de los alumnos realizan bien el ejercicio.

El 33% de los alumnos realizan el recorrido de forma regular.

El 8% de los alumnos no controlan el viaje de la llanta .

**Tercer bimestre:**

El 62% de los alumnos realizaron bien el ejercicio.

El 38% de los alumnos realizan el recorrido de forma regular.

**Cuarto bimestre:**

El 69% de los alumnos realizaron bien el ejercicio.

El 31% de los alumnos realizaron el recorrido de forma regular.

**Quinto bimestre :**

El 77% de los alumnos realizaron bien el ejercicio.

El 23% de los alumnos realizaron en recorrido de forma regular.

**Sexta estación:** En esta estación los alumnos tienen que atravesar el túnel gateando. Se puede observar la flexibilidad y fuerza en extremidades superiores e inferiores de los alumnos. Al comparar los resultados de los cinco bimestres se observa el desarrollo de la flexibilidad. La flexibilidad se incrementa más rápido que la fuerza.

**Primer bimestre:**

El 50% de los alumnos realizaron bien el recorrido por el túnel.

El 50% de los alumnos realizaron el recorrido de forma regular.

**Segundo bimestre:**

El 75% de los alumnos realizaron bien el recorrido por el túnel.

El 25% de los alumnos realizaron el recorrido de forma regular.

**Tercer bimestre:**

El 85% de los alumnos realizaron bien el recorrido por el túnel.

El 15% de los alumnos realizaron el recorrido de forma regular.

**Cuarto bimestre:**

El 100% de los alumnos realizaron bien el recorrido por el túnel.

**Quinto bimestre:**

El 100% de los alumnos realizaron bien el recorrido por el túnel.

**Capacidades sociomotrices.**

**Expresión y comunicación,** Los alumnos realizaron los siguientes juegos para su evaluación: “Balón Sprint”, “Fútbol con escobas”, “La cuerda humana”, “Las llantas desaparecen”, “Frontonbol” para su evaluación.

Se puede observar cómo la expresión y la comunicación se van desarrollando de un 67% en el primer bimestre hasta un 93% en el quinto bimestre.

#### **Primer bimestre:**

El 67% de los alumnos hacen uso de su capacidad de expresión y comunicación.

El 33% de los alumnos les resulta difícil expresarse y comunicarse.

#### **Segundo bimestre:**

El 75% de los alumnos hacen uso de su capacidad de expresión y comunicación.

El 25% de los alumnos les resulta difícil expresarse y comunicarse.

#### **Tercer bimestre:**

El 70% de los alumnos hacen uso de su capacidad de expresión y comunicación.

El 30% de los alumnos les resulta difícil expresarse y comunicarse.

#### **Cuarto bimestre:**

El 77% de los alumnos hacen uso de su capacidad de expresión y comunicación.

El 23% de los alumnos les resulta difícil expresarse y comunicarse.

### **Quinto bimestre:**

El 93% de los alumnos hacen uso de su capacidad de expresión y comunicación.

El 7% de los alumnos les resulta difícil expresarse y comunicarse.

**Participación,** Los alumnos participación en los siguientes juegos: “Pelota viajera”, “El cartero”, “Jalar el cable”, “Rayos desintegradores”, para ser evaluada su participación.

Se observa que la participación con entusiasmo aumenta de un 75% hasta un 92%.

### **Primer bimestre:**

El 75% de los alumnos participan de forma entusiasta.

El 25% de los alumnos tiene menor participación.

### **Segundo bimestre:**

El 83% de los alumnos participan de forma entusiasta.

El 16 % de los alumnos tienen menor participación

### **Tercer bimestre:**

El 85% de los alumnos participan de forma entusiasta.

El 15% de los alumnos tienen menor participación.

### **Cuarto bimestre:**

El 92% de los alumnos participa de forma entusiasta.

El 8% de los alumnos tiene menor participación.

#### **Quinto bimestre:**

El 92% de los alumnos participa de forma entusiasta.

El 8% de los alumnos tiene menor participación.

**Respetar turnos.** Los alumnos jugaron los siguientes juegos para evaluar el respetar los turnos: “Relevos en redondo” “Carrera de obstáculos” “Canguro saltarín” “El túnel galáctico”. Estos juegos están incluidos en el programa de juegos motores.

En la evaluación se observa cómo los alumnos aprendieron a respetar su turno de un 58% en el primer bimestre se logró un 100% en el quinto bimestre.

#### **Primer bimestre:**

El 58% de los alumnos respeta su turno en el juego.

El 42% de los alumnos no respeta su turnos en el juego.

#### **Segundo bimestre:**

El 67% de los alumnos respeta su turno en el juego.

El 33% de los alumnos no respeta su turno en el juego.

**Tercer bimestre:**

El 69% de los alumnos respeta su turno en el juego.

El 31% de los alumnos no respeta su turno en el juego.

**Cuarto bimestre:**

El 77% de los alumnos respeta su turno en el juego.

El 23% de los alumnos no respeta su turno en el juego.

**Quinto bimestre:**

El 100% de los alumnos respeta su turno en el juego.

**Colaboración**, los alumnos realizaron los siguientes juegos : “Las parihuelas”, “el abecedario”, “carrera de costales”, “yo salto y tu también”, “cortar el balón”, Para su evaluación.

Se puede observar como se desarrolla la colaboración de un 50% en el primer bimestre hasta un 92% en el quinto bimestre.

**Primer bimestre:**

El 50% de los alumnos tiene una buena colaboración.

El 50% de los alumnos no tiene una buena colaboración.

**Segundo bimestre:**

El 58% de los alumnos colabora.

El 42% de los alumnos no tiene una buena colaboración.

#### **Tercer bimestre:**

El 62% de los alumnos tiene buena colaboración.

El 38% de los alumnos no tiene una buena colaboración.

#### **Cuarto bimestre:**

El 92% de los alumnos si colabora.

El 8% de los alumnos no tiene una buena colaboración.

#### **Quinto bimestre:**

El 92% de los alumnos si colabora.

El 8% de los alumnos no tiene buena colaboración.

#### **3.3.3. Evaluación sumativa o final:**

Esta evaluación se aplicó al finalizar el periodo que marca el programa, para conocer el logro de los objetivos alcanzados durante la aplicación de los juegos motores y para acreditar o certificar el desarrollo de las capacidades físicas y sociomotrices que obtuvieron los alumnos del tercer grado de primaria, en donde se da a conocer los avances y la situación en que se encuentra cada alumno y comparar si el programa dio resultado.

El programa de juegos motores se aplicó en la escuela primaria “Calmeccac” durante el ciclo escolar 2004 – 2005; con los alumnos del 3° grado y los resultados obtenidos se describen a continuación.

### **Velocidad:**

La implementación del circuito motor me permitió hacer la observación de la velocidad, cada alumno realizó el recorrido en un tiempo determinado y en cada bimestre se observa que mejora la velocidad de sus movimientos, la diferencia del desarrollo de la velocidad entre niños y niñas es mínimo. Esto comprueba que la velocidad se desarrolla si es estimulada. Los componentes de la velocidad (tiempo de reacción motriz, rapidez, frecuencia y encadenamiento) no los mido por separado porque no se presentan en forma aislada en los movimientos de los niños, mi proyecto como planteamiento educativo no pretende aislar los componentes de la velocidad porque estos no se producen de una forma aislada.

En la primera estación donde se observa la velocidad aumenta de un 33% que realizan bien el recorrido, hasta un 100% en el quinto bimestre.

### **Fuerza:**

En los resultados que se obtuvieron durante cada bimestre se observa que el desarrollo de la fuerza transcurre en forma relativamente lenta. La fuerza de las extremidades inferiores se desarrolla mucho mejor que la fuerza de las extremidades superiores, debido a que en la mayoría de los juegos motores se ocupan movimientos de diferente tipo como: carrera y salto, los cuales son estímulos del desarrollo correspondiente. Todos los tipos de fuerza se combinaron en las actividades que realizaron los alumnos como jalar, lanzar, brincar; al realizar los juegos motores. Se observó fácilmente al evaluarla en el circuito motor, en las estaciones donde se requiere de la fuerza y el incremento de ésta.

En la segunda estación (reptar), se observa la fuerza en extremidades superiores e inferiores; de un 30% que realizan bien el ejercicio en el primer bimestre, se logra un 85% en el quinto bimestre.

En la tercera estación (brincar las llantas), donde se puede observar la fuerza en extremidades inferiores; se obtienen los resultados en un primer bimestre, el 8% de los alumnos puede realizar bien el ejercicio, en el quinto bimestre, se observa un aumento hasta de un 62% de los alumnos realizan bien el ejercicio.

### **Flexibilidad:**

En cuanto a la evaluación de la flexibilidad en el circuito motor se incluyeron estaciones donde el alumno usa esta capacidad de flexibilidad y es fácilmente observable, los registros muestran que esta capacidad se va desarrollando en cada alumno, es diferente ya que a algunos les cuesta menos dificultad pasar por la segunda y sexta estación que a otros.

En la segunda estación se observa que los alumnos pueden realizar bien el ejercicio, un 30% en el primer bimestre, hasta un 85% en el quinto bimestre.

En la sexta estación se observa que los alumnos pueden realizar bien el ejercicio de un 75% hasta un 100%.

### **3.3.3. Evaluación final o sumativa de las capacidades sociomotrices:**

#### **Expresión y comunicación:**

Durante la aplicación del programa de juegos motores en los cinco bimestres se observa que mejoró mucho la capacidad de expresión y comunicación en el grupo; en el primer bimestre se obtuvieron los resultados siguientes: el 67% de los

alumnos hacían uso de su capacidad de expresión y comunicación y en el quinto bimestre se incrementó a un 93%.

### **Participación:**

En la participación , se obtuvieron los siguientes resultados: en el primer bimestre el 75% de los alumnos participa de manera entusiasta y en el quinto bimestre aumenta la participación a un 92%.

Durante el último bimestre Mayo – Junio se puede observar que en los alumnos aumentó la capacidad de participación, se fue aceptando el grupo progresivamente, se mejoraron las relaciones entre los compañeros siendo más participativos. Se mejoró la capacidad sociomotriz de interacción y creatividad.

### **Respetar turnos:**

El aprender a respetar los turnos no fue fácil para algunos alumnos, ya que ellos querían saltarse no respetando a sus compañeros. En el primer bimestre el 58 % de los alumnos respetaban su turno; en el quinto bimestre el 100% de los alumnos aprendió que es importante respetar su turno y el de los demás compañeros, para una mejor convivencia y realizar el juego. El saber respetar su turno entra dentro de la capacidad sociomotriz de interacción mejorándose notablemente.

### **Colaboración:**

La colaboración que se puede observar en los juegos motores aumentó de un 50% en el primer bimestre hasta un 92% . Los alumnos fueron experimentando la alegría y el placer al jugar con sus compañeros, ellos establecían los límites con determinados compañeros ya que algunos al hacer equipos se escogían para

colaborar mejor. La colaboración entra dentro de las capacidades sociomotrices de interacción y creatividad mejorándose a lo largo del curso.

Durante el desarrollo de las capacidades físicas, observé cómo la motricidad de cada alumno va mejorando en cuanto a que son más precisos en sus movimientos: saltar, jalar, atrapar, correr, lanzar, además el alumno percibe que es dueño de sus propias acciones, que tiene libertad y aumenta su autoestima.

Al poner en marcha el proyecto de juegos motores, reflexioné sobre las capacidades sociomotrices que se ponen en juego y que se ponen en práctica y que se van construyendo al ritmo de la experiencia individual y colectiva. Es necesario conducir a los alumnos a utilizar su potencial cognitivo para encontrar la solución a los problemas con los cuales se va enfrentar. El entender las diferencias individuales, dar respuestas correctas a sus cualidades y necesidades; entender la diversidad de pensamientos, creencias, capacidades e intereses. Se estimuló la creatividad por la posibilidad de compartir ideas, de contrastarlas con los demás, explorar y contribuir al juego.

Al desarrollar las capacidades físicas y sociomotrices en mis alumnos me sentí muy motivada al ver como cada bimestre aumentaban esas capacidades.

A continuación describo el programa de juegos motores que implementé en el grupo de 3° grado; se puede observar que contienen todas las características que menciono al iniciar este capítulo.



### 3.3.4. PROGRAMA DE JUEGOS MOTORES

El presente proyecto se implementó en los alumnos del 3° grado de la escuela primaria “Colegio Calmecac” ; durante el ciclo escolar 2004 – 2005.

#### MES: SEPTIEMBRE.

#### 1° SEMANA

Sesión 1 MARTES	Sesión 2 JUEVES
<p>EVALUACIÓN DIAGNÓSTICA            Evaluar las capacidades físicas:            Fuerza, velocidad, flexibilidad</p> <p>La evaluación se realizará mediante un circuito compuesto por estaciones; (anexo 1).            En el circuito: a) se tomará el tiempo del recorrido d cada alumno.            b) y se calculará el paso de los alumnos por cada estación.</p>	<p>EVALUACIÓN DIAGNÓSTICA.            Evaluar las capacidades socio motrices:            -Compartir espacios, materiales, e ideas.            -Sumar esfuerzos.            -Coordinar acciones.            -Crear con los compañeros.</p> <p>Mediante el juego de: ¿Dónde estas?            Estrategia y organización: Todos los jugadores sentados en un círculo, menos dos que se quedarán dentro del círculo con los ojos tapados por un pañuelo. De los dos jugadores que se tapan los ojos, uno a de intentar cazar al otro preguntando ¿dónde estas el otro ha de contestarle para que le guíe. Los dos deben desplazarse a gatas. El grupo puede dirigir con su voz, cuando lo alcance cambian las parejas.            Reglas: No pueden salirse del círculo.</p> <p>Mediante el juego de: yo quiero            Estrategia y organización: Se divide el grupo en equipos y se les pide que le pongan un nombre.            El maestro pedirá algo que los equipos tendrán que conseguir            El equipo que lo trae primero gana un punto.</p> <p>Ejemplo: “yo quiero una hilera de suéteres”, cada quien deberá quitarse su suéter rápidamente hacer la fila más larga y ganar el punto.            Reglas: No deben tardar más de dos minutos en conseguir lo que se les pida.            Pueden dibujar lo pedido.</p> <p>Se realizarán las anotaciones en una hoja de concentración de resultados, (anexa).</p>

**MES: SEPTIEMBRE****2° SEMANA**

<p><b>MARTES</b></p> <p>Calentamiento. <b>Juego: El enano saltarín</b></p> <p><b>Objetivos didácticos:</b> -Contribuir al desarrollo de un ambiente amistoso y distendido entre los miembros del grupo. -Respetar los niveles individuales de destreza. -Desarrollo de la fuerza y agilidad en el salto.</p> <p><b>Material:</b> sin material.</p> <p><b>Estrategia y organización:</b> Se colocan los jugadores ocupando todo el espacio de juego y en cuclillas. Uno de los jugadores anteriormente elegido, debe tratar de alcanzar a los otros por medio de saltos o pasos en cuclillas. Los otros se mueven de la misma forma, el que es tocado se agrega al perseguidor, hasta conseguir que todos sean perseguidores. <b>Reglas:</b> Hay que desplazarse en cuclillas. Basta con ser tocado.</p> <p><b>Tiempo aprox.:</b> 15 minutos.</p>	<p><b>Juego: El lago</b> <b>Objetivos didácticos:</b> -Respetar y apreciar el trabajo de los compañeros. -Estimulación del espacio corporal. -Desarrollo de velocidad en el desplazamiento</p> <p><b>Material:</b> Cuerdas y aros. <b>Estrategia y organización:</b> Se forma el contorno del lago con las cuerdas. Los aros quedan dentro del contorno del lago. Los niños corren libremente alrededor del lago, a la voz “ que viene el lobo” todos los niños saltan a los aros, que son las piedras, a la voz “viene el cocodrilo saltan desde las piedras hasta la orilla</p> <p><b>Reglas:</b> Respetar los lugares en los aros, no empujarse.</p> <p><b>Tiempo aprox. :</b> 10 minutos.</p>
<p><b>Juego: Transportador de pelotas</b></p> <p><b>Objetivos didácticos:</b> -Establecer relaciones de ayuda y cooperación entre los miembros del grupo. -Sincronizar acciones motrices con los compañeros. -Desarrollo de fuerza en el desplazamiento</p> <p><b>Material:</b> Una pelota por pareja.</p> <p><b>Estrategia y organización:</b> Se divide el grupo en dos equipos, cada equipo debe intentar transportar las pelotas formando parejas, recorriendo una cierta distancia. Un compañero levanta las piernas del compañero que es su pareja y se apoya en sus manos para trasladarse llevando la pelota en la espalda. <b>Reglas:</b> no pueden tocar con las manos la pelota, ni las plantas del pié el que lo transporta en el suelo, deben llegar juntos el transportador y la pelota a la meta</p> <p><b>Tiempo aprox. :</b> 10 minutos</p>	<p><b>Juego: Salvar el río</b></p> <p><b>Objetivos didácticos:</b> -Desarrollo de la flexibilidad y la velocidad -Percibir las distancias y ajustar el movimiento de forma consecuente. -Mantener el equilibrio ante un obstáculo.</p> <p><b>Material:</b> Cuerdas.</p> <p><b>Estrategia y organización.</b> Se colocan las cuerdas en paralelo a una distancia de un metro. Los niños distribuidos en hileras han de correr y al llegar al río salvarlos de un salto. Posteriormente se separan las distancias entre las cuerdas.</p> <p><b>Reglas:</b> Respetar su turno</p> <p><b>Tiempo aprox. :</b> 10 minutos</p>
	<p><b>Parte final:</b> Relajamiento. Contar un cuento breve 5 minutos.</p>

