

REPÚBLICA BOLIVARIANA DE VENEZUELA
UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA EXPERIMENTAL LIBERTADOR
INSTITUTO PEDAGÓGICO RURAL GERVASIO RUBIO

**CARTILLA DIDACTICA PARA EL FORTALECIMIENTO DE LAS
CAPACIDADES COORDINATIVAS ESPECIALES EN LOS ESTUDIANTES
DE TERCERO Y CUARTO GRADO DE BÁSICA PRIMARIA DEL
COLEGIO CAMILO TORRES**

Rubio, julio de 2021

REPÚBLICA BOLIVARIANA DE VENEZUELA
UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA EXPERIMENTAL LIBERTADOR
INSTITUTO PEDAGÓGICO RURAL GERVASIO RUBIO

**CARTILLA DIDACTICA PARA EL FORTALECIMIENTO DE LAS
CAPACIDADES COORDINATIVAS ESPECIALES EN LOS ESTUDIANTES
DE TERCERO Y CUARTO GRADO DE BÁSICA PRIMARIA DEL
COLEGIO CAMILO TORRES**

Trabajo de Grado para optar al Grado de Magister en Educación Mención
Innovaciones Educativas

Autora: Yenny Alejandra Vásquez

Tutor: Dr. Rafael Pérez

Rubio, julio de 2021



**UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA EXPERIMENTAL LIBERTADOR
INSTITUTO PEDAGÓGICO RURAL "GERVASIO RUBIO"
SECRETARÍA**

A C T A

Reunidos el día viernes, dieciocho del mes de junio de dos mil veintiuno, en la sede de la Subdirección de Investigación y Postgrado, del Instituto Pedagógico Rural "Gervasio Rubio," los Ciudadanos: **RAFAEL PÉREZ (TUTOR)**, **OSCAR QUINTERO Y NEOVE PEÑALOZA**, Cédulas de Identidad Nros. V.- 9.148.229, V.- 11.114.865 y V.- 14.776.387, respectivamente, Jurados designados en el Consejo Directivo N° 525, con fecha del 22 de julio de 2020, de conformidad con el Artículo 164 del Reglamento de Estudios de Postgrado Conducentes a Títulos Académicos, para evaluar el Trabajo titulado: "CARTILLA DIDÁCTICA PARA EL FORTALECIMIENTO DE LAS CAPACIDADES COORDINATIVAS ESPECIALES DE LOS ESTUDIANTES DE TERCERO Y CUARTO GRADO DE BÁSICA PRIMARIA DEL COLEGIO CAMILO TORRES", presentado por la participante **VÁSQUEZ CABALLERO, YENNY ALEJANDRA**, Cédula de Ciudadanía N° CC.- 60.395.625 / Cedula de Extranjería N° E-84.611.919 / Pasaporte N° P.- AP767216 como requisito parcial para optar al título de **Magíster en Innovaciones Educativas**, acuerdan, por unanimidad de conformidad con lo estipulado en los Artículos 177 y 178 del Reglamento de Estudios de Postgrado de la Universidad Pedagógica Experimental Libertador el siguiente veredicto: **APROBADO, POR CONTRIBUIR AL FORTALECIMIENTO DE LA ENSEÑANZA DE LA EDUCACIÓN FÍSICA EN LA BÁSICA PRIMARIA EN ESTRATEGIAS INNOVADORAS**, en fe de lo cual firmamos.

DR. RAFAEL PÉREZ
C.I. N° V. - 9.148.229
TUTOR

DR. OSCAR QUINTERO
C.I. N° V. - 11.114.865

DRA. NEOVE PEÑALOZA
C.I. N° V. - 14.776.387

ÍNDICE GENERAL

	pp.
LISTA DE CUADROS.....	vii
LISTA DE GRÁFICOS.....	vii
RESUMEN.....	viii
INTRODUCCIÓN.....	1
CAPITULO	
I EL PROBLEMA.....	3
Planteamiento del problema.....	3
Objetivos de la investigación.....	11
Justificación.....	12
II MARCO TEÓRICO.....	15
Antecedentes.....	15
Bases teóricas.....	23
Bases legales.....	46
III MARCO METODOLÓGICO.....	52
Naturaleza de la investigación.....	52
Tipo y diseño de la investigación.....	53
Población y muestra.....	55
Técnica e Instrumento de Recolección de Datos.....	57
Procedimientos para la recolección de la información.....	58
Validez y confiabilidad.....	
Procedimientos y análisis de los datos.....	60
IV RESULTADOS.....	62
Análisis e Interpretación de Resultados.....	62
V CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.....	72
Conclusiones.....	72

LISTA DE CUADROS

Cuadros		pp
1	Operacionalización de variables	51
2	Distribución de la muestra.....	57
3	Dimensión estrategias didácticas.....	63
4	Dimensión estilos de enseñanza.....	66
5	Dimensión capacidades coordinativas especiales.....	69

LISTA DE GRÁFICOS

Gráficos		pp
1	Dimensión estrategias didácticas.....	64
2	Dimensión estilos de enseñanza.....	67
3	Dimensión capacidades coordinativas especiales.....	70

UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA EXPERIMENTAL LIBERTADOR
INSTITUTO PEDAGÓGICO RURAL GERVASIO RUBIO
Maestría en Innovaciones Educativas

**CARTILLA DIDACTICA PARA EL FORTALECIMIENTO DE LAS
CAPACIDADES COORDINATIVAS ESPECIALES EN LOS ESTUDIANTES
DE TERCERO Y CUARTO GRADO DE BÁSICA PRIMARIA DEL
COLEGIO CAMILO TORRES**

Autora: Yenny Alejandra Vásquez

Tutor: Dr. Rafael Pérez

Fecha: Junio 2021

RESUMEN

La educación física representa un área de aprendizaje que tiene una incidencia fundamental en el desarrollo integral de los niños y niñas en edad escolar, por tanto, debe ser facilitada por docentes preparados y capacitados que permitan a través de la práctica pedagógica el alcance exitoso de los objetivos; por consiguiente la presente investigación, tiene como propósito proponer una cartilla didáctica para el fortalecimiento de las capacidades coordinativas especiales en los estudiantes de tercero y cuarto grado de básica primaria del Colegio Camilo Torres. Metodológicamente, la investigación está ubicada dentro del paradigma cuantitativo, apoyándose en un estudio de carácter descriptivo, fundamentado en un diseño de campo, no experimental, bajo la modalidad de proyecto especial. La muestra objeto de estudio está conformada por un total de veinticinco (25) docentes de la mencionada institución objeto de estudio; la recolección de datos se llevó a cabo a través de la técnica de la encuesta y como instrumento la aplicación de un cuestionario. La validación de los instrumentos se realizó a través del juicio de expertos y la confiabilidad se determinó según el coeficiente de Alpha de Cronbach; utilizando la estadística descriptiva como técnica para el procesamiento, análisis e interpretación de los resultados.

Descriptor: Capacidades coordinativas especiales, estrategias didácticas, competencia motriz de la educación física, estilos de enseñanza.

INTRODUCCIÓN

El presente trabajo de investigación tiene por finalidad proponer una cartilla didáctica para el fortalecimiento de las capacidades coordinativas especiales en los estudiantes de tercero y cuarto grado de básica primaria del Colegio Camilo Torres ubicado en la ciudad de Cúcuta, Norte de Santander. Para el desarrollo de este trabajo es fundamental observar y describir las prácticas pedagógicas como el proceso que se desarrolla en el contexto del aula, en el que se pone de manifiesto determinadas relaciones desde las variables que orientan las acciones de investigación y la relación docente-conocimiento centrada en una sola dimensión, el fortalecimiento de la enseñanza de la Educación Física con el firme propósito de contribuir en la formación integral de cada uno de los estudiantes.

Este estudio investigativo se desarrolla teniendo en cuenta un paradigma positivista racionalista, guiado por el enfoque cuantitativo integrado, desde un diseño de campo, no experimental y por ende apoyada en una investigación descriptiva, conformando la ruta epistémica hacia el conocimiento con un carácter científico, abordando un objeto de estudio que hace referencia al proceso de enseñanza y aprendizaje de la educación física a través de estrategias didácticas que conlleven a fortalecer las capacidades coordinativas especiales acordes a los propósitos que se persiguen en dicha área, enfocada en prácticas pedagógicas efectivas, sustentadas en experiencias significativas de aprendizajes a través de una didáctica acorde a las necesidades de cada infante, atendiendo a sus particularidades.

Es por ello, que el problema de investigación que se aborda, se dirige a indagar acerca de cómo se está llevando a cabo la enseñanza de la Educación Física en la básica primaria del colegio Camilo Torres, específicamente en relación al proceso de desarrollo de las capacidades coordinativas especiales como competencia motriz del área, presumiendo que el docente debe tener el conocimiento adecuado sobre las estrategias didácticas que orienten su práctica pedagógica hacia los objetivos concretos, lo que motiva a proponer una cartilla didáctica compuesta por diversas estrategias que permitirán el mejoramiento del desempeño docente en favor del

estudiantado. Por lo tanto se busca favorecer el área de educación física, a través de una propuesta que pueda brindar herramientas para su aplicación encaminadas a consolidar un ambiente de aprendizaje constructivo y dinámico en la institución educativa ya mencionada.

En tal sentido, la investigación está estructurada en capítulos: El Capítulo I, en donde se presenta como primer punto el planteamiento del problema, seguidamente los objetivos del estudio, general y específicos necesarios para el desarrollo del trabajo y dar contestación a las interrogantes planteadas y la justificación e importancia de la investigación desde diferentes perspectivas; asimismo, el Capítulo II titulado: Marco Teórico, el cual comprende en primer lugar los antecedentes de la investigación en sus ámbitos internacional, nacional, regional, las bases teóricas que constituyen el soporte de la investigación, la instrumentalización jurídica (bases legales) y la operacionalización de variables.

Seguidamente, el Capítulo III titulado: Marco Metodológico comprende: la naturaleza y tipo de investigación, el método (paradigma), el nivel de investigación, diseño, población, muestra, técnicas e instrumentos de recolección de datos, técnicas de procesamiento y análisis de datos, validez y confiabilidad del instrumento. Asimismo, el capítulo IV, referido al análisis e interpretación de los resultados; el capítulo V, contempla las conclusiones y las recomendaciones; el capítulo VI, en el cual se presenta la propuesta; por último, se presentan las referencias utilizadas durante el desarrollo de la investigación y sus respectivos anexos.

CAPÍTULO I

EL PROBLEMA

Planteamiento del problema

La Educación Física comprende un proceso de carácter educativo, orientado a facilitarle a los individuos, las competencias expresadas en habilidades y destrezas que le conlleven a una mejor interacción en cada contexto de desenvolvimiento, otorgándole los elementos necesarios que le permitan expresarse a través del movimiento de forma eficaz, demostrando una aptitud física óptima y adaptada a sus necesidades y exigencias cotidianas; es decir, el área de educación física juega un papel importante en la formación integral del educando, preparándolo para su participación activa dentro de la sociedad a la cual pertenece; además, de contribuir en la adquisición de hábitos positivos hacia la actividad física en procura de la consolidación de su personalidad.

En tal sentido, la educación física como área de aprendizaje, está dirigida a incidir a través del movimiento en el desarrollo integral del educando, otorgándole progresiva y sistemáticamente un cúmulo de conocimientos, expresados en habilidades, destrezas y capacidades que le permitirán un mejor desenvolvimiento en sus acciones cotidianas al interactuar en su entorno de una manera eficiente. Al respecto, Ramírez (1999), hace referencia a la educación física como:

Parte orgánica de la educación general, el cual constituye un proceso pedagógico orientado a influir en el organismo humano, a través de los ejercicios físicos y las fuerzas naturales del medio circundante con la finalidad de robustecer la salud; educar y desarrollar las habilidades motrices; perfeccionar multilateralmente las manifestaciones morfológicas,

funcionales, morales y volitivas de ese organismo, en correspondencia con las exigencias que presenta la sociedad (p. 42)

Por consiguiente, el área de educación física se encarga de otorgarle al individuo las herramientas necesarias para poder enfrentar con solvencia las exigencias del medio que lo rodea, las cuales se hacen cada vez más exigentes, por tanto, a través de estrategias metodológicas preestablecidas, los docentes de dicha área deberán facilitar los aprendizajes significativos, direccionados al cabal cumplimiento de los contenidos que se persiguen y, por ende, la consecución de los respectivos objetivos o metas; de acuerdo a lo anterior, Arboleda (2007), añade:

La Educación Física, como parte integrante de la formación multilateral y armónica de la personalidad del individuo, constituye un proceso pedagógico encaminado al desarrollo de las capacidades del rendimiento físico del mismo sobre la base del perfeccionamiento morfológico y fundamental del organismo y el mejoramiento de sus habilidades motrices, la adquisición de conocimientos y el desarrollo de sus hábitos morales. (p. 44)

En atención a lo citado, la educación física permite el desarrollo de las capacidades fisiológicas del estudiante, adaptándolo a un mejor funcionamiento y precisión en sus respuestas ante los estímulos que se le presenten, por tanto, la formación en el contexto escolar se debe constituir en un verdadero proceso pedagógico, en donde se logre la consolidación de un conjunto de competencias que a la postre serán fundamentales para nuevas adquisiciones o aprendizajes más específicos.

Ahora bien, dentro de las competencias que se persiguen alcanzar a través de la educación física, la recreación y el deporte como área de aprendizaje en el contexto escolar colombiano, y atendiendo a la formación integral progresiva del ser humano en condición de aprendizaje, se encuentra la competencia motriz, como elemento específico sustentado en fundamentos antropológicos y pedagógicos en relación al cuerpo y al movimiento; es decir, la corporeidad; lo cual implica, la atención a la acción motriz del sujeto dentro de su contexto. En relación a lo planteado, el Ministerio de Educación Nacional (2010), define a la competencia motriz como:

la construcción de una corporeidad autónoma que otorga sentido al desarrollo de habilidades motrices, capacidades físicas y técnicas de movimiento reflejadas en saberes y destrezas útiles para atender el cultivo personal y las exigencias siempre cambiantes del entorno con creatividad y eficiencia. (p. 28)

En efecto, la competencia motriz esta direccionada a favorecer las acciones del estudiante que impliquen movimiento, otorgándole la confianza necesaria ante las exigencias del entorno al momento de actuar, en donde pueda manifestar capacidades optimas en cada ejecución, con armonía, efectividad, sentido y consciencia; es decir, demostrar sus habilidades y destrezas en situaciones específicas requeridas, propias de su interacción en los diversos contextos de desenvolvimiento. Es por ello, que resulta necesario el desarrollo óptimo de la competencia motriz desde edades tempranas, otorgando al alumno experiencias significativas de aprendizaje de manera progresiva con tendencia a la consolidación de patrones motrices eficaces; y es allí, que la educación física debe intervenir de manera adecuada e influyente en la formación de este tipo de competencias tan importantes para el individuo en el transcurso de su vida.

De acuerdo con las consideraciones anteriores, la educación física reviste su importancia en la formación del individuo; orientada hacia el desarrollo de las capacidades y habilidades motrices de cada estudiante atendiendo a sus particularidades, profundizando en la adquisición de competencias con referencia al cuerpo y a la conducta motriz. Por consiguiente, es esencial el desarrollo motriz desde edades tempranas para crear las bases físicas necesarias para la adquisición de nuevos conocimientos y dar paso al fortalecimiento de las capacidades físicas las cuales van a constituir el conjunto de posibilidades en la correcta ejecución de cualquier exigencia o tarea que implique movimientos, dichas capacidades son particulares de cada individuo y van ligadas al nivel de desarrollo en que se encuentra, tomando en cuenta la adquisición de las mismas por la vía innata y por la adquirida a través del proceso de enseñanza aprendizaje.

En este orden de ideas, es preciso señalar que dentro el conjunto de aspectos que engloban a la competencia motriz, se encuentran las capacidades coordinativas,

las cuales son fundamentales para el desarrollo integral de los niños en edad escolar, ya que están en estrecha relación con la mayoría de acciones motoras que realiza persona en su cotidianidad y representan la base de los patrones básicos de movimiento; al respecto, la coordinación motriz según Hernández y Velásquez (2004), consiste en “la capacidad de ordenar y organizar las acciones motrices orientadas hacia un objetivo determinado, integrando una serie de factores que contribuyen en la realización adecuada de los movimientos” (p. 110)

De acuerdo con lo anterior, se puede aseverar que todo movimiento que realiza el ser humano requiere de ciertas capacidades coordinativas como requisito indispensable para su ejecución precisa y armoniosa, dándole una calidad óptima a dicho acto, como respuesta precisa a cualquier estímulo percibido a través de los sentidos; es decir, las capacidades coordinativas representan para el individuo la posibilidad de ejecutar de la manera más exacta y precisa posible, las acciones motoras de acuerdo a cada exigencia que se le presentan; por tanto, deben ser adquiridas y desarrolladas desde los primeros años de educación, permitiendo fortalecerlas y abriendo pasos progresivos para nuevos aprendizajes más especializados.

En efecto, en la edad escolar y dentro del área de educación física se busca desarrollar las capacidades coordinativas, haciendo énfasis en los primeros grados educativos a las capacidades coordinativas especiales, las cuales, según Bequer (2000), guardan relación con “la orientación, equilibrio, ritmo, anticipación, diferenciación, y coordinación” (p. 39), dichas acciones se encuentran presentes en los movimientos habituales de los niños, siendo preciso desarrollarlas a través de alternativas de aprendizajes, propuestas desde las prácticas pedagógicas por los docentes de cada uno de los grados de la básica primaria durante las clases de educación física.

A lo largo de las consideraciones anteriores, se han esgrimido aspectos puntuales que resaltan el deber ser de la presente investigación, resaltando al área de educación física, a la competencia motriz y las capacidades coordinativas especiales, englobadas en el contexto educativo en donde la intervención del docente es

fundamental para lograr la efectividad del proceso de enseñanza aprendizaje, específicamente en los primeros grados de la educación considerada como básica, sustentado en prácticas pedagógicas acordes a los propósitos que se persiguen y con ello, contribuir de manera efectiva en el desarrollo y formación integral de los educandos.

En tal sentido, es oportuno señalar que los docentes de aula deberán contar con las competencias necesarias para poder llevar a cabo una labor pedagógica eficiente en lo que concierne a la educación física, contar con los conocimientos y experiencias pertinentes a los contenidos a desarrollar y, apegados a prácticas pedagógicas motivantes, con estrategias didácticas y metodológicas preestablecidas y orientadas a los objetivos que se proponen a alcanzar. Lo anterior conlleva, a que el docente en su afán por cumplir acertadamente con su labor pedagógica, deberá acudir a diversos métodos que contribuyan a facilitarle dicha labor, presentando a sus alumnos alternativas de movimiento apegadas a sus intereses y motivaciones, pero, encausadas en objetivos claros y precisos, los cuales deben ser sometidos a constantes controles o valoraciones con el fin de determinar su alcance o viceversa; para ello, se requiere de docentes capacitados, con un alto nivel de compromiso con la práctica educativa y poder contribuir a una verdadera formación de sus estudiantes desde las clases de educación física.

En este orden de ideas, cabe señalar a Solórzano (2007), quien sostiene que, “la educación física requiere que sea enseñada por especialistas idóneos, que utilicen estrategias valederas para lograr eficiencia en sus practica” (p. 17). En efecto, el docente debe estar preparado profesionalmente para ofrecer aprendizajes significativos, y los estudiantes logren verdaderos avances en el rendimiento y desarrollo de sus capacidades; en este caso, en las capacidades coordinativas especiales como base para el desarrollo progresivo de acciones motrices más complejas.

De allí surge la motivación por asumir un estudio investigativo en la institución educativa Camilo Torres de las ciudad de Cúcuta, Norte de Santander, en donde el panorama que se percibe en torno a los docentes que cumplen labores pedagógicas en

el área de educación física, recreación y deporte de la básica primaria no es el más favorable, ya que presumiblemente no cuentan con la capacitación adecuada en estrategias didácticas para fortalecer la enseñanza de dicha área, específicamente en relación a las capacidades coordinativas especiales como competencia motriz, enmarcada en las Orientaciones Pedagógicas para la Educación Física, Recreación y Deporte, emanadas por el Ministerio de Educación Nacional.