**MES DE SEPTIEMBRE**  
**2° SEMANA.**

<b>JUEVES</b>	
<p>Calentamiento.  <b>Juego: El canguro</b></p> <p><b>Objetivos didácticos:</b>          -Establecer relaciones de ayuda y cooperación entre el grupo          -Desarrollo de la velocidad.          -Coordinar acciones motrices con los compañeros.</p> <p><b>Material:</b> una pelota por cada 3 alumnos.</p> <p><b>Estrategia y organización:</b> dos jugadores se colocan cara a cara separados por una distancia de 6m., y un jugador en medio. Los jugadores externos tienen la pelota. La pelota se envía rodando, de un jugador exterior a otro, el de en medio tiene que brincar la pelota. Cuando se haya cumplido el número de saltos establecidos se produce un cambio "volando"</p> <p><b>Reglas:</b> La pelota tiene que rodar en un principio y después por encima de la cabeza del jugador de en medio</p> <p><b>Tiempo aprox. :</b> 15 minutos</p>	<p><b>Juego: Carrera de asteroides.</b></p> <p><b>Objetivos didácticos:</b>          -Enlazar de forma coordinada las acciones de correr y saltar.          -Realizar diferentes lanzamientos y recepciones.          -Desarrollo de velocidad y cooperación.</p> <p><b>Material:</b> cada jugador una pelota ligera</p> <p><b>Estrategia y organización:</b> en los laterales del campo de juego se encuentran los jugadores del equipo "A" repartidos igualmente, cada uno de los jugadores tiene una pelota. Los jugadores del equipo "B" comienzan en línea de fondo del campo y corren hacia el otro extremo. Los jugadores del equipo "A" intentarán tocar a los jugadores del equipo "B" con los balones. Corriendo y esquivando con habilidad, el equipo "B" intenta que el número de aciertos sea el menor posible.</p> <p><b>Reglas:</b> un acierto solo será válido si el balón ha tenido contacto previo con el suelo. Después de tres recorridos cambian de lugar los equipos. Gana el equipo que haya ganado más</p> <p><b>Tiempo aprox. :</b> 10 minutos.</p>
<p><b>Juego: Lucha de cangrejos</b></p> <p><b>Objetivos didácticos:</b>          -Desarrollar la confianza entre los compañeros mostrando actitudes sociomotrices.          -Controlar el cuerpo realizando fuerza y flexibilidad</p> <p><b>Material:</b> sin material.</p> <p><b>Estrategia y organización:</b> por parejas se sientan en el suelo y adoptan la posición de cangrejo, con el vientre hacia arriba. Los glúteos no entran en contacto con el suelo y el peso del cuerpo está repartido en manos y pies, los codos y las rodillas están flexionados. Apoyados en tres extremidades se disponen para la lucha, gana el cangrejo que consiga hacer caer al cangrejo contrario, es decir que los glúteos toquen el suelo.</p> <p><b>Reglas:</b> Luchar con manos y pies sin dar patadas. Cuando toque con glúteos el suelo pierde</p> <p><b>Tiempo aprox. :</b> 10 minutos</p>	<p><b>Juego: Los relevos del túnel</b></p> <p><b>Objetivos didácticos:</b>          -Disfrutar con la participación en actividades lúdicas cooperativas.          -Hacer uso del espacio corporal y del espacio próximo para comunicarse.          -Desarrollo de la flexibilidad y la fuerza.</p> <p><b>Material:</b> Sin material</p> <p><b>Estrategia y organización:</b> se divide el grupo en dos equipos, cada equipo construye un puente con las piernas separadas para que puedan pasar por debajo cada uno de los jugadores. Cada jugador debe pasar tan rápido como sea posible por el túnel y formar parte de él .</p> <p><b>Reglas:</b> El equipo que llegue primero a la meta gana.</p> <p><b>Tiempo aprox. :</b> 10 minutos.</p>
<b>Parte final:</b> Relajamiento. Contar adivinanzas 5 minutos	

## MES DE SEPTIEMBRE

### 3° SEMANA

<p><b>MARTES</b></p> <p>Calentamiento.</p> <p><b>Juego: La liebre y el erizo</b></p> <p><b>Objetivos didácticos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Desarrollar la capacidad para comunicarse en el transcurso de las actividades motrices.</li> <li>- Participar con alegría y confianza en los juegos.</li> <li>- Desarrollo de la velocidad.</li> </ul> <p><b>Material:</b> Sin material.</p> <p><b>Estrategia y organización:</b> Menos la liebre y el erizo, todos los demás jugadores se pondrán en cuclillas formando una fila de manera que miren en direcciones distintas alternativamente. La liebre y el erizo se colocan en los extremos de la fila. La liebre puede correr en dirección derecha o izquierda, el erizo solo en una dirección sin cambiar. El erizo podrá tocar en todo momento la espalda de un jugador que se encuentre de cuclillas y decirle "ya" . El jugador elegido continuará la persecución de la liebre. Si una liebre es atrapada por un erizo se colocará de cuclillas al final de la fila, el erizo se convierte en liebre, el jugador del otro extremo se convierte en erizo. La totalidad de erizos persigue a la liebre.</p> <p><b>Reglas:</b> las liebres corren derecha e izquierda, los erizos una dirección.</p> <p><b>Tiempo aprox.</b> 15 minutos</p>	<p><b>Juego : Lanzamiento de balones.</b></p> <p><b>Objetivos didácticos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Tomar conciencia de la importancia que poseen las relaciones de ayuda y cooperación en la interacción con los compañeros.</li> <li>-Adecuar el control postural y la movilidad global y segmentaria a las demandas planteadas por situaciones cooperativas de juego.</li> <li>-Desarrollo de la flexibilidad y cooperación.</li> </ul> <p><b>Material:</b> por cada cuatro integrantes una colchoneta y un balón</p> <p><b>Estrategia y organización:</b> Los cuatro jugadores de un equipo toman la colchoneta por las orillas. Sobre de ella se ha colocado un balón. El equipo catapulta el balón con ayuda de la colchoneta a la mayor distancia de la línea de salida posible. Gana aquel equipo cuyo balón llegue más lejos.</p> <p><b>Reglas:</b> gana el equipo cuyo balón alcance mayor altura y distancia.</p> <p><b>Tiempo aprox.</b> : 10 minutos.</p>
<p><b>Juego: Relevos en redondo</b></p> <p><b>Objetivos didácticos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Adaptar el movimiento corporal global y segmentario a las demandas de acciones motrices.</li> <li>-Mostrar confianza en las propias posibilidades</li> <li>-Desarrollo de velocidad y cooperación.</li> </ul> <p><b>Material:</b> cuatro globos.</p> <p><b>Estrategia y organización:</b> El grupo forma cuatro equipos, Los equipos con igual número de jugadores corren alrededor de una pista circular determinada, saliendo por el extremo opuesto para no entorpecerse al correr. Cada jugador corre una vuelta y toca al siguiente jugador, que también deberá correr una vuelta por su parte. Gana aquel equipo en el cual hayan corrido primero todos los jugadores.</p> <p><b>Reglas:</b> Corre el compañero que tiene el globo y deberá pasarlo al compañero siguiente al terminar de dar la vuelta. Respetar su turno.</p> <p><b>Tiempo aprox.</b> : 10 minutos.</p>	<p><b>Juego: Las parihuelas</b></p> <p><b>Objetivos didácticos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Mostrar una disposición positiva para compartir ideas, ayudar y ser ayudado y cooperar con los compañeros .</li> <li>- Manifestar confianza en las propias posibilidades y alegría por la participación lúdica.</li> <li>-Desarrollo de fuerza, cooperación en la actividad lúdica.</li> </ul> <p><b>Material:</b> por cada grupo de tres jugadores una barra.</p> <p><b>Estrategia y organización:</b> 2 jugadores llevan a un tercero por medio de la barra a la cual se sujeta realizando flexión de brazos, la distancia debe ser recorrida tres veces de forma que cada jugador pueda ser llevado una vez.</p> <p><b>Reglas:</b> la distancia no debe ser excesivamente larga y el jugador de en medio realizar la flexión de brazos correctamente</p> <p><b>Tiempo aprox.</b> : 10 minutos</p>
	<p><b>Parte final:</b> Relajamiento cantar ¡cuando tengas ganas de aplaudir!</p>

**MES DE SEPTIEMBRE**  
3° SEMANA

<p><b>JUEVES</b></p> <p>Calentamiento <b>Juego:</b> <i>Pelota viajera.</i></p> <p><b>Objetivos didácticos:</b> -Mostrar confianza en los compañeros y disposición para cooperar con ellos. -Coordinar el movimiento con los compañeros en situaciones de interacción -Desarrollo de la velocidad y la cooperación.</p> <p><b>Material:</b> 1 pelota grande por cada equipo.</p> <p><b>Estrategia y organización:</b> Los equipos están de pie o sentados formando una fila muy compacta. El último jugador coge la pelota que viene desde adelante, se levanta botando la pelota se sienta al principio de la fila y pasa el balón hacia atrás. El equipo que se encuentre primero en la posición inicial habrá ganado el juego.</p> <p><b>Reglas:</b> No se permite lanzar la pelota , todos los compañeros esperan su turno para botar la pelota.</p> <p><b>Tiempo aprox.</b> 15 minutos</p>	<p><b>Juego: El safari</b></p> <p><b>Objetivos didácticos:</b> -Reconocer y adecuar las distancias con los compañeros en situaciones de desplazamiento. -Coordinar las acciones motrices dentro del grupo. -Desarrollo de velocidad en desplazamientos.</p> <p><b>Material:</b> sin material</p> <p><b>Estrategia y organización:</b> Se formaran equipos del mismo número de componentes. Cada grupo recibirá el nombre de un animal colocándose en las esquinas del terreno de juego. Un jugador no integrado en los equipos anteriores será el cazador. Cuando se cite el nombre de algún animal, los componentes de este equipo correrán hasta el otro extremo del terreno, pudiendo el cazador tocar a uno o varios de ellos. Aquellos alumnos tocados pasarán a ser nuevos cazadores.</p> <p><b>Reglas:</b> las actuaciones de los diferentes equipos pueden realizarse simultáneamente o en series, dependiendo de la intensidad del ejercicio.</p> <p><b>Tiempo aprox.:</b> 10 minutos.</p>
<p><b>Juego: El cartero</b></p> <p><b>Objetivos didácticos:</b> -Participar en las actividades y juegos de forma alegre y distendida. -percibir distancias y ajustar al movimiento de forma consecuente. -Desarrollo de la coordinación, velocidad de reacción y fuerza.</p> <p><b>Material:</b> Un cuerda de 5 m.</p> <p><b>Estrategia y organización.</b> Del grupo se escogen a dos jugadores que serán los que la “echen” tratando de formar una parábola donde saltan sus compañeros. Se realiza un diálogo entre los que “echan” la reata y los que van a saltar: _Tan – tan      _ ¿quién es? _ El cartero    _¿Cuántas cartas trae? _Diez            _Pase y échelas</p> <p><b>Reglas:</b> El número de cartas que dice, es el número de saltos que debe realizar, y pasa el siguiente jugador.</p> <p><b>Tiempo aprox. :</b> 10 minutos</p>	<p><b>Juego: El cohete</b></p> <p><b>Objetivos didácticos:</b> -Poner en práctica respuestas posturales y motrices acordes con as demandas de las distintas actividades lúdicas. - Mostrar confianza en las propias posibilidades -Desarrollo de la flexibilidad y coordinación.</p> <p><b>Material:</b> 1 colchoneta quitamiedos.</p> <p><b>Estrategia y organización:</b> Se coloca la colchoneta de forma vertical, cada jugador se frota las manos con magnesia o tiza e intenta marcar con la mano la colchoneta que está en la pared a la mayor altura posible. Gana aquel jugador que haya saltado más alto.</p> <p><b>Reglas:</b> Saltar con la menor carrera posible. La pared no debe tocarse con el pecho o similar al saltar, saltar con una pierna o con ambas.</p> <p><b>Tiempo aprox. :</b> 10 minutos</p>
	<p><b>Parte Final:</b> Relajamiento. Contar que es lo que más les gusta hacer</p>

## MES DE SEPTIEMBRE

### 4° SEMANA

<b>MARTES</b>	
<p>Calentamiento.</p> <p><b>Juego: Burro corrido</b></p> <p><b>Objetivos didácticos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Adoptar actitudes de colaboración y ayuda con los compañeros.</li> <li>-Interiorizar la imagen corporal para realizar desplazamientos y adoptar distintas posturas.</li> <li>-Desarrollo de la fuerza y flexibilidad.</li> </ul> <p><b>Material:</b> sin material</p> <p><b>Estrategia y organización:</b> Los niños y las niñas se colocan en hileras, se elige a uno para que se coloque de burro, flexionando el tronco con las manos en la nuca, piernas semiflexionadas y el mentón en el pecho. El jugador que le sigue, lo saltará colocando las manos sobre su espalda y separando las piernas para inmediatamente acomodarse de burro y así hasta que todos pasen y se van fletando, para que el que inició los salte</p> <p><b>Reglas:</b> Todos los niños se tienen que fletar. Al terminar de brincar el primero que se fletó, el juego se reinicia.</p> <p><b>Tiempo aprox. :</b> 15 minutos</p>	<p><b>Juego: Carrera de canguro</b></p> <p><b>Objetivos didácticos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Buscar soluciones motrices en actividades lúdicas cooperativas.</li> <li>-Progresar en el control motriz sobre los segmentos corporales.</li> <li>-Desarrollo de la velocidad y la fuerza.</li> </ul> <p><b>Material:</b> Cuatro pelotas o balones.</p> <p><b>Estrategia y organización:</b> Se organiza al grupo en cuatro hileras y cada hilera tendrá una pelota. El primero de cada fila se colocará el balón en medio de las piernas, apretando la pelota con las rodillas y avanzará saltando hasta la distancia que indique el conductor de juego y regresará la pelota botándola para que salga el siguiente compañero.</p> <p><b>Reglas:</b> La pelota o balón se apretará únicamente con piernas y rodillas, nunca con las manos. Se debe avanzar saltando. Ganará el equipo que termine de participar y llegue primero.</p> <p><b>Tiempo aprox. :</b> 10 minutos.</p>
<p><b>Juego: Relevos rodantes.</b></p> <p><b>Objetivos didácticos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Buscar soluciones motrices en actividades lúdicas cooperativas.</li> <li>-Progresar en el control motriz sobre los segmentos corporales.</li> <li>-Desarrollo de la velocidad agilidad y fuerza.</li> </ul> <p><b>Material:</b> Una llanta por cada equipo</p> <p><b>Estrategia y organización:</b> Se divide el grupo en cuatro equipos, cada equipo forma una hilera, el primer jugador de cada hilera saldrá rodando la llanta y dará una vuelta en la distancia marcada, regresa y le da la llanta a su compañero en turno, gana el equipo que participen todos los integrantes y lleguen primero.</p> <p><b>Reglas:</b> Correr con la llanta todo el trayecto, el equipo que termine primero gana.</p> <p><b>Tiempo aprox. :</b> 10 minutos.</p>	<p><b>Juego: Jalar el cable</b></p> <p><b>Objetivos didácticos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Tomar conciencia de la importancia que poseen las relaciones de ayuda y cooperación en la interacción con los compañeros.</li> <li>-Buscar soluciones motrices en actividades ludo motrices.</li> <li>-Desarrollo de la fuerza y flexibilidad.</li> </ul> <p><b>Material:</b> Una cuerda larga.</p> <p><b>Estrategia y organización:</b> Divididos en dos equipos los participantes, se colocan en formación uno atrás del otro en dos hileras enfrentadas. Cada uno tomará la cuerda, el juego consiste en jalar a su terreno al contrincante. Previamente trazada una línea con gis, el que rebase la línea con los pies perderá.</p> <p><b>Reglas:</b> ningún integrante deberá soltar la cuerda. El equipo que pise o rebase la línea perderá</p> <p><b>Tiempo aprox. :</b> 10 minutos</p>
<b>Parte final:</b> Relajamiento Juego de memoria.	

## MES DE SEPTIEMBRE

### 4° SEMANA

<p><b>JUEVES</b></p> <p>Calentamiento. <b>Juego: Águila o sol</b></p> <p><b>Objetivos didácticos:</b> -Utilizar las nociones topológicas para orientarse en el espacio y desplazarse por él. -Participación en actividades lúdicas cooperativas en grupos. -Desarrollo de la velocidad.</p> <p><b>Material:</b> Sin material</p> <p><b>Estrategia y organización:</b> El grupo se divide en dos equipos, uno será águila y otro sol, se determinara el espacio para correr, de 30 metros aproximadamente, marcando dos líneas de límite y dividida a la mitad con la otra. Los equipos águila y sol se colocan a mitad de la cancha cuando el conductor del juego grite el nombre de cualquier equipo éste atrapará a los integrantes del otro que deberán correr para salvarse hasta la línea que marca el límite de la cancha. Gana el equipo que más contrarios atrape.</p> <p><b>Reglas:</b> No se debe jalar la ropa, se debe tomar al contrario por un brazo o abrazándolo, al rebasar las líneas límites se salvan los equipos.</p> <p><b>Tiempo aprox. :</b> 15 minutos</p>	<p><b>Juego: Gira y sigue dando vueltas</b></p> <p><b>Objetivos didácticos:</b> -Buscar soluciones motrices en actividades lúdicas cooperativas. -Tomar conciencia del importancia que poseen las relaciones de ayuda y cooperación en la interacción con los compañeros. -Desarrollo de la velocidad y la fuerza.</p> <p><b>Material:</b> Una llanta por cada equipo</p> <p><b>Estrategia y organización:</b> El grupo se divide en dos equipos de igual número de jugadores, los cuales se dividen en dos hileras, colocándose una frente a la otra a 20 metros de distancia, el jugador de delante de una hilera de cada equipo tendrá una llanta que a la voz de inicio de juego, correrá a entregar al de adelante de la hilera de enfrente, mismo que correrá a entregarlo al segundo de la fila de enfrente y así sucesivamente, hasta que todos los jugadores hayan corrido y recibido la llanta. Gana el equipo que termine primero.</p> <p><b>Reglas:</b> Los jugadores no deben de salir sin recibir la llanta, los jugadores que corren a entregar la llanta, después de hacerlo se forman atrás de la hilera a que llegan, los jugadores de cada equipo deberán cambiar de lugar y pasar a la otra hilera.</p> <p><b>Tiempo aprox. :</b> 10 minutos.</p>
<p><b>Juego: El abecedario</b></p> <p><b>Objetivos didácticos:</b> -Interiorizar las nociones de agrupamiento, dispersión y orden según criterios. -Creación y participación lúdica cooperativa. -Desarrollo de la velocidad, la coordinación.</p> <p><b>Material:</b> Sin material</p> <p><b>Estrategia y organización:</b> El grupo se divide en dos equipos, que se colocan separados en fila, tomados de la mano; cuando el conductor del juego mencione el nombre de alguna letra, los jugadores en fila tratarán de formar la letra en el menor tiempo posible ganando un punto el equipo que lo haga más rápidamente.</p> <p><b>Reglas:</b> No se deben soltar las filas para formar las letras, la letra formada debe notarse lo más claro posible.</p> <p><b>Tiempo aprox. :</b> 10 minutos.</p>	<p><b>Juego: Las jaulas</b></p> <p><b>Objetivos didácticos:</b> -Manifestar confianza en las propias posibilidades e interés por el progreso motriz. -Cooperar con los compañeros y participar de forma autónoma en las actividades lúdicas. -Desarrollo de la velocidad y coordinación.</p> <p><b>Material:</b> paliacates para cubrirse los ojos</p> <p><b>Estrategia y organización:</b> El grupo se divide en dos equipos y se sortean para ver quien hace de "jaulas" y quien de "golondrinas", el equipo que hace de "jaulas" se coloca en fila india por parejas una frente a otra formados de dos en dos y levantando los brazos. Los que hacen de golondrinas deberán pasar lo más rápido posible por el túnel que forman las "jaulas" que a su vez estarán atentas a la orden del conductor del grupo para bajar los brazos y atrapar "golondrinas".</p> <p><b>Reglas:</b> las "jaulas permanecen todo el tiempo con los ojos cerrados o vendados. La forma de desplazamiento puede ser saltando, de "cojito", con dos pies o flexionando las rodillas.</p> <p><b>Tiempo aprox. :</b> 10 minutos</p>
	<p><b>Parte final:</b> Relajamiento. Contar ¿a que te gusta jugar?</p>

## MES DE OCTUBRE

### 1° SEMANA

<p><b>MARTES</b></p> <p>Calentamiento.</p> <p><b>Juego: Carrera de obstáculos.</b></p> <p><b>Objetivos didácticos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Manifiestar confianza en las propias posibilidades e interés en el progreso motriz.</li> <li>-Tomar conciencia del espacio corporal en diferentes posturas.</li> <li>-Desarrollo de la fuerza y la velocidad.</li> </ul> <p><b>Material:</b> 8 llantas, y cuatro obstáculos con resorte, túnel y 2 pañuelos</p> <p><b>Estrategia y organización:</b> El grupo se divide en dos equipos, el primer integrante de cada equipo tendrá un pañuelo, el cual al término de pasar las llantas, los obstáculos y el túnel debe entregar al segundo jugador y así sucesivamente.</p> <p><b>Reglas:</b> hacer el trayecto lo más rápido posible, el jugador no puede salir hasta que tenga el pañuelo, el equipo que termine de pasar primero gana. Las llantas se pasan saltando de una en una, los obstáculos saltar sin tocar el resorte y pasar por debajo del túnel.</p> <p><b>Tiempo aprox. :</b> 15 minutos.</p>	<p><b>Juego: Pato, pato, ganso.</b></p> <p><b>Objetivos didácticos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Participar en las actividades y juegos de forma alegre y distendida.</li> <li>-Percibir distancias y ajustar el movimiento de forma consecuente.</li> <li>-Desarrollo de la velocidad.</li> </ul> <p><b>Material:</b> Sin material.</p> <p><b>Estrategia y organización:</b> Los jugadores, sentados , forman un círculo. Uno de ellos, sin lugar, corre por fuera, tocando la cabeza de su compañeros, y pronunciando pato, pato, pato,...; cuando el diga ganso, al compañero que le tocó la cabeza se para y corre alrededor del círculo pero en sentido contrario a su compañero, tratando de llegar primero al lugar desocupado. El que llega primero se sienta y el otro sigue dando vueltas, llamando al pato.</p> <p><b>Reglas:</b> El que llama al ganso debe correr rápido a ganar el lugar cuando dice “ganso” No se debe golpear la cabeza, sólo tocar con los dedos. Los que corren no deben agarrarse de sus compañeros ni tocarlos.</p> <p><b>Tiempo aprox. :</b> 10 minutos.</p>
<p><b>Juego: Relevos de combas</b></p> <p><b>Objetivos didácticos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Aceptar al compañero independientemente de su nivel de destreza.</li> <li>-Mostrar una actitud cooperativa en las actividades lúdicas.</li> <li>-Desarrollo de fuerza y velocidad.</li> </ul> <p><b>Material:</b> cuerdas para saltar.</p> <p><b>Estrategia y organización:</b> El grupo se divide en dos equipos cada equipo realiza un recorrido tratando de saltar la cuerda dando el relevo, gana el equipo que todos los miembros hayan realizado el recorrido primero.</p> <p><b>Reglas:</b> Saltar la cuerda en el trayecto, no correr o caminar, el compañero que siegue en relevo debe esperar la cuerda para salir, hacer el recorrido lo más rápido posible.</p> <p><b>Tiempo aprox.:</b> 10 minutos.</p>	<p><b>Juego: Carrera de gusanos.</b></p> <p><b>Objetivos didácticos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Mostrar una actitud cooperativa en las actividades lúdicas.</li> <li>-Buscar estrategias para dar respuesta a diferentes situaciones problema.</li> <li>-Desarrollo de la fuerza .</li> </ul> <p><b>Material:</b> sin material.</p> <p><b>Estrategia y organización:</b> Tres de los participantes deben formar un gusano, el más fuerte debe ser primero. Se acomoda en cuatro puntos, (pies y manos) y se baja un poco para que el siguiente se pueda subir las pernas en la espalda del primero y apoyar los brazos en el piso, y se baja un poco para que el siguiente pueda subir. Va a quedar montado sobre su espalda y se debe sostener con una rodilla en la cintura de su compañero, y los pies uno sobre otro en la cadera. Las manos apoyan en el suelo. El tercero se acomoda en la misma posición.</p> <p><b>Reglas:</b> Si se caen deben volver a acomodarse y continuar, no se debe gatear.</p> <p><b>Tiempo aprox.:</b> 10 minutos</p>
<p><b>Parte final:</b> Relajamiento. Contar que te gustó de la clase.</p>	

**MES DE OCTUBRE**  
**1º SEMANA**

<p><b>JUEVES</b></p> <p>Calentamiento.</p> <p><b>Juego: Relevos de obstáculos.</b></p> <p><b>Objetivos didácticos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Manifestar confianza en las propias posibilidades e interés por el progreso motriz.</li> <li>- Percibir las distancias a personas y lugares y ajustar el movimiento de forma consecuente.</li> <li>- Desarrollo de la fuerza y velocidad.</li> </ul> <p><b>Material:</b> Sin material.</p> <p><b>Estrategia y organización:</b> Utilizando alguno de los jugadores como obstáculos, se organiza al grupo en varias hileras y al frente de cada uno de ellos se ponen tres jugadores a una distancia de 5 metros uno del otro. Se da la voz de salida y salen corriendo los primeros de cada fila. El primer obstáculo es un jugador en posición de burro, al que hay que saltar. El segundo obstáculo es otro compañero que está haciendo puente y hay que pasar por debajo reptando. El tercer obstáculo es otro compañero, que está parado y es un poste al que hay que darle una vuelta. El regreso es corriendo a la hilera a formarse al final. En cuanto llegue un compañero a la hilera sale el que está adelante.</p> <p><b>Reglas:</b> Los obstáculos no pueden moverse, o cambiar de posición, solamente el primer obstáculo se tocará con las manos, ni el puente ni el poste deben tocarse con las manos.</p> <p><b>Tiempo aprox. :</b> 15 minutos.</p>	<p><b>Juego: Canguro saltarín</b></p> <p><b>Objetivos didácticos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Participar con alegría y confianza en los juegos.</li> <li>-Participar en un clima de respeto personal.</li> <li>-Desarrollo de fuerza y velocidad.</li> </ul> <p><b>Material:</b> dos balones o pelotas.</p> <p><b>Estrategia y organización:</b> Los alumnos divididos en dos equipos, se colocan con las piernas abiertas y a una distancia de un metro, el que está primero lanza el balón a través del túnel, el último lo recogerá, se lo pondrá entre las piernas y avanzará saltando hasta colocarse en el primero de la fila.</p> <p><b>Reglas:</b> Gana el equipo que complete el ciclo en el menor tiempo, si el balón se escapa de las piernas se podrá recoger y continuar avanzando.</p> <p><b>Tiempo aprox. :</b> 10 minutos.</p>
<p><b>Juego: Neumáticos nuevos</b></p> <p><b>Objetivos didácticos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Valorar la alegría y la diversión como elementos ligados a las actividades lúdicas y motrices.</li> <li>-Desarrollar estrategias de comunicación dentro del grupo.</li> <li>-Desarrollo de la fuerza y la velocidad.</li> </ul> <p><b>Material:</b> Neumáticos.</p> <p><b>Estrategia y organización:</b> Se hacen dos filas de neumáticos unidos en zigzag y dos filas de alumnos en un extremo de cada grupo de ruedas. Al dar el profesor la orden de salida, tendrán que ir saltando de uno en uno todos los neumáticos.</p> <p><b>Reglas:</b> No se puede empujar al de adelante, hasta que salga del neumático se puede introducir otro niño. Gana el equipo que llegue primero a la meta.</p> <p><b>Tiempo aprox. :</b> 10 minutos</p>	<p><b>Juego: Carrera de ciempiés</b></p> <p><b>Objetivos didácticos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Mostrar una disposición positiva para compartir ideas, ayudar y ser ayudado, cooperar con los compañeros y participar de forma autónoma en las actividades lúdicas.</li> <li>-Estimulación del espacio corporal, percibir distancias a personas móviles.</li> <li>-Desarrollo de la flexibilidad.</li> </ul> <p><b>Material:</b> sin material.</p> <p><b>Estrategia y organización:</b> Se separa la grupo en equipos de 5 participantes. El primero se coloca en cuatro puntos, el que sigue hará lo mismo, pero tomándose de los tobillos del primero y así sucesivamente, hasta que los cinco estén colocados e inicia la carrera; el ciempiés que llegue primero gana la carrera.</p> <p><b>Reglas:</b> Nadie se debe de soltar , deben caminar lo más rápido posible.</p> <p><b>Tiempo aprox. :</b> 10 minutos.</p>
	<p><b>Parte final:</b> Relajamiento. Contar una fábula breve.</p>

**MES DE OCTUBRE**  
**2° SEMANA**

<p><b>MARTES</b></p> <p>Calentamiento. <b>Juego: La cerca.</b></p> <p><b>Objetivos didácticos:</b> -Manifiestar confianza en las propias posibilidades e interés por el progreso motriz. -Percibir distancias y ajustar el movimiento consecuentemente. -Desarrollo de la velocidad y flexibilidad.</p> <p><b>Material:</b> dos postes con resorte para formar la cerca</p> <p><b>Estrategia y organización:</b> Se distribuye el grupo en tres equipos, que a la señal realizarán el juego a la vez. Deberán saltar la cerca, una vez que hayan pasado todos los integrantes se incrementa la altura de la cerca. Gana el equipo que salte la mayor altura.</p> <p><b>Reglas:</b> Todos los componentes del grupo deben saltar el obstáculo sin tocar el resorte para ganar.</p> <p><b>Tiempo aprox.:</b> 10 minutos.</p>	<p><b>Juego: El pañuelo saltarín</b></p> <p><b>Objetivos didácticos:</b> -Buscar estrategias para dar respuesta a diferentes situaciones problema. -Aceptar al compañero independientemente de su nivel de destreza. -Desarrollo de la fuerza y la flexibilidad.</p> <p><b>Material:</b> Un pañuelo.</p> <p><b>Estrategia y organización:</b> En el centro del campo el profesor sujeta un pañuelo. A ambos lados y a una cierta distancia se colocan dos equipos de igual número de jugadores. Se enumeran los componentes de cada equipo. El profesor dirá en voz alta un número. Los miembros de cada grupo que tienen ese número van saltando en cuclillas hasta llegar al pañuelo y una vez allí tratan de llevárselo sin ser tocado por el contrario.</p> <p><b>Reglas:</b> No se puede invadir el campo del contrincante antes de ser cogido el pañuelo.</p> <p><b>Tiempo aprox. :</b> 10 minutos.</p>
<p><b>Juego: Rayos desintegradores.</b></p> <p><b>Objetivos didácticos:</b> -Mostrar una actitud cooperativa en las actividades lúdicas. -Valorar la alegría y la diversión como elementos ligados a actividades lúdicas y motrices. -Desarrollo de la fuerza y flexibilidad.</p> <p><b>Materiales:</b> Postes y resortes.</p> <p><b>Estrategia y organización:</b> Se coloca un resorte sujeto a los dos postes (rayo desintegrador), a 50 cm. Del suelo y otro a 4 metros de esta, delante de cada grupo. El primero de cada uno de los grupos saldrá rodando o arrastrándose por el suelo pasando por debajo de los "rayos desintegradores" sin tocarlos y volverá para dar el relevo a su compañero. Gana el equipo que termine primero el recorrido.</p> <p><b>Reglas:</b> No se puede tocar el resorte, poco a poco se disminuirá la distancia entre el resorte y el suelo.</p> <p><b>Tiempo aprox. :</b> 10 minutos.</p>	<p><b>Juego: Hockey mágico</b></p> <p><b>Objetivos didácticos:</b> -Experimentar distintas acciones motrices compartiendo ideas con los compañeros. -Experimentar lanzamientos – recepciones de móviles en situaciones cooperativas. -Desarrollo de la velocidad, y velocidad de reacción.</p> <p><b>Materiales:</b> Un bastón de madera por cada jugador, una pelota.</p> <p><b>Estrategia y organización:</b> En una cancha de 30 metros de área, juegan dos equipos, los equipos tratarán de meter la pelota en la portería del equipo contrario, únicamente se puede tocar la pelota con el bastón. El equipo que meta mas aciertos ganará.</p> <p><b>Reglas:</b> No se puede tocar la pelota con las manos o los pies, no se permite golpear a los compañeros con el bastón.</p> <p><b>Tiempo aprox. :</b> 15 minutos.</p>
<p><b>Parte final:</b> Relajamiento. Contar que mascota te gusta tener y por qué.</p>	

**MES DE OCTUBRE**  
**2° SEMANA**

<b>JUEVES</b>	
<p>Calentamiento <b>Juego: Paseo divertido.</b></p> <p><b>Objetivos didácticos:</b> -Utilizar estrategias de actuación cooperativa dentro del grupo -Contribuir a un ambiente amistoso y distendido entre los miembros del grupo -Desarrollo de velocidad, fuerza y flexibilidad.</p> <p><b>Material:</b> Un túnel por cada equipo y cuerdas para saltar.</p> <p><b>Estrategia y organización:</b> Por parejas se tumban en el suelo cogidos por las manos con los brazos y el cuerpo estirados. Desde la línea de salida deberán ir girando sobre sí mismos sin soltarse y sin perder la horizontal hasta el túnel, pasar a través de él y llegar a la meta saltando la cuerda. El equipo que termine de pasar primero gana</p> <p><b>Reglas:</b> No puede salir otra pareja del equipo hasta que regrese la primera, realizar el recorrido como se indica.</p> <p><b>Tiempo aprox.</b> 15 minutos.</p>	<p><b>Juego: Rebote mágico</b></p> <p><b>Objetivos didácticos:</b> -Utilizar estrategias de actuación cooperativa dentro del grupo. -Experimentar lanzamientos y recepciones con móviles en situaciones cooperativas. -Desarrollo de la flexibilidad y velocidad.</p> <p><b>Material:</b> Una botella de suavizante vacía por cada jugador, una pelota suave pequeña. Dos postes y un resorte.</p> <p><b>Estrategia y organización:</b> Se divide el grupo en dos equipos. Con la botella de suavizante pasarán la pelota al otro equipo, la pelota dará un rebote y los jugadores la pasan al equipo contrario, cuando no la contesten es un punto para el equipo contrario. Gana el equipo que acumule más puntos.</p> <p><b>Reglas:</b> La pelota debe pasar por arriba del resorte, solamente debe dar un rebote para contestarla, no te puedes salir del área de juego.</p> <p><b>Tiempo:</b> 15 minutos</p>
<p><b>Juego: “A la víbora de la mar”</b></p> <p><b>Objetivos didácticos:</b> -Contribuir al desarrollo de un ambiente amistoso y distendido entre los miembros del grupo. -Valorar la alegría y la diversión como elementos ligados a las actividades lúdicas y motrices. -Participar en un clima de respeto personal.</p> <p><b>Material:</b> sin material.</p> <p><b>Estrategia y organización:</b> Los niños se organizan formando una hilera tomándose de la cintura o de los hombros para pasar por el “puente” formado por las manos de los niños, cantando la canción “a la víbora de la mar”. Al terminar el canto se detiene el puente baja las manos atrapando a un niño que le preguntan ¿con quien te vas con melón o con sandía. El niño elige y se forma detrás de quien se nombre, haciendo otro puente más, por el cual deberá pasar la víbora.</p> <p><b>Reglas:</b> El niño que es atrapado, se convierte en otro puente, todos deben cantar la canción.</p> <p><b>Tiempo aprox. :</b> 10 minutos</p>	<p><b>Juego: Carrera de costales</b></p> <p><b>Objetivos didácticos:</b> -Participar en un clima social basado en la confianza y la comunicación . -Desplazarse de distintas formas y con diferentes velocidades. -Desarrollo de la fuerza y la velocidad.</p> <p><b>Material:</b> Un costal por cada equipo.</p> <p><b>Estrategia y organización:</b> Se divide el grupo en cuatro equipos, introducir las piernas en el costal, el primero de cada fila se desplazan saltando, cuando regrese le da el costal al compañero siguiente en la fila, el equipo que termine primero de participar gana.</p> <p><b>Reglas:</b> Deberán estar siempre los dos pies dentro del costal, la forma de desplazamientos deberá ser a saltos.</p> <p><b>Tiempo aprox. :</b> 10 minutos.</p>
<b>Parte final:</b> Relajamiento Juego de memoria 5 minutos.	

**MES DE OCTUBRE**  
**3° SEMANA**

<b>MARTES</b>	
<p>Calentamiento <b>Juego: Encantados</b></p> <p><b>Objetivos didácticos:</b> -Establecer relaciones de ayuda entre los compañeros. -Disfrutar con la participación de actividades lúdicas cooperativas y solución de problemas. -Desarrollo de la velocidad.</p> <p><b>Material:</b> Sin material</p> <p><b>Estrategia y organización:</b> El grupo se dispersa en el área. Previamente se sortea a un jugador que será el "encantado" que a la voz de inicio del juego perseguirá a sus compañeros hasta tocarlos en cualquier parte del cuerpo gritando "encantado", quedándose en el lugar donde lo "encantaron" permaneciendo en ese sitio hasta que algún compañero que pase corriendo lo desencante.</p> <p><b>Reglas:</b> Todos los compañeros pueden desencantar cuando ellos hayan sido tocados. Deberán definirse dos bases <b>Tiempo aprox. :</b> 10 minutos.</p>	<p><b>Juego: Pilla, pilla con giros</b></p> <p><b>Objetivos didácticos:</b> -Experimentar diferentes actividades compartiéndolas con los compañeros. -Valorar positivamente las diferentes acciones motrices independientemente del nivel de destreza de nuestros compañeros -Desarrollo de velocidad y flexibilidad.</p> <p><b>Material:</b> aros y colchonetas</p> <p><b>Estrategia y organización:</b> Se distribuyen por todo el espacio las colchonetas y los aros. Un niño se queda para intentar tocar al resto de los compañeros. Los niños para evitar ser pillados tienen que ir a una colchonera y hacer una voltereta o ir a un aro y hacer un giro. Los que son pillados tienen que pillar.</p> <p><b>Reglas:</b> Un niño no puede hacer dos giros o volteretas en el mismo sitio. No puede pillar mientras este haciendo una voltereta o un giro.</p> <p><b>Tiempo aprox. :</b> 10 minutos</p>
<p><b>Juego: Los veleros</b></p> <p><b>Objetivos didácticos:</b> -Compartir ideas entre los compañeros y participar en un clima de respeto. -Experimentar libremente diferentes acciones motrices. -Desarrollo de la flexibilidad.</p> <p><b>Material:</b> Globos.</p> <p><b>Estrategia y organización:</b> Se divide la clase en pequeños grupos, y el terreno de juego en cuatro zonas. Cada grupo debe transportar el globo de tal forma que en la primera zona sea soplando, en la segunda con el pie, en la tercera con las manos y en la cuarta con la cabeza. Ganará el grupo que realice el recorrido sin que el globo toque el suelo.</p> <p><b>Reglas:</b> Todos los miembros del grupo deben tocar el globo.</p> <p><b>Tiempo aprox. :</b> 10 minutos</p>	<p><b>Juego: Balón Sprint.</b></p> <p><b>Objetivos didácticos:</b> -Respetar los niveles individuales de destreza. -Ser capaz de coordinar adecuadamente sucesivas acciones motrices. -Desarrollo de la velocidad.</p> <p><b>Material:</b> Balones y prendas de vestir.</p> <p><b>Estrategia y organización:</b> Los jugadores se sitúan en el fondo del terreno, y tras elegir una prenda, la dejan en el otro extremo. El juego consiste en salir lo más rápido posible conduciendo el balón con la mano para llegar hasta donde está la prenda, ponérsela y regresar conduciendo el balón con el pie.</p> <p><b>Reglas:</b> La prenda ha de estar bien puesta. El balón se ha de llevar controlado, al menos un metro de distancia.</p> <p><b>Tiempo aprox. :</b> 10 minutos.</p>
	<p><b>Parte final:</b> Relajamiento cantar ¡cuando tengas ganas de aplaudir!</p>