En cuanto a lo anterior, es preciso señalar que en el sistema educativo colombiano los primeros grados no cuentan con especialistas en el área de educación física, asumiendo tal responsabilidad los docentes de aula, los cuales en su mayoría no cuentan con la capacitación o competencias indispensables para tal responsabilidad. Por consiguiente, estas posibles carencias del cuerpo docente han desencadenado una falencia en el desarrollo de las capacidades coordinativas especiales de los niños que incide de manera significativa en su formación integral; observando a estudiantes con dificultades para mantener el equilibrio y la coordinación en sus movimientos habituales dentro de unas clases monótonas y con actividades que parecieran no contar con una planificación direccionada a favorecer las competencias coordinativas especiales. Al respecto el Ministerio de Educación Nacional (1996), señala:

Es importante tener en cuenta, que, en la mayoría de instituciones del país, la responsabilidad de la educación física corresponde al profesor de aula, por lo cual debe considerarse la necesidad de una profundización en el área, tanto en los programas de formación permanente de docentes, como en su formación en las escuelas normales y universidades. La educación física infantil no puede dejarse a la espontaneidad del movimiento del niño, pues éste requiere formar sus potencialidades a través de procesos dirigidos pedagógicamente y adecuados a sus necesidades. (p. 24)

En concordancia con lo anterior, en la institución educativa objeto de estudio, es común observar a los niños estudiantes de la básica primaria participando en juegos de libre elección, corriendo detrás de una pelota, reflejando la falta de un adecuado equilibrio como base de sustento postural de las habilidades básicas motrices, demostrando en ocasiones, dificultades en la ejecución de tareas motoras que impliquen desplazamientos, así como también, descoordinación en los

lanzamientos y recepciones, además, de hacer notorio la poca participación activa de los docentes en las actividades que desarrollan los niños, aunado a la carencia de estrategias didácticas partiendo desde lo lúdico, de la planeación correcta para la edad, repercutiendo en el desinterés de los niños por las actividades de calentamiento y estiramiento tradicional; en fin, es notoria la carencia de una metodología adecuada para el desarrollo de las clases del área de educación física.

El anterior señalamiento, a juicio de la autora, representa una problemática que se debe atender lo antes posible ya que se estaría en cierto modo, privando a los niños y niñas de la básica primaria de la mencionada institución educativa, de adquirir la competencia motriz, con tendencia a un inadecuado desarrollo integral, al no contar con las habilidades y destrezas motoras tan esenciales y necesarias en esta etapa del desarrollo evolutivo infantil; en relación a ello, el Ministerio de Educación Nacional (2010), sostiene que “el estudiante es competente en la acción motriz cuando estructura su motricidad, desarrolla su condición física y utiliza técnicas del cuerpo y del movimiento en diversos contextos” (p. 32); sin embargo, se ha podido evidenciar en los estudiantes un bajo desarrollo en cuanto a sus capacidades coordinativas especiales como lo son; el equilibrio, la orientación, la reacción, el ritmo, la adaptación, el acoplamiento o sincronización, la reacción entre otras; trayendo consigo una inadecuada preparación y fundamentación al ingresar a la básica secundaria.

A tal efecto, de no presentarse una solución o atención inmediata a la situación problemática planteada, se seguirá observando a niños y niñas de la básica primaria con limitaciones en sus capacidades coordinativas especiales, los cuales seguirían incrementando sus dificultades en las etapas educativas subsiguientes, ya que, al no contar con una fundamentación básica en relación a la competencia motriz, les costará adquirir nuevos conocimientos en cuanto a destrezas más específicas.

En atención a los argumentos planteados, es preciso virar la mirada hacia las prácticas pedagógicas de los docentes, quienes pueden conocer la estructura curricular del programa de educación física junto a los contenidos que se plantean de

acuerdo con el grado escolar, pero, pareciera que no se posee la preparación ni la didáctica adecuada para orientar el proceso de enseñanza aprendizaje en los alumnos sin la orientación precisa hacia la consecución de los objetivos programáticos; es por ello, que el MEN (2010), plantea lo siguiente:

A partir de un interés o motivación significativa de los estudiantes, el maestro puede generar diversas propuestas formativas que atiendan aspectos motrices, expresivos o valorativos. Esto quiere decir que las competencias específicas para el área de Educación Física, Recreación y Deporte y las competencias básicas se presentan como fundamentos de propuestas pedagógicas que responden a intereses y necesidades de los estudiantes, en el marco de diferentes proyectos educativos del área y de la institución (p. 49)

De acuerdo con lo anterior, el docente de la básica primaria deberá contar con una acertada práctica pedagógica sustentada en estrategias didácticas efectivas y direccionadas al logro de los propósitos planteados en el área de educación física, es por ello, que a través del presente estudio investigativo se pretende diseñar una cartilla didáctica dirigida a los docentes para fortalecer las capacidades coordinativas especiales como competencia motriz de la educación física en los estudiantes, en donde puedan contar con estrategias innovadoras y adaptadas a cada uno de los grados atendiendo a sus particularidades y en donde prevalezca el sentido lúdico como componente motivador; con ello, se podría estar contribuyendo de una manera significativa a elevar el nivel de enseñanza de dicha área, aportando al desarrollo integral del educando bajo una formación sustentada en bases sólidas con proyección a su prosecución en los grados superiores.

En consecuencia, a través de la investigación se intentará dar respuesta a las siguientes interrogantes que se formulan: ¿Cuáles estrategias utilizan los docentes para el fortalecimiento de las capacidades coordinativas especiales en los estudiantes de tercero y cuarto grado de básica primaria?, ¿Cuáles estrategias didácticas pueden contribuir para el fortalecimiento de las capacidades coordinativas especiales desde las clases de educación física en tercero y cuarto grado? y ¿Cómo se podrá diseñar una cartilla didáctica dirigida a los docentes para para el fortalecimiento de las

capacidades coordinativas especiales en los estudiantes de tercero y cuarto grado de básica primaria del Colegio Camilo Torres?.

Objetivos de la Investigación

Objetivo General

Proponer una cartilla didáctica para el fortalecimiento de las capacidades coordinativas especiales en los estudiantes de tercero y cuarto grado de básica primaria del Colegio Camilo Torres.

Objetivos Específicos

Diagnosticar las estrategias didácticas que utilizan los docentes para el fortalecimiento de las capacidades coordinativas especiales en los estudiantes de tercero y cuarto grado de básica primaria.

Identificar las estrategias didácticas para el fortalecimiento de las capacidades coordinativas especiales desde las clases de educación física en tercero y cuarto grado.

Diseñar una cartilla para el fortalecimiento de las capacidades coordinativas especiales en los estudiantes de tercero y cuarto grado de básica primaria del Colegio Camilo Torres.

Justificación e Importancia

El área de educación física, recreación y deporte desde los primeros grados educativos, debe estar facilitada por docentes capacitados, convencidos de la importancia de sus tareas y, dados de manera integra a la formación acertada de sus estudiantes; de tal modo que su preparación le permita utilizar estrategias didácticas adecuadas a las diferentes etapas del desarrollo del niño en atención a las particularidades de cada uno de los grados del primero al quinto, comprendiendo y aplicando los principios pedagógicos de la educación física, a las orientaciones pedagógicas emanadas por el Ministerio de Educación Nacional, y aceptando que cada niño representa un ser único, con características particulares que lo diferencia de los demás, y, entender que las competencias motrices son una situación de aprendizaje que debe ser atendida y orientada a cada niño para que poco a poco vaya adquiriendo su perfeccionamiento progresivo en torno a sus capacidades coordinativas especiales, las cuales son esenciales para adquirir nuevos aprendizajes en los niveles inmediatamente superiores en el contexto escolar.

Es decir, se busca que por medio de la educación física se alcance la formación global del educando a través de estrategias didácticas físicas recreativas, que contribuyan a alcanzar los conocimientos, habilidades, destrezas, actitudes y hábitos necesarios, que le permitan mejorar sus condiciones de vida y salud, así como disfrutar y valorar las posibilidades del movimiento como medio de enriquecimiento

y disfrute personal y de relación con los demás desde muy temprana edad y como base fundamental que sustente su accionar por el resto de su vida, como un individuo competente.

A través del presente estudio se pretende intervenir de la mejor manera en el proceso de enseñanza aprendizaje, mediante estrategias didácticas planificadas, dirigidas y orientadas al fortalecimiento de las capacidades coordinativas especiales como competencia motriz de la educación física en los estudiantes de la básica primaria del Colegio Camilo Torres, en donde las practicas pedagógicas adquieran un sentido dinámico, lúdico, motivador, que vaya en beneficio de los actores del proceso educativo, proporcionando herramientas adecuadas para los docentes relacionadas específicamente a los contenidos programáticos que conlleven al desarrollo y adquisición de competencias motrices, en donde las capacidades coordinativas especiales sean un factor determinante para el logro de los propósitos establecidos; apegado a la formación integral del individuo, apto, sano y capaz de convivir e interactuar en una sociedad.

Desde el punto de vista teórico la investigación se justifica, puesto que los antecedentes y bases teóricas consideradas pudieran servir de referencia a otras investigaciones que aborden la temática planteada, ya que se accedió a fuentes de primer orden en cuanto a autores de renombre en cada aspecto alusivo al objeto de estudio, realizando planteamientos dignos de consideración tanto para la presente investigación como para las que se realicen en el futuro. Es decir, teóricamente la investigación, se justifica en el hecho de que se utilizan y se accede a diversos recursos y fuentes impresas y digitales, para tener una visión y un conocimiento completo y exacto sobre la realidad existente en el recinto educativo considerado para la investigación. Abordando teorías y constructos inherentes al problema, lo cual permitirá tener al alcance, diversas posturas y materiales pedagógicos, que facilitaran el abordaje exacto del problema planteado, tomando como base de trabajo los elementos característicos que circundan el objeto de estudio.

En cuanto al aspecto metodológico, se justifica la investigación, pues el instrumento a utilizar para recoger la información, como los resultados y análisis de

la misma, pudieran ser utilizado por otros investigadores que aborden temáticas similares. En tal sentido, se considera que la investigación contiene una justificación metodológica sustentable, ya que se pretende diseñar un instrumento para medir la variable de estudio, tomando en consideración la naturaleza de la misma apegado al paradigma cuantitativo con un diseño de campo y naturaleza descriptiva. Es necesario mencionar que se elaborará de manera meticulosa un cuestionario como instrumento factible y preciso para recolectar la información directamente de los sujetos de estudio como lo son los docentes de la básica primaria institución, para luego realizar el análisis estadístico respectivo.

En cuanto a lo práctico, cabe señalar que los niños pertenecientes a la básica primaria, se beneficiaran en su formación educativa, partiendo de unas clases de educación física con una metodología novedosa, con actividades didácticas a través de estrategias motivadoras aplicando los contenidos apropiados, incidiendo así en un desarrollo integral acorde a sus necesidades en atención a la edad y dejando un interés por la actividad física como hábito para su vida y su entorno. Esta acción investigativa es de fundamental importancia, porque es una alternativa que posibilita un aporte significativo que va a coadyuvar a fortalecer las capacidades coordinativas especiales como competencia motriz de la educación física.

Asimismo, se justifica el presente estudio en función de que la investigación pretende diseñar una cartilla didáctica dirigida a los docentes y fundamentada en estrategias preestablecidas orientadas al desarrollo de las capacidades coordinativas especiales en los estudiantes de la básica primaria, la cual, se espera que vaya a favorecer la práctica docente, capacitándolos y motivándolos en su accionar diario en pro de una educación física de nivel, adaptada a las necesidades de los educandos, respetando sus intereses y características individuales.

Por último, en el ámbito social, se estaría contribuyendo a la adecuada formación de los infantes desde tempranas edades, preparándolos para un mejor desenvolvimiento en las etapas subsiguientes a su desarrollo y por ende en su entorno. Lo anterior, deja claro la importancia y justificación del presente estudio resaltando los aportes al proceso de enseñanza aprendizaje de la educación física ya

que las estrategias ofrecidas pretenden mejorar la práctica pedagógica de los docentes que laboran en la básica primaria, no solo de la institución en cuestión, sino que puede proyectarse a otras instituciones educativas.

Es de agregar que el presente estudio quedará en los registros de la Línea de Investigación Pedagogía Motriz y Ciencias Aplicadas a la Actividad Física, del Núcleo Educación en Movimiento del Instituto Pedagógico Rural Gervasio Rubio, de la Universidad Pedagógica Experimental Libertador, con la intención de contribuir a fortalecer el conocimiento científico del área de educación física desde la maestría en innovaciones educativas.

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

Antecedentes de la Investigación

Los antecedentes de la investigación representan una exploración de trabajos previos sobre la problemática estudiada, tomados como marco referencial. Es por ello, que se pretende hacer una breve descripción de algunos trabajos de investigación en diversos ámbitos que guardan relación con el objeto de estudio abordado. Desde esta perspectiva se detallaran estudios de corte internacional, nacional y local, en aras de dar la fundamentación teórica a cada uno de los planteamientos que se gestan en la investigación, y poder dar pie a la construcción de conclusiones sólidas; entre los antecedentes se presentan los siguientes:

En el Ámbito Internacional, se debe citar en primer término, a Ordúz (2018), quien desarrollo un trabajo de investigación presentado ante la Universidad Pedagógica Experimental Libertador, en Venezuela, la cual lleva como título, “Estrategias didácticas dirigidas a los docentes de educación física para favorecer el desarrollo de las capacidades coordinativas de los educandos, en el subsistema de

educación inicial de los Simoncitos Bolivarianos del municipio Junín”. Partiendo de que la educación física como área de aprendizaje enfocada hacia la formación integral del ser, deberá promover la adquisición y desarrollo de los aspectos motrices a través de estrategias didácticas adecuadas a la evolución, maduración y crecimiento de los educandos.

En relación a la metodología, el estudio asumió una investigación de campo de carácter descriptivo, bajo la modalidad de proyecto especial, enmarcada en los lineamientos del paradigma cuantitativo. La muestra como unidad de análisis fue conformada por los docentes de educación física que laboran en los Centro de Educación Inicial Simoncito Bolivariano del municipio Junín., la recolección de datos se efectuó a través de la técnica de la encuesta, y como instrumentos la aplicación de un cuestionario el cual fue validado a través del juicio de expertos y la confiabilidad se determinó según el coeficiente de Alpha de Cronbach. Ruta epistémica seleccionada para dar respuesta al objetivo general el cual consistió en proponer estrategias didácticas dirigidas a los docentes de educación física para el desarrollo de las capacidades coordinativas de los educandos.

La investigación llegó a la conclusión que los docentes especialistas poseen escaso conocimiento para poder desarrollar estrategias didácticas innovadoras donde se emplee los métodos globales de enseñanza, enfocados a favorecer el desarrollo de las capacidades coordinativas de sus educandos; evidenciando que solo emplean los métodos deductivo e inductivo en algunos casos, obviando los otros métodos que también pueden ser utilizados, por lo tanto, deben acrecentar sus competencias metodológicas para desarrollar estrategias que orienten su labor pedagógica, entendiendo, que la creación innovadora de estrategias didáctica como un conjunto de actividades dirigidas al mejoramiento de las capacidades coordinativas en los niños y niñas en la educación inicial poseen gran importancia en el proceso de promoción del aprendizaje significativo.

Rojas (2017), quien desarrolló un Trabajo Especial de Grado de Maestría titulado: Estrategias Didácticas en la construcción del conocimiento de las capacidades físicas condicionales. Trabajo presentado ante la Universidad Central de

Venezuela. Caracas. La cual tuvo como propósito determinar la influencia de la práctica con estrategias didácticas en la construcción del conocimiento de las Capacidades Físicas en la Escuela Básica del Municipio Trujillo. Teóricamente, se sustentó en los planteamientos de Díaz y Hernández (2016), Carretero (2017) y Pozo (2017). Señalando que las estrategias didácticas no solo tiene un interés académico, formal y teórico, sino que también posee un interés práctico social, de ayuda a los procesos de enseñanza aprendizaje y de búsqueda de soluciones a los problemas de formación intelectual, social y afectiva de los alumnos, futuros motores de la sociedad.

El estudio se orientó bajo el paradigma positivista, debido a que las variables son abordadas desde una perspectiva cuantitativa, relacionando la medición a través de instrumentos cuantitativos, que permitieron el procesamiento estadístico de los datos. El tipo de investigación que se utilizó para determinar la influencia de la práctica con estrategias didácticas en la construcción del conocimiento de las capacidades físicas, correspondió a un estudio de campo con un diseño no experimental, correlacional. La población objeto de estudio estuvo constituida por 34 docentes de aula y 769 alumnos de la primera y segunda etapa de Educación Básica, de las escuelas que se encuentran ubicadas en la Parroquia Chiquinquirá del Municipio Trujillo, Estado Trujillo. Para la muestra se tomó la población total de docentes (34), por considerarse accesible por su tamaño y función, constituyéndose en una muestra censal. Para calcular la muestra de alumnos se aplicó la fórmula de universos finitos de Sierra quedando constituida por 345 alumnos de las diferentes instituciones objeto de estudio.

Este aporte se convierten en un factor fundamental para la propuesta investigativa ya que permiten situar al investigador en un punto concreto con relación a las prácticas con estrategias didácticas que deben utilizar los docentes para promover la construcción del conocimiento de las competencias motrices así como generar líneas de acción que permitan salir de una enseñanza de tipo tradicional a otra con un mayor sentido crítico y comprensión del conocimiento científico con el fin de

permitir el desarrollo de experiencias significativas propias en la enseñanza de la Educación Física.

Asimismo, Rivera (2015), quien llevó a cabo una investigación en España, con el título de “Diseño de pruebas motrices coordinativas hacia la autoevaluación en educación física”; dicho trabajo de investigación tuvo como objetivo general diseñar pruebas motrices básicas para valorar prioritariamente la capacidad coordinativa en individuos de 6 a 12 años de edad. Estudio que centró su interés en la evaluación de las capacidades motrices en la Educación Física, Educación Motriz o Educación por el Movimiento; asumiendo que las estructuras coordinativas maduran extraordinariamente a partir de aproximadamente los 5-6 años y su desarrollo más exhaustivo se produce hasta los 11-12 años; siendo por ello de vital importancia el estimular preferencialmente su optimización durante las edades más tempranas.

Metodológicamente, el estudio se desarrolló siguiendo los procedimientos experimentales, aplicando test físicos para valorar las capacidades coordinativas en grupos de niños entre los 6 y 12 años de edad, aplicando protocolos de administración de los test, además de mediciones morfológicas del peso, altura y envergadura. Se administró un cuestionario de experiencia motriz a todos los sujetos participantes en el estudio, donde se apuntaba su historial sobre el tipo y nivel de práctica deportiva, así como su dedicación a las mismas, así como también de las sesiones de educación física que realizaban en sus centros escolares. Es de agregar que fue necesario realizar a modo de ensayo general, un pre-test de los tests morfológicos, del cuestionario de experiencia motriz y de cada uno de los tests diseñados. El ensayo de los tests diseñados tuvo como objetivo analizar y proponer posibles modificaciones para la mejora en cada test.

Entre las conclusiones del estudio, se pudo determinar que desde una concepción de la educación motriz planteada, los tests facilitan el proceso de autoevaluación del alumno optimizando así su autoconocimiento como eje básico de la auto-estructuración personal. Además, pueden ser utilizados como sistema de valoración del profesor para una mejor planificación de los contenidos. Proponiendo implementar estos tests unas dos veces al año, al principio de cada curso y

posteriormente durante el último trimestre, como complemento global de las distintas auto-evaluaciones parciales desarrolladas diaria y periódicamente. Las tareas que componen los tests, son también una base para el diseño y estructuración de nuevas tareas de desarrollo de los diferentes contenidos motrices coordinativos como los más relevantes, junto a los perceptivos, en las primeras edades.

El presente antecedente guarda relación con la investigación al valorar las capacidades coordinativas como fundamental para la educación motriz dentro del área de aprendizaje de educación física, recreación y deporte, y poder determinar a través de pruebas fundamentadas en test el nivel de desarrollo en que se encuentra cada uno de los estudiantes evaluados; con ello, el docente podrá visualizar de una manera objetiva tanto las fortalezas como las debilidades de acuerdo a los resultados y poder realizar una planificación acorde a las necesidades de dichos estudiantes.

En el contexto nacional, es preciso señalar a Solarte (2018), quien desarrolló una investigación titulada “Diseño de una propuesta de evaluación para los aprendizajes desde la clase de educación física en el itd Julio Flórez”, como trabajo de grado de maestría ante la Universidad Externado de Colombia, Facultad de Educación. Estudio investigativo que se inicia para elaborar una propuesta evaluativa que permita fundamentar teóricamente los procesos de enseñanza y evaluación de los aprendizajes a través de la competencia axiológica corporal.

La metodología empleada corresponde a una investigación bajo el paradigma cualitativo, desde el enfoque hermenéutico, pues busca interpretar las relaciones que existen entre el sistema de evaluación por competencias y los procesos de aprendizaje en la práctica educativa de la educación física en el ITD Julio Flórez; se desarrolló a partir de la combinación de dos tipos de investigación: descriptiva y proyectiva. La unidad de análisis estuvo representada por los profesores que imparten la educación física, así como también por estudiantes de la institución antes mencionada; utilizando para la recolección de la información un cuestionario, el grupo focal y el análisis documental. Para el análisis de la información que se recolecto con los instrumentos, se emplearon fichas de análisis diseñadas por el autor en el programa

Microsoft office Excel, de acuerdo a codificadores previamente definidos durante el diseño de cada instrumento, ajustados al culminar su aplicación.

Entre las conclusiones se determinó, que se debe elaborar una propuesta evaluativa flexible que implica desarrollar los conocimientos específicos que permiten al profesor durante las clases de educación física ajustar la evaluación al contexto y a las condiciones de los diferentes grupos e individualidades en los estudiantes, dándoles referencias sobre su propia condición y mostrándole las pautas para mejorar, conduciéndoles a un proceso de enseñanza aprendizaje motivante y con mayor sentido y significado.