**MES DE OCTUBRE**  
**3° SEMANA**

<p><b>JUEVES</b></p> <p>Calentamiento. <b>Juego: Pañuelo atado.</b></p> <p><b>Objetivos didácticos:</b> -Ser capaces de establecer relaciones de ayuda y colaboración dentro del grupo. -Participar con alegría y confianza en el juego y resolver problemas. -Desarrollo de la velocidad y velocidad de reacción.</p> <p><b>Material:</b> Dos pañuelos.</p> <p><b>Estrategia y organización:</b> Se divide la clase en dos grandes grupos numerados correlativamente a ambos extremos de la línea central en donde se colocará un niño con dos pañuelos atados uno en cada mano. Este dirá un número, los dos jugadores con ese número deberán salir corriendo coger un pañuelo e ir a atárselo a un jugador del equipo contrario, a continuación correrá a su fila cogerá el pañuelo que el otro jugador ató a su compañero para anudarlo de nuevo en el jugador del centro. Gana el equipo que antes realice el recorrido completo.</p> <p><b>Reglas:</b> Si al atar el pañuelo se cae debe volver a atarlo. Los demás jugadores deben facilitar las brazos para que puedan anudar el pañuelo.</p> <p><b>Tiempo aprox. :</b> 15 minutos.</p>	<p><b>Juego: Canguro saltarín</b></p> <p><b>Objetivos didácticos:</b> - Hacer uso de diferentes estrategias competitivas de actuación. -Buscar estrategias para dar respuesta a diferentes situaciones problema. -Desarrollo de la velosidad y fuerza.</p> <p><b>Material:</b> Balones.</p> <p><b>Estrategia y organización:</b> Los alumnos puestos en grupo se colocan con las piernas abiertas y a una distancia de un metro el que está primero lanza el balón a través del túnel el último lo recogerá, se lo pondrá entre las piernas y avanzará saltando hasta colocarse el primero.</p> <p><b>Reglas:</b> Ganará el equipo que complete el ciclo en el menor tiempo. Si el balón se escapa de las piernas se podrá recoger y continuar avanzando.</p> <p><b>Tiempo aprox. :</b> 10 minutos.</p>
<p><b>Juego: Transporte mágico</b></p> <p><b>Objetivos didácticos:</b> -Mostrar una actitud cooperativa en las actividades lúdicas . -Coordinar acciones motrices dentro del equipo. -Desarrollo de la fuerza y velocidad .</p> <p><b>Material:</b> Dos bastones por cada tercia. Neumáticos y un túnel.</p> <p><b>Estrategia y organización:</b> El grupo se divide en dos equipos, cada equipo sale por tercias, dos jugadores sujetan dos bastones por los hombros, el tercero se cuelga elevando las piernas, al llegar a los neumáticos deberán de saltarlos y finalmente pasar por el túnel todos los integrantes de la tercia, el equipo que termine primero el recorrido gana.</p> <p><b>Reglas:</b> No puede salir la siguiente tercia hasta que regresen los anteriores, Cuando se transporta al compañero con los bastones no puede bajar los pies, saltar de uno en uno todos los neumáticos. El equipo que llegue primero gana.</p> <p><b>Tiempo aprox. :</b> 10 minutos.</p>	<p><b>Juego: Los gallitos</b></p> <p><b>Objetivos didácticos:</b> -Respetar y apreciar el trabajo del compañero. -Coordinar acciones motrices por pareja. -Desarrollo de la fuerza.</p> <p><b>Material:</b> sin material</p> <p><b>Estrategia y organización:</b> Por parejas frente a frente y en cuclillas empujar a su compañero saltando sin perder la posición inicial. Ejecutar tres repeticiones .</p> <p><b>Reglas:</b> tienen que estar en posición de cuclillas, No jalarse la ropa.</p> <p><b>Tiempo aprox. :</b> 10 minutos.</p>
	<p><b>Parte final.</b> Relajamiento. Juego caras y gestos 5minutos.</p>

**MES DE OCTUBRE**  
**4° SEMANA**

<b>MARTES</b>	
<p>Calentamiento:  <b>Juego: Salto de conejo</b></p> <p><b>Objetivos didácticos:</b>          -Valorar los efectos placenteros que proporcionan las actividades lúdicas cooperativas.          -Realizar diferente lanzamientos y recepciones en estático y en movimiento.          -Desarrollo de fuerza y velocidad de reacción.</p> <p><b>Material:</b> Neumáticos.</p> <p><b>Estrategia y organización.</b> Se divide el grupo en tercias, dos compañeros frente a frente a tres o cuatro metros de distancia lanzan rodando una llanta mientras el tercero entre ellos debe saltar cada vez que pase, alternar con los demás jugadores.</p> <p><b>Reglas:</b> Todos los integrantes de la tercia tienen que saltar.</p> <p><b>Tiempo aprox. :</b> 10 minutos.</p>	<p><b>Juego: El pase por parejas.</b></p> <p><b>Objetivos didácticos:</b>          -Respetar los niveles individuales de destreza.          -Desarrollar estrategias de comunicación dentro del grupo.          -Desarrollo de la velocidad.</p> <p><b>Material:</b> Un balón por parejas.</p> <p><b>Estrategia y organización:</b> Se divide al grupo en dos equipos, cada equipo formado en columna por dos, a una señal corren los dos pasando y recibiendo la pelota, hasta llegar a una marca a 20 metros, regresar de igual manera y entregar la pelota a la siguiente pareja. Gana el equipo que termine primero.</p> <p><b>Reglas:</b> Todos los jugadores deberán llegar hasta la marca establecida, si el balón se escapa recuperarlo y continuar.</p> <p><b>Tiempo aprox. :</b> 10 minutos.</p>
<p><b>Juego: Ensartar al equipo contrario.</b></p> <p><b>Objetivos didácticos:</b>          -Realizar diferentes lanzamientos y recepciones en estático y en movimiento, siguiendo estrategia de cooperación.          -Valorar la alegría y diversión como elementos ligados a actividades lúdicas y motrices.          -Desarrollo de la velocidad.</p> <p><b>Material:</b> Aros.</p> <p><b>Estrategia y organización:</b> El grupo se divide en dos equipos, un equipo lleva los aros todos se desplazan por el área de trabajo, a la indicación del profesor ensartan a un compañero del equipo contrario y viceversa gana el equipo que ensarte más compañeros.</p> <p><b>Reglas:</b> atrapar al compañero con el aro, no aventarlo, no pegar con el aro al compañero.</p> <p><b>Tiempo aprox. :</b> 10 minutos.</p>	<p><b>Juego: Futbol con escobas.</b></p> <p><b>Objetivos didácticos:</b>          -Experimentar distintas acciones motrices compartiendo ideas con los compañeros.          -Coordinar distintas acciones del juego con un buen ajuste visomotriz.          -Desarrollo de velocidad y fuerza.</p> <p><b>Material:</b> Una escoba por cada jugador y una pelota por grupo.</p> <p><b>Estrategia y organización:</b> Se forman equipos de seis integrantes, delimitar la cancha y poner las porterías. Jugar fútbol conduciendo y golpeando la pelota con la escoba, el potero detiene la pelota con la escoba, gana el equipo que anote más goles. Pueden jugar varios equipos simultáneamente en otras canchas.</p> <p><b>Reglas:</b> No se permite usar pies o manos para meter goles o para pararlos, únicamente con la escoba. El equipo que anote más goles gana.</p> <p><b>Tiempo aprox. :</b> 15 minutos.</p>
<b>Parte final:</b> Relajamiento contar una anécdota breve. 5 minutos	

**MES DE OCTUBRE**  
**4° SEMANA**

<b>JUEVES</b>	
<p>Calentamiento: <b>Juego: Carrera de globos.</b></p> <p><b>Objetivos didácticos:</b> -Buscar diferentes estrategias de acción grupal para la correcta ejecución de la actividad planteada. -Desplazarse de distintas formas y con diferentes velocidades y trayectorias. -Desarrollo de la velocidad.</p> <p><b>Material:</b> Globos y estambre.</p> <p><b>Estrategia y organización:</b> Se divide el grupo en dos equipos, el primer equipo se amarra un globo a la cintura con estambre, el otro equipo tratará de quitárselos, una vez que el equipo quitó los globos, al equipo contrario le tocará amarrarse los globos a la cintura. <b>Reglas:</b> Se tienen que romper o quitar los globos sin jalar o empujar a los compañeros, los equipos se turnarán para atrapar o llevar los globos.</p> <p><b>Tiempo aprox. :</b> 15 minutos</p>	<p><b>Juego: Toque mágico.</b></p> <p><b>Objetivos didácticos:</b> -Respetar al compañero independientemente del nivel de destreza que muestre. -Desarrollar la cohesión intergrupal. -Desarrollo de la velocidad y la velocidad de reacción.</p> <p><b>Material:</b> Sin material.</p> <p><b>Estrategia y organización:</b> Formar dos círculos uno de niños y otro de niñas, sentados, un alumno el mago corre alrededor del círculo hasta tocar a un compañero, este corre atrás de él a tratar de tocarlo antes de llegar al lugar vacío, si no lo logra pasa a ser el mago. <b>Reglas:</b> Tocar al compañero con los dedos sin golpearlo ni jalarlo. Si no llega al lugar vacío le toca ser el mago. Todos deben participar.</p> <p><b>Tiempo aprox. :</b> 10 minutos.</p>
<p><b>Juego: Parejas disperejas.</b></p> <p><b>Objetivos didácticos:</b> -Coordinar acciones motrices con los compañeros. -Respetar al compañero independientemente del nivel de destreza que muestre. -Desarrollo de la velocidad y velocidad de reacción.</p> <p><b>Material:</b> Sin material</p> <p><b>Estrategia y organización:</b> Todo El grupo trotando libremente por parejas, y a la señal de rojo todos deben estar boca abajo, amarillo seguir trotando y azul boca arriba, la pareja que realice los movimientos más lentos saldrá, hasta que gane una pareja.</p> <p><b>Reglas:</b> Al correr no se debe jalar a la pareja, los últimos en realizar los movimientos saldrán del juego.</p> <p><b>Tiempo aprox. :</b> 10 minutos.</p>	<p><b>Juego: Yo salto y tu también.</b></p> <p><b>Objetivos didácticos:</b> -Respetar los niveles individuales de destreza. -Disfrutar de las diferentes propuestas lúdicas. - Desarrollo de velocidad de reacción y fuerza.</p> <p><b>Material:</b> Un neumático por cada cuatro jugadores</p> <p><b>Estrategia y organización:</b> Se divide el grupo en equipos de cuatro jugadores. En un área de 5metros se colocan en los extremos dos jugadores, uno lanza el neumático para que su compañero que está en el lado opuesto lo reciba, los otros dos integrantes del equipo se colocan en medio y tendrán que saltar el neumático cuando pase junto a ellos. Los integrantes después de 6 saltos rolan los lugares.</p> <p><b>Reglas:</b> Los jugadores de en medio tendrán que saltar la llanta, si no la hacen pierden su oportunidad y seguirán los que se encuentran en los extremos.</p> <p><b>Tiempo aprox. :</b> 10 Minutos</p>
<b>Parte final:</b> Relajamiento contar un cuento breve 5 minutos.	

## MES DE NOVIEMBRE

### 1° SEMANA

<p><b>MARTES</b></p> <p>Calentamiento. <b>Juego: Arovoli.</b></p> <p><b>Objetivos didácticos:</b> -Establecer relaciones de ayuda y cooperación entre los miembros del grupo. -Sincronizar acciones motrices con los compañeros. -Desarrollo de la velocidad de reacción y flexibilidad.</p> <p><b>Material:</b> Aros para formar la red, dos postes y un balón.</p> <p><b>Estrategia y organización:</b> Integrar equipos de seis a diez elementos, delimitar el área de juego de un equipo en la línea central de la cancha deteniendo ocho aros en forma horizontal (red), consiste en que cada equipo tiene la oportunidad de dejar botar una vez el balón y bolear tres veces el balón antes de pasarla dentro de los aros.</p> <p><b>Reglas:</b> Si la pelota bota más de una vez, si la pelota no pasa por los aros y si el equipo bolea más de tres veces el balón, es punto para el equipo contrario. El que tenga mas puntos gana.</p> <p><b>Tiempo aprox.:</b> 15 minutos.</p>	<p><b>Juego: Limas y limones.</b></p> <p><b>Objetivos didácticos:</b> - Participar de forma autónoma en diferentes actividades lúdicas cooperativas. -Contribuir de forma satisfactoria al logro colectivo. -Desarrollo de la velocidad.</p> <p><b>Material:</b> Sin materiales.</p> <p><b>Estrategia y organización:</b> Dividir el grupo en dos equipos "limas y limones", cada equipo con su respectiva base (un círculo dibujado en el suelo) cuando el profesor grite ¡limas! o ¡limones! El equipo que escuche su nombre atrapa al equipo contrario antes de llegar a su base.</p> <p><b>Reglas:</b> al escuchar ¡limas! o ¡limones! El equipo saldrá de su base corriendo y tratara de no ser atrapado por el equipo contrario.</p> <p><b>Tiempo aprox.:</b> 10 minutos.</p>
<p><b>Juego: Burro corrido</b></p> <p><b>Objetivos didácticos:</b> -Elaborar estrategias grupales de actuación cooperativa. -Ser capaces de establecer relaciones de ayuda y colaboración dentro del grupo. -Desarrollo de la fuerza y flexibilidad.</p> <p><b>Material:</b> Sin material</p> <p><b>Estrategia y organización:</b> El grupo se divide en dos equipos, formados en hileras en posición cuatro puntos de apoyo a una distancia de un metro entre cada alumno, el último salta a sus compañeros y se coloca en la misma posición al finalizar.</p> <p><b>Reglas:</b> Se apoyan las manos para saltar al compañero, sin jalarlo, el equipo que termine primero gana.</p> <p><b>Tiempo aprox.:</b> 10 minutos.</p>	<p><b>Juego: El túnel galáctico.</b></p> <p><b>Objetivos didácticos:</b> -Colaborar con los compañeros en la realización de juegos cooperativos. -Coordinar las labores dentro del grupo. -Desarrollo de la flexibilidad y velocidad.</p> <p><b>Material:</b> 5 Aros de colores y un túnel por equipo y cuerda para saltar</p> <p><b>Estrategia y organización:</b> Se divide el grupo en dos equipos, los jugadores tendrán que pasar por en medio de los aros, pasar por el túnel y regresar brincando la cuerda, hasta su lugar, los integrantes una ves que acaben el recorrido se turnaran para detener las llantas de su equipo.</p> <p><b>Reglas:</b> No sale el siguiente jugador hasta que haya llegado el jugador anterior , turnarse para detener los aros de su equipo, el equipo que termine primero el recorrido gana.</p> <p><b>Tiempo aprox.:</b> 10 minutos.</p>
	<p><b>Parte final:</b> Relajamiento juego de memoria frutas 5minutos</p>

## MES DE NOVIEMBRE

### 1° SEMANA

<p><b>JUEVES</b></p> <p>Calentamiento <b>Juego: Llantivol.</b></p> <p><b>Objetivos didácticos:</b> - Compartir ideas y coordinar las labores para resolver problemas. - Participar en actividades lúdicas elaborando estrategias grupales de actuación cooperativa. - Desarrollo de la velocidad y flexibilidad.</p> <p><b>Material:</b> 10 llantas o neumáticos y una pelota <b>Estrategia y organización:</b> En cada lado de la cancha colocar cinco llantas una sobre otra, hacer dos equipos del grupo y con una pelota realizar pases y botarla hasta meterla en las llantas del equipo contrario.</p> <p><b>Reglas:</b> No pueden correr con la pelota en las manos la tienen que botar, el que logre más aciertos gana.</p> <p><b>Tiempo aprox.:</b> 15 minutos.</p>	<p><b>Juego: Agarra la masa</b></p> <p><b>Objetivos didácticos:</b> - Conocer y practicar diferentes juegos cooperativos haciendo uso del espacio. - Colaborar con los compañeros en la realización de juegos motores. - Desarrollo de la velocidad en el desplazamiento, velocidad de reacción.</p> <p><b>Material:</b> Un paliacate</p> <p><b>Estrategia y organización:</b> Dividir al grupo en dos filas con una separación de 10 metros, numerar de derecha a izquierda, se coloca un paliacate al centro, el profesor menciona el número y los alumnos que escuchen el número que les asignaron corren a tratar de ganar el paliacate.</p> <p><b>Reglas:</b> Deben poner atención en su número y salir lo más rápido posible, gana el equipo que más veces tome el pañuelo.</p> <p><b>Tiempo aprox.:</b> 10 minutos.</p>
<p><b>Juego: Fut tenis</b></p> <p><b>Objetivos didácticos:</b> - Disfrutar con la participación en actividades lúdicas cooperativas. - Experimentar diferentes habilidades motrices. - Desarrollo de la velocidad y velocidad de reacción.</p> <p><b>Material:</b> Una red, dos postes y una pelota ligera.</p> <p><b>Estrategia y organización:</b> dividir el grupo en dos equipos, pasar la pelota a la cancha contraria, con cualquier parte del cuerpo excepto con las manos, solo puede dar un bote antes de pasarla.</p> <p><b>Reglas:</b> si la pelota bota más de una vez es punto para el equipo contrario. El equipo que tenga más puntos gana.</p> <p><b>Tiempo aprox.:</b> 10 minutos.</p>	<p><b>Juego: La cuerda humana</b></p> <p><b>Objetivos didácticos:</b> - Mostrar una actitud favorable en la participación en actividades lúdicas cooperativas. - Desarrollar la capacidad de actuar en y para el grupo, de compartir y de colaborar con los demás. - Desarrollo de fuerza, flexibilidad y cooperación.</p> <p><b>Material:</b> Sin material.</p> <p><b>Estrategia y organización:</b> Dos equipos se colocan frente a frente formando una fila. Cada jugador de un equipo sujeta al compañero que tiene por la cadera. Los jugadores que se encuentran al principio de cada hilera se toman de las manos con fuerza. Cada equipo jala o estira al contrario por encima de una línea determinada, la cuerda no debe romperse en ningún caso. Si el jugador de la punta de la fila no resiste la tracción del contrario debe rendirse.</p> <p><b>Reglas:</b> El equipo que cruce la línea pierde. Si se rompe la cadena pierde el equipo.</p> <p><b>Tiempo aprox.:</b> 10 minutos.</p>
	<p><b>Parte final:</b> Relajamiento. Juego de memoria nombres de animales 5 minutos.</p>

## MES DE NOVIEMBRE

### 2° SEMANA

<b>MARTES</b>	
<p>Calentamiento.</p> <p><b>Juego: <i>Balón migrador</i></b></p> <p><b>Objetivos didácticos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Establecer relaciones de ayuda mutua y cooperación con los compañeros.</li> <li>-Buscar soluciones matrices en actividades lúdicas cooperativas.</li> <li>-Desarrollo de la velocidad y flexibilidad.</li> </ul> <p><b>Material:</b> Una pelota grande.</p> <p><b>Estrategia y organización:</b> Se divide al grupo en dos equipos. Los equipos forman una hilera de pié, el primer jugador de la fila pasa la pelota por encima de su cabeza al jugador que se encuentra a tras, este la pasa al siguiente jugador por en medio de sus piernas, este la recibe y la pasa por arriba de su cabeza y así sucesivamente, el último jugador, regresa botando la pelota al primer lugar de la fila y pasa la pelota en el orden que se estableció, el equipo que llegue a su posición inicial gana el juego.</p> <p><b>Reglas:</b> Si se avienta la pelota vuelven a comenzar.</p> <p><b>Tiempo aprox.:</b> 15 minutos.</p>	<p><b>Juego: <i>Las llantas desaparecen.</i></b></p> <p><b>Objetivos didácticos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Valorar la alegría y la diversión como elementos inherentes a las actividades ludomotrices.</li> <li>-Resolución de problemas mediante el juego motor.</li> <li>-Desarrollo de la velocidad y velocidad de reacción.</li> </ul> <p><b>Material:</b> llantas o neumáticos.</p> <p><b>Estrategia y organización:</b> Se colocan las llantas dispersas en el piso en un área determinada, una llanta para dos alumnos, los participantes se colocan en filas a una distancia de quince metros aproximadamente de las llantas, a la señal del profesor salen corriendo hasta las llantas y se sientan dos en cada llanta. Regresan al punto de salida en tanto el profesor quita llantas para así eliminar tantos niños como quite llantas.</p> <p><b>Reglas:</b> Se quedan los dos primeros jugadores que lleguen a las llantas, no empujar o jalar al compañero.</p> <p><b>Tiempo aprox.:</b> 10 minutos.</p>
<p><b>Juego: <i>Llenar y vaciar el costal</i></b></p> <p><b>Objetivos didácticos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Establecer relaciones de ayuda mutua y de cooperación con los compañeros.</li> <li>-Buscar soluciones motrices en actividades lúdicas cooperativas</li> <li>-Desarrollo de la velocidad y fuerza.</li> </ul> <p><b>Material:</b> costales y pelotas de gel.</p> <p><b>Estrategia y organización:</b> Dividir el grupo en cuatro equipos, realizar relevos a una distancia de 15 metros al llenar y vaciar el costal con 5 pelotas de gel , gana el equipo que termine primero,</p> <p><b>Reglas:</b> Saldrá el siguiente compañero hasta que le entreguen el costal ya sea lleno o vacío, tratar de correr lo más rápido posible. El equipo que termine primero gana.</p> <p><b>Tiempo aprox.:</b> 10 minutos.</p>	<p><b>Juego: <i>Brinca hasta el túnel.</i></b></p> <p><b>Objetivos didácticos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Desarrollar el control motriz sobre los segmentos.</li> <li>-Manifiestar confianza en las propias posibilidades y alegría por la participación lúdica.</li> <li>-Desarrollo de la fuerza y flexibilidad.</li> </ul> <p><b>Material:</b> Paliacates y llantas o neumáticos, túnel</p> <p><b>Estrategia y organización:</b> El grupo se divide en dos equipos, el primero de cada fila tendrá que saltar en un solo pié en zigzag la hilera de paliacates, pasar por en medio de 5 llantas y atravesar el túnel, el equipo que realice primero el recorrido gana.</p> <p><b>Reglas:</b> Salir hasta que llegue el compañero y le de una palmada en la mano para que pueda salir el siguiente. Realizar todo el recorrido.</p> <p><b>Tiempo aprox.:</b> 10 minutos.</p>
<b>Parte final:</b> Relajamiento Juego de memoria de frutas.	

## MES DE NOVIEMBRE

### 2° SEMANA

<p><b>JUEVES</b></p> <p>Calentamiento.</p> <p><b>Juego: Cortar el balón</b></p> <p><b>Objetivos didácticos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>-Poner en práctica respuestas posturales y motrices acordes con las demandas de las distintas actividades lúdicas.</li><li>-Explorar las propias posibilidades motrices mientras se participa en juegos de cooperación.</li><li>-Desarrollo de la flexibilidad y la velocidad de reacción.</li></ul> <p><b>Material:</b> dos pelotas por equipo</p> <p><b>Estrategia y organización:</b> Integrar equipos de 10 elementos formando un círculo, dos alumnos en el centro tratan de interceptar una pelota cuando esté en el aire cruzando de un extremo a otro.</p> <p><b>Reglas:</b> Cuando sea atrapada la pelota el alumno se cambiará por el que lanzó la pelota.</p> <p><b>Tiempo aprox.:</b> 15 minutos.</p>	<p><b>Juego: Calles y avenidas</b></p> <p><b>Objetivos didácticos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>-Mostrar una actitud positiva para compartir ideas y aceptar a los demás dentro de las actividades lúdicas.</li><li>-Explorar las propias posibilidades motrices mientras se participa en un juego de cooperación.</li><li>-Desarrollo de la velocidad y velocidad de reacción.</li></ul> <p><b>Material:</b> Sin material.</p> <p><b>Estrategia y organización:</b> Integrar filas con brazos laterales, elegir a un ratón que será perseguido por un gato, cuando el profesor diga "calles" los alumnos hacen flanco izquierdo y "avenidas" flanco derecho.</p> <p><b>Reglas:</b> Cuando el gato atrape al ratón cambiarán por otras parejas y estas se integrarán a la fila.</p> <p><b>Tiempo aprox.:</b> 10 minutos.</p>
<p><b>Juego: Salto de conejo</b></p> <p><b>Objetivos didácticos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>-Valorar los efectos placenteros que proporcionan las actividades lúdico cooperativas.</li><li>-Realizar diferentes lanzamientos y recepciones en estático y en movimiento.</li><li>-Desarrollo de fuerza y velocidad de reacción.</li></ul> <p><b>Material:</b> Neumáticos o llantas.</p> <p><b>Estrategia y organización:</b> Se divide el grupo en tercias, dos compañeros frente a frente a tres o cuatro metros de distancia lanzan rodando una llanta mientras el tercero entre ellos debe saltar cada vez que pase, alternar con los demás jugadores</p> <p><b>Reglas:</b> Todos los integrantes tienen que saltar.</p> <p><b>Tiempo aprox.:</b> 10 minutos.</p>	<p><b>Juego: Frontonboli.</b></p> <p><b>Objetivos didácticos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>-Participar de forma autónoma en diferentes actividades lúdicas cooperativas, mostrando actitudes de respeto hacia los compañeros, ayuda y cooperación.</li><li>-Adecuar el movimiento corporal global y segmentario en diferentes situaciones lúdicas.</li><li>-Desarrollo de la Flexibilidad y la velocidad.</li></ul> <p><b>Material:</b> una pelota ligera.</p> <p><b>Estrategia y organización:</b> El grupo se divide en dos equipos los cuales de frente a una pared lanzaran la pelota alternadamente con voleo y golpe bajo.</p> <p><b>Reglas:</b> El equipo que deje botar la pelota tres veces pierde un punto.</p> <p><b>Tiempo aprox.:</b> 10 minutos.</p>
	<p><b>Parte final:</b> Relajamiento.. Contar adivinanzas 5 minutos.</p>

## MES DE NOVIEMBRE

### 3° SEMANA

<b>MARTES</b>	
<p>Calentamiento:  <b>Juego: Robo y contra robo</b></p> <p><b>Objetivos didácticos:</b>          -Explorar las distintas posibilidades de movimiento.          -Poner en práctica respuestas posturales y motrices acordes con las demandas de las distintas actividades lúdicas.          -Desarrollo de la velocidad y velocidad de reacción.</p> <p><b>Material:</b> una cinta por cada jugador.</p> <p><b>Estrategia y organización:</b> Todos los alumnos corren libremente por el terreno de juego. En la cintura del pantalón llevan colgada una cinta que sobresale por fuera. Cada alumno intentará quitar el mayor número de cintas posible.</p> <p><b>Reglas:</b> El alumno que quite más cintas gana. No es permitido jalar o aventar al compañero.</p> <p><b>Tiempo aprox.:</b> 15 minutos.</p>	<p><b>Juego: Fuego y agua</b></p> <p><b>Objetivos didácticos:</b>          - Participar con alegría y confianza en los juegos y actividades.          -Mostrar una actitud cooperativa en las actividades lúdicas.          -Desarrollo de la velocidad.</p> <p><b>Material:</b> sin material.</p> <p><b>Estrategia y organización:</b> la mitad de los alumnos son fuego y la otra mitad son agua. Los alumnos "agua" apagan a todos los "fuego" que tocan. Aquellos alumnos tocados deberán sentarse en el suelo y sólo podrán reanudar su actividad por ser tocado por fuego libre.</p> <p><b>Reglas:</b> Los alumnos "agua" apagarán a los alumnos "fuego", que al ser tocados se tendrán que sentar hasta que nuevamente los toque un alumno fuego que es libre.</p> <p><b>Tiempo aprox.:</b> 10 minutos-</p>
<p><b>Juego: Desplazamiento colectivo.</b></p> <p><b>Objetivos didácticos:</b>          -Ayudar a los otros para realizar determinadas acciones mediante el juego.          -Mostrar disposición para cooperar dentro de las actividades lúdicas.          -Desarrollo de la velocidad.</p> <p><b>Material:</b> un aro por cada equipo y 4 pelotas por equipo</p> <p><b>Estrategia y organización:</b> Se forman equipos de tres jugadores, deberán desplazarse dentro del aro en una distancia una distancia de 12 metros, recoger la pelota que se encuentra en el extremo opuesto y regresar con la pelota, el equipo que termine primero de pasar todas las pelotas a la línea de salida gana.</p> <p><b>Reglas:</b> Tienen que correr los jugadores juntos adentro del aro, el que termine de pasar todas las pelotas a la línea de salida gana.</p> <p><b>Tiempo aprox.:</b> 10 minutos.</p>	<p><b>Juego: Aros mágicos.</b></p> <p><b>Objetivos didácticos:</b>          -Buscar soluciones motrices en actividades lúdicas cooperativas.          -Mostrar una disposición positiva para compartir ideas, cooperar con los compañeros y participar de forma autónoma en las actividades lúdicas.          -Desarrollo de la fuerza, flexibilidad y velocidad.</p> <p><b>Material:</b> Aros de colores y bayas.</p> <p><b>Estrategia y organización:</b> Los alumnos forman equipos que se sitúan en hileras tras una línea de salida. El primer jugador de cada equipo corre saltando en un pie la trayectoria en zigzag que marcan los aros y pasar por debajo del resorte que sostiene los postes, volviendo con el pie contrario. Da el relevo al siguiente compañero que realiza la acción y así sucesivamente.</p> <p><b>Reglas:</b> El equipo que termine el recorrido primero gana, esperar su turno al siguiente relevo.</p> <p><b>Tiempo aprox.:</b> 10 minutos.</p>
<b>Parte final:</b> Relajamiento Contar un cuento breve. 5 minutos.	

## MES DE NOVIEMBRE

### 3° SEMANA

<p><b>JUEVES</b></p> <p>Calentamiento: <b>Juego: Buenos días</b></p> <p><b>Objetivos didácticos:</b> -Manifiestar confianza en las propias posibilidades e interés por el progreso motriz. -Percibir distancias a personas y móviles y ajustar el movimiento de forma consecuente. -Desarrollo de la velocidad.</p> <p><b>Material:</b> Sin material.</p> <p><b>Estrategia y organización:</b> Formar un círculo, un alumno corre por el exterior, toca a un compañero quien corre en sentido contrario a él, al encontrarse se detienen a saludarse y dicen ¡buenos días, buenos días!, corren nuevamente a ganar el lugar vacío.</p> <p><b>Reglas:</b> Se tienen que detener a saludarse, el que llegue primero al lugar vacío gana, el otro compañero escoge a otro jugador para correr.</p> <p><b>Tiempo aprox.:</b> 15 minutos.</p>	<p><b>Juego. El pañuelo</b></p> <p><b>Objetivos didácticos:</b> -Buscar soluciones motrices en actividades lúdicas cooperativas. -Participar en actividades y juegos de forma alegre y distendida. -Desarrollo de la velocidad y velocidad de reacción.</p> <p><b>Material:</b> Pañuelos.</p> <p><b>Estrategia y organización:</b> Los jugadores colocados en fila (frente a frente), separados a una distancia de cinco metros, se enumeran los extremos opuestos, el pañuelo se coloca a la mitad, el maestro menciona un número y salen corriendo a ganar el pañuelo, gana el equipo que acumule más pañuelos.</p> <p><b>Reglas:</b> Poner atención la nombrar el número, el que tome primero el pañuelo se lo lleva, si los dos llegan igual se repite, no se debe jalar o arrebatarse el pañuelo, gana el equipo que tenga más pañuelos.</p> <p><b>Tiempo aprox.:</b> 10 minutos.</p>
<p><b>Juego: Paraliza a quien lleva la pelota.</b></p> <p><b>Objetivos didácticos:</b> -Participar en un clima de respeto y cooperar con el grupo. -Buscar estrategias para dar respuesta a diferentes situaciones problema. -Desarrollo de la velocidad.</p> <p><b>Material:</b> Pelota de esponja.</p> <p><b>Estrategia y organización:</b> Formar dos equipos uno el perseguido y el otro el perseguidor con una base de anotación cada uno, el juego inicia cuando el profesor bota una pelota de esponja, quien atrapa la pelota corre a la base contraria para hacer una anotación (perseguido) si es tocado por un contrario que da inmóvil y lanza la pelota a un compañero para continuar el juego. El paralizado puede moverse cuando lo toca el que lleva la pelota.</p> <p><b>Reglas:</b> Anota un punto el equipo que toque la base contraria, el que es paralizado se puede mover cuando lo toque el que lleva la pelota</p> <p><b>Tiempo aprox.:</b> 10 minutos.</p>	<p><b>Juego: El recorrido divertido</b></p> <p><b>Objetivos didácticos:</b> -Aceptar al compañero independientemente de su nivel de destreza. -Buscar estrategias para dar respuesta a diferentes soluciones – problema -Desarrollo de la fuerza y la velocidad .</p> <p><b>Material:</b> cuerdas para saltar, llantas túnel y pelotas.</p> <p><b>Estrategia y organización:</b> El grupo se divide en dos equipos, cada equipo realiza el siguiente recorrido. Saltar la cuerda en un espacio de 8 metros, saltar las llantas en zigzag, jalar la llanta hasta la marca, rodar otra llanta hasta la marca y regresar botando la pelota. Hacer el cambio de relevo.</p> <p><b>Reglas:</b> Hacer el recorrido lo más rápido posible, no sale el siguiente relevo hasta que llegue el anterior, respetar los turnos, gana el equipo que termine primero de hacer el recorrido.</p> <p><b>Tiempo aprox.:</b></p>
	<p><b>Parte final:</b> Relajamiento cantamos “cuando tengas ganas de aplaudir” 5 minutos</p>

**MES DE NOVIEMBRE**  
**4° SEMANA**

<b>MARTES</b>	
<p>Calentamiento.</p> <p><b>Juego: Transportar a un compañero.</b></p> <p><b>Objetivos didácticos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Aceptar al compañero independientemente de su nivel de destreza.</li> <li>-Mostrar una actitud cooperativa en las actividades lúdicas.</li> <li>-Desarrollo de la fuerza y flexibilidad.</li> </ul> <p><b>Material:</b> Dos bastones por equipo.</p> <p><b>Estrategia y organización:</b> El grupo se divide en equipos de tres, dos jugadores sostienen dos bastones a la altura de los hombros, el tercero se cuelga levantando las piernas mientras estos se desplazan en un recorrido de 5 metros, al llegar a la meta se alternan.</p> <p><b>Reglas:</b> Todos los compañeros deben de participar, si baja las piernas el compañero que trasladan vuelven a empezar. El equipo que termine primero gana.</p> <p><b>Tiempo aprox.:</b> 15 minutos</p>	<p><b>Juego: Las ollitas.</b></p> <p><b>Objetivos didácticos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Respetar y apreciar el trabajo de los compañeros.</li> <li>-Establecer relaciones de ayuda entre los miembros del grupo.</li> <li>-Desarrollo de la fuerza.</li> </ul> <p><b>Material:</b> Sin material.</p> <p><b>Estrategia y organización:</b> El grupo se divide en tercias, un jugador en posición de cuclillas, los otros dos lo sujetan de los brazos y lo transportan a un punto determinado, alternar al llegar a la meta establecida.</p> <p><b>Reglas:</b> Los jugadores deberán llegar hasta la meta para poder alternar, si en el transcurso bajan al compañero se regresan, gana el equipo que termine primero.</p> <p><b>Tiempo aprox.:</b> 10 minutos.</p>
<p><b>Juego: Voleibol con globo.</b></p> <p><b>Objetivos didácticos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Establecer relaciones de ayuda entre los miembros del grupo.</li> <li>-Buscar estrategias para dar respuesta a diferentes situaciones problema.</li> <li>-Desarrollo de la velocidad de reacción y flexibilidad.</li> </ul> <p><b>Material:</b> Globos.</p> <p><b>Estrategia y organización:</b> Marcar el área, formar equipos de seis jugadores, jugar voleibol con tres toques de globo por cada equipo y pasar al otro lado.</p> <p><b>Reglas:</b> solamente podrán hacer tres toques al globo y pasarlo al equipo contrario, si el globo toca el suelo es punto para el equipo contrario, si el globo sale del área de juego es punto para el contrario.</p> <p><b>Tiempo aprox.:</b> 10 minutos.</p>	<p><b>Juego: Voleibol con una pelota.</b></p> <p><b>Objetivos didácticos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Establecer relaciones de ayuda entre los miembros del grupo.</li> <li>-Buscar estrategias para dar respuesta a diferentes situaciones problema.</li> <li>-Desarrollo de la velocidad de reacción, fuerza y flexibilidad.</li> </ul> <p><b>Material:</b> balón de voleibol.</p> <p><b>Estrategia y organización:</b> Formar equipos de seis integrantes y organizar un tornea de cinco tantos a ganar dos de tres sets.</p> <p><b>Reglas:</b> Únicamente pueden tocar tres veces el balón para pasarlo al equipo contrario, si el balón toca el suelo es punto para el equipo contrario, si el balón sale del área de juego es punto para el contrario.</p> <p><b>Tiempo aprox.:</b> 10 minutos.</p>
<b>Parte final:</b> Relajamiento contar un cuento breve.	