Asimismo, Quiroga (2016), realizó una investigación con el título de “Programa de educación física orientado desde las competencias: motriz, expresivo corporal, axiológica y ciudadanas”, trabajo que se presenta ante la Universidad Libre de Colombia en Bogotá. Estudio motivado a que desde las primeras etapas de desarrollo del hombre se exige que este deba tener un dominio básico de su cuerpo, para de esta manera adaptarlo a un entorno el cual va permitir desenvolverse favorablemente, por eso es la importancia de trabajar las competencias básicas de la educación física, axiológica corporal, motriz, expresiva corporal y ciudadana, facilitando el desarrollo del niño en cada una de ellas.

En tal sentido, y en procura de lograr el objetivo de determinar la incidencia del programa orientado a integrar la competencia motriz, expresiva corporal, axiológica corporal y ciudadanas para el primer ciclo ITI Francisco José De Caldas jornada mañana, se empleó una metodología amparada en el enfoque cualitativo bajo un método de investigación evaluativo porque este permite aceptar cambios y admite evaluar y analizar los logros alcanzados, los resultados obtenidos así como aquellos no conseguidos en el contexto que se trabaja

Se concluye que los criterios de evaluación de cada una de las categorías de la competencia motriz: desarrollo motor, técnicas de movimiento y lúdica motriz, fueron pertinentes para la evaluación del proceso de los estudiantes del ITI francisco José de Caldas. Además, el colegio cuenta con un programa de educación física, pero no tiene todas las dimensiones a trabajar, no se tiene en cuenta por los docentes, y las

dificultades o falencias que presentan los estudiantes en la competencia motriz, nunca los mencionan en el programa que ya tiene el colegio, con el análisis de los resultados de los criterios es evidente la falta de un buen desarrollo del programa en la competencia motriz. Finalmente. Se llegó a la conclusión que formar a los niños en la competencia motriz ayuda en el desarrollo motor que debe ser constante para el perfeccionamiento diario, porque ayuda en las habilidades perceptivas (corporalidad, ubicación espacio temporal, lateralidad, coordinación, equilibrio y ritmo).

En el ámbito regional o local, se destacan Piedras Berrio y Torres Paredes (2017) en su Trabajo Especial de Grado de Maestría titulado: Concepciones de los docentes de Educación Física sobre Estrategias Didácticas y su desarrollo en las prácticas de aula. Universidad Francisco de Paula Santander. Cúcuta-Colombia. La investigación realizada es una investigación cuantitativa de tipo descriptivo, plantea la importancia de que actualmente la educación física, demanda procesos de formación didáctica en los docentes que promuevan el desarrollo de estrategias, para enfrentar el mundo cambiante. Desde un enfoque empírico positivista y constructivista, en la dimensión de un estudio de caso múltiple de seis docentes en los diferentes niveles de enseñanza de los municipios de Cereté y San Carlos del Departamento del Norte de Santander, se enmarcó en la necesidad de identificar las concepciones de los docentes acerca de las estrategias didácticas; como también caracterizar los referentes conceptuales, metodológicos y didácticos que guían las acciones de los docentes, en torno al desarrollo de estrategias didácticas en el mejoramiento de la enseñanza de la educación física.

Se resalta la importancia de la investigación para la presente propuesta ya que brinda un enfoque más claro acerca de la necesidad de que los docentes de educación física desarrollen en los educandos competencias motrices que les permitan poner en práctica los conocimientos adquiridos en los diferentes contextos de desenvolvimiento.

Igualmente en el ámbito regional, figura un Trabajo de Maestría ejecutado por Sequera (2018) el cual tiene por título: Diseño de un Programa de Capacitación sobre Estrategias Didácticas para fortalecer la enseñanza y aprendizaje de la Educación

Física en los estudiantes de 4to grado del Colegio La Salle. Universidad de Pamplona Villa del Rosario. La presente investigación tiene como finalidad presentar a los docentes un programa de formación sobre estrategias didácticas para fortalecer la enseñanza y aprendizaje de la educación física. La investigación es del tipo descriptiva, de campo con un diseño en la modalidad de proyecto factible.

La población estuvo conformada por treinta y dos (32) docentes, como muestra se consideró la misma población objeto de estudio. Se utilizó la encuesta como técnica de recolección de la información y como instrumento el cuestionario estructurado por 20 ítems de repuestas cerradas, cuyos indicadores responden a las variables y objetivos planteados, el mismo fue aplicado a docentes de educación física. Para la validez del instrumento se utilizó la técnica de juicios de expertos en relación a criterios de contenido, pertinencia y redacción; así mismo para el cálculo de la confiabilidad se aplicó el procedimiento estadístico el alfa de Cronbach arrojando un valor de 0,97, lo cual indica alta correlación de la información. Los resultados derivados del diagnóstico permitieron concluir que los docentes durante su praxis pedagógica no aplican estrategias didácticas que fomente la construcción del conocimiento por parte de las y los estudiantes, limitándose a una enseñanza tradicional, por lo que se hace necesario proponer un programa de capacitación en estrategias didácticas dirigida a fortalecer el proceso de enseñanza y aprendizaje de la Educación Física.

El estudio presentado anteriormente, constituye un aporte apreciable para la investigación, puesto que al elaborar el curso de capacitación a los docentes para una planificación y uso de estrategias didácticas, conlleva al docente a transformarse en un investigador activo y así proporcionar a las y los estudiantes un aprendizaje significativo, motivador y creativo, capaz de generar su participación en la construcción de conocimientos generales.

Bases Teóricas

Enseñanza de la Educación Física

Al hacer referencia sobre la educación física es necesario acudir a diversos autores para poder conocer diferentes posturas y con ello abarcar el abanico de conocimientos teóricos ya establecidos que constituirán el punto de partida a la presente investigación; en tal sentido y de acuerdo a Martínez (2008), "la educación física como materia relevante en el proceso educativo permite el desarrollo de movimientos motrices en los estudiantes, permitiendo la flexibilidad muscular y eficiencia en las destrezas y habilidades"(p. 18). Bajo esta premisa se comprende lo importante que es tanto para el docente como para el estudiante la práctica de la educación física en los diferentes niveles y modalidades de la educación, pues contribuye en la formación del niño o niña y por ende en el progreso de la motricidad que en él se cumple.

La educación física, ayuda a la formación integral del ser humano y proporciona mucha salud. Así mismo, desarrolla las habilidades motrices y ayuda a conocer su cuerpo, brindando bienestar tanto físico como mental. La educación física, es conceptualizado por Hidalgo (2009), como:

Parte orgánica de la educación general, es un proceso pedagógico orientado a influir en el organismo humano, a través de los ejercicios físicos y las fuerzas naturales del medio circundante con la finalidad de robustecer la salud; educar y desarrollar las cualidades motrices; perfeccionar multilateralmente las manifestaciones morfológicas, funcionales, morales y volitivas de ese organismo, en correspondencia con las exigencias que presenta la sociedad (p. 42).

En este sentido, la educación física es de vital importancia para el desarrollo integral del estudiante y su formación durante el crecimiento, donde proyecta ante todo el aspecto corpóreo del ser humano, así como el desarrollo y perfeccionamiento de sus condiciones naturales, y la formación general del individuo desde el momento que se le proporciona estimulación cognitiva, afectiva y motriz, permitiéndole la

adquisición de habilidades, actitudes y hábitos para coadyuvar a su desarrollo armónico mediante actividades acorde a sus necesidades e intereses en las diferentes etapas de la vida.

El concepto de educación física, sin duda ha tenido un desarrollo muy variable y ondulado, de conformidad con los cambios sociales, culturales, políticos económicos y científicos de diferentes épocas. Desde la gimnastica de los griegos hasta la educación física actual hay un largo camino. El concepto no ha sido unificado en el pasado, ni lo que está presente; la interpretación que se le da a este término está en la función de muchos factores pero depende, en última estancia, del concepto previo de hombre y sociedad y al lugar que se asigne al cuerpo en el mismo entorno. La educación Física, en sentido general es definida por Montealegre (2017) como:

Un proceso pedagógico encaminado al perfeccionamiento morfológico y funcional del organismo del hombre, a la formación y mejoramiento de sus habilidades motrices vitalmente importantes, a la elevación de conocimiento y al desarrollo de cualidades morales individuales y sociales de la personalidad (p. 77).

En tal sentido la educación Física deberá propender por el mejoramiento de la capacidad física, de la salud, de la capacidad sicomotora, por la promoción de valores y actitudes para la convivencia social como para la actualización en el conocimiento específico del área. Sus avances tecnológicos, su uso y transformación para beneficio de la sociedad. Desde este concepto la perspectiva hacia la educación física debes ser aplicada desde un ámbito social, donde pueda hacerse reconocimiento propio de las habilidades y capacidades con sí mismo y su entorno. Es de gran importancia mostrarles a los niños que la educación física no es solo una asignatura para salir al aire libre, si no que por encima de todo es una actividad que debe ser parte de su vida diaria, dándoselos a conocer por los juegos pre- deportivos desde su fase inicial de desarrollo y con llevándolos a que estas actividades también sean de esparcimiento fuera de la institución educativa repercutiendo en todo su entorno.

En tal sentido, considera que la educación física no puede circunscribir sus objetivos al desarrollo de capacidades físicas, al manejo de destrezas deportivas complejas y a la mecanización de movimientos, sino que debe establecer relaciones

entre los fenómenos motores intelectuales y afectivos, recurriendo a gran medida a la educación perceptual que privilegia la experimentación y el descubrimiento antes que el condicionamiento.

El profesorado de educación física desempeña un rol fundamental sobre la satisfacción-frustración de las necesidades psicológicas básicas autonomía, competencia y relación de los estudiantes, generando tipos de motivación más o menos auto determinados con un origen más interno o menos, que se van a manifestar en una serie de consecuencias como el aprendizaje de los elementos básicos de la educación física, el disfrute durante las clases y el deseo de seguir practicando actividad física al sobrepasar las puertas del centro escolar. Por ello, es imprescindible dotar al profesorado de educación física de estrategias concretas que ayuden a que los alumnos experimenten sentimientos de autonomía, competencia y relación durante sus clases.

De acuerdo con las consideraciones anteriores, uno de los principales objetivos de las clases de educación física es el de la promoción de la práctica de actividad física en el alumnado. En esta sociedad cada vez más sedentaria, las clases de educación física juegan un papel muy importante, convirtiéndose en ocasiones en el único momento de la semana en el que el niño o adolescente practica actividad física.

Competencia motriz

Todo individuo amerita contar con un conjunto de habilidades y destrezas que le permitan un desenvolvimiento óptimo en cada actividad que comprenda una acción motora, en el sentido de poder responder de forma óptima al estímulo o tarea motriz sin ningún tipo de complicaciones y de acuerdo a las exigencias; es por esta razón, que es imprescindible adquirir competencias específicas desde la edad escolar, las cuales se deben ir desarrollando a medida de la maduración y crecimiento propio de cada edad y de las características individuales. Entre las competencias específicas se encuentra la relacionada con la motricidad, asociada con todo lo que tiene que ver con el movimiento corporal. En tal sentido, la competencia motriz según el Ministerio de Educación Nacional (2010), es entendida como:

La construcción de una corporeidad autónoma que otorga sentido al desarrollo de habilidades motrices, capacidades físicas y técnicas de movimiento reflejadas en saberes y destrezas útiles para atender el cultivo personal y las exigencias siempre cambiantes del entorno con creatividad y eficiencia. No sobra advertir que lo motriz es una unidad, pero para efectos de claridad y de orientación didáctica es necesario utilizar un enfoque analítico, aunque en la vida real la motricidad se expresa mediante acciones unitarias (p. 29)

En efecto, la competencia motriz abarca el desarrollo de habilidades, capacidades y técnicas que son expresadas por la persona ante las exigencias del entorno, dando respuestas de movimiento, lo cual hace que el acto motor dentro del proceso de enseñanza y aprendizaje y como parte de la formación integral del educando debe estar orientado a la adquisición de hábitos y destrezas motrices apropiadas y acordes a las etapas, fases y características precisas del nivel de desarrollo individualizado. De allí, la importancia de la educación física como parte del proceso formativo que educa a través del movimiento corporal, por tal motivo, es relevante que esté presente desde la educación inicial, promoviendo vivencias motoras a través de estrategias didácticas idóneas para alcanzar un aprendizaje motor eficaz, eficiente y efectivo para futuras actividades motrices de mayor complejidad, en cada uno de los contextos de desenvolvimiento cotidiano.

En atención con lo anterior, corresponde al área de educación física, recreación y deporte a través de las prácticas pedagógicas, facilitar experiencias significativas que conduzcan a los aprendizajes y a la adquisición de la competencia motriz; cabe agregar el señalamiento del MEN (ob. cit) “el ser humano tiene todas las posibilidades de construir su motricidad a partir de un proceso de aprendizaje que contribuye a su propia estructuración y lo pone en relación con el mundo de la naturaleza y la cultura (p. 30); por consiguiente, se debe garantizar a cada estudiante la adquisición de habilidades y destrezas desde la educación física, que consoliden su competencia motriz, desarrollando sus elementos psicomotores, sus patrones básicos de movimiento junto a las capacidades físicas.

Es por ello que, para alcanzar un verdadero y óptimo desarrollo motor, el individuo debe pasar por una serie de periodos de enseñanzas los cuales van en

sentido progresivo, para de esta manera ir acumulando y formando su repertorio motriz, adecuado a su edad y evolución. En relación a ello, Calles (2007) afirma que “la educación motriz consiste en favorecer la adquisición de conductas en el momento preciso en el que deben intervenir en la evolución del niño y la niña (p. 38), es decir, la educación física debe fomentar las conductas motrices respetando la evolución y estadio en el que se encuentre el educando; agregando además, al Ministerio de Educación Nacional (ob. cit) quien señala:

La educación de la motricidad favorece el contacto con los demás para la comunicación elemental o para emprender acciones conjuntas, donde las fuerzas personales, las habilidades y capacidades físicas, deben coordinarse, adecuarse y proyectarse en la búsqueda y alcance de objetivos propios de diferentes exigencias de la vida. (p. 32)

De acuerdo con lo anterior, la educación física debe enfatizarse en el desarrollo motor de los escolares, buscando así alcanzar el máximo objetivo que es un aprendizaje motor óptimo y eficiente. En fin, la educación física juega un papel primordial en la formación de la competencia motriz, la cual debe ir encaminada en función de las fases y de las características propias de los estadios de desarrollo, crecimiento y maduración, propiciando las actividades didácticas motrices más adecuadas y apropiadas al desarrollo motriz del niño y la niña.

Por último, es preciso señalar que la competencia motriz engloba a la multiplicidad de acciones de carácter motor que realiza el individuo, en donde se precisa de una óptima aptitud física manifestada en la armonía y precisión de cada respuesta motora; esto conlleva a resaltar la importancia de la coordinación en cada uno de los movimientos, lo que implica fijar la atención en su desarrollo desde tempranas edades, y de manera progresiva fortalecer estas capacidades coordinativas que sin duda alguna inciden de manera significativa en la competencia motriz del individuo a lo largo de su vida.

Técnicas del cuerpo y el movimiento: El cuerpo humano con su movimiento, representa un factor determinante en el desenvolvimiento de cada persona en sus contextos, en sus interrelaciones, en sus modos de hacer las cosas, en las formas de

expresarse; en fin, el cuerpo constituye un factor determinante en la personalidad del individuo y en su caracterización particular que lo diferencia de los demás, enmarcando su estilo de vida. De allí, la importancia del movimiento corporal en el desarrollo integral del ser. En relación a lo planteado, el Ministerio de Educación Nacional (2010), señala lo siguiente:

Todo acto tradicional eficaz para el desenvolvimiento en la vida, determinado por las características de la cultura. Desde esta perspectiva, las técnicas del cuerpo no se limitan a los procedimientos calificados que conducen a la obtención de la destreza, sino que se incorporan a la vida cotidiana y a la propia evolución de la persona en su aspecto lingüístico y cognitivo. (p. 30)

En tal sentido, las técnicas del cuerpo y el movimiento como elemento de significancia de la competencia motriz, se presenta como aspecto fundamental en la vida del ser humano, por lo tanto el movimiento corporal debe ser sometido a procesos de aprendizaje, a prácticas constantes que permitan perfeccionarlo, partiendo que es un medio de vital importancia para expresarse ante los demás, comunicando sentimientos que coadyuvan a adquirir confianza y seguridad en sí mismo, afianzando la personalidad. Es de agregar, que al contar con movimientos educados se facilita la incorporación del individuo a actividades que le conllevan a su crecimiento personal, interviniendo en actividades deportivas, sociales, dancísticas, artísticas entre otras, propias de la cultura, en donde puede expresarse de manera eficaz y demostrar su habilidades y destrezas adquiridas a través de su formación corporal.

Por consiguiente, el área de educación física deberá intervenir de manera acertada en la formación y desarrollo del movimiento corporal, entregándole las herramientas que le permitan adquirir competencias motrices que se amolden a las exigencias propias de la vida; es decir, el cuerpo debe adquirir aprendizajes de movimiento a través de técnicas y estrategias para tal fin, resulta imprescindible adquirir una adecuada postura corporal que se identifique con los factores elementales de la interacción como actores dentro de una sociedad real. Es por ello, que el

desarrollo de las capacidades coordinativas especiales desde temprana edad es la base que sustentará las demás exigencias motrices de mayor complejidad.

Desarrollo de la condición física: La condición física resulta determinante para la adaptabilidad a las exigencias del entorno; es decir, se debe contar con un adecuado nivel de desarrollo físico que le permita al individuo dar respuesta efectiva a las exigencias de carácter motriz que se le presentan a diario, ampliando su importancia a la adquisición de hábitos saludables que le alejan de las enfermedades tanto físicas como mentales, permitiéndole desenvolverse en ambientes sanos y evitando situaciones que le comprometan y lo arrastren al sedentarismo, la obesidad, los vicios, entre otros elementos perjudiciales. En atención a lo anterior, el MEN (ob. vit) se refiere al desarrollo de la condición física como:

El desplazamiento del cuerpo no solo provoca la profunda emoción de poder explorar el mundo, descubrir objetos, formas y texturas, sino que también estimula el fortalecimiento del ser humano en su estructura funcional, neuromuscular, osteo-muscular y cardiorrespiratoria, que en conjunto potencian procesos de movimiento como vehículo de formación, adaptación, desempeño físico y conocimiento. (p. 31)

De acuerdo con lo anterior, el área de educación física es la encargada de desarrollar las capacidades motoras las cuales son particularidades individuales de la persona, que, al mismo tiempo, constituyen las condiciones indispensables para realizar con éxito cualquier actividad o exigencia física presentada a lo largo de la vida, requiriendo de determinado dominio, habilidad y destreza, así como también de los hábitos necesarios para su correcta ejecución.

Lúdica motriz: Como componente de la competencia motriz en la educación física, representa un factor fundamental en la adquisición de hábitos físicos y recreativos en los escolares, permitiéndoles expresarse de una manera amena y ajustada a sus intereses y motivaciones; por lo tanto, deberá estar siempre presente en las prácticas pedagógicas de los docentes y orientadas al logro efectivo de los objetivos programados. El Ministerio de Educación Nacional (2010), en relación a la lúdica motriz sostiene lo siguiente:

A la Lúdica se reconoce como la forma de ser y actuar en el mundo. Como componente de la competencia motriz se caracteriza por los aprendizajes alcanzados en el juego. Por ello, es necesario valorarla como fundamento de una educación para la vida, tanto individual como social. La lúdica permite al sujeto encontrarse consigo mismo y con el otro en circunstancias en que el placer por la actividad misma es lo esperado. (p. 32)

Es decir, el niño a través de las actividades de carácter lúdico como el juego, adquiere aprendizajes significativos que influyen en su desarrollo y formación para la vida, además de ser un elemento preponderante en la interacción social. Esto implica, que se debe aumentar las posibilidades de movimiento en los niños, a través de estrategias que permitan adquirir habilidades y capacidades, las cuales se irán perfeccionando progresivamente; por consiguiente, el docente debe acudir a herramientas metodológicas que faciliten dicha responsabilidad y el alcance de los objetivos; entre las estrategias se encuentran las actividades lúdicas, específicamente las relacionadas con los juegos

En atención a lo anterior, el niño desde temprana edad, debe contar con oportunidades pedagógicas que incidan en su crecimiento y madurez, adquiriendo a través del proceso educativo las habilidades, destrezas, actitudes, valores y conocimientos necesarios, que le permitan su adecuado desarrollo considerado como integral, abarcando aspectos cognitivos, físicos y sociales; proceso que debe estar orientado a las necesidades propias y reales del que aprende, contando con el aporte oportuno de docentes capacitados, estrategias metodológicas motivantes y espacios acordes para el desenvolvimiento de los aprendizajes.

Capacidades coordinativas

Dentro de la competencia motriz se encuentra la coordinación, la cual está referida a la unión de varios actos motores sucesivos y continuos en una sola acción motriz de una marea eficaz y eficiente, al respecto, De Costallat (citado por Di Sante, 2004) la define como “la integración armoniosa de musculo, nervios y sentidos, con el fin de producir acciones cinéticas precisa y equilibradas” (p. 67), brevemente, la interacción correcta entre el sistema nervioso central y el sistema musculo-

esquelético, para producir movimiento con la mayor eficacia. Así mismo, la coordinación se divide en varias vertientes, Calles (2007) plantea:

Coordinación sensoriomotriz, la relación ajustada y precisa que se establece entre el movimiento y los campos sensoriales” segundo, coordinación motora gruesa, que es la realización de gestos, movimientos y desplazamientos con la participación de grandes grupos musculares, la coordinación fina, la ejecución de movimientos en los que participan pequeños grupos musculares y la coordinación visomotriz, es la ejecución de un movimiento respondiendo a un estímulo visual. (p. 43)

Es evidente entonces, la coordinación presenta varios caminos por los cuales la educación física debe enfocarse, para lograr en el educando una adaptación a las diferentes situaciones motrices que se debe afrontar y descubrir, de este modo logrando una ajuste y fortalecimiento del repertorio motriz. En este propósito, cuando se alcanza una coordinación adecuada de alguna destreza motriz, se puede decir que, el individuo alcanza un patrón de movimiento, el cual es considerado el inicio para la adquisición progresiva de otros aprendizajes motrices, de allí que, la combinación coordinada de varios patrones de movimiento lleva al niño a la prosecución de la competencia motriz.

Sobre la base de las consideraciones anteriores, las capacidades coordinativas representan la base de las acciones motrices, otorgándole al individuo la habilidad y destreza necesaria para dar respuesta a los estímulos que requieren de un movimiento, de allí, la importancia de su correcto desarrollo desde el área de la educación física. En relación a lo planteado, Dietrich, Klaus y Klaus (2001), definen las capacidades coordinativas como “cualidades de la realización de procesos específicos y situacionales de la ejecución motriz, basados en experiencias motrices” (p. 65), por consiguiente, con la adquisición adecuada de las capacidades coordinativas se garantiza un desarrollo de las destrezas básicas motrices y de un aprendizaje motor aceptable, para alcanzar el máximo rendimiento motriz en cada ejecución de los patrones básicos motrices, ya sean básicos en la cotidianeidad o especializados con el entrenamiento de alguna destreza deportiva específica.

En correspondencia con lo anterior, Por consiguiente, Pérez (2001) plantea que “las capacidades coordinativas son consideradas como pre-requisitos de rendimiento, o de movimiento, que capacitan al individuo para ejecutar determinadas acciones, sean deportivas, profesionales o de la vida cotidiana”(s/n), es decir, son la base fundamental para la adquisición y aplicación eficiente de nuevos esquemas motores, adecuados al individuo y al nivel en que se desenvuelva, ya sea en el deportivo o la cotidianeidad.

De acuerdo con las consideraciones presentadas en los párrafos anteriores, se puede aseverar que el acto motor del ser humano requiere de ciertas capacidades como requisito indispensable para su ejecución precisa y armoniosa, dándole calidad a dicho acto motor, en donde juega un papel preponderante las capacidades coordinativas; al respecto, Ramírez (1999) define las capacidades coordinativas como: “Son las particularidades psico individuales adquiridas de la persona, que resultan como el conjunto de posibilidades de desarrollar una actividad y que determinan la dinámica de adquirir los conocimientos, destrezas y hábitos necesarios en dicha actividad” (p.25); en tal sentido, las capacidades coordinativas permiten al individuo, desarrollar de forma armónica, precisa y con soltura, cualquier actividad que requiera de un acto motor específico, dándole una mayor posibilidad de logro ante el estímulo o tarea motriz presentada. Sin embargo, siguiendo al autor referenciado, es necesario agregar en cuanto a la definición lo siguiente:

Son las posibilidades del hombre que determinan su preparación o capacidad de dirección y regulación óptimas de la acción motriz. Esta capacidad se refleja ante la escogencia y ejecución de acciones necesarias, que le permitan al individuo resolver las tareas motrices de manera correcta, rápida e ingeniosa, sobre todo aquellas que surgen inesperadamente. La coordinación también se puede definir como la capacidad de un individuo de ejecutar las acciones motrices de forma exacta y racional, proporcionándolas en el tiempo, el espacio y por el grado de los esfuerzos musculares, según las tareas motrices. De las cualidades motrices la coordinativa ocupa una posición muy especial, al ser considerada como una cualidad de carácter compleja por la gran gama de particularidades, criterios de la evaluación y factores que la determinan. (p. 30)

En tal sentido, las capacidades coordinativas representan para el individuo la posibilidad de ejecutar de la manera más exacta y precisa posible, las acciones motoras de acuerdo a cada exigencia que se le presentan; por tanto, deben ser adquiridas y desarrolladas desde los primeros años de educación, permitiendo fortalecerlas y abriendo pasos progresivos para nuevos aprendizajes más especializados.

Capacidades coordinativas especiales

Las capacidades coordinativas están relacionadas al funcionamiento motor del ser humano, expresada en una acción sensomotriz que le permite ejecutar movimientos de manera precisa y armónica en sintonía con la exigencia; en consecuencia, las capacidades coordinativas son consideradas como pre-requisitos de rendimiento, o de movimiento, que capacitan al individuo para ejecutar determinadas acciones, tal como lo plantea Bequer (2000), al señalar que “son capacidades sensomotrices consolidadas del rendimiento de la persona que se aplican conscientemente en la dirección de movimientos componentes de una acción motriz con una finalidad determinada” (p. 38).

Cabe agregar que las capacidades coordinativas son cualidades de desarrollo relativamente determinadas y generalizadas de los procesos de regulación del movimiento y de las capacidades del rendimiento para superar las exigencias de su coordinación, tal aseveración corresponde a Dietrich, Jurgen y Ostrowski (2004), los cuales señalan la importancia de las capacidades coordinativas:

1. Las capacidades coordinativas pertenecen principalmente al ser humano y garantizan la superación de las exigencias de coordinación cotidianas y del trabajo, así como la capacitación general para el aprendizaje de la disponibilidad motora.

2. Tienen efectos reguladores sobre el aprendizaje motor, sobre la apropiación de las acciones combinadas motoras y la adquisición de habilidades deportivo motoras, ya que en los procesos de aprendizaje se puede recurrir a las cualidades de desarrollo determinadas y generalizadas de las capacidades de coordinación.

3. Esto se expresa principalmente mediante la velocidad y exactitud en la adquisición de las habilidades motoras, así como en su constancia (estabilidad, predisposición al error).

4. Las capacidades coordinativas bien desarrolladas tienen también una considerable influencia sobre el agotamiento del potencial de las condiciones de rendimiento orgánico energéticas.

5. Determinan en gran medida la armonización en procesos de enlace de dinámica y ritmo del movimiento sobre todo en diferentes situaciones de práctica.

Hechas las consideraciones anteriores, las capacidades coordinativas constituyen un elemento de suma importancia dentro del área de la educación física, recreación y deportes, ya que deben ser consideradas para su correcto desarrollo en los primeros grados del sistema educativo, por lo que representan en la formación de los individuos; por lo tanto, se debe contar en cada institución educativa, con docentes capacitados, motivados y con adecuadas estrategias metodológicas para poder desempeñarse con éxito en su práctica como facilitador de aprendizajes significativos, brindando experiencias motrices acordes con el pensamiento de transición de lo concreto a lo formal, dando oportunidad para el crecimiento físico de la personalidad e interacción social.

En el mismo orden de ideas, las capacidades coordinativas se incluyen dentro de las competencias de índole motriz que debe desarrollar el ser humano desde la edad escolar, presentando algunas clasificaciones de acuerdo a determinados autores o teóricos que han abordado la temática; sin embargo, se podría aceptar una clasificación amplia que divide a las capacidades coordinativas como las generales o básicas, las especiales y las complejas. Dentro de las capacidades coordinativas especiales se incluye otra clasificación, destacando a Hirtz (citado por Dietrich, Klaus y Klaus, 2001) quien sostiene que las capacidades coordinativas especiales se subdividen en: “la capacidad de diferenciación cenestésica, la capacidad de orientación en el espacio, la capacidad de equilibrio, la capacidad de reacción compleja y la capacidad de ritmo” (p. 68); en atención a dicha clasificación y siguiendo al autor se presentan de manera detallada cada una de ellas:

La capacidad de diferenciación: Es la capacidad que tiene el hombre de analizar y diferenciar las características de cada movimiento, cuando una persona observa y analiza un movimiento o ejercicio percibe de forma general y aprecia sus características, en cuanto al tiempo y el espacio, las tensiones musculares que necesita dicho ejercicio para su ejecución en su conjunto, pero al pasar esta fase debe apreciar y diferenciar las partes y fases más importantes del mismo. Al respecto, Carrillo y Rodríguez (2004), señalan: “es la capacidad que todos tenemos de dar una orden secuencial, de tipo cronológico y espacial, en los procesos motores parciales, que se vinculan entre si hasta que se convierten en un acto motor unitario e intencionado” (p. 97); es decir, permite durante la acción motriz ejecutar sincronizadamente movimientos para dar respuestas acertadas; en otras palabras, es saber diferenciar que hacer entre una habilidad y otra.

En efecto, mediante tareas de diferenciación, para cuya resolución eficaz se trata de distinguir y elaborar informaciones acerca de los rasgos espaciales y temporales de los propios movimientos, y acerca del grado de tensión y relajación de la musculatura. Las tareas de diferenciación tienen, por tanto, una estrecha vinculación con las de orientación, por otra parte, deben ser ejecutadas con gran exactitud de movimientos; por ejemplo: lanzamientos a un blanco con distintos aparatos y forma de tiro; saltos con intenciones determinadas, de diferentes formas, en distintas zonas, con alturas y amplitudes cambiantes, sin tomar impulso y tomándolo a diferentes ritmos; ejercicios de tensión y relajación; carreras con cambios de ritmo precisos.

La capacidad de orientación: Se define, como la capacidad que tiene el individuo cuando logra durante la ejecución de los ejercicios, mantener una orientación de la situación que ocurre y de los movimientos del cuerpo en el espacio y tiempo, en dependencia de la actividad. Esta capacidad se pone de manifiesto cuando el individuo percibe lo que sucede a su alrededor y regula sus acciones para cumplir el objetivo propuesto. Se enseña mediante tareas de orientación, con las cuales se ha de concebir la situación y posición del cuerpo en el espacio, junto con las condiciones espaciales, es decir, permite determinar en el menor tiempo posible y exactamente

movimientos corporales en el espacio y en el tiempo, según la ubicación del objeto. Carrillo y Rodríguez (ob. cit), agregan:

Es la capacidad del niño de determinar la posición de los segmentos y de la totalidad de su cuerpo en el espacio, y de modificar los movimientos dentro de un espacio de acción concurrente y bien definido en relación con los objetos y con el resto de compañeros, quietos o en movimiento. Esta es una capacidad estrechamente ligada con el equilibrio (p. 97)

Es decir, representa la capacidad del individuo de realizar movimientos y cambios bruscos de situaciones del cuerpo ubicándose en el espacio, luego de haber creado una red de información visual y motriz mediante puntos referenciales, que le permitan un desenvolvimiento adecuado, en donde la percepción a través de los sentidos permite percibir lo que sucede en el entorno para poder realizar la regulación óptima atendiendo al espacio y al tiempo en correspondencia al objetivo que se pretende alcanzar en la acción motriz.

La capacidad de equilibrio: Es la capacidad que posee el individuo para mantener el cuerpo en equilibrio en las diferentes posiciones que adopte o se deriven de los movimientos, cualquier movimiento provoca el cambio del centro de gravedad del cuerpo, es decir, es la capacidad de mantener y recuperar el estado de equilibrio del cuerpo durante o después de una acción motriz. El equilibrio depende del aparato vestibular, la base de sustentación, del centro de gravedad y los puntos de apoyo; hay equilibrio en todas las actividades de control corporal, postural básicos. Al respecto Carrillo y Rodríguez (ob. cit), señalan:

Es la capacidad que se manifiesta al solucionar, de manera más adecuada y rápida que se pueda una tarea motora, que se ha de desarrollar en condiciones precarias de equilibrio, en superficies limitadas de soporte o bajo la acción de fuerzas externas que tienden a estorbar continuamente la ejecución programada e hipotética del niño (p. 98)

Se enseñan según Martin y Klaus (2001) “mediante tareas de equilibrio, con las cuales se trabaja la conservación o recuperación de este” (p.70). La importancia radica en la clara mantención de una posición contra la fuerza de gravedad, por ende, generar estabilidad en un cuerpo ejerciendo un control efectivo ante las fuerzas que

actúan sobre él. Por ejemplo, se necesita de esta cualidad para poder montar una bicicleta y mantener su posición sin que esta se caiga a uno de los extremos, dentro de esta cualidad la base de la sustentación de apoyo que sería en este caso en donde el centro de gravedad se mantiene en equilibrio (pies, manos, cabeza).

La capacidad de reacción: Permite responder a estímulos, ejecutando acciones motoras adecuadas como respuesta a una señal, es decir, es la capacidad que tiene la persona para dar respuesta a un estímulo externo determinado en el menor tiempo posible; de acuerdo con lo anterior Martin y Klaus (2001), señalan:

Se enseñan mediante tareas de reacción, con las cuales se aprende a reaccionar ante señales ópticas, acústicas y ante objetos en movimiento. Con estas tareas es importante variar constantemente la emisión de señales en relación con el momento de su aparición (p.70)

Es una capacidad que depende totalmente del sistema nervioso, sin necesidad de implicar a la musculatura. Representa la capacidad del sistema nervioso para recibir un estímulo, identificarlo, decidir si fuera preciso y enviar una respuesta a la musculatura para responder. Se define como la capacidad de responder lo más rápido posible a un estímulo determinado. O, dicho de otra forma, es entre la aplicación de un estímulo (sonoro, visual, táctil, propioceptivo) y la respuesta adecuada a ese estímulo (respuesta motriz). Y a su vez está basada en la movilidad de los procesos del sistema neuromuscular y de las propiedades de los músculos para desarrollar fuerza.

La capacidad de ritmo: Ésta no es más que la capacidad que tiene el organismo de alternar fluidamente las tensiones y distensión de los músculos por la capacidad de la conciencia, el hombre puede percibir de forma más menos clara los ritmos de los movimientos que debe realizar en la ejecución de un ejercicio y tiene la posibilidad de influir en ellos, de variarlos, diferenciarlos, acentuarlos y crear nuevos ritmos. Según Carrillo y Rodríguez (ob. Cit), al referirse a la capacidad rítmica, afirman:

Es la capacidad con la que entendemos no solo el ritmo en sentido musical, sino también la alternancia de tensión y distensión de los grandes grupos musculares. En este apartado englobamos todo trabajo motor que

suponga una repetición secuenciada de una misma acción de una forma constante en el tiempo (p. 98)

Permite adaptarse durante la acción motora sobre la base de cambio situaciones percibidas o previstas a otras nuevas para continuar la acción de otro modo; por ejemplo: en la danza, los cambios de ritmos musicales de joropo o bambuco, el manejo de la cuerda o soga en diferentes formas y velocidades; además, según Martin y Klaus (ob.cit), “se enseña mediante tareas de ritmo, con las cuales se ha de trabajar la secuenciación dinámico temporal de ritmos de movimiento preestablecidos” (p.70). Es decir, es la adecuación y realización de movimientos de forma rítmica según sea el patrón motriz a ejecutase.

La capacidad de anticipación: Es la capacidad coordinativa que posee el sujeto que le permite anticipar la intencionalidad de los movimientos antes de la ejecución; al respecto Bequer (2000), señala que “la anticipación es una capacidad coordinativa que prácticamente se puede captar mediante combinaciones motrices, manifestándose morfológicamente en la educación de la fase anterior o del movimiento total a la tarea motora siguiente” (p. 44); Es decir, la anticipación es la capacidad del organismo para actuar de forma adelantada en los parámetros de espacio y tiempo; Bequer (ob. cit), agrega “tal fenómeno se produce cuando, por ejemplo, un elemento de un conjunto motor debe comenzar justo en el momento que otro termina” (p. 44)

De los anteriores planteamientos se deduce, que las capacidades coordinativas no se desarrollan de manera aislada, ya que una lleva a la otra, lo que permite la automatización de los movimientos y por ende un aprendizaje motor adecuado y consonó, para la realización de actividades motrices básicas y especializadas. En este propósito, el aprendizaje motor el cual es planteado como la adquisición y desarrollo de las diferentes destrezas y habilidades de los individuos las cuales son innatas, aprendidas y perfeccionadas desde la concepción del ser y se van afianzando a través de los años. Además, para lograr un aprendizaje motriz adecuado e idóneo para cada individuo hay que conocer su desarrollo y maduración, para así determinar un aprendizaje motor con gran relevancia en la vida cotidiana o deportiva de los sujetos.

Hechas las consideraciones anteriores, las capacidades coordinativas constituyen un elemento de suma importancia dentro del área de la educación física, recreación y deportes, ya que deben ser consideradas para su correcto desarrollo en los primeros grados del sistema educativo, por lo que representan en la formación de los individuos; por lo tanto, se debe contar en cada institución educativa, con docentes capacitados, motivados y con adecuadas estrategias metodológicas para poder desempeñarse con éxito en su práctica como facilitador de aprendizajes significativos, brindando experiencias motrices.

Estrategias Didácticas

El concepto de estrategia ha sido objeto de múltiples interpretaciones, de modo que no existe una única definición; se puede considerar una acción consciente, deseada y determinada de forma anticipada con el fin de asegurar el logro de los objetivos, es cualquier conjunto de acciones o comportamientos, sea deliberado o no, también es cualquier posición visible o forma de situar al sujeto en el entorno sea directamente competitivo o no. Sin embargo, la estrategia consiste no en elegir una posición sino en arraigar compromisos en las formas de actuar o responder; es un concepto abstracto que representa para una organización lo que la personalidad para el individuo.

Se retoma también la definición desde lo clásico donde la estrategia es definida por Camacho (2017). Como un “proceso a través del cual el estratega se abstrae del pasado para situarse mentalmente en un estado futuro deseado y desde esa posición tomar todas las decisiones necesarias en el presente para alcanzar dicho estado.” Las estrategias son los métodos que se utilizan para hacer algo y los resultados que se obtienen dependerán en gran medida de saber elegir el método más eficaz para cada tarea. Agrega Camacho, (ob. Cit.) otra definición de estrategia “como la sucesión cronológica de operaciones concatenadas entre sí, que se constituyen en una unidad

de función para la realización de una actividad o tarea específica dentro de un ámbito predeterminado de aplicación.” (p. 78).

De acuerdo con lo anterior, la estrategia didáctica se refiere a todos los actos favorecedores del aprendizaje. Es una secuencia estructurada de procesos y procedimientos, diseñados y administrados por el docente, para garantizar el aprendizaje de una capacidad con conocimiento o una actitud por parte del estudiante. Implica básicamente la gestión y manejo del contexto y de los recursos. Es bueno recordar que un docente es eficiente no tanto por cuanto sabe, sino por como usa en el aula lo que sabe. En ésta misma línea, Garrote (2018) indica que:

Una estrategia didáctica desde sus definiciones, se convierte en el medio, el modo, el camino, la vía, el canal, la forma de aprendizaje de los diferentes contenidos en los programas, en el que la diversidad de los alumnos, desde sus características, niveles de aprendizaje, ritmos, canales, necesidades, motivaciones son elementos que nos evidencian cuando un alumno responde de manera satisfactoria a la adquisición del conocimiento de la educación física, ya que el desarrollo psicomotor, perceptivo-motor, sensorio-motor, socio-motriz, entre otros aspectos que integran la corporeidad lo hacen ser, un ser complejo, y es ahí donde la diversidad de las estrategias didácticas cobran su impacto para bien del alumno cuando se tiene el conocimiento para aplicarlas; sino de lo contrario se obtendrán resultados pocos significativos (p. 49).

Es por tal motivo, que el compromiso por la calidad está desde la vocación, la actitud, la preparación, el entusiasmo, pero sobre todo la capacidad holística y sistémica de comprensión del ser desde las diversas herramientas del conocimiento para el desarrollo humano del alumno. Cabe indicar que, la denominación de estrategias didácticas se generalizó en los años 90 del siglo pasado en la reforma educativa con base en el constructivismo, juzgándose que era un concepto menos rígido que el de método, que, podría permitir una dirección del aprendizaje más flexible y adecuada. Las estrategias didácticas son un proceder en el que se sistematiza de manera flexible una serie de procedimientos determinados intencionalmente para propiciar el aprendizaje significativo comprensivo y estratégico planeado y regulado que favorezca la participación dinámica y comprometida de los educandos. Según Garrote (Ob. cit.):

En Educación Física, en la actualidad, el concepto de estrategia didáctica se emplea de manera impertinente; lo mismo se aplica a las actividades recreativas (circo), actividades recreativas (mini juegos olímpicos), campamento, canto, circuito de aventura, cuento motor, deporte educativo, actividades: acuáticas, alternativas, de expresión corporal, actividades en la naturaleza, circuito de acción motriz, entre otras; refiriéndose a estas actividades como estrategias didácticas fundamentales para el mejoramiento de la enseñanza de la Educación Física (p. 67).

De esta manera a la hora de apelar a estrategias didácticas, es posible decir que se vale todo, pero un todo intencionado que busque el desarrollo de un aprendizaje significativo en sus estudiantes; y es en este sentido que se busca que las prácticas de los docentes del Colegio Camilo Torres, saque a flote su creatividad y con un conocimiento de su área, de los niños , niñas y del contexto, utilicen las mejores y más efectivas estrategias didácticas para abordar cada uno de los actos pedagógicos.