## MES DE NOVIEMBRE

### 4° SEMANA

<p><b>JUEVES</b></p> <p>Calentamiento. <b>Juego: Fútbol con escobas.</b></p> <p><b>Objetivos didácticos:</b> -Respetar los niveles individuales de destreza. -Desarrollar estrategias de comunicación dentro del grupo. -Desarrollo de la velocidad y fuerza.</p> <p><b>Material:</b> Una escoba por cada jugador y una pelota por grupo.</p> <p><b>Estrategia y organización:</b> Se forman equipos de seis integrantes, delimitar la cancha y poner las porterías. Jugar fútbol conduciendo y golpeando la pelota con la escoba, el portero detiene la pelota con la escoba, gana el equipo que anote más goles.</p> <p><b>Reglas:</b> No se permite usar pies o manos para meter goles o para pararlos, únicamente con la escoba, el equipo que anote más goles gana. Pueden jugar varios equipos simultáneamente en otras canchas.</p> <p><b>Tiempo aprox.:</b> 15 minutos.</p>	<p><b>Juego: Salto de conejo</b></p> <p><b>Objetivos didácticos:</b> -Valorar los efectos placenteros que proporcionan las actividades lúdicas cooperativas. -Realizar diferentes lanzamientos y recepciones en estático y en movimiento. -Desarrollo de fuerza y velocidad de reacción.</p> <p><b>Material:</b> Neumáticos .</p> <p><b>Estrategia y organización:</b> Se divide el grupo en tercias, dos compañeros frente a frente a tres o cuatro metros de distancia lanzan rodando una llanta mientras el tercero entre ellos debe saltar cada vez que pase, alternar con los demás jugadores.</p> <p><b>Reglas:</b> Todos los integrantes de la tercia tienen que saltar.</p> <p><b>Tiempo aprox.:</b> 10 minutos</p>
<p><b>Juego: Parejas disparejas.</b></p> <p><b>Objetivos didácticos:</b> -Coordinar acciones motrices con los compañeros. -Respetar al compañero independientemente del nivel de destreza que muestre. -Desarrollo de la velocidad y velocidad de reacción mediante el juego.</p> <p><b>Material:</b> Sin material.</p> <p><b>Estrategia y organización:</b> Todo el grupo trotando libremente por parejas, y a la señal de rojo todos deben estar boca abajo, amarillo seguir trotando y azul boca arriba, la pareja que realice los movimientos más lentos saldrá hasta que gane una pareja</p> <p><b>Reglas:</b> Al correr no se debe jalar a la pareja, los últimos en realizar los movimientos saldrán del juego.</p> <p><b>Tiempo aprox.:</b> 10 minutos.</p>	<p><b>Juego: La oruga.</b></p> <p><b>Objetivos didácticos:</b> -Mostrar confianza en los compañeros y disposición para cooperar con ellos. -Coordinar el movimiento con los compañeros en situaciones de interacción. -Desarrollo de la fuerza y flexibilidad.</p> <p><b>Material:</b> sin material.</p> <p><b>Estrategia y organización:</b> El grupo se divide en 4 equipos, formarán filas y deberán ir agarrados de los tobillos del compañero que tenemos delante. Desplazarse por el terreno sin romper la formación de oruga. Gana el grupo que consiga desplazarse mayor distancia sin que se rompa la fila.</p> <p><b>Reglas:</b> No soltar al compañero de adelante.</p> <p><b>Tiempo aprox. :</b> 10 minutos.</p>
	<p><b>Parte final :</b> Relajamiento contar adivinanzas 5 minutos.</p>

**MES DE DICIEMBRE.**

**1° SEMANA**

<b>MARTES</b>	
<p>Calentamiento.  <b>Juego: Carrera de obstáculos.</b></p> <p><b>Objetivos didácticos:</b>                      -Manifestar confianza en las propias posibilidades e interés en el progreso motriz.                      -Tomar conciencia del espacio corporal en diferentes posturas.                      -Desarrollo de la fuerza y la velocidad.</p> <p><b>Material:</b> 8 llantas, y cuatro obstáculos con resorte, túnel y 2 pañuelos</p> <p><b>Estrategia y organización:</b> El grupo se divide en dos equipos, el primer integrante de cada equipo tendrá un pañuelo, el cual al término de pasar las llantas, los obstáculos y el túnel debe entregar al segundo jugador y así sucesivamente.</p> <p><b>Reglas:</b> hacer el trayecto lo más rápido posible, el jugador no puede salir hasta que tenga el pañuelo, el equipo que termine de pasar primero gana.                      Las llantas se pasan saltando de una en una, los obstáculos saltar sin tocar el resorte y pasar por debajo del túnel.</p> <p><b>Tiempo aprox. :</b> 15 minutos.</p>	<p><b>Juego: Pato, pato, ganso.</b></p> <p><b>Objetivos didácticos:</b>                      - Participar en las actividades y juegos de forma alegre y distendida.                      -Percibir distancias y ajustar el movimiento de forma consecuente.                      -Desarrollo de la velocidad.</p> <p><b>Material:</b> Sin material.</p> <p><b>Estrategia y organización:</b> Los jugadores, sentados, forman un círculo. Uno de ellos, sin lugar, corre por fuera, tocando la cabeza de su compañero, y pronunciando pato, pato, pato,...; cuando el diga ganso, al compañero que le tocó la cabeza se para y corre alrededor del círculo pero en sentido contrario a su compañero, tratando de llegar primero al lugar desocupado. El que llega primero se sienta y el otro sigue dando vueltas, llamando al pato.</p> <p><b>Reglas:</b> El que llama al ganso debe correr rápido a ganar el lugar cuando dice "ganso"                      No se debe golpear la cabeza, sólo tocar con los dedos.                      Los que corren no deben jalar a sus compañeros ni tocarlos.</p> <p><b>Tiempo aprox. :</b> 10 minutos.</p>
<p><b>Juego: Relevos de combas</b></p> <p><b>Objetivos didácticos:</b>                      -Aceptar al compañero independientemente de su nivel de destreza.                      -Mostrar una actitud cooperativa en las actividades lúdicas.                      -Desarrollo de fuerza y velocidad.</p> <p><b>Material:</b> cuerdas para saltar.</p> <p><b>Estrategia y organización:</b> El grupo se divide en dos equipos cada equipo realiza un recorrido tratando de saltar la cuerda dando el relevo, gana el equipo que todos los miembros hayan realizado el recorrido primero.</p> <p><b>Reglas:</b> Saltar la cuerda en el trayecto, no correr o caminar, el compañero que sigue en relevo debe esperar la cuerda para salir, hacer el recorrido lo más rápido posible.</p> <p><b>Tiempo aprox.:</b> 10 minutos.</p>	<p><b>Juego: Carrera de gusanos.</b></p> <p><b>Objetivos didácticos:</b>                      -Mostrar una actitud cooperativa en las actividades lúdicas.                      -Buscar estrategias para dar respuesta a diferentes situaciones problema.                      -Desarrollo de la fuerza .</p> <p><b>Material:</b> sin material.</p> <p><b>Estrategia y organización:</b> Tres de los participantes deben formar un gusano, el más fuerte debe ser primero. Se acomoda en cuatro puntos, (pies y manos) y se baja un poco para que el siguiente se pueda subir las piernas en la espalda del primero y apoyar los brazos en el piso, y se baja un poco para que el siguiente pueda subir. Va a quedar montado sobre su espalda y se debe sostener con una rodilla en la cintura de su compañero, y los pies uno sobre otro en la cadera. Las manos apoyan en el suelo. El tercero se acomoda en la misma posición.</p> <p><b>Reglas:</b> Si se caen deben volver a acomodarse y continuar, no se debe gatear.</p> <p><b>Tiempo aprox.:</b> 10 minutos</p>
<p><b>Parte final:</b> Relajamiento. Contar que te gustó de la clase.</p>	

**MES DE DICIEMBRE**  
**1º SEMANA**

<p><b>JUEVES</b></p> <p>Calentamiento.</p> <p><b>Juego: Relevos de obstáculos.</b></p> <p><b>Objetivos didácticos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Manifestar confianza en las propias posibilidades e interés por el progreso motriz.</li> <li>- Percibir las distancias a personas y lugares y ajustar el movimiento de forma consecuente.</li> <li>- Desarrollo de la fuerza y velocidad.</li> </ul> <p><b>Material:</b> Sin material.</p> <p><b>Estrategia y organización:</b> Utilizando alguno de los jugadores como obstáculos, se organiza al grupo en varias hileras y al frente de cada uno de ellos se ponen tres jugadores a una distancia de 5 metros uno del otro. Se da la voz de salida y salen corriendo los primeros de cada fila. El primer obstáculo es un jugador en posición de burro, al que hay que saltar. El segundo obstáculo es otro compañero que está haciendo puente y hay que pasar por debajo reptando. El tercer obstáculo es otro compañero, que está parado y es un poste al que hay que darle una vuelta. El regreso es corriendo a la hilera a formarse al final. En cuanto llegue un compañero a la hilera sale el que está adelante.</p> <p><b>Reglas:</b> Los obstáculos no pueden moverse, o cambiar de posición, solamente el primer obstáculo se tocará con las manos, ni el puente ni el poste deben tocarse con las manos.</p> <p><b>Tiempo aprox. :</b> 15 minutos.</p>	<p><b>Juego: Canguro saltarín</b></p> <p><b>Objetivos didácticos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Participar con alegría y confianza en los juegos.</li> <li>-Participar en un clima de respeto personal.</li> <li>-Desarrollo de fuerza y velocidad.</li> </ul> <p><b>Material:</b> dos balones o pelotas.</p> <p><b>Estrategia y organización:</b> Los alumnos divididos en dos equipos, se colocan con las piernas abiertas y a una distancia de un metro, el que está primero lanza el balón a través del túnel, el último lo recogerá, se lo pondrá entre las piernas y avanzará saltando hasta colocarse en el primero de la fila.</p> <p><b>Reglas:</b> Gana el equipo que complete el ciclo en el menor tiempo, si el balón se escapa de las piernas se podrá recoger y continuar avanzando.</p> <p><b>Tiempo aprox. :</b> 10 minutos.</p>
<p><b>Juego: Neumáticos nuevos</b></p> <p><b>Objetivos didácticos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Valorar la alegría y la diversión como elementos ligados a las actividades lúdicas y motrices.</li> <li>-Desarrollar estrategias de comunicación dentro del grupo.</li> <li>-Desarrollo de la fuerza y la velocidad.</li> </ul> <p><b>Material:</b> Neumáticos.</p> <p><b>Estrategia y organización:</b> Se hacen dos filas de neumáticos unidos en zigzag y dos filas de alumnos en un extremo de cada grupo de ruedas. Al dar el profesor la orden de salida, tendrán que ir saltando de uno en uno todos los neumáticos.</p> <p><b>Reglas:</b> No se puede empujar al de adelante, hasta que salga del neumático se puede introducir otro niño. Gana el equipo que llegue primero a la meta.</p> <p><b>Tiempo aprox. :</b> 10 minutos</p>	<p><b>Juego: Carrera de ciempiés</b></p> <p><b>Objetivos didácticos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Mostrar una disposición positiva para compartir ideas, ayudar y ser ayudado, cooperar con los compañeros y participar de forma autónoma en las actividades lúdicas.</li> <li>-Estimulación del espacio corporal, percibir distancias a personas móviles.</li> <li>-Desarrollo de la flexibilidad.</li> </ul> <p><b>Material:</b> sin material.</p> <p><b>Estrategia y organización:</b> Se separa la grupo en equipos de 5 participantes. El primero se coloca en cuatro puntos, el que sigue hará lo mismo, pero tomándose de los tobillos del primero y así sucesivamente, hasta que los cinco estén colocados e inicia la carrera; el ciempiés que llegue primero gana la carrera.</p> <p><b>Reglas:</b> Nadie se debe de soltar , deben caminar lo más rápido posible.</p> <p><b>Tiempo aprox. :</b> 10 minutos.</p>
	<p><b>Parte final:</b> Relajamiento. Contar una fábula breve.</p>

**MES DE DICIEMBRE**  
**2° SEMANA**

<p><b>MARTES</b></p> <p>Calentamiento. <b>Juego: La cerca.</b></p> <p><b>Objetivos didácticos:</b> -Manifiestar confianza en las propias posibilidades e interés por el progreso motriz. -Percibir distancias y ajustar el movimiento consecuentemente. -Desarrollo de la velocidad y flexibilidad.</p> <p><b>Material:</b> dos postes con resorte para formar la cerca</p> <p><b>Estrategia y organización:</b> Se distribuye el grupo en tres equipos, que a la señal realizarán el juego a la vez. Deberán saltar la cerca, una vez que hayan pasado todos los integrantes se incrementa la altura de la cerca. Gana el equipo que salte la mayor altura.</p> <p><b>Reglas:</b> Todos los componentes del grupo deben saltar el obstáculo sin tocar el resorte para ganar.</p> <p><b>Tiempo aprox.:</b> 10 minutos.</p>	<p><b>Juego: El pañuelo saltarín</b></p> <p><b>Objetivos didácticos:</b> -Buscar estrategias para dar respuesta a diferentes situaciones problema. -Aceptar al compañero independientemente de su nivel de destreza. -Desarrollo de la fuerza y la flexibilidad.</p> <p><b>Material:</b> Un pañuelo.</p> <p><b>Estrategia y organización:</b> En el centro del campo el profesor sujeta un pañuelo. A ambos lados y a una cierta distancia se colocan dos equipos de igual número de jugadores. Se enumeran los componentes de cada equipo. El profesor dirá en voz alta un número. Los miembros de cada grupo que tienen ese número van saltando en cuclillas hasta llegar al pañuelo y una vez allí tratan de llevárselo sin ser tocado por el contrario.</p> <p><b>Reglas:</b> No se puede invadir el campo del contrincante antes de ser cogido el pañuelo.</p> <p><b>Tiempo aprox. :</b> 10 minutos.</p>
<p><b>Juego: Rayos desintegradores.</b></p> <p><b>Objetivos didácticos:</b> -Mostrar una actitud cooperativa en las actividades lúdicas. -Valorar la alegría y la diversión como elementos ligados a actividades lúdicas y motrices. -Desarrollo de la fuerza y flexibilidad.</p> <p><b>Materiales:</b> Postes y resortes.</p> <p><b>Estrategia y organización:</b> Se coloca un resorte sujeto a los dos postes (rayo desintegrador), a 50 cm. Del suelo y otro a 4 metros de esta, delante de cada grupo. El primero de cada uno de los grupos saldrá rodando o arrastrándose por el suelo pasando por debajo de los "rayos desintegradores" sin tocarlos y volverá para dar el relevo a su compañero. Gana el equipo que termine primero el recorrido.</p> <p><b>Reglas:</b> No se puede tocar el resorte, poco a poco se disminuirá la distancia entre el resorte y el suelo.</p> <p><b>Tiempo aprox. :</b> 10 minutos.</p>	<p><b>Juego: Hockey mágico</b></p> <p><b>Objetivos didácticos:</b> -Experimentar distintas acciones motrices compartiendo ideas con los compañeros. -Experimentar lanzamientos – recepciones de móviles en situaciones cooperativas. -Desarrollo de la velocidad, y velocidad de reacción.</p> <p><b>Materiales:</b> Un bastón de madera por cada jugador, una pelota.</p> <p><b>Estrategia y organización:</b> En una cancha de 30 metros de área, juegan dos equipos, los equipos tratarán de meter la pelota en la portería del equipo contrario, únicamente se puede tocar la pelota con el bastón. El equipo que meta mas aciertos ganará.</p> <p><b>Reglas:</b> No se puede tocar la pelota con las manos o los pies, no se permite golpear a los compañeros con el bastón.</p> <p><b>Tiempo aprox. :</b> 15 minutos.</p>
<p><b>Parte final:</b> Relajamiento. Contar que mascota te gusta tener y por qué.</p>	

**MES DE DICIEMBRE**  
**2° SEMANA**

<b>JUEVES</b>	
<p>Calentamiento <b>Juego: Paseo divertido.</b></p> <p><b>Objetivos didácticos:</b> -Utilizar estrategias de actuación cooperativa dentro del grupo -Contribuir a un ambiente amistoso y distendido entre los miembros del grupo -Desarrollo de velocidad, fuerza y flexibilidad.</p> <p><b>Material:</b> Un túnel por cada equipo y cuerdas para saltar.</p> <p><b>Estrategia y organización:</b> Por parejas se tumban en el suelo cogidos por las manos con los brazos y el cuerpo estirados. Desde la línea de salida deberán ir girando sobre sí mismos sin soltarse y sin perder la horizontal hasta el túnel, pasar a través de él y llegar a la meta saltando la cuerda. El equipo que termine de pasar primero gana</p> <p><b>Reglas:</b> No puede salir otra pareja del equipo hasta que regrese la primera, realizar el recorrido como se indica.</p> <p><b>Tiempo aprox.</b> 15 minutos.</p>	<p><b>Juego: Rebote mágico</b></p> <p><b>Objetivos didácticos:</b> -Utilizar estrategias de actuación cooperativa dentro del grupo. -Experimentar lanzamientos y recepciones con móviles en situaciones cooperativas. -Desarrollo de la flexibilidad y velocidad.</p> <p><b>Material:</b> Una botella de suavizante vacía por cada jugador, una pelota suave pequeña. Dos postes y un resorte.</p> <p><b>Estrategia y organización:</b> Se divide el grupo en dos equipos. Con la botella de suavizante pasarán la pelota al otro equipo, la pelota dará un rebote y los jugadores la pasan al equipo contrario, cuando no la contesten es un punto para el equipo contrario. Gana el equipo que acumule más puntos.</p> <p><b>Reglas:</b> La pelota debe pasar por arriba del resorte, solamente debe dar un rebote para contestarla, no te puedes salir del área de juego.</p> <p><b>Tiempo:</b> 15 minutos</p>
<p><b>Juego: “A la víbora de la mar”</b></p> <p><b>Objetivos didácticos:</b> -Contribuir al desarrollo de un ambiente amistoso y distendido entre los miembros del grupo. -Valorar la alegría y la diversión como elementos ligados a las actividades lúdicas y motrices. -Participar en un clima de respeto personal.</p> <p><b>Material:</b> sin material.</p> <p><b>Estrategia y organización:</b> Los niños se organizan formando una hilera tomándose de la cintura o de los hombros para pasar por el “puente” formado por las manos de los niños, cantando la canción “a la víbora de la mar”. Al terminar el canto se detiene el puente baja las manos atrapando a un niño que le preguntan ¿con quien te vas con melón o con sandía. El niño elige y se forma detrás de quien se nombre, haciendo otro puente más, por el cual deberá pasar la víbora.</p> <p><b>Reglas:</b> El niño que es atrapado, se convierte en otro puente, todos deben cantar la canción.</p> <p><b>Tiempo aprox. :</b> 10 minutos</p>	<p><b>Juego: Carrera de costales</b></p> <p><b>Objetivos didácticos:</b> -Participar en un clima social basado en la confianza y la comunicación . -Desplazarse de distintas formas y con diferentes velocidades. -Desarrollo de la fuerza y la velocidad.</p> <p><b>Material:</b> Un costal por cada equipo.</p> <p><b>Estrategia y organización:</b> Se divide el grupo en cuatro equipos, introducir las piernas en el costal, el primero de cada fila se desplazan saltando, cuando regrese le da el costal al compañero siguiente en la fila, el equipo que termine primero de participar gana.</p> <p><b>Reglas:</b> Deberán estar siempre los dos pies dentro del costal, la forma de desplazamientos deberá ser a saltos.</p> <p><b>Tiempo aprox. :</b> 10 minutos.</p>
<b>Parte final:</b> Relajamiento Juego de memoria 5 minutos.	