El juego como estrategia: En el contexto escolar, se debe aumentar las posibilidades de movimiento en los niños, a través de estrategias que permitan adquirir habilidades y capacidades, las cuales se irán perfeccionando progresivamente; por consiguiente, el docente debe acudir a herramientas metodológicas que faciliten dicha responsabilidad y el alcance de los objetivos; entre las estrategias se encuentran las actividades lúdicas, específicamente las relacionadas con los juegos, agregando que dichas actividades siempre han existido y recomendadas en el ámbito educativo, al respecto, Gómez (1996), señala lo siguiente:

El juego constituye un medio indiscutible de la educación física, puesto que en los juegos de movimiento se adquieren las valencias físicas, tales como la resistencia, la fuerza, la agilidad, la potencia y la coordinación, para fortalecer de manera muy positiva su organismo. (p. 17)

Según lo citado, el juego es considerado como un instrumento para promover los aprendizajes en los niños, incidiendo significativamente en su desarrollo integral. En este sentido, para facilitar la enseñanza a través de la educación física, se recomienda el diseño y aplicación de estrategias lúdicas para estimular o motivar a

los niños; utilizando el juego como herramienta recreativa ya que, el juego viene a ser un factor de gran importancia dentro de los objetivos que persigue el área de educación física, en donde el movimiento vendría a constituir la acción enriquecedora de aprendizajes, tanto para el momento como para el futuro, ya que la práctica constante de sus ejecuciones, fortalecerían las habilidades básicas motoras, como conjunto imprescindible en los primeros grados educativos, para la adquisición futura de mayores exigencias de tareas motrices en los niveles subsiguientes de su escolaridad.

Las rondas y canciones: la ronda es un juego en el que niños y niñas se toman de la mano para formar un círculo y cantar una canción mientras bailan o realizan algún tipo de movimiento o gesto. Ronda también es la acción de rondar (dar vueltas alrededor de algo o andar alrededor de alguien) y, por extensión, el grupo de personas que andan rondando. En cuanto a este tipo de actividad recreativa, Murillo (2003), sostiene lo siguiente:

Son actividades recreativas de extraordinario contenido, representan la tradición oral de los pueblos que se transmite de generación en generación como patrimonio cultural, Las rondas y canciones, además de ser una forma de expresión recreativa, tiene la misión de enseñar jugando, constituyéndose en elemento de especial importancia. (p. 46)

En tal sentido, las rondas y canciones en donde intervienen elementos musicales están entre las actividades pedagógicas que propician disfrute a los estudiantes; es decir, es vista como una estrategia de aprendizaje estimulante y que produce motivación, además, es una manera de expresar sensaciones mediante el movimiento parcial o global del cuerpo, con o sin desplazamiento. De la misma forma La práctica corporal con la música proporciona un verdadero placer, refuerza el descubrimiento del cuerpo e incide en la adquisición del aprendizaje.

Actividades al aire libre: es una de las estrategias que se puede desarrollar la cual constituye la identificación del sujeto con su medio ambiente natural, a través de actividades al aire libre que permitan, por una parte, recrear al individuo en su tiempo libre y por otra, conservar y preservar el ambiente natural. (Jueusen citado en Ramos 2004), específica:

La recreación al aire libre como aquellas actividades recreacionales las cuales se desarrollan en ambientes naturales y al aire libre y que están estrecha o íntimamente relacionadas con el ambiente, señala a las actividades al aire libre como el conjunto de experiencias prácticas que experimenta un individuo en su tiempo libre y en un ambiente natural. (p. 43)

De acuerdo con lo anterior, este tipo de actividades representan una motivación casi única para sus participantes, producto de las acciones que en ellas se realizan, sin embargo, necesitan de docentes capacitados y con experiencia para poder llevarlas a cabo con el éxito esperado. Por otra parte, dichas actividades aportan un sin número de beneficios personales al individuo, además de promover la integración con la naturaleza,

La danza como estrategia didáctica: La danza dentro del ámbito educativo constituye una agradable actividad de expresión corporal, en donde su accionar a través del movimiento, involucra a los elementos psicomotores y a las habilidades básicas motrices, además de presentarse como un estímulo a la integración social del educando. En tal sentido, la danza permite realizar un trabajo físico ya que da la posibilidad de mover una parte del cuerpo respecto a todo el conjunto corporal. Las distintas articulaciones del cuerpo junto con la columna vertebral dan la posibilidad de una gran infinidad de movimientos. A través de la danza, Martínez (2012) señala:

Se consigue trabajar tanto “el equilibrio, la fuerza, la flexibilidad, la coordinación y alguna cualidad de la percepción del espacio y el tiempo. A nivel psicológico, el niño a través de la danza consigue desarrollar su autonomía, autocontrol, la capacidad de toma de decisiones, adquirir confianza y seguridad, y desarrollar la propia creatividad”. (p. 13)

De acuerdo con lo anterior, se puede apreciar la importancia de la danza para el ser humano, considerándola como un lenguaje del cuerpo y, a la vez, una actividad psicomotriz que combina armoniosamente movimientos además, es arte y forma de expresión por medio del movimiento. Su trabajo y desarrollo permite coordinar destreza física, actividad intelectual y expresión de emociones y sentimientos. A través de la danza se adquiere un desarrollo de habilidades, el desarrollo de tareas motrices, cualidades, atención, memoria y creatividad; también aumenta la

posibilidad de comunicar lo que desea y contribuye a la interacción entre los alumnos. La práctica de la danza es muy importante para los niños y adolescentes porque hace en ellos una disciplina y un compromiso, que les ayuda a enfrentar los desafíos que implican diferentes movimientos y además encamina a tener mayor sensibilidad a través de la música.

Los recursos tecnológicos como estrategia didáctica: Se puede decir que, el uso de las TIC dentro de la educación, ha logrado introducir paulatinamente, una serie de recursos de orden tecnológico con la intención de contribuir con el desarrollo efectivo del acto pedagógico en todos los niveles educativos; constituyéndose la computadora como el más común y de mayor y más fácil acceso, su valor didáctico es incalculable y su uso adecuado puede generar aprendizaje significativo en el nivel que se emplee, a los efectos Gualdrón (2007), señala:

Los recursos tecnológicos son elementos que permiten la obtención de aprendizaje significativo en nuestros estudiantes, a partir de ellos podemos generar clases dinámicas e interactivas, además de interesantes que puedan lograr captar la atención de los estudiantes. Por su dinamismo, la tecnología capta la atención de los seres y nos transpola a otra dimensión, también hay que entender que las nuevas generaciones deben ser formadas en el manejo de la tecnología porque esta avanza a pasos agigantados. (p. 82).

De acuerdo con lo anterior, la tecnología se ha convertido en una de las bases fundamentales dentro de la didáctica, porque posee beneficios incalculables en la formación de aprendizajes significativos, por ello es necesario incorporar estos elementos dentro de las clases y más aún a través de la educación física, el deporte y la recreación, por tratarse ésta de un factor determinante dentro del proceso de enseñanza y aprendizaje.

Los circuitos físicos: Los circuitos representan una de las estrategias más comunes utilizadas dentro de la educación física, consiste en una serie de ejercicios desarrollados en estaciones preestablecidas, alternando la ejecución de los mismos en atención a un espacio de tiempo; con respecto al circuito, Zambrano (2011) sostiene que:

El objetivo fundamental de este procedimiento organizativo está centrado en el desarrollo de actividades dirigidas al desarrollo de tareas motrices o fundamentos técnicos deportivos. Fundamentalmente se conforma un círculo de estaciones donde los participantes rotan de una estación a otra para ejecutar las diferentes tareas planteadas en cada una de ellas. (p. 139)

De acuerdo con lo anterior, el circuito representa una estrategia efectiva para la clase de educación física; siempre y cuando se incluyan ejercicios que impliquen el desarrollo de los objetivos específico que requiere el niño o el grupo a trabajar; es decir, las tareas motrices seleccionadas para cada estación deben guardar correspondencia con la edad y el nivel de desarrollo de los estudiantes, atendiendo a sus posibilidades.

Estilos de enseñanza

Cada uno de los docentes que desempeñan funciones dentro del área de educación física, asumen estilos de enseñanza a través de prácticas pedagógicas facilitadas a sus estudiantes, tratando de seguir un camino pedagógico o intervención didáctica que considera el apropiado para impartir los contenidos propios del área de aprendizaje y por ende, alcanzar los objetivos; al respecto, Delgado (2002)

Es el modo o forman que adoptan las relaciones entre los elementos personales del proceso didáctico y que se manifiestan precisamente en el diseño instructivo y a través de la presentación por el profesor de la materia, en la forma de corregir (interacción didáctica de tipo técnico) así como en la forma peculiar que tiene cada profesor de organizar la clase y relacionarse con los alumnos. (p. 27)

Los estilos de enseñanza no se dan de forma pura en su aplicación real, por lo que se tiende a agrupar los estilos de enseñanza en categorías más amplias con características comunes. En tal sentido, se presenta la clasificación de Delgado Noguera (2002):

Estilos Tradicionales: Son aquellos que se caracterizan por el máximo control del profesor sobre las decisiones que afectan al proceso de enseñanza aprendizaje. Dentro de esta categoría según Delgado (2000), se considera al mando directo; la modificación del mando directo y la asignación de tareas: En ello se sigue de una

forma clara la enseñanza basada en la instrucción directa. Las palabras claves son: orden (mando) y tarea. Sus indicadores más evidentes son que el profesor ordena sin dar posibilidad a la individualización ya que prescribe la tarea a realizar por todos y de la misma forma, con los mismos requerimientos. Es una enseñanza masiva y el conocimiento de los resultados es de tipo general y masivo.

Estilos que fomentan la Participación: Son aquellos que se caracterizan por atender fundamentalmente las diferencias respecto a capacidades, ritmos de aprendizaje, intereses. Estos estilos según el autor anterior, se basan fundamentalmente en los alumnos: capacidad, interés, etc. El protagonista es el alumnado. El profesor permite la realización de las tareas de enseñanza en varios niveles o da la opción de elegir entre diversas actividades. La enseñanza es diversificada y el conocimiento de los resultados es fundamentalmente de tipo individual específico y no específico. El alumno por tanto, adopta algunas decisiones respecto a su ritmo de ejecución o respecto a las tareas a realizar.

Estilos que fomentan la Individualización: Son aquellos cuyo objetivo fundamental es que el alumno se involucre en el proceso de aprendizaje; dentro de estos estilos se encuentra la enseñanza recíproca, los grupos reducidos y la micro enseñanza. Estos estilos focalizan su atención en la participación activa de los alumnos en su aprendizaje y en el de sus compañeros. Se plantea una enseñanza compartida donde el alumno interviene en el propio proceso de aprendizaje y de la enseñanza.

Estilos cognoscitivos: Son aquellos que intentan estimular un aprendizaje activo y significativo a través de la indagación y la experimentación motriz, lo que traslada la toma de decisiones al alumno. En esta categoría se encuentra el descubrimiento guiado, la resolución de problemas, el planteamiento de situaciones tácticas. Estos estilos pretenden implicar de una forma más eficaz en un aprendizaje activo, significativo y que obligue a la indagación y a la experimentación motriz; es decir, se indica que hay que realizar pero no como realizarlo.

Bases Legales

El estudio investigativo que se presenta, cuenta con una fundamentación legal que la respalda jurídicamente, en tal sentido, las bases legales según Arias (2016), “comprende un conjunto de leyes, reglamentos, decretos, resoluciones, ordenanzas, etc., que sustentan el marco jurídico de la investigación” (p.65); por consiguiente, se hará mención a algunos de dichos documentos de carácter legal que fundamentan y están relacionados con el presente estudio investigativo.

En primer lugar, es de mencionar la Constitución Política de Colombia de 1991, la cual, en el capítulo número dos referido a los derechos sociales, económicos y culturales, específicamente en el artículo 67, reza lo siguiente:

Artículo 67. La educación es un derecho de la persona y un servicio público que tiene una función social; con ella se busca el acceso al conocimiento, a la ciencia, a la técnica, y a los demás bienes y valores de la cultura. La educación formará al colombiano en el respeto a los derechos humanos, a la paz y a la democracia; y en la práctica del trabajo y la recreación, para el mejoramiento cultural, científico, tecnológico y para la protección del ambiente.

A partir de la Constitución Política de Colombia de 1991, se han presentado transformaciones sociales en Colombia, debido a que ésta se funda en el marco de un estado social de derecho, basado en el respeto de la dignidad, el interés general y la participación social; reconoce el deporte, la recreación y el aprovechamiento del tiempo libre como un derecho.

Por otra parte, la Educación Física dentro del marco de la Ley General de la Educación 115 de 1994, se define como

Un proceso de formación permanente, cultural y social, que se fundamenta en una concepción integral de la persona humana, de su dignidad, de sus derechos, y de sus deberes, el área de educación Física, Recreación y Deportes, se define dentro de este marco conceptual articulándola con los elementos teóricos de la Educación Física, Entendida como un campo del conocimiento o disciplina de estudio.

Esta ley establece el fin del proceso educativo de un estudiante en el contexto nacional, el cual se expone que la educación física debe favorecer el pleno desarrollo de la personalidad del educando, dar acceso a la cultura, al logro del conocimiento científico y técnico y a la formación de valores éticos, estéticos, morales, ciudadanos y religiosos, que le faciliten la realización de una actividad útil para el desarrollo socioeconómico del país. La Ley del Deporte 181 de 1995, el Decreto 0002 de 2000, reglamentan la educación física, la recreación, el deporte y el aprovechamiento del tiempo libre; dentro de este contexto la educación física se reconoce dentro del currículo como un área fundamental y obligatoria (art. 23. Ley 115, Congreso de la República, 1994.).

Bajo ésta normativa, el Ministerio de Educación Nacional (MEN), se ve obligado a expedir los lineamientos curriculares, donde se reconoce el área como una práctica social del cultivo de la persona como totalidad. Además se reglamentó la profesionalización del personal docente, a través del Decreto 1295 de 2018 o Estatuto de Profesionalización Docente. Si se observa lo que señala el Reglamentó la Profesionalización del Personal Docente, a través del Decreto 1295 de 2018 o Estatuto de Profesionalización Docente consagra lo siguiente:

(...) No es tarea fácil, precisar el objeto y las fronteras de esta educación, sobre todo en sus relaciones con la educación intelectual. Y es porque en realidad esas fronteras están confundidas y mezcladas, desde que en todo trabajo intelectual hay una parte de trabajo físico, y en todo trabajo físico hay una parte de trabajo intelectual...La Educación Física bien entendida debe estar centrada en la capacitación del docente en estrategias didácticas lo que permitirá desarrollar aptitudes esencialmente físicas y a llevarlas a su mayor potencia, tanto por sí mismas como por sus relaciones fisiológicas y psicológicas...

El concepto racional y científico de la Educación Física debe ser más significativo cuando se hace énfasis a la capacitación docente en estrategias didácticas lo que involucra la idea de un mejoramiento completo de todas las cualidades y de todas las aptitudes físicas del sujeto, no sólo consideradas aisladamente, sino también en sus múltiples relaciones fisiológicas y psicológicas con las demás funciones. Y

respecto de la complementariedad y concurrencia de esos dos aspectos de la educación agregaba la Ley del Deporte 241 de 2018, el Decreto 0041 de 2018 que:

En todo movimiento se distinguen dos procesos diferentes: el acto mecánico visible, el movimiento y la causa y condición de ese movimiento, el proceso psíquico. Todo esto nos revela la íntima relación funcional que ligan entre sí a ambas formas de actividad vital física y psíquica, que debe darse con estrategias didácticas; de tal manera que las estrategias didácticas deben ser eficaces. Y en efecto, estas estrategias serán fundamentales porque el movimiento voluntario exige siempre un acto de mentalidad superior, dando lugar a su perfeccionamiento funcional de los centros cerebrales especiales, favoreciendo la armonía y el equilibrio completo de las funciones superiores.

De acuerdo con lo expuesto en ésta Ley, para producir ese efecto la profesionalidad del profesor de Educación Física exige que los métodos y las técnicas que emplee en sus clases se apoyen en un consolidado conjunto de investigaciones y conocimientos teórico-prácticos. Por ello esa profesionalización precisa de discusión, de reflexión y de acción, superando el trabajo individualista, cambiando el papel de mero técnico que traduce y recrea el currículum por el de un aplicador que se plantea reconstruir nuevas teorías en lugar de reproducirlas. A tal fin es preciso potenciar el pensamiento práctico, desarrollar un conocimiento profesional autónomo y una actitud reflexiva, adquirir un sentido crítico desde la propia práctica, participar de un trabajo colaborativo entre profesores, y procurar un desarrollo profesional asociado con un correlativo desarrollo curricular.

Y desde ésta perspectiva jurídica, se hace énfasis en los Contenidos Básicos Comunes dados por el Ministerio de Cultura y Educación de la Nación (2020) y de los establecidos por la Secretaría de Educación del Gobierno expresándose que,

El quehacer didáctico del profesor supone una clara conceptualización de las decisiones que tanto el profesor como el alumno toman en el proceso de enseñanza y aprendizaje. Los siguientes factores nos permitirán analizar dicho desempeño: a) Los objetivos y la selección de contenidos propuestos; b) El estilo docente; c) Las estrategias de enseñanza y de evaluación; c) La organización de la clase, d) El grado de participación y responsabilidad del alumno en el aprendizaje.

Esa selección se enmarca en un estilo que identifica la peculiaridad u originalidad con que un profesor afronta su propia clase. Escoger un estilo de enseñanza no es sólo resolver un problema técnico, implica también tomar una decisión moral. El estilo se caracteriza por el hincapié en ciertos elementos o modos personales de actuar en el proceso educativo precisamente en la interacción profesor-alumno, en la adopción de ciertas decisiones y muchas manifestaciones más. El estilo es una forma peculiar del profesor en su quehacer docente; mientras que los métodos son los modos de acción que se utilizan. El estilo se manifiesta en las decisiones preactivas, durante las decisiones interactivas y también en las decisiones postactivas.

A nivel jurisdiccional, en el documento de trabajo N° 15 (2020) de Actualización Curricular de Educación Física de la Secretaría de Educación del Gobierno se expresa que:

La Educación Física es concebida como una educación corporal o educación por el movimiento, comprometida con la construcción y conquista de la disponibilidad corporal, síntesis de la disposición personal para la acción en y la interacción con el medio natural y social. Enfrentadas a los peligros que apareja el sedentarismo, no sólo en cuanto a la salud física, sino también al empobrecimiento de la capacidad de acción y relación, las sociedades actuales identifican la Educación Física con la especificidad de la formación del cuerpo y de la motricidad y la comprometen con la recuperación de la riqueza motriz, con todo lo que ella implica de equilibración intelectual y psíquica, y, por ende, con el mejoramiento de la calidad de vida.

Como se podrá apreciar en esta normativa, las estrategias didácticas permitirán que el alumno logre su mejor rendimiento individual funcional y desarrolle sus competencias motrices, con énfasis en las capacidades coordinativas especiales que le permitan explorar y resolver distintos problemas de movimiento. Luego de las consideraciones anteriores, se observa el amplio conjunto de instrumentos legales que blindan a la educación física, la recreación y el deporte en Colombia; demostrando con ello la importancia que reviste dicha área dentro del contexto educativo nacional, y en donde se resaltan los beneficios de la misma en el desarrollo integral de las personas.

Cuadro 1.

Operacionalización de las Variables

Objetivo General: Proponer una cartilla didáctica para el fortalecimiento de las capacidades coordinativas especiales en los estudiantes de tercero y cuarto grado de básica primaria del Colegio Camilo Torres.

Variables	Definición Conceptual	Dimensión	Indicadores	Ítems
Cartilla didáctica para fortalecer las capacidades coordinativas especiales	Secuencia estructurada de procesos y procedimientos, diseñados y administrados por el docente, para garantizar el aprendizaje de una capacidad con conocimiento o una actitud por parte del estudiante. Representan los recursos pedagógicos que el docente dispone para buscar mediante ellos el logro de los diferentes propósitos educativos de la educación física	Estrategias didácticas	Juegos recreativos.	1
			Rondas y canciones.	2
			Danzas.	3.4
			Vida al aire libre.	5
			Circuitos físicos.	6.7
		Estilos de enseñanza	Tradicionales.	8.9
			Participativos.	10.11
			Individualizados.	12.13
			Cognitivos.	14
			Capacidades coordinativas especiales	Diferenciación
Orientación.	16			
Equilibrio.	17.18			
Acoplamiento	19			
Anticipación.	20			

FUENTE: Vásquez (2021)

CAPÍTULO III

MARCO METODOLÓGICO

Naturaleza de la Investigación

En ésta sección se señalará la ruta metodológica que se siguió para dar cumplimiento al objetivo trazado en la investigación, el cual consiste en proponer una cartilla didáctica para el fortalecimiento de las capacidades coordinativas especiales en los estudiantes de tercero y cuarto grado de básica primaria del Colegio Camilo Torres, de tal forma, que permita cambio de paradigmas en la forma de interactuar con las actividades diarias de clases y pueda ser utilizada en sus prácticas docentes. Desde ésta perspectiva, los aspectos metodológicos describen el proceso técnico-operacional llevado a cabo en el trabajo y en el cual se describen, en detalle, el conjunto de métodos, técnicas y protocolos instrumentales que se emplearan en cada momento del estudio investigativo. Por consiguiente, la investigación se enmarcó dentro del paradigma cuantitativo, bajo un enfoque positivista-racionalista, apoyado en el método hipotético-deductivo, donde se admiten los hechos empíricos y la deducción como medios de conocimientos. Para Hernández, Fernández y Baptista (2014):

El paradigma cuantitativo es aquella que permite examinar los datos de manera científica, o más específicamente en forma numérica, generalmente con ayuda de herramientas del campo de la estadística. Para que exista metodología cuantitativa se requiere que entre los elementos del problema de investigación exista una relación cuya naturaleza sea representable por algún modelo numérico ya sea lineal, exponencial o similar (p. 45).

Además de lo antes expuesto, vale decir que la investigación cuantitativa estudia la asociación o relación entre las variables que han sido cuantificadas, lo que ayuda aún más en la interpretación de los resultados. Este tipo de investigación tratará de determinar la fuerza de asociación o relación entre variables, así como la

generalización y objetivación de los resultados a través de una muestra. De aquí que se podrá hacer inferencia a una población de la cual esa muestra procede. Más allá del estudio de la asociación o la relación se pretenderá también, hacer inferencia que explique por qué las cosas suceden o no de una forma determinada.

Tipo y diseño de la investigación

En otro aspecto relevante, el diseño de la investigación como estrategia que asume el investigador para responder a la situación planteada como problema, corresponde al diseño no experimental, el cual, según Palella y Martins (2006) “es el que se realiza sin manipular en forma deliberada ninguna variable. Se observan los hechos tal y como se presentan en su contexto real y en un tiempo determinado o no, para luego analizarlos” (p. 96), en efecto, el investigador se limita a observar los acontecimientos sin intervenir en los mismos, es decir, no se manipula ninguna de las variables en ningún momento.

En cuanto a la orientación de su finalidad y atendiendo al proceso de recolección de los datos, se abordó una investigación de campo, permitiendo recabar información en el lugar de los hechos, (en donde la situación actual de distanciamiento social producto de la pandemia denominada covid 19 obligó a utilizar mecanismos tecnológicos para tal fin), en este caso en el Colegio camilo Torres de la ciudad de Cúcuta-Colombia, a través de técnicas e instrumentos que serán aplicados directamente de la realidad; al respecto, Bavaresco (2013), señala:

Se realiza en el propio sitio donde se encuentra el objeto de estudio. Ello permite el conocimiento más a fondo del problema por parte del investigador y puede manejar los datos con más seguridad. Así podrá soportarse en estudios exploratorios, descriptivos, experimentales y predictivos (p. 28).

Es decir, la recolección de los datos e información utilizada para el desarrollo de la investigación se realizó en la realidad misma donde se presenta el problema En ese sentido, el diseño de investigación marco al investigador las guías a seguir para

concretar sus objetivos de estudio, contestar las preguntas planteadas y analizar la certeza de las variables estudiadas en el contexto en particular. Por su parte, Sabino (2009), indica que “el diseño es un método específico, una serie de actividades sucesivas y organizadas, que deben adaptarse a las particularidades de cada investigación e indican las pruebas a efectuar y las técnicas a utilizar para recolectar y analizar los datos” (p.91).

Asimismo, según el nivel de conocimiento científico se debe formular el tipo de estudio, según Palella y Martins (2006) “el tipo de investigación se refiere a la clase de estudio que se va a realizar, el mismo orienta sobre la finalidad general del estudio y sobre la manera de recoger las informaciones o datos necesarios” (p.97). Según el propósito de la investigación planteada el mismo se orientó hacia un estudio de tipo descriptivo, el mismo; según Hernández, Fernández y Baptista (ob/cit) “busca especificar propiedades, características y rasgos importantes de cualquier fenómeno que se analice. Describe tendencias de un grupo o población” (p.103), los estudios descriptivos, examinan las propiedades, y los perfiles de personas, grupos, comunidades, procesos, objetos, o cualquier otro fenómeno que se someta a un análisis.

Por otra parte, la investigación en función de mejorar la enseñanza de la educación física a través de una cartilla didáctica, se desarrolló enmarcada en la modalidad de Proyecto especial, que de acuerdo a la Universidad Pedagógica Experimental Libertador (2016) la cual plantea que los proyectos especiales son “trabajos que lleven a creaciones tangibles, susceptibles de ser utilizadas como soluciones a problemas demostrados, o que respondan a necesidades e intereses de tipo cultural”.(p. 22), es decir, la presente investigación tiene pertinencia con el proyecto especial, ya que se diseñará un producto educativo metodológico representado en una cartilla didáctica, que le permita al docente de aula de la básica primaria, un apoyo en su práctica pedagógica en cuanto al desarrollo de las capacidades coordinativas especiales desde la educación física.

Bajo ésta modalidad, se diseñó un producto que podrá aportar soluciones ante las deficiencias evidenciadas en el área de educación física, recreación y deporte, presentando una descripción detallada de estrategias didácticas, así como su utilización en los diferentes contextos para su mejor aprovechamiento. En este sentido, la investigación buscó dar respuesta a una necesidad teórica y práctica en un contexto y un momento determinado de una manera planificada que permita no solo mejorar la enseñanza de la educación física, sino con una mirada trascendental hacia el desarrollo de competencias en los estudiantes de la básica primaria de la institución antes mencionada; específicamente, en tercer y cuarto grado

Población y muestra

Población

Una vez definido el problema a investigar y formulados los objetivos se hace necesario determinar los elementos o individuos con quienes se va a llevar a cabo el estudio o investigación. Esto conduce a delimitar el ámbito de la investigación definiendo una población y seleccionando la muestra que se va a estudiar. Arias (2016), define la población como “... un conjunto finito o infinito de elementos con características comunes para los cuales serán extensivas las conclusiones de la investigación. Esta queda delimitada por el problema y por los objetivos del estudio.” (p. 81).

En el Trabajo de Campo, la población es el punto central del proceso de recopilación de datos, ya que allí se encuentra el fenómeno que se va a estudiar, o las personas o elementos cuya situación se piensa investigar. En la investigación cuantitativa se parte del supuesto de que como no es posible medir cada uno de los individuos de una población se toma una muestra representativa de la misma. En tal sentido, la población estuvo representada por la totalidad de docentes que laboran en

la básica primaria del Colegio Camilo Torres de Cúcuta-Colombia; los cuales son veinticuatro (24).

Muestra

La muestra tal como lo sostiene Cerda, 2001 citado en (Hernández, Fernández y Baptista, 2014) “descansa en el principio de que las partes representan el todo.” (p. 89), y como tal, refleja las características que definen la población de la cual fue extraída, que indica que es representativa. Según Silva (2016) “la muestra es parte de un colectivo, un subconjunto de unidades de análisis representativas de la población, que el investigador selecciona con la finalidad de obtener la información precisa que caracteriza al colectivo.” (p. 50). Se entiende por muestra al subconjunto representativo y finito que se extrae de la población accesible. De allí es importante asegurarse que los elementos de la muestra sean lo suficientemente representativos de la población que permita hacer generalizaciones.

En éste caso, como la población es muy pequeña, no se procedió a calcular la muestra, ya que se considera censal. Es por ello que la muestra será igual a la población, a los cuales se le aplicó el instrumento de recolección de datos. En este sentido Ramírez 2008 citado en (Hernández, Fernández y Baptista, 2014) afirma “la muestra censal es aquella donde todas las unidades de investigación son consideradas como muestra.” (p. 24). Y en cuanto a la población finita según Ramírez (Ob. cit.), el cual infiere que:

Una población finita, es aquella cuyos elementos en su totalidad son identificables por el investigador, por lo menos desde el punto de vista del conocimiento que se tiene sobre la cantidad total. Entonces, la población es finita cuando el investigador cuenta con el registro de todos los elementos que conforman la población en estudio (p. 93).

De acuerdo con el autor, se tomará el 100% de la población de docentes en este caso los veinticuatro (24) docentes de básica primaria de la mencionada institución.

Cuadro 2

Distribución de la muestra

SEDES	DOCENTES
Bellavista	11
Inmaculada	8
La Gran Colombia	2
San Agustín de los Pozos	2
Jaime Pardo Leal	1
Total	24

Técnicas e Instrumentos de Recolección de Datos

Para Arias (2016) “Las técnicas de recolección de datos son las distintas formas o maneras de obtener información.” (p. 54). De acuerdo con el autor, se utilizaron para este tipo de investigación la observación directa y la encuesta. La técnica de la observación directa del proceso de enseñanza de la educación física, en la básica primaria del Colegio Camilo Torres, permitió constatar el tratamiento que se le da, a la educación física y sus componentes didácticos en relación a las capacidades coordinativas especiales como competencia motriz durante las clases de educación física. Asimismo, la encuesta a los docentes integrantes de la muestra de la básica primaria de la institución mencionada, se utilizará para conocer los aspectos relevantes de su desempeño y el proceso didáctico de enseñanza utilizado en la práctica pedagógica.

Con respecto a los instrumentos de recolección de datos, Arias (Ob. cit.) los define como “aquellos materiales que se utilizan para evaluar la situación.” (p. 55). En efecto, se elaboró un cuestionario semiestructurado constituido en un conjunto de ítems generados de los indicadores que conformaron las dimensiones, los cuales se

midió la reacción de los docentes integrantes del marco muestral a los que se les administró.

Procedimientos para la recolección de la información

Para la recolección de datos, la investigadora recopiló la información a través de un trabajo de campo, donde se estuvo en contacto con las personas involucradas en la investigación a través del correo electrónico y de la telefonía celular. Para ello, se contactó por un escrito a las autoridades del plantel objeto de estudio, con la finalidad de exponer el fin que persigue el trabajo, sus objetivos y alcances, a la vez el instrumento a ser utilizado para la recolección de información (cuestionario). Una vez que los directivos otorgaron una respuesta favorable, se procedió a contactar a cada uno de los docentes para precisar la colaboración, y poder así aplicar el respectivo cuestionario.

Por otra parte, una vez concluida la recolección de los datos, se procedió a desarrollar las siguientes actividades: (a) revisión de cada cuestionario para verificar que los mismos hayan sido respondidos en todos sus ítems. (b) La tabulación de los datos se organizaran en un cuadro general o data, donde se registraron las respuestas obtenidas por cada ítem para su posterior análisis y presentación de resultados. Es importante señalar, que al presentarse la imposibilidad de realizar el trabajo de campo motivado a las medidas de prevención de distanciamiento social en relación a la pandemia mundial COVID 19, se implementó un plan B, el cual consistió abordar los mecanismos digitales, virtuales y de telefonía para contactar a cada uno de la muestra seleccionada.

Validez y Confiabilidad del Instrumento

Validez

El criterio de validez del instrumento será de contenido y de construcción. La validez establece la relación del instrumento con las variables que se pretenden medir y la validez de construcción relaciona los ítems del cuestionario que se aplicó con los basamentos teóricos y los objetivos de la investigación para que exista consistencia y coherencia técnica. Ese proceso de validación se vincula a las variables entre sí. Determinar la validez del instrumento implicó la aplicación del método “Juicio de Expertos”; antes de la aplicación, realizándose los aportes necesarios a la investigación y verificándose si la construcción y el contenido del instrumento, se ajustan al estudio planteado. Según Veliz (2008), la validez “es la capacidad que posee un instrumento para medir los resultados de lo que se pretende con propiedad” (p. 92), permite la unificación de criterios de medición, además, según Hurtado (2012):

Se refiere al grado en que el instrumento abarca realmente todos o una gran parte de los contenidos o los contextos donde se manifiesta el evento que se pretende medir, se refiere básicamente al proceso de construcción del instrumento y la medición de la mayor cantidad de áreas posibles en las cuales se expresa el evento (p. 435)

Por consiguiente, en esta investigación el grado de validez se realizó a través del juicio de tres expertos; uno (01) en metodología y dos (02) Especialistas en el área de Educación Física, quienes basados en las variables, indicadores, ítems y experiencia evaluaron la congruencia, representatividad y redacción de los mismos y emitieron diversas observaciones, a fin de ofrecer sus valiosos aportes para establecer y confirmar la congruencia entre la variable definida y los ítems elaborados. La autora de la investigación, al respecto consideró las observaciones, sugerencias, para poder adaptar los cambios pertinentes al caso.

Confiabilidad

Con respecto a la confiabilidad, según Silva (2016) “Se refiere a la estabilidad, consistencia y exactitud de los resultados obtenidos por el instrumento, la cual

permitió determinar el grado en que los ítems de una prueba están correlacionados entre sí” (p. 116). En efecto, se aplica la siguiente fórmula:

$$\alpha = \frac{N}{N - 1} \left[\frac{1 - \sum Si^2}{St^2} \right]$$

a = Coeficiente de confiabilidad (**0,82**) = **muy alta**

N = Número de ítems del instrumento (21)

Si² = Sumatoria de la varianza de los ítems (10,07)

St² = Varianza total del instrumento (46,89)

Para el cálculo del coeficiente de confiabilidad se procedió a: a) codificar las alternativas de respuesta que según el grado de operatividad del ítem; b) transcripción de las respuestas en una matriz de tabulación de doble entrada; c) cálculo del coeficiente de Alpha de Cronbach; d) interpretación del valor obtenido. En éste sentido, Hernández Sampieri y otros (2014) afirman que,

Al sustituir valores se tiene en la fórmula el resultado obtenido por medio de este procedimiento, presentará una confiabilidad adecuada, según la escala sugerida, por consiguiente el instrumento a ser diseñado será válido y confiable para poder ser aplicado a la muestra de estudio. (p. 67)

Después de la aplicación de la fórmula, el resultado se verificó con el criterio establecido por Ruiz (2002), quien señala que "los resultados obtenidos con el instrumento en una determinada ocasión, bajo ciertas condiciones, deberían ser los mismos si volviéramos a medir el mismo rasgo en condiciones idénticas". (p.84). y con ello se determinó la confiabilidad utilizando la siguiente escala de interpretación, propuesta por Ruiz (2002).

RANGO	MAGNITUD
0,81-1	Muy alta.
0,61-0,80	Alta.
0,41-0,60	Media
0,21-0,40	Baja

0,00-0,20

Muy baja

Procesamiento y Análisis de Datos

En este punto se describirán las operaciones a las que fueron sometidos los datos. En el procesamiento de la información los datos recolectados en el instrumento (cuestionario) dirigido a los docentes que laboran en el Colegio Camilo Torres de la ciudad de Cúcuta-Colombia, quienes forman parte de la muestra representativa; fueron tratados de forma estadística a través de tablas y gráficos estadísticos con su respectivo análisis. De acuerdo con Balestrini (2016)

En este caso se analizarán los datos obtenidos, donde cada uno de ellos se ordenará, manipularán, puesto que de ésta manera se hará más fácil al momento de la interpretación y así se obtendrán las conclusiones o recomendaciones de éstas. Este análisis se realizará, en tablas diseñadas, en bases de datos, programas, gráficos, entre otros. (p. 45)

Por consiguiente, luego de la aplicación del instrumento, los datos fueron recopilados, organizados y tabulados para su presentación a través de tablas o cuadros de distribución de frecuencia, atendiendo a cada una de las dimensiones de la operacionalización de las variables; además, se realizaron los gráficos de barras, correspondientes a cada tabla, y, en donde se refleja de manera más clara y precisa los picos o topes que dieron el resultado más significativo, en cuanto a las respuestas dadas. Finalmente se presentaron los análisis e interpretaciones de cada una de las dimensiones tratadas estadísticamente.

CAPÍTULO IV

RESULTADOS

Análisis e Interpretación de los resultados

Luego de aplicar el cuestionario a los docentes de la Básica Primaria de la institución educativa Camilo Torres, se presentan los resultados; en tal sentido, el instrumento utilizado se estructuró en 20 ítems con cinco alternativas de respuesta: siempre, casi siempre, algunas veces, casi nunca y nunca; el cual permitió diagnosticar las estrategias didácticas que utilizan los docentes para el fortalecimiento de las capacidades coordinativas especiales en los estudiantes de tercero y cuarto grado de básica primaria; es decir, en este capítulo se detalla el proceso de análisis e interpretación de los resultados, al respecto, Silva (2006), haciendo referencia a lo planteado, señala:

El momento de análisis debe mantener una estrecha coherencia con los elementos considerados en el momento lógico, por cuanto es el que da respuesta a las preguntas de investigación y solución del problema planteado en el primer momento del proceso metodológico. Una vez concluido el proceso de recaudación de información, tenemos un conjunto de datos crudos, que es necesario tabular o sintetizar; es decir, reunirlos, clasificarlos, organizarlos y presentarlos en cuadros estadísticos, graficas o relaciones de datos con la finalidad de facilitar su análisis e interpretación. (p. 118)

En consecuencia, para el análisis de los resultados se agruparon los ítems por dimensiones como se especifica en la operacionalización de variables, tabulando los resultados en tablas de frecuencia simple y porcentajes para simplificar el análisis, indicador por indicador, con el fin de generar las conclusiones que permitan sustentar el diseño de una cartilla didáctica para el fortalecimiento de las capacidades coordinativas especiales en los estudiantes de tercero y cuarto grado de básica primaria del Colegio Camilo Torres

Cuadro 3
Dimensión: Estrategias didácticas

ITEMES	S		CS		AV		CN		N	
	Fa	%								
1. Utilizas los juegos recreativos como estrategia didáctica para fortalecer las capacidades coordinativas especiales durante las clases de educación física.	4	17	6	25	13	54	0	0	1	4
2. Empleas estrategias didácticas sustentadas en las rondas y canciones con el propósito de fortalecer las capacidades coordinativas especiales durante las clases de educación física.	4	17	5	21	8	33	6	25	1	4
3. Las danzas favorecen el fortalecimiento de las capacidades coordinativas especiales de los estudiantes de la básica primaria en las clases de educación física.	12	50	7	29	5	21	0	0	0	0
4. Planificas actividades para fortalecer las capacidades coordinativas de sus estudiantes empleando la danza como una estrategia didáctica de la educación física.	0	0	0	0	2	8	15	63	7	29
5. Propones alternativas para que los estudiantes tengan la oportunidad de realizar actividades al aire libre con la finalidad de mejorar las	2	8	4	17	11	46	5	21	2	8

capacidades coordinativas especiales.											
6. Utilizas los circuitos físicos durante las clases de educación física para fortalecer las capacidades coordinativas especiales de sus estudiantes.	4	17	7	29	10	42	2	8	1	4	
7. Los circuitos físicos permiten el fortalecimiento de las capacidades coordinativas especiales en las clases de educación física de la básica primaria.	11	46	7	29	6	25	0	0	0	0	
Promedios	5,3	22,1	5,1	21,4	7,9	32,7	4,0	16,7	1,7	7,0	

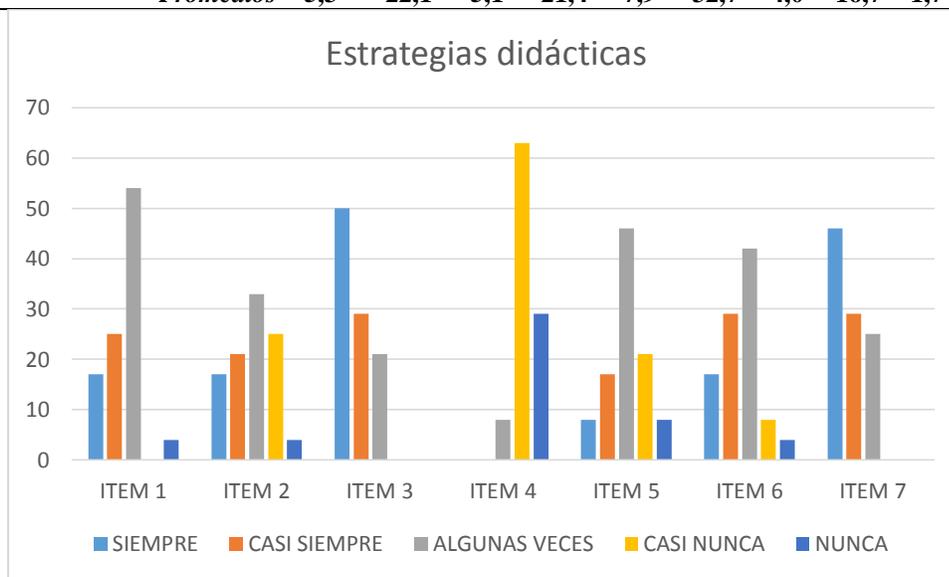


Grafico 1. Dimensión: Estrategias didácticas

La tabla de frecuencia y el grafico estadístico reflejan los resultados obtenidos en relación a la dimensión estrategias didácticas, en donde se destaca que el 54% de los docentes encuestados respondieron que algunas veces utilizan los juegos recreativos como estrategia didáctica para fortalecer las capacidades coordinativas especiales durante las clases de educación física, el 25% opinó que casi siempre y un 17% afirmó que siempre los utilizan; asimismo, el 33% sostuvo que algunas veces emplean estrategias didácticas sustentadas en las rondas y canciones con el propósito de fortalecer las capacidades coordinativas especiales, sin embargo, el 25% señaló que casi nunca las emplean. Es de acotar, que tanto los juegos

recreativos como las rondas y canciones, representan las estrategias lúdicas más accesibles para los docentes, en relación a esto, Castrillón (2105), afirma:

Lo lúdico, generalmente se refiere a aquellas actividades divertidas y agradables que permiten la relajación, que despiertan interés y motivación y por tal razón se han visto limitadas a ciertas circunstancias, y por ello es necesario tener en cuenta que se deben incluir dentro de los espacios de aprendizaje como impulsor del mismo (p. 34)

En efecto, este tipo de actividades lúdicas aparte de la motivación implícita que conlleva su ejecución, podría contribuir como una herramienta didáctica a ser empleada en las prácticas pedagógicas para el fortalecimiento de las capacidades coordinativas de los estudiantes, previa planificación y orientación hacia objetivos precisos desde las clases de educación física de tercer y cuarto grado.