**MES DE DICIEMBRE**  
**3° SEMANA**

<b>MARTES</b>	
<p>Calentamiento <b>Juego: Encantados</b></p> <p><b>Objetivos didácticos:</b> -Establecer relaciones de ayuda entre los compañeros. -Disfrutar con la participación de actividades lúdicas cooperativas y solución de problemas. -Desarrollo de la velocidad.</p> <p><b>Material:</b> Sin material</p> <p><b>Estrategia y organización:</b> El grupo se dispersa en el área. Previamente se sortea a un jugador que será el “encantado” que a la voz de inicio del juego perseguirá a sus compañeros hasta tocarlos en cualquier parte del cuerpo gritando “encantado”, quedándose en el lugar donde lo “encantaron” permaneciendo en ese sitio hasta que algún compañero que pase corriendo lo desencante.</p> <p><b>Reglas:</b> Todos los compañeros pueden desencantar cuando ellos hayan sido tocados. Deberán definirse dos bases <b>Tiempo aprox. :</b> 10 minutos.</p>	<p><b>Juego: Pilla, pilla con giros</b></p> <p><b>Objetivos didácticos:</b> -Experimentar diferentes actividades compartiéndolas con los compañeros. -Valorar positivamente las diferentes acciones motrices independientemente del nivel de destreza de nuestros compañeros -Desarrollo de velocidad y flexibilidad.</p> <p><b>Material:</b> aros y colchonetas</p> <p><b>Estrategia y organización:</b> Se distribuyen por todo el espacio las colchonetas y los aros. Un niño se queda para intentar tocar al resto de los compañeros. Los niños para evitar ser pillados tienen que ir a una colchonera y hacer una voltereta o ir a un aro y hacer un giro. Los que son pillados tienen que pillar.</p> <p><b>Reglas:</b> Un niño no puede hacer dos giros o volteretas en el mismo sitio. No puede pillar mientras este haciendo una voltereta o un giro.</p> <p><b>Tiempo aprox. :</b> 10 minutos</p>
<p><b>Juego: Los veleros</b></p> <p><b>Objetivos didácticos:</b> -Compartir ideas entre los compañeros y participar en un clima de respeto. -Experimentar libremente diferentes acciones motrices. -Desarrollo de la flexibilidad.</p> <p><b>Material:</b> Globos.</p> <p><b>Estrategia y organización:</b> Se divide la clase en pequeños grupos, y el terreno de juego en cuatro zonas. Cada grupo debe transportar el globo de tal forma que en la primera zona sea soplando, en la segunda con el pie, en la tercera con las manos y en la cuarta con la cabeza. Ganará el grupo que realice el recorrido sin que el globo toque el suelo.</p> <p><b>Reglas:</b> Todos los miembros del grupo deben tocar el globo.</p> <p><b>Tiempo aprox. :</b> 10 minutos</p>	<p><b>Juego: Balón Sprint.</b></p> <p><b>Objetivos didácticos:</b> -Respetar los niveles individuales de destreza. -Ser capaz de coordinar adecuadamente sucesivas acciones motrices. -Desarrollo de la velocidad.</p> <p><b>Material:</b> Balones y prendas de vestir.</p> <p><b>Estrategia y organización:</b> Los jugadores se sitúan en el fondo del terreno, y tras elegir una prenda, la dejan en el otro extremo. El juego consiste en salir lo más rápido posible conduciendo el balón con la mano para llegar hasta donde está la prenda, ponérsela y regresar conduciendo el balón con el pie.</p> <p><b>Reglas:</b> La prenda ha de estar bien puesta. El balón se ha de llevar controlado, al menos un metro de distancia.</p> <p><b>Tiempo aprox. :</b> 10 minutos.</p>
	<p><b>Parte final:</b> Relajamiento cantar ¡cuando tengas ganas de aplaudir!</p>

**MES DE DICIEMBRE**  
**3° SEMANA**

<p><b>JUEVES</b></p> <p>Calentamiento. <b>Juego: Pañuelo atado.</b></p> <p><b>Objetivos didácticos:</b> -Ser capaces de establecer relaciones de ayuda y colaboración dentro del grupo. -Participar con alegría y confianza en el juego y resolver problemas. -Desarrollo de la velocidad y velocidad de reacción.</p> <p><b>Material:</b> Dos pañuelos.</p> <p><b>Estrategia y organización:</b> Se divide la clase en dos grandes grupos numerados correlativamente a ambos extremos de la línea central en donde se colocará un niño con dos pañuelos atados uno en cada mano. Este dirá un número, los dos jugadores con ese número deberán salir corriendo coger un pañuelo e ir a atárselo a un jugador del equipo contrario, a continuación correrá a su fila cogerá el pañuelo que el otro jugador ató a su compañero para anudarlo de nuevo en el jugador del centro. Gana el equipo que antes realice el recorrido completo.</p> <p><b>Reglas:</b> Si al atar el pañuelo se cae debe volver a atarlo. Los demás jugadores deben facilitar las brazos para que puedan anudar el pañuelo.</p> <p><b>Tiempo aprox. :</b> 15 minutos.</p>	<p><b>Juego: Canguro saltarín</b></p> <p><b>Objetivos didácticos:</b> - Hacer uso de diferentes estrategias competitivas de actuación. -Buscar estrategias para dar respuesta a diferentes situaciones problema. -Desarrollo de la velosidad y fuerza.</p> <p><b>Material:</b> Balones.</p> <p><b>Estrategia y organización:</b> Los alumnos puestos en grupo se colocan con las piernas abiertas y a una distancia de un metro el que está primero lanza el balón a través del túnel el último lo recogerá, se lo pondrá entre las piernas y avanzará saltando hasta colocarse el primero.</p> <p><b>Reglas:</b> Ganará el equipo que complete el ciclo en el menor tiempo. Si el balón se escapa de las piernas se podrá recoger y continuar avanzando.</p> <p><b>Tiempo aprox. :</b> 10 minutos.</p>
<p><b>Juego: Transporte mágico</b></p> <p><b>Objetivos didácticos:</b> -Mostrar una actitud cooperativa en las actividades lúdicas . -Coordinar acciones motrices dentro del equipo. -Desarrollo de la fuerza y velocidad .</p> <p><b>Material:</b> Dos bastones por cada tercia. Neumáticos y un túnel.</p> <p><b>Estrategia y organización:</b> El grupo se divide en dos equipos, cada equipo sale por tercias, dos jugadores sujetan dos bastones por los hombros, el tercero se cuelga elevando las piernas, al llegar a los neumáticos deberán de saltarlos y finalmente pasar por el túnel todos los integrantes de la tercia, el equipo que termine primero el recorrido gana.</p> <p><b>Reglas:</b> No puede salir la siguiente tercia hasta que regresen los anteriores, Cuando se transporta al compañero con los bastones no puede bajar los pies, saltar de uno en uno todos los neumáticos. El equipo que llegue primero gana.</p> <p><b>Tiempo aprox. :</b> 10 minutos.</p>	<p><b>Juego: Los gallitos</b></p> <p><b>Objetivos didácticos:</b> -Respetar y apreciar el trabajo del compañero. -Coordinar acciones motrices por pareja. -Desarrollo de la fuerza.</p> <p><b>Material:</b> sin material</p> <p><b>Estrategia y organización:</b> Por parejas frente a frente y en cuclillas empujar a su compañero saltando sin perder la posición inicial. Ejecutar tres repeticiones .</p> <p><b>Reglas:</b> tienen que estar en posición de cuclillas, No jalarse la ropa.</p> <p><b>Tiempo aprox. :</b> 10 minutos.</p>
	<p><b>Parte final.</b> Relajamiento. Juego caras y gestos 5minutos.</p>

**MES DE DICIEMBRE**  
**4° SEMANA**

<b>MARTES</b>	
<p>Calentamiento:  <b>Juego: Salto de conejo</b></p> <p><b>Objetivos didácticos:</b>          -Valorar los efectos placenteros que proporcionan las actividades lúdicas cooperativas.          -Realizar diferente lanzamientos y recepciones en estático y en movimiento.          -Desarrollo de fuerza y velocidad de reacción.</p> <p><b>Material:</b> Neumáticos.</p> <p><b>Estrategia y organización.</b> Se divide el grupo en tercias, dos compañeros frente a frente a tres o cuatro metros de distancia lanzan rodando una llanta mientras el tercero entre ellos debe saltar cada vez que pase, alternar con los demás jugadores.</p> <p><b>Reglas:</b> Todos los integrantes de la tercia tienen que saltar.</p> <p><b>Tiempo aprox. :</b> 10 minutos.</p>	<p><b>Juego: El pase por parejas.</b></p> <p><b>Objetivos didácticos:</b>          -Respetar los niveles individuales de destreza.          -Desarrollar estrategias de comunicación dentro del grupo.          -Desarrollo de la velocidad.</p> <p><b>Material:</b> Un balón por parejas.</p> <p><b>Estrategia y organización:</b> Se divide al grupo en dos equipos, cada equipo formado en columna por dos, a una señal corren los dos pasando y recibiendo la pelota, hasta llegar a una marca a 20 metros, regresar de igual manera y entregar la pelota a la siguiente pareja. Gana el equipo que termine primero.</p> <p><b>Reglas:</b> Todos los jugadores deberán llegar hasta la marca establecida, si el balón se escapa recuperarlo y continuar.</p> <p><b>Tiempo aprox. :</b> 10 minutos.</p>
<p><b>Juego: Ensartar al equipo contrario.</b></p> <p><b>Objetivos didácticos:</b>          -Realizar diferentes lanzamientos y recepciones en estático y en movimiento, siguiendo estrategia de cooperación.          -Valorar la alegría y diversión como elementos ligados a actividades lúdicas y motrices.          -Desarrollo de la velocidad.</p> <p><b>Material:</b> Aros.</p> <p><b>Estrategia y organización:</b> El grupo se divide en dos equipos, un equipo lleva los aros todos se desplazan por el área de trabajo, a la indicación del profesor ensartan a un compañero del equipo contrario y viceversa gana el equipo que ensarte más compañeros.</p> <p><b>Reglas:</b> atrapar al compañero con el aro, no aventarlo, no pegar con el aro al compañero.</p> <p><b>Tiempo aprox. :</b> 10 minutos.</p>	<p><b>Juego: Fútbol con escobas.</b></p> <p><b>Objetivos didácticos:</b>          -Experimentar distintas acciones motrices compartiendo ideas con los compañeros.          -Coordinar distintas acciones del juego con un buen ajuste visomotriz.          -Desarrollo de velocidad y fuerza.</p> <p><b>Material:</b> Una escoba por cada jugador y una pelota por grupo.</p> <p><b>Estrategia y organización:</b> Se forman equipos de seis integrantes, delimitar la cancha y poner las porterías. Jugar fútbol conduciendo y golpeando la pelota con la escoba, el potero detiene la pelota con la escoba, gana el equipo que anote más goles. Pueden jugar varios equipos simultáneamente en otras canchas.</p> <p><b>Reglas:</b> No se permite usar pies o manos para meter goles o para pararlos, únicamente con la escoba. El equipo que anote más goles gana.</p> <p><b>Tiempo aprox. :</b> 15 minutos.</p>
<b>Parte final:</b> Relajamiento contar una anécdota breve. 5 minutos	

## MES DE DICIEMBRE

### 4° SEMANA

<p><b>JUEVES</b></p> <p>Calentamiento: <b>Juego: Carrera de globos.</b></p> <p><b>Objetivos didácticos:</b> -Buscar diferentes estrategias de acción grupal para la correcta ejecución de la actividad planteada. -Desplazarse de distintas formas y con diferentes velocidades y trayectorias. -Desarrollo de la velocidad.</p> <p><b>Material:</b> Globos y estambre.</p> <p><b>Estrategia y organización:</b> Se divide el grupo en dos equipos, el primer equipo se amarra un globo a la cintura con estambre, el otro equipo tratará de quitárselos, una vez que el equipo quitó los globos, al equipo contrario le tocará amarrarse los globos a la cintura.</p> <p><b>Reglas:</b> Se tienen que romper o quitar los globos sin jalar o empujar a los compañeros, los equipos se turnarán para atrapar o llevar los globos.</p> <p><b>Tiempo aprox. :</b> 15 minutos</p>	<p><b>Juego: Toque mágico.</b></p> <p><b>Objetivos didácticos:</b> -Respetar al compañero independientemente del nivel de destreza que muestre. -Desarrollar la cohesión intergrupal. -Desarrollo de la velocidad y la velocidad de reacción.</p> <p><b>Material:</b> Sin material.</p> <p><b>Estrategia y organización:</b> Formar dos círculos uno de niños y otro de niñas, sentados, un alumno el mago corre alrededor del círculo hasta tocar a un compañero, este corre atrás de él a tratar de tocarlo antes de llegar al lugar vacío, si no lo logra pasa a ser el mago.</p> <p><b>Reglas:</b> Tocar al compañero con los dedos sin golpearlo ni jalarlo. Si no llega al lugar vacío le toca ser el mago. Todos deben participar.</p> <p><b>Tiempo aprox. :</b> 10 minutos.</p>
<p><b>Juego: Parejas disparejas.</b></p> <p><b>Objetivos didácticos:</b> -Coordinar acciones motrices con los compañeros. -Respetar al compañero independientemente del nivel de destreza que muestre. -Desarrollo de la velocidad y velocidad de reacción.</p> <p><b>Material:</b> Sin material</p> <p><b>Estrategia y organización:</b> Todo El grupo trotando libremente por parejas, y a la señal de rojo todos deben estar boca abajo, amarillo seguir trotando y azul boca arriba, la pareja que realice los movimientos más lentos saldrá, hasta que gane una pareja.</p> <p><b>Reglas:</b> Al correr no se debe jalar a la pareja, los últimos en realizar los movimientos saldrán del juego.</p> <p><b>Tiempo aprox. :</b> 10 minutos.</p>	<p><b>Juego: Yo salto y tu también.</b></p> <p><b>Objetivos didácticos:</b> -Respetar los niveles individuales de destreza. -Disfrutar de las diferentes propuestas lúdicas. - Desarrollo de velocidad de reacción y fuerza.</p> <p><b>Material:</b> Un neumático por cada cuatro jugadores</p> <p><b>Estrategia y organización:</b> Se divide el grupo en equipos de cuatro jugadores. En un área de 5metros se colocan en los extremos dos jugadores, uno lanza el neumático para que su compañero que está en el lado opuesto lo reciba, los otros dos integrantes del equipo se colocan en medio y tendrán que saltar el neumático cuando pase junto a ellos. Los integrantes después de 6 saltos rolan los lugares.</p> <p><b>Reglas:</b> Los jugadores de en medio tendrán que saltar la llanta, si no la hacen pierden su oportunidad y seguirán los que se encuentran en los extremos.</p> <p><b>Tiempo aprox. :</b> 10 Minutos</p>
	<p><b>Parte final:</b> Relajamiento contar un cuento breve 5 minutos.</p>

## MES DE ENERO

### 1° SEMANA

JUEVES	
<p>Calentamiento <b>Juego: Llantivol.</b></p> <p><b>Objetivos didácticos:</b> - Compartir ideas y coordinar las labores para resolver problemas. - Participar en actividades lúdicas elaborando estrategias grupales de actuación cooperativa. - Desarrollo de la velocidad y flexibilidad.</p> <p><b>Material:</b> 10 llantas o neumáticos y una pelota <b>Estrategia y organización:</b> En cada lado de la cancha colocar cinco llantas una sobre otra, hacer dos equipos del grupo y con una pelota realizar pases y botarla hasta meterla en las llantas del equipo contrario.</p> <p><b>Reglas:</b> No pueden correr con la pelota en las manos la tienen que botar, el que logre más aciertos gana.</p> <p><b>Tiempo aprox.:</b> 15 minutos.</p>	<p><b>Juego: Agarra la masa</b></p> <p><b>Objetivos didácticos:</b> - Conocer y practicar diferentes juegos cooperativos haciendo uso del espacio. - Colaborar con los compañeros en la realización de juegos motores. - Desarrollo de la velocidad en el desplazamiento, velocidad de reacción.</p> <p><b>Material:</b> Un paliacate</p> <p><b>Estrategia y organización:</b> Dividir al grupo en dos filas con una separación de 10 metros, numerar de derecha a izquierda, se coloca un paliacate al centro, el profesor menciona el número y los alumnos que escuchen el número que les asignaron corren a tratar de ganar el paliacate.</p> <p><b>Reglas:</b> Deben poner atención en su número y salir lo más rápido posible, gana el equipo que más veces tome el pañuelo.</p> <p><b>Tiempo aprox.:</b> 10 minutos.</p>
<p><b>Juego: Fut tenis</b></p> <p><b>Objetivos didácticos:</b> - Disfrutar con la participación en actividades lúdicas cooperativas. - Experimentar diferentes habilidades motrices. - Desarrollo de la velocidad y velocidad de reacción.</p> <p><b>Material:</b> Una red, dos postes y una pelota ligera.</p> <p><b>Estrategia y organización:</b> dividir el grupo en dos equipos, pasar la pelota a la cancha contraria, con cualquier parte del cuerpo excepto con las manos, solo puede dar un bote antes de pasarla.</p> <p><b>Reglas:</b> si la pelota bota más de una vez es punto para el equipo contrario. El equipo que tenga más puntos gana.</p> <p><b>Tiempo aprox.:</b> 10 minutos.</p>	<p><b>Juego: La cuerda humana</b></p> <p><b>Objetivos didácticos:</b> - Mostrar una actitud favorable en la participación en actividades lúdicas cooperativas. - Desarrollar la capacidad de actuar en y para el grupo, de compartir y de colaborar con los demás. - Desarrollo de fuerza, flexibilidad y cooperación.</p> <p><b>Material:</b> Sin material.</p> <p><b>Estrategia y organización:</b> Dos equipos se colocan frente a frente formando una fila. Cada jugador de un equipo sujeta al compañero que tiene por la cadera. Los jugadores que se encuentran al principio de cada hilera se toman de las manos con fuerza. Cada equipo jala o estira al contrario por encima de una línea determinada, la cuerda no debe romperse en ningún caso. Si el jugador de la punta de la fila no resiste la tracción del contrario debe rendirse.</p> <p><b>Reglas:</b> El equipo que cruce la línea pierde. Si se rompe la cadena pierde el equipo.</p> <p><b>Tiempo aprox.:</b> 10 minutos.</p>
	<p><b>Parte final:</b> Relajamiento. Juego de memoria nombres de animales 5 minutos.</p>

## MES DE ENERO

### 2° SEMANA

<p><b>MARTES</b></p> <p>Calentamiento.</p> <p><b>Juego: <i>Balón migrador</i></b></p> <p><b>Objetivos didácticos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>-Establecer relaciones de ayuda mutua y cooperación con los compañeros.</li><li>-Buscar soluciones matrices en actividades lúdicas cooperativas.</li><li>-Desarrollo de la velocidad y flexibilidad.</li></ul> <p><b>Material:</b> Una pelota grande.</p> <p><b>Estrategia y organización:</b> Se divide al grupo en dos equipos. Los equipos forman una hilera de pié, el primer jugador de la fila pasa la pelota por encima de su cabeza al jugador que se encuentra a tras, este la pasa al siguiente jugador por en medio de sus piernas, este la recibe y la pasa por arriba de su cabeza y así sucesivamente, el último jugador, regresa botando la pelota al primer lugar de la fila y pasa la pelota en el orden que se estableció, el equipo que llegue a su posición inicial gana el juego.</p> <p><b>Reglas:</b> Si se avienta la pelota vuelven a comenzar.</p> <p><b>Tiempo aprox.:</b> 15 minutos.</p>	<p><b>Juego: <i>Las llantas desaparecen.</i></b></p> <p><b>Objetivos didácticos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>-Valorar la alegría y la diversión como elementos inherentes a las actividades ludomotrices.</li><li>-Resolución de problemas mediante el juego motor.</li><li>-Desarrollo de la velocidad y velocidad de reacción.</li></ul> <p><b>Material:</b> llantas o neumáticos.</p> <p><b>Estrategia y organización:</b> Se colocan las llantas dispersas en el piso en un área determinada, una llanta para dos alumnos, los participantes se colocan en filas a una distancia de quince metros aproximadamente de las llantas, a la señal del profesor salen corriendo hasta las llantas y se sientan dos en cada llanta. Regresan al punto de salida en tanto el profesor quita llantas para así eliminar tantos niños como quite llantas.</p> <p><b>Reglas:</b> Se quedan los dos primeros jugadores que lleguen a las llantas, no empujar o jalar al compañero.</p> <p><b>Tiempo aprox.:</b> 10 minutos.</p>
<p><b>Juego: <i>Llenar y vaciar el costal</i></b></p> <p><b>Objetivos didácticos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>-Establecer relaciones de ayuda mutua y de cooperación con los compañeros.</li><li>-Buscar soluciones motrices en actividades lúdicas cooperativas</li><li>-Desarrollo de la velocidad y fuerza.</li></ul> <p><b>Material:</b> costales y pelotas de gel.</p> <p><b>Estrategia y organización:</b> Dividir el grupo en cuatro equipos, realizar relevos a una distancia de 15 metros al llenar y vaciar el costal con 5 pelotas de gel , gana el equipo que termine primero,</p> <p><b>Reglas:</b> Saldrá el siguiente compañero hasta que le entreguen el costal ya sea lleno o vacío, tratar de correr lo más rápido posible. El equipo que termine primero gana.</p> <p><b>Tiempo aprox.:</b> 10 minutos.</p>	<p><b>Juego: <i>Brinca hasta el túnel.</i></b></p> <p><b>Objetivos didácticos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>-Desarrollar el control motriz sobre los segmentos.</li><li>-Manifiestar confianza en las propias posibilidades y alegría por la participación lúdica.</li><li>-Desarrollo de la fuerza y flexibilidad.</li></ul> <p><b>Material:</b> Paliacates y llantas o neumáticos, túnel</p> <p><b>Estrategia y organización:</b> El grupo se divide en dos equipos, el primero de cada fila tendrá que saltar en un solo pié en zigzag la hilera de paliacates, pasar por en medio de 5 llantas y atravesar el túnel, el equipo que realice primero el recorrido gana.</p> <p><b>Reglas:</b> Salir hasta que llegue el compañero y le de una palmada en la mano para que pueda salir el siguiente. Realizar todo el recorrido.</p> <p><b>Tiempo aprox.:</b> 10 minutos.</p>
	<p><b>Parte final:</b> Relajamiento Juego de memoria de frutas.</p>