Por otra parte, con tendencia positiva, el 50% aseveró que las danzas siempre favorecen el fortalecimiento de las capacidades coordinativas especiales de los estudiantes de la básica primaria en las clases de educación física; el 29% respondió que casi siempre, y el 21% que algunas veces; llamando la atención que, el 63% casi nunca planifican actividades para fortalecer las capacidades coordinativas de sus estudiantes empleando la danza como una estrategia didáctica de la educación física, y el 29% aceptó que nunca las planifican; en atención a ello, Piedrahita (2008), señala:

La danza potencia el control y dominio de los movimientos corporales del niño, quien puede evolucionar desde la libre expresión del cuerpo, hasta el aprendizaje de algunas danzas en un ambiente divertido y variado; con su ejecución se estimula el desarrollo de las habilidades motrices, de las capacidades perceptivo motrices, y dentro de éstas el ritmo, la fluidez, la dinámica, la transmisión y la precisión del movimiento entre otros, en beneficio de la coordinación motriz. (p. 5)

Por consiguiente, la danza puede llegar a constituirse como una efectiva herramienta para el docente en las clases de educación física, la cual contribuiría al fortalecimiento de las capacidades coordinativas especiales de los estudiantes. Dentro de la misma dimensión y en atención al objetivo de diagnosticar las estrategias didácticas que utilizan los docentes para el fortalecimiento de las capacidades coordinativas especiales en los estudiantes de tercero y cuarto grado de básica primaria, los resultados permitieron evidenciar que el 46% de los encuestados

respondieron que algunas veces proponen alternativas para que los estudiantes tengan la oportunidad de realizar actividades al aire libre con la finalidad de mejorar las capacidades coordinativas especiales; aunque el 21% aceptó que casi nunca proponen este tipo de actividades. Finalmente, el 42% de los docentes manifestaron que algunas veces utilizan los circuitos físicos durante las clases de educación física para fortalecer las capacidades coordinativas especiales de sus estudiantes, el 29% respondió que casi siempre y el 17% afirmó que siempre hacen uso de los circuitos físicos; corroborando lo anterior, el 46% acepta que los circuitos físicos siempre permiten el fortalecimiento de las capacidades coordinativas especiales en las clases de educación física de la básica primaria, el 29% dijo que casi siempre y el restante 25% , respondió que algunas veces.

Se pudo evidenciar de acuerdo a los resultados, que los docentes reconocen las ventajas y beneficios de las actividades lúdicas y recreativas como una herramienta didáctica que favorece las practicas pedagógicas en la educación física; sin embargo, no son utilizadas en su mayoría como una estrategia dirigida al fortalecimiento de las capacidades coordinativas especiales de los estudiantes.

Cuadro 4
Dimensión: Estilos de Enseñanza

ITEMES	S		CS		AV		CN		N	
	Fa	%	Fa	%	Fa	%	Fa	%	Fa	%
8. Propones tareas motrices para que el alumno las ejecute durante las clases de educación física.	6	25	7	29	11	46	0	0	0	0
9. Los estudiantes reciben órdenes del docente para ejecutar acciones motrices en las clases de educación física.	7	29	7	29	9	38	1	4	0	0
10. Promueves la participación activa de los estudiantes en la clase de educación física.	16	67	6	25	2	8	0	0	0	0
11. Planificas actividades para que los estudiantes las ejecuten en parejas en las clases.	6	25	8	33	9	38	1	4	0	0
12. Permites el trabajo individual para atender las particularidades del estudiante en la ejecución de tareas	7	29	10	42	6	25	0	0	1	4

motoras durante las clases de educación física.											
13. Realizas diagnósticos individuales para conocer las debilidades y fortalezas de sus estudiantes en relación a su aptitud física.	2	8	5	21	12	50	4	17	1	4	
14. Incentivas al descubrimiento de la respuesta a la tarea motora planteada en la clase de educación física.	2	8	12	50	8	34	1	4	1	4	
Promedios	6,6	27,3	7,9	32,7	8,1	34,1	1,0	4,1	0,4	1,7	

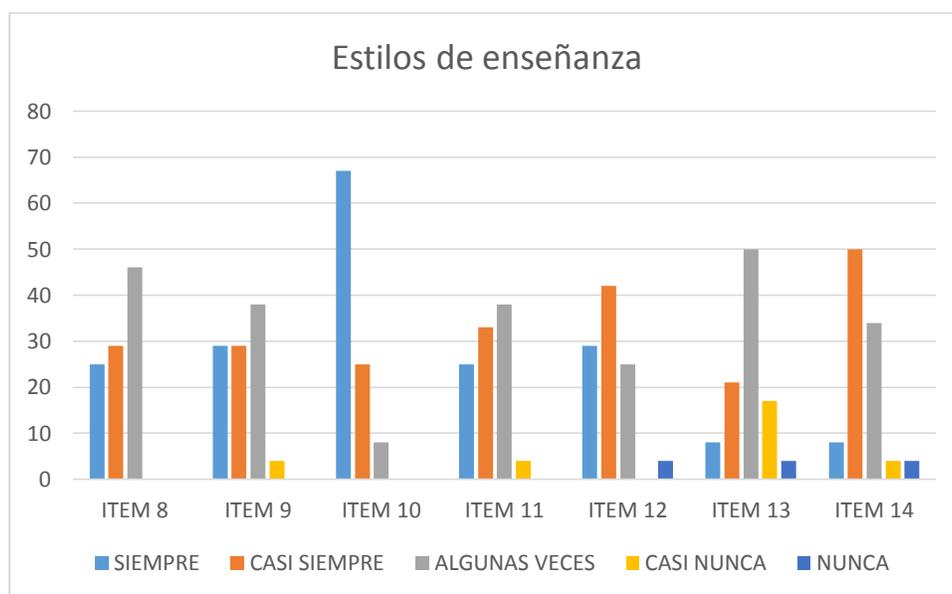


Grafico 2. Dimensión: Estilos de enseñanza

Haciendo referencia a la dimensión estilos de enseñanza del docente, se pudo evidenciar a través de los resultados del cuestionario que el 46% proponen tareas motrices para que el alumno las ejecute durante las clases de educación física, y con tendencia positiva, el 29 % señalaron que casi siempre y el 25% que siempre. En este orden de ideas, el 38% aseveró que los estudiantes reciben órdenes del docente para ejecutar acciones motrices en las clases de educación física, y en un mismo 29%, respondió que casi siempre y que siempre acuden a este estilo de enseñanza.

Por otra parte el 67% de los docentes opinaron que siempre promueven la participación activa de los estudiantes en la clase de educación física, y el 25% sostuvo que casi siempre;

aunado a ello, el 38% asumió que algunas veces planifican actividades para que los estudiantes las ejecuten en parejas en las clases, el 33% casi siempre y el 25% siempre. Asimismo, el 42% manifestó que casi siempre permiten el trabajo individual para atender las particularidades del estudiante en la ejecución de tareas motoras durante las clases de educación física, el 29%, respondió que casi siempre y un 25% algunas veces; sin embargo, el 50% opinó en sus respuestas que algunas veces realizan diagnósticos individuales para conocer las debilidades y fortalezas de sus estudiantes en relación a su aptitud física.

Dentro de la misma dimensión correspondiente a los estilos de enseñanza del docente, el 50% asintió que casi siempre incentivan al descubrimiento de la respuesta a la tarea motora planteada en la clase de educación física y, el 34% respondió que algunas veces ante la interrogante. Estos resultados permiten observar claramente la variedad de respuestas de los docentes encuestados, evidenciándose que no poseen un estilo de enseñanza único al momento de impartir las clases del área de educación física; es decir, emplean cada uno de los estilos de acuerdo a la situación planteada dentro de la práctica pedagógica, en donde los tradicionales, participativos, individualizados y cognitivos están presentes en atención a la particularidad de cada uno de ellos, orientados al logro de los objetivos propuestos de cada clase. Al respecto, Ruiz (2015), manifiesta lo siguiente

El docente eficaz debería dominar diferentes estilos de enseñanza y saber aplicarlos tras establecer un análisis previo de la situación. Deberá saber, también, combinarlos adecuadamente y transformarlos para crear otros nuevos, teniendo siempre presente que no existen unos estilos de enseñanza mejores que otros, sino que son dependientes del contexto (p. 33)

En tal sentido, el docente debe asumir el estilo de enseñanza que considere más adecuado para el desarrollo de cada una de sus clases; es por ello, que el estilo de enseñanza juega un papel fundamental al momento de impartir contenidos en relación al fortalecimiento de las capacidades coordinativas especiales, ya que su intervención pedagógica apoyada en estrategias didácticas facilitaría el alcance de los objetivos si se asume un estilo efectivo y acorde con cada actividad planificada, garantizando el aprendizaje significativo; en relación a esto, Ruiz (ob. cit) agrega:

Un aspecto crucial del proceso de enseñanza-aprendizaje en el área de EF es la interacción que se da entre el docente y el estudiante. El docente en las clases de EF es uno de los máximos responsables para generar experiencias satisfactorias en el alumnado, de manera que su intervención docente será determinante (p. 32)

De acuerdo con lo anterior, el estilo de enseñanza del docente es imprescindible para contribuir al fortalecimiento de las capacidades coordinativas especiales de los estudiantes, adoptando cada uno de ellos de acuerdo a las necesidades tanto colectivas como individuales de los estudiantes; siendo determinante en la adquisición de aprendizajes y en la modificación de conductas motoras desde los primeros grados de educación básica.

Cuadro 5
Dimensión: Capacidades coordinativas especiales

ITEMES	S		CS		AV		CN		N	
	Fa	%								
15. Planificas actividades durante las clases de educación física en donde los estudiantes salten obstáculos con los dos pies y luego con un solo pie de manera sincronizada.	4	17	8	33	9	38	2	8	1	4
16. Planificas actividades en donde los estudiantes realicen cambios de dirección ante un estímulo durante las clases de educación física	4	17	7	29	11	46	1	4	1	4
17. Utilizas estrategias orientadas al desarrollo del equilibrio dinámico de sus alumnos en las clases.	5	21	6	25	7	29	5	21	1	4
18. Empleas estrategias en donde los estudiantes practiquen posturas de equilibrio estático durante las clases de educación física.	4	17	3	12	16	67	1	4	0	0
19. Utilizas el salto a la cuerda como ejercicio de acoplamiento en las clases de educación física.	2	8	4	17	7	29	9	38	2	8
20. Utilizas globos para que los niños lo golpeen con las manos sin dejarlo caer mientras realizan desplazamientos en las clases de educación física	0	0	2	8	5	21	10	42	7	29
21. Cuentas con estrategias didácticas para fortalecer las capacidades coordinativas	3	13	1	4	14	58	5	21	1	4

especiales como la anticipación durante las clases de educación física.

Promedios 3,1 13,3 4,4 18,3 9,9 41,1 4,7 19,7 1,9 7,6

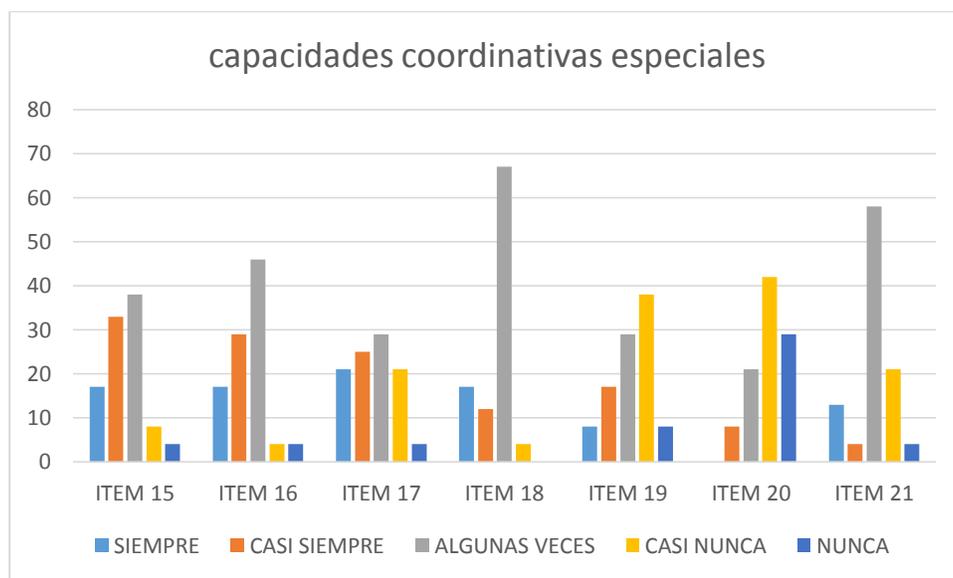


Grafico 3. Dimensión: Capacidades coordinativas especiales

Finalmente, y en relación a la dimensión capacidades coordinativas especiales, se puede realizar el análisis e interpretación partiendo de los resultados del instrumento aplicado a los docentes de básica primaria de la institución educativa Colegio Camilo Torres; en tal sentido, el 38% contestó que algunas veces planifican actividades durante las clases de educación física en donde los estudiantes salten obstáculos con los dos pies y luego con un solo pie de manera sincronizada; el 33% opinó que algunas veces y el 17% que siempre. Asimismo, el 46% respondió que algunas veces planifican actividades en donde los estudiantes realicen cambios de dirección ante un estímulo durante las clases de educación física y el 29% sostuvo que casi siempre; haciendo referencia a este tipo de coordinación de orientación temporo espacial, Correa (2010) sostiene:

La actividad física se desarrolla en unas coordenadas de espacio y tiempo. Para una adecuada estructuración espacio-temporal es necesario la exploración del espacio y la percepción del tiempo, y ambos aspectos se realizan con el propio cuerpo. Todo ello revierte en un desarrollo de las habilidades motrices (p. 4)

Es por eso que se deben proponer actividades en donde el niño realice movimientos y cambios bruscos de situaciones del cuerpo ubicándose en el espacio, luego de haber creado una red de información visual y motriz mediante puntos referenciales, que le permitan un desenvolvimiento adecuado de acuerdo a los estímulos percibidos que ameriten una respuesta motora. Por otra parte, el 29% de los docentes se inclinó por responder que algunas veces utilizan estrategias orientadas al desarrollo del equilibrio dinámico de sus alumnos en las clases, el 25% opinó que casi siempre y un 21% aceptó que casi nunca las utilizan; asimismo, un 67% asegura que algunas veces emplean estrategias en donde los estudiantes practiquen posturas de equilibrio estático durante las clases de educación física, y con tendencia a favor; Merolla (2017), haciendo referencia al equilibrio, sostiene que “el equilibrio debe ser el centro de atención desde temprana edad, atendiendo a la significancia del mismo en la estabilidad, coordinación y correcta ejecución de movimientos del individuo (p. 28).

Siguiendo con el análisis, el 38% respondió que casi nunca utilizan el salto a la cuerda como ejercicio de acoplamiento en las clases de educación física, aunque el 29% opinó que algunas veces; asimismo, con tendencia desfavorable, el 42% manifestó que casi nunca utilizan globos para que los niños lo golpeen con las manos sin dejarlo caer mientras realizan desplazamientos en las clases de educación física, y un 29% aceptó que nunca los utilizan, es de agregar, que el 58% de los docentes respondieron que algunas veces cuentan con estrategias didácticas para fortalecer las capacidades coordinativas especiales como la anticipación durante las clases de educación física, pero el 29% aseveró a través de la respuesta que casi nunca. En atención al análisis anterior, es preciso señalar a Zambrano (2015) quien sostiene que “las capacidades coordinativas son una parte vital en el desarrollo de niños y niñas, debido a que es lo que da cabida a que el cuerpo realice cualquier movimiento de una manera tanto armónica como voluntaria” (p. 6)

Luego del análisis e interpretación de los resultados en cuanto a la dimensión capacidades coordinativas especiales, se evidencia que los docentes durante las clases de educación física no cuentan con las estrategias necesarias para poder fortalecer dichas capacidades en los estudiantes, siendo necesario contar con una cartilla didáctica

fundamentada principalmente en actividades lúdicas y recreativas en favorecimiento de la práctica pedagógica de los docentes de tercero y cuarto grado de educación básica.

CAPITULO V

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

Conclusiones

La investigación que se llevó a cabo con el propósito de proponer una cartilla didáctica para el fortalecimiento de las capacidades coordinativas especiales en los estudiantes de tercero y cuarto grado de básica primaria del Colegio Camilo Torres, arrojó unas conclusiones, luego de recolectar, procesar y analizar la información en atención a cada una de las dimensiones establecidas en el cuadro de operacionalización de las variables; dichas conclusiones son las siguientes:

Los docentes reconocen las ventajas y beneficios de las actividades lúdicas y recreativas como una herramienta didáctica que favorece las prácticas pedagógicas en la educación física; sin embargo, no son utilizadas en su mayoría como una estrategia dirigida al fortalecimiento de las capacidades coordinativas especiales de los estudiantes.

Se pudo evidenciar que los docentes no poseen un estilo de enseñanza único al momento de impartir las clases del área de educación física; es decir, emplean cada

uno de los estilos de acuerdo a la situación planteada dentro de la práctica pedagógica, en donde los tradicionales, participativos, individualizados y cognitivos están presentes en atención a la particularidad de cada uno de ellos, orientados al logro de los objetivos propuestos de cada clase.

Se llegó a la conclusión, que los docentes durante las clases de educación física no cuentan con las estrategias necesarias para poder fortalecer dichas capacidades en los estudiantes, siendo necesario contar con una cartilla didáctica fundamentada principalmente en actividades lúdicas y recreativas en favorecimiento de la práctica pedagógica de los docentes de tercero y cuarto grado de educación básica.

Recomendaciones

Luego de la presentación de las respectivas conclusiones es necesario establecer algunas recomendaciones, entre las cuales están:

Se recomienda facilitar una cartilla didáctica a cada uno de los docentes que contribuya al fortalecimiento de las capacidades coordinativas especiales en los estudiantes de tercero y cuarto grado de básica primaria del Colegio Camilo Torres, ya que resulta indispensable el correcto desarrollo y fortalecimiento de dichas capacidades en los niños y niñas, por lo cual, el docente deberá contar con suficientes estrategias metodológicas para lograrlo, siendo, las actividades lúdicas y recreativas una atractiva alternativa dentro de las prácticas pedagógicas.

La cartilla didáctica fundamentada en actividades orientadas al fortalecimiento de las capacidades coordinativas especiales de los estudiantes de tercero y cuarto grado, debe ser acogida e incorporada en la práctica pedagógica por cada uno de los docentes que laboran en la mencionada institución, actualizándola periódicamente.

Se recomienda realizar diagnósticos iniciales para obtener información sobre las debilidades y fortalezas con las que cuentan los estudiantes para poder adaptar las actividades a las necesidades tanto individuales como grupales, direccionándolas al fortalecimiento de las debilidades detectadas.

La institución educativa deberá prestar el apoyo y colaboración a los docentes, incentivándolos a través de jornadas de capacitación y actualización de conocimientos en el área de educación física.

CAPÍTULO VI

LA PROPUESTA

CARTILLA DIDACTICA PARA FORTALECER LAS CAPACIDADES COORDINATIVAS ESPECIALES EN LOS ESTUDIANTES DE TERCERO Y CUARTO GRADO DE BÁSICA PRIMARIA DEL COLEGIO CAMILO TORRES

Presentación

La competencia motriz representa sin duda alguna para toda persona la oportunidad de desenvolverse con efectividad dentro de los contextos habituales, demostrando habilidades y destrezas en las respuestas a los estímulos que recibe a través de los sentidos, respuestas de carácter motor que implica una acertada formación en su aptitud física aunada a los factores psicomotores que en conjunto le garantizan poseer la coordinación necesaria que estos actos ameritan; por consiguiente, desde que el individuo ingresa a las instituciones educativas en busca de

su formación se encuentra con un cumulo de alternativas de aprendizaje presentadas a través de áreas curriculares con sus contenidos y objetivos preestablecidos.

En consecuencia, el área de educación física se orienta a que cada estudiante adquiera competencias de carácter motriz aunadas a otros elementos que contribuyen a su formación integral, para ello, debe existir en las instituciones educativas docentes capacitados que faciliten experiencias de aprendizajes significativos, apegados a prácticas pedagógicas que conduzcan a la consecución de los objetivos y en atención a las necesidades de los estudiantes con sus particularidades; dichas prácticas pedagógicas se valen de estrategias didácticas que faciliten esa interacción entre el que enseña y el que aprende, a través de actividades planificadas de acuerdo a lo que se quiere lograr.