**MES DE ENERO**  
**2° SEMANA**

<p><b>JUEVES</b></p> <p>Calentamiento. <b>Juego: Cortar el balón</b></p> <p><b>Objetivos didácticos:</b> -Poner en práctica respuestas posturales y motrices acordes con las demandas de las distintas actividades lúdicas. -Explorar las propias posibilidades motrices mientras se participa en juegos de cooperación. -Desarrollo de la flexibilidad y la velocidad de reacción.</p> <p><b>Material:</b> dos pelotas por equipo</p> <p><b>Estrategia y organización:</b> Integrar equipos de 10 elementos formando un círculo, dos alumnos en el centro tratan de interceptar una pelota cuando esté en el aire cruzando de un extremo a otro.</p> <p><b>Reglas:</b> Cuando sea atrapada la pelota el alumno se cambiará por el que lanzó la pelota.</p> <p><b>Tiempo aprox.:</b> 15 minutos.</p>	<p><b>Juego: Calles y avenidas</b></p> <p><b>Objetivos didácticos:</b> -Mostrar una actitud positiva para compartir ideas y aceptar a los demás dentro de las actividades lúdicas. -Explorar las propias posibilidades motrices mientras se participa en un juego de cooperación. -Desarrollo de la velocidad y velocidad de reacción.</p> <p><b>Material:</b> Sin material.</p> <p><b>Estrategia y organización:</b> Integrar filas con brazos laterales, elegir a un ratón que será perseguido por un gato, cuando el profesor diga "calles" los alumnos hacen flanco izquierdo y "avenidas" flanco derecho.</p> <p><b>Reglas:</b> Cuando el gato atrape al ratón cambiarán por otras parejas y estas se integrarán a la fila.</p> <p><b>Tiempo aprox.:</b> 10 minutos.</p>
<p><b>Juego: Salto de conejo</b></p> <p><b>Objetivos didácticos:</b> -Valorar los efectos placenteros que proporcionan las actividades lúdico cooperativas. -Realizar diferentes lanzamientos y recepciones en estático y en movimiento. -Desarrollo de fuerza y velocidad de reacción.</p> <p><b>Material:</b> Neumáticos o llantas.</p> <p><b>Estrategia y organización:</b> Se divide el grupo en tercias, dos compañeros frente a frente a tres o cuatro metros de distancia lanzan rodando una llanta mientras el tercero entre ellos debe saltar cada vez que pase, alternar con los demás jugadores</p> <p><b>Reglas:</b> Todos los integrantes tienen que saltar.</p> <p><b>Tiempo aprox.:</b> 10 minutos.</p>	<p><b>Juego: Frontonboli.</b></p> <p><b>Objetivos didácticos:</b> -Participar de forma autónoma en diferentes actividades lúdicas cooperativas, mostrando actitudes de respeto hacia los compañeros, ayuda y cooperación. -Adecuar el movimiento corporal global y segmentario en diferentes situaciones lúdicas. -Desarrollo de la Flexibilidad y la velocidad.</p> <p><b>Material:</b> una pelota ligera.</p> <p><b>Estrategia y organización:</b> El grupo se divide en dos equipos los cuales de frente a una pared lanzaran la pelota alternadamente con voleo y golpe bajo.</p> <p><b>Reglas:</b> El equipo que deje botar la pelota tres veces pierde un punto.</p> <p><b>Tiempo aprox.:</b> 10 minutos.</p>
<p><b>Parte final:</b> Relajamiento.. Contar adivinanzas 5 minutos.</p>	

## MES DE ENERO

### 3° SEMANA

<b>MARTES</b>	
<p>Calentamiento:</p> <p><b>Juego: Robo y contra robo</b></p> <p><b>Objetivos didácticos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>-Explorar las distintas posibilidades de movimiento.</li><li>-Poner en práctica respuestas posturales y motrices acordes con las demandas de las distintas actividades lúdicas.</li><li>-Desarrollo de la velocidad y velocidad de reacción.</li></ul> <p><b>Material:</b> una cinta por cada jugador.</p> <p><b>Estrategia y organización:</b> Todos los alumnos corren libremente por el terreno de juego. En la cintura del pantalón llevan colgada una cinta que sobresale por fuera. Cada alumno intentará quitar el mayor número de cintas posible.</p> <p><b>Reglas:</b> El alumno que quite más cintas gana. No es permitido jalar o aventar al compañero.</p> <p><b>Tiempo aprox.:</b> 15 minutos.</p>	<p><b>Juego: Fuego y agua</b></p> <p><b>Objetivos didácticos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Participar con alegría y confianza en los juegos y actividades.</li><li>-Mostrar una actitud cooperativa en las actividades lúdicas.</li><li>-Desarrollo de la velocidad.</li></ul> <p><b>Material:</b> sin material.</p> <p><b>Estrategia y organización:</b> la mitad de los alumnos son fuego y la otra mitad son agua. Los alumnos "agua" apagan a todos los "fuego" que tocan. Aquellos alumnos tocados deberán sentarse en el suelo y sólo podrán reanudar su actividad por ser tocado por fuego libre.</p> <p><b>Reglas:</b> Los alumnos "agua" apagarán a los alumnos "fuego", que al ser tocados se tendrán que sentar hasta que nuevamente los toque un alumno fuego que es libre.</p> <p><b>Tiempo aprox.:</b> 10 minutos-</p>
<p><b>Juego: Desplazamiento colectivo.</b></p> <p><b>Objetivos didácticos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>-Ayudar a los otros para realizar determinadas acciones mediante el juego.</li><li>-Mostrar disposición para cooperar dentro de las actividades lúdicas.</li><li>-Desarrollo de la velocidad.</li></ul> <p><b>Material:</b> un aro por cada equipo y 4 pelotas por equipo</p> <p><b>Estrategia y organización:</b> Se forman equipos de tres jugadores, deberán desplazarse dentro del aro en una distancia una distancia de 12 metros, recoger la pelota que se encuentra en el extremo opuesto y regresar con la pelota, el equipo que termine primero de pasar todas las pelotas a la línea de salida gana.</p> <p><b>Reglas:</b> Tienen que correr los jugadores juntos adentro del aro, el que termine de pasar todas las pelotas a la línea de salida gana.</p> <p><b>Tiempo aprox.:</b> 10 minutos.</p>	<p><b>Juego: Aros mágicos.</b></p> <p><b>Objetivos didácticos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>-Buscar soluciones motrices en actividades lúdicas cooperativas.</li><li>-Mostrar una disposición positiva para compartir ideas, cooperar con los compañeros y participar de forma autónoma en las actividades lúdicas.</li><li>-Desarrollo de la fuerza, flexibilidad y velocidad.</li></ul> <p><b>Material:</b> Aros de colores y bayas.</p> <p><b>Estrategia y organización:</b> Los alumnos forman equipos que se sitúan en hileras tras una línea de salida. El primer jugador de cada equipo corre saltando en un pie la trayectoria en zigzag que marcan los aros y pasar por debajo del resorte que sostiene los postes, volviendo con el pie contrario. Da el relevo al siguiente compañero que realiza la acción y así sucesivamente.</p> <p><b>Reglas:</b> El equipo que termine el recorrido primero gana, esperar su turno al siguiente relevo.</p> <p><b>Tiempo aprox.:</b> 10 minutos.</p>
	<p><b>Parte final:</b> Relajamiento Contar un cuento breve. 5 minutos.</p>

**MES DE ENERO**  
**3° SEMANA**

<p><b>JUEVES</b></p> <p>Calentamiento: <b>Juego: Buenos días</b></p> <p><b>Objetivos didácticos:</b> -Manifiestar confianza en las propias posibilidades e interés por el progreso motriz. -Percibir distancias a personas y móviles y ajustar el movimiento de forma consecuyente. -Desarrollo de la velocidad.</p> <p><b>Material:</b> Sin material.</p> <p><b>Estrategia y organización:</b> Formar un círculo, un alumno corre por el exterior, toca a un compañero quien corre en sentido contrario a él, al encontrarse se detienen a saludarse y dicen ¡buenos días, buenos días!, corren nuevamente a ganar el lugar vacío.</p> <p><b>Reglas:</b> Se tienen que detener a saludarse, el que llegue primero al lugar vacío gana, el otro compañero escoge a otro jugador para correr.</p> <p><b>Tiempo aprox.:</b> 15 minutos.</p>	<p><b>Juego. El pañuelo</b></p> <p><b>Objetivos didácticos:</b> -Buscar soluciones motrices en actividades lúdicas cooperativas. -Participar en actividades y juegos de forma alegre y distendida. -Desarrollo de la velocidad y velocidad de reacción.</p> <p><b>Material:</b> Pañuelos.</p> <p><b>Estrategia y organización:</b> Los jugadores colocados en fila (frente a frente), separados a una distancia de cinco metros, se enumeran los extremos opuestos, el pañuelo se coloca a la mitad, el maestro menciona un número y salen corriendo a ganar el pañuelo, gana el equipo que acumule más pañuelos.</p> <p><b>Reglas:</b> Poner atención la nombrar el número, el que tome primero el pañuelo se lo lleva, si los dos llegan igual se repite, no se debe jalar o arrebatarse el pañuelo, gana el equipo que tenga más pañuelos.</p> <p><b>Tiempo aprox.:</b> 10 minutos.</p>
<p><b>Juego: Paraliza a quien lleva la pelota.</b></p> <p><b>Objetivos didácticos:</b> -Participar en un clima de respeto y cooperar con el grupo. -Buscar estrategias para dar respuesta a diferentes situaciones problema. -Desarrollo de la velocidad.</p> <p><b>Material:</b> Pelota de esponja.</p> <p><b>Estrategia y organización:</b> Formar dos equipos uno el perseguido y el otro el perseguidor con una base de anotación cada uno, el juego inicia cuando el profesor bota una pelota de esponja, quien atrapa la pelota corre a la base contraria para hacer una anotación (perseguido) si es tocado por un contrario que da inmóvil y lanza la pelota a un compañero para continuar el juego. El paralizado puede moverse cuando lo toca el que lleva la pelota.</p> <p><b>Reglas:</b> Anota un punto el equipo que toque la base contraria, el que es paralizado se puede mover cuando lo toque el que lleva la pelota</p> <p><b>Tiempo aprox.:</b> 10 minutos.</p>	<p><b>Juego: El recorrido divertido</b></p> <p><b>Objetivos didácticos:</b> -Aceptar al compañero independientemente de su nivel de destreza. -Buscar estrategias para dar respuesta a diferentes soluciones – problema -Desarrollo de la fuerza y la velocidad .</p> <p><b>Material:</b> cuerdas para saltar, llantas túnel y pelotas.</p> <p><b>Estrategia y organización:</b> El grupo se divide en dos equipos, cada equipo realiza el siguiente recorrido. Saltar la cuerda en un espacio de 8 metros, saltar las llantas en zigzag, jalar la llanta hasta la marca, rodar otra llanta hasta la marca y regresar botando la pelota. Hacer el cambio de relevo.</p> <p><b>Reglas:</b> Hacer el recorrido lo más rápido posible, no sale el siguiente relevo hasta que llegue el anterior, respetar los turnos, gana el equipo que termine primero de hacer el recorrido.</p> <p><b>Tiempo aprox.:</b></p>
	<p><b>Parte final:</b> Relajamiento cantamos “cuando tengas ganas de aplaudir” 5 minutos</p>

**MES DE ENERO**  
**4° SEMANA**

<b>MARTES</b>	
<p>Calentamiento.</p> <p><b>Juego: Transportar a un compañero.</b></p> <p><b>Objetivos didácticos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Aceptar al compañero independientemente de su nivel de destreza.</li> <li>-Mostrar una actitud cooperativa en las actividades lúdicas.</li> <li>-Desarrollo de la fuerza y flexibilidad.</li> </ul> <p><b>Material:</b> Dos bastones por equipo.</p> <p><b>Estrategia y organización:</b> El grupo se divide en equipos de tres, dos jugadores sostienen dos bastones a la altura de los hombros, el tercero se cuelga levantando las piernas mientras estos se desplazan en un recorrido de 5 metros, al llegar a la meta se alternan.</p> <p><b>Reglas:</b> Todos los compañeros deben de participar, si baja las piernas el compañero que trasladan vuelven a empezar. El equipo que termine primero gana.</p> <p><b>Tiempo aprox.:</b> 15 minutos</p>	<p><b>Juego: Las ollitas.</b></p> <p><b>Objetivos didácticos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Respetar y apreciar el trabajo de los compañeros.</li> <li>-Establecer relaciones de ayuda entre los miembros del grupo.</li> <li>-Desarrollo de la fuerza.</li> </ul> <p><b>Material:</b> Sin material.</p> <p><b>Estrategia y organización:</b> El grupo se divide en tercias, un jugador en posición de cuclillas, los otros dos lo sujetan de los brazos y lo transportan a un punto determinado, alternar al llegar a la meta establecida.</p> <p><b>Reglas:</b> Los jugadores deberán llegar hasta la meta para poder alternar, si en el transcurso bajan al compañero se regresan, gana el equipo que termine primero.</p> <p><b>Tiempo aprox.:</b> 10 minutos.</p>
<p><b>Juego: Voleibol con globo.</b></p> <p><b>Objetivos didácticos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Establecer relaciones de ayuda entre los miembros del grupo.</li> <li>-Buscar estrategias para dar respuesta a diferentes situaciones problema.</li> <li>-Desarrollo de la velocidad de reacción y flexibilidad.</li> </ul> <p><b>Material:</b> Globos.</p> <p><b>Estrategia y organización:</b> Marcar el área, formar equipos de seis jugadores, jugar voleibol con tres toques de globo por cada equipo y pasar al otro lado.</p> <p><b>Reglas:</b> solamente podrán hacer tres toques al globo y pasarlo al equipo contrario, si el globo toca el suelo es punto para el equipo contrario, si el globo sale del área de juego es punto para el contrario.</p> <p><b>Tiempo aprox.:</b> 10 minutos.</p>	<p><b>Juego: Voleibol con una pelota.</b></p> <p><b>Objetivos didácticos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Establecer relaciones de ayuda entre los miembros del grupo.</li> <li>-Buscar estrategias para dar respuesta a diferentes situaciones problema.</li> <li>-Desarrollo de la velocidad de reacción, fuerza y flexibilidad.</li> </ul> <p><b>Material:</b> balón de voleibol.</p> <p><b>Estrategia y organización:</b> Formar equipos de seis integrantes y organizar un tornea de cinco tantos a ganar dos de tres sets.</p> <p><b>Reglas:</b> Únicamente pueden tocar tres veces el balón para pasarlo al equipo contrario, si el balón toca el suelo es punto para el equipo contrario, si el balón sale del área de juego es punto para el contrario.</p> <p><b>Tiempo aprox.:</b> 10 minutos.</p>
<b>Parte final:</b> Relajamiento contar un cuento breve.	

## MES DE ENERO

### 4° SEMANA

<p><b>JUEVES</b></p> <p>Calentamiento. <b>Juego: Fútbol con escobas.</b></p> <p><b>Objetivos didácticos:</b> -Respetar los niveles individuales de destreza. -Desarrollar estrategias de comunicación dentro del grupo. -Desarrollo de la velocidad y fuerza.</p> <p><b>Material:</b> Una escoba por cada jugador y una pelota por grupo.</p> <p><b>Estrategia y organización:</b> Se forman equipos de seis integrantes, delimitar la cancha y poner las porterías. Jugar fútbol conduciendo y golpeando la pelota con la escoba, el portero detiene la pelota con la escoba, gana el equipo que anote más goles.</p> <p><b>Reglas:</b> No se permite usar pies o manos para meter goles o para pararlos, únicamente con la escoba, el equipo que anote más goles gana. Pueden jugar varios equipos simultáneamente en otras canchas.</p> <p><b>Tiempo aprox.:</b> 15 minutos.</p>	<p><b>Juego: Salto de conejo</b></p> <p><b>Objetivos didácticos:</b> -Valorar los efectos placenteros que proporcionan las actividades lúdicas cooperativas. -Realizar diferentes lanzamientos y recepciones en estático y en movimiento. -Desarrollo de fuerza y velocidad de reacción.</p> <p><b>Material:</b> Neumáticos .</p> <p><b>Estrategia y organización:</b> Se divide el grupo en tercias, dos compañeros frente a frente a tres o cuatro metros de distancia lanzan rodando una llanta mientras el tercero entre ellos debe saltar cada vez que pase, alternar con los demás jugadores.</p> <p><b>Reglas:</b> Todos los integrantes de la tercia tienen que saltar.</p> <p><b>Tiempo aprox.:</b> 10 minutos</p>
<p><b>Juego: Parejas disparejas.</b></p> <p><b>Objetivos didácticos:</b> -Coordinar acciones motrices con los compañeros. -Respetar al compañero independientemente del nivel de destreza que muestre. -Desarrollo de la velocidad y velocidad de reacción mediante el juego.</p> <p><b>Material:</b> Sin material.</p> <p><b>Estrategia y organización:</b> Todo el grupo trotando libremente por parejas, y a la señal de rojo todos deben estar boca abajo, amarillo seguir trotando y azul boca arriba, la pareja que realice los movimientos más lentos saldrá hasta que gane una pareja</p> <p><b>Reglas:</b> Al correr no se debe jalar a la pareja, los últimos en realizar los movimientos saldrán del juego.</p> <p><b>Tiempo aprox.:</b> 10 minutos.</p>	<p><b>Juego: La oruga.</b></p> <p><b>Objetivos didácticos:</b> -Mostrar confianza en los compañeros y disposición para cooperar con ellos. -Coordinar el movimiento con los compañeros en situaciones de interacción. -Desarrollo de la fuerza y flexibilidad.</p> <p><b>Material:</b> sin material.</p> <p><b>Estrategia y organización:</b> El grupo se divide en 4 equipos, formarán filas y deberán ir agarrados de los tobillos del compañero que tenemos delante. Desplazarse por el terreno sin romper la formación de oruga. Gana el grupo que consiga desplazarse mayor distancia sin que se rompa la fila.</p> <p><b>Reglas:</b> No soltar al compañero de adelante.</p> <p><b>Tiempo aprox. :</b> 10 minutos.</p>
	<p><b>Parte final :</b> Relajamiento contar adivinanzas 5 minutos.</p>