De acuerdo a lo anterior se hace la presentación de una cartilla didáctica para el fortalecimiento de las capacidades coordinativas especiales en los estudiantes de tercero y cuarto grado de básica primaria del Colegio Camilo Torres, compuesta por una serie de actividades fundamentadas principalmente en la lúdica y la recreación, abordando la diversidad que este tipo de actividades permite; por tanto, la propuesta se consolido en los juegos recreativos, las rondas y canciones, la danza, la vida al aire libre y en los circuitos físicos recreativos, seleccionando algunas estrategias si se quiere innovadoras que motiven el aprendizaje del estudiante; en este caso, en relación a la capacidad de orientación, de diferenciación, de equilibrio, de acoplamiento y de diferenciación.

Cada una de las actividades están clasificadas y presentadas de manera tal que el docente pueda acceder a cada una de ellas de manera fácil, comprendiéndolas y contando con los principales elementos como los objetivos que persigue, los materiales a utilizar, la organización inicial, el desarrollo de la actividad y las posibles variantes como una guía de apoyo instruccional a la práctica pedagógica, tratando de aportar significativamente a la labor docente dentro del área de educación física desde los primeros grados de educación básica; asimismo, motivar al docente a seguir actualizándose y adquiriendo conocimientos que contribuyan a una acertada intervención educativa en pro de la formación de sus estudiantes.

En efecto, las estrategias didácticas que se ofrecen representan una de las alternativas con las que dispone el docente para el desarrollo de su acción pedagógica en procura de los objetivos que se propongan; por tanto, su intervención debe encaminarse para tal fin, valiéndose de los beneficios y bondades que otorgan las actividades lúdicas, encaminadas a la creación de hábitos y de actitudes positivas hacia la práctica de actividades físicas, y por ende, hacia el desarrollo integral del ser que aprende; es de agregar, que dichas actividades están previamente seleccionadas, apegadas a los intereses y motivaciones de los estudiantes, es decir, en donde se facilite su libre y espontánea participación, prevaleciendo el carácter lúdico y recreativo en cada una de ellas.

Conceptualización

Las estrategias metodológicas representan el conjunto de acciones ofrecidas por el docente con una intencionalidad pedagógica clara y explícita, encaminadas a facilitar la adquisición de aprendizajes y conocimientos, además, constituyen el camino a seguir hacia el logro de los objetivos programáticos. En el área de educación física, el docente necesariamente debe acudir a las estrategias metodológicas de acuerdo a lo que se pretende lograr, entendiendo la particularidad de dicha área de aprendizaje, en donde debe prevalecer la motivación de los estudiantes que garantice la participación libre y espontánea en las tareas de índole motor que se presenten.

Por tanto, dichas estrategias deben contener un alto grado de elementos que capten la atención e interés de cada uno de los educandos, apegadas a sus motivaciones, en donde prevalezca la integración social, el espíritu de la sana y espontánea participación, de trabajo en grupo, y, sobre todo, ofrecer actividades ricas en movimiento, es decir, alternativas en donde el educando se exprese a través del acto motor en todas sus facetas. En tal sentido, las estrategias son procedimientos didácticos que ameritan la intervención e interrelación de los involucrados en el momento de enseñanza aprendizaje, cumpliendo cada quien con su rol específico,

apegados a normas preestablecidas, al seguimiento de instrucciones y al fiel cumplimiento de las mismas.

La cartilla didáctica fundamentada en actividades lúdicas y recreativas para el fortalecimiento de las capacidades coordinativas especiales en los estudiantes de tercero y cuarto grado de básica primaria del Colegio Camilo Torres, representa una alternativa para el alcance de los aprendizajes significativos, en donde la intervención tanto del docente como de los educandos, es esencial para garantizar el éxito de lo pretendido a través de los objetivos y metas preestablecidas. Partiendo de la significancia este tipo de actividades para el niño, en donde coloca todo su interés y motivación, expresándose tal cual es; obligando al docente a brindarle alternativas en donde se logre la vinculación del niño con la lúdica con fines pedagógicos y con metas y objetivos claros a ser alcanzados.

Factibilidad

El estudio de factibilidad se refiere a la disponibilidad de los recursos necesarios para llevar a cabo los objetivos o metas señalados en la propuesta, dimensionado desde el punto de vista, legal, institucional, técnico y económico, con la intención de garantizar la aceptación, disposición y ejecución de la cartilla didáctica para el fortalecimiento de las capacidades coordinativas especiales en los estudiantes de tercero y cuarto grado de básica primaria del Colegio Camilo Torres. En tal sentido se hace mención a cada una de ellas:

Factibilidad Legal

Dentro del sustento legal que fundamenta la propuesta, se señalan un conjunto de documentos jurídicos que cumplen con dicho propósito, entre ellos la Constitución Política de Colombia de 1991, la Ley 115 de 1994 (Ley General de Educación), la Ley 934 (2004), por la cual se oficializa la Política de Desarrollo Nacional de la Educación Física, entre otros textos de carácter legal que destacan la obligatoriedad de la educación física, recreación y deporte en todos los ámbitos educativos colombianos, enfatizando en la necesidad de contar con recurso humano capacitado,

es decir, de docentes con las competencias necesarias para poder facilitar con eficiencia tan importante área de aprendizaje, que contribuya a lograr el máximo desarrollo cognitivo, físico, afectivo y social de los educandos, es decir, su desarrollo integral.

Factibilidad Técnica

La particularidad de la propuesta hace que no sea necesario la utilización de equipos tecnológicos como prioridad, sin embargo, en este caso, la factibilidad técnica está relacionada, con los recursos humanos y materiales, necesarios para el desarrollo de la propuesta que permitirán la ejecución de la misma. El recurso humano facilitador de dicha propuesta estará integrado por los docentes de aula de básica primaria del Colegio Camilo Torres; los cuales, junto a la institución, aportaran los recursos materiales necesarios para el desarrollo de cada una de las actividades plasmadas en la cartilla didáctica.

Factibilidad Institucional

La institución educativa Colegio Camilo Torres, coloca a la disposición toda la ayuda y apoyo necesario para el desarrollo de la propuesta, contando con instalaciones y espacios físicos acorde a las exigencias de las actividades a desarrollar y, algún material que se amerite. Por tanto, se cuenta con la receptividad de las autoridades directivas institucionales, así como también del apoyo de todo el personal que labora en mencionada institución, para con los docentes de aula que imparten actividades académicas del área de educación física, recreación y deporte en la básica primaria.

Factibilidad Económica

La factibilidad económica, está relacionada con los recursos económicos y financieros necesarios para desarrollar o llevar a cabo las actividades y/o para obtener los elementos básicos que deben considerarse en el desarrollo de la propuesta, sin embargo, la cartilla didáctica, solo amerita del material de apoyo y recreativo propios

de cada actividad, el mismo lo dispondrá tanto los docentes como la institución educativa de acuerdo a su disponibilidad financiera. Es de agregar, que algunas de las actividades que se presentan en la cartilla didáctica, requieren de algún material específico, sin embargo, se espera de la creatividad del docente para la utilización de recursos alternativos que no amerite de gastos considerables.

Objetivos de la propuesta

Objetivo General

Facilitar a los docentes que laboran en el Colegio Camilo Torres, una cartilla didáctica para el fortalecimiento de las capacidades coordinativas especiales en los estudiantes de tercero y cuarto grado de básica primaria.

Objetivos Específicos

Ofrecer a los docentes, una alternativa que favorezca la práctica pedagógica en el área de educación física, deporte y recreación dentro de la institución educativa en la cual laboran.

Valorar la importancia de las actividades lúdicas y recreativas como medio para la adquisición de aprendizajes significativos dentro del área de educación física, recreación y deporte en la educación básica primaria.

Contribuir a la positiva interacción docente alumno a través de estrategias metodológicas motivantes, innovadoras dentro del contexto escolar.

Propiciar actividades lúdicas y recreativas que conlleven a la adquisición de habilidades, destrezas y competencias motrices en donde prevalezca la espontánea y libre participación por parte de los estudiantes.

Justificación

La propuesta basada en una cartilla didáctica para el fortalecimiento de las capacidades coordinativas especiales en los estudiantes de tercero y cuarto grado de básica primaria del Colegio Camilo Torres, ubicado en la ciudad de Cúcuta, Norte de Santander, con el fin de proporcionarles a los docentes algunas herramientas que contribuyan a la formación integral de los estudiantes desde el área de educación física, deporte y recreación a través de una práctica pedagógica acorde a los propósitos u objetivos que se pretenden lograr. De esta manera las estrategias que se presentan, contribuyen al autodesarrollo de los actores educativos proporcionándole conocimientos, y actividades prácticas para la participación protagónica.

En tal sentido, la propuesta contribuye sin duda alguna a mejorar la práctica pedagógica de los docentes de aula de la básica primaria quienes imparten las clases de educación física sin ser especialistas; es por eso, que van a contar con un cúmulo de experiencias prácticas que les van a permitir refrescar y fortalecer sus conocimientos y estrategias en pro de los educandos quienes sin duda alguna serán los principales beneficiados, ya que son ellos la base del proceso educativo, los cuales ameritan de una acertada intervención pedagógica que conlleve a la formación integral de ciudadanos aptos, con suficientes competencias motrices para convivir en sociedad; y en el caso específico de la presente propuesta, contribuir a fortalecer las capacidades coordinativas especiales a través de una intervención pedagógica efectiva.

Es de considerar que la propuesta va a incidir no solo en la institución en cuestión, sino que puede ser proyectada a los demás centros educacionales que

demuestren el interés por favorecer la enseñanza de la educación física desde la básica primaria proyectada hacia la consolidación de aprendizajes significativos; es por ello que la cartilla se fundamenta en actividades que llaman la atención e interés de los estudiantes, quienes obtendrán la motivación necesaria para la efectiva participación; por tanto, la propuesta tiene una fundamental importancia, ya que está compuesta por una serie de actividades lúdicas y recreativas orientadas al fortalecimiento de las capacidades coordinativas especiales y por ende, a la formación integral, favoreciendo la adquisición de habilidades y destrezas necesarias para un mejor desenvolvimiento de sus respuestas motoras ante los estímulos que le sean presentados.

Por otra parte, la propuesta, significa un aporte significativo de carácter metodológico y didáctico para la práctica pedagógica docente, en donde se podrá contar con estrategias direccionadas hacia fines precisos del área de educación física, utilizando para ello, actividades que por naturaleza son del agrado de los estudiantes por su carácter lúdico y recreativo, factores que deben ser encaminados por los docentes para el verdadero provecho y beneficio de las mismas. Con ello se estará fortaleciendo el proceso educativo, en donde los objetivos referidos al desarrollo de las capacidades coordinativas especiales, podrán contar con estrategias definidas para tal fin.

En tal sentido, las actividades presentadas tendrán un carácter lúdico pedagógico hacia el fortalecimiento de las capacidades coordinativas como elemento implícito en la formación psicomotora del estudiante, permitiéndole la consolidación de un esquema corporal eficaz que le facilite la armonía de los movimientos básicos, coadyuvando a su desenvolvimiento motor correcto y, por ende a fortalecer el esquema básico de competencia que conlleven a una adquisición progresiva y sistemática de aprendizajes cada vez más específicos durante su pasantía por el ámbito educativo en cada uno de sus niveles, respetando sus procesos propios de maduración y crecimiento de acuerdo a sus características individuales.

En el ámbito netamente educativo, la propuesta presenta una alternativa que puede contribuir a la consolidación del proceso pedagógico bajo un carácter

innovador, placentero, en donde sus principales actores cuenten con la necesaria motivación e integración en cada una de las acciones que se lleven a cabo dentro de la institución, en beneficio de la formación de los niños y niñas.

**CARTILLA DIDACTICA PARA
FORTALECER LAS CAPACIDADES
COORDINATIVAS ESPECIALES EN
LOS ESTUDIANTES DE TERCERO Y
CUARTO GRADO DE BÁSICA
PRIMARIA DEL COLEGIO CAMILO
TORRES**



Profesora: Yenny Vásquez
2021



Estrategias didácticas

Juegos Recreativos

- *Los bailarines*
- *El zoológico*
- *A desplazarnos*
- *Tumba pines*
- *Pasa la pelota*

Rondas y canciones

- *Píngorocho*
- *El baile del mono tete*
- *La pelta saltarina*
- *La cunita*
- *Palo palito*

Vida al aire libre

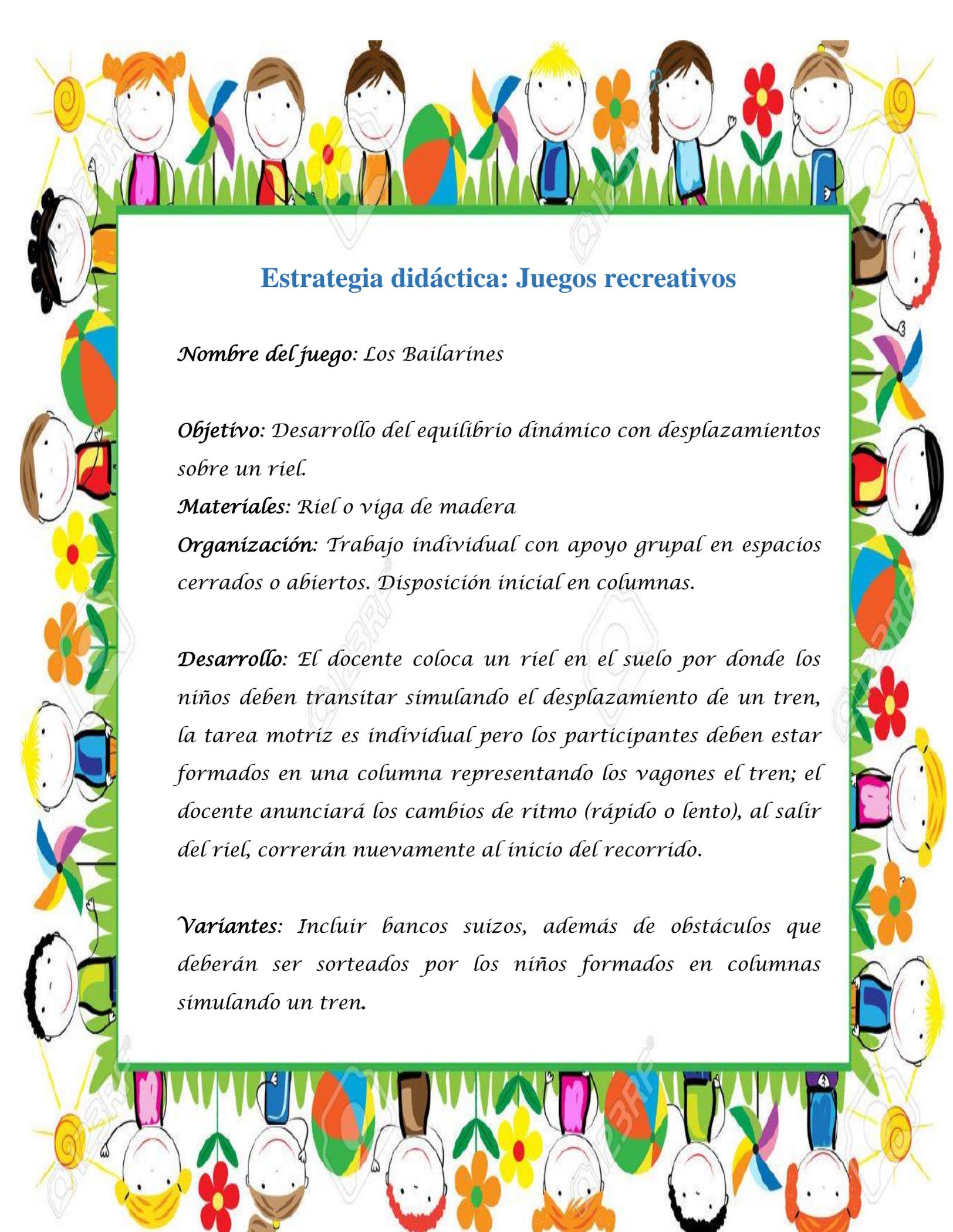
- *Paseos, excursiones y visitas guiadas*
- *Caminata ecológica*
- *Juego ecológico (tierra, aire agua)*
- *Actividades acuáticas*
- *Juego tradicional (papagayo)*

Danzas

- *El baile de la bamba*
- *Danza jiffy mixer*
- *El baile de la estatua*
- *Bailoterapia*

Circuitos físicos y recreativos

- *Gynkhana recreativa*
- *Círculo aeróbico*
- *Círculo de desplazamientos*



Estrategia didáctica: Juegos recreativos

Nombre del juego: Los Bailarines

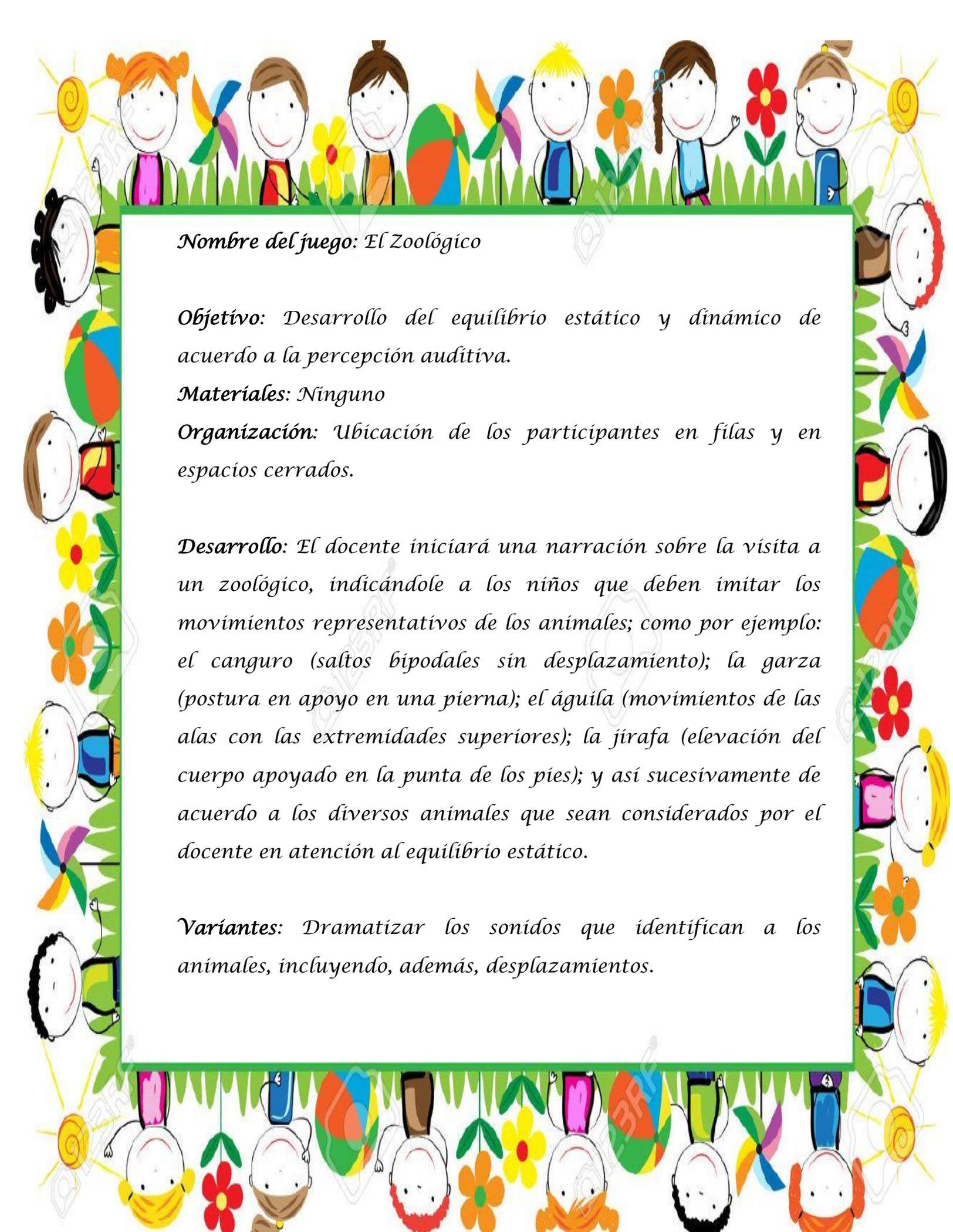
Objetivo: Desarrollo del equilibrio dinámico con desplazamientos sobre un riel.

Materiales: Riel o viga de madera

Organización: Trabajo individual con apoyo grupal en espacios cerrados o abiertos. Disposición inicial en columnas.

Desarrollo: El docente coloca un riel en el suelo por donde los niños deben transitar simulando el desplazamiento de un tren, la tarea motriz es individual pero los participantes deben estar formados en una columna representando los vagones el tren; el docente anunciará los cambios de ritmo (rápido o lento), al salir del riel, correrán nuevamente al inicio del recorrido.

Variantes: Incluir bancos suizos, además de obstáculos que deberán ser sorteados por los niños formados en columnas simulando un tren.



Nombre del juego: El Zoológico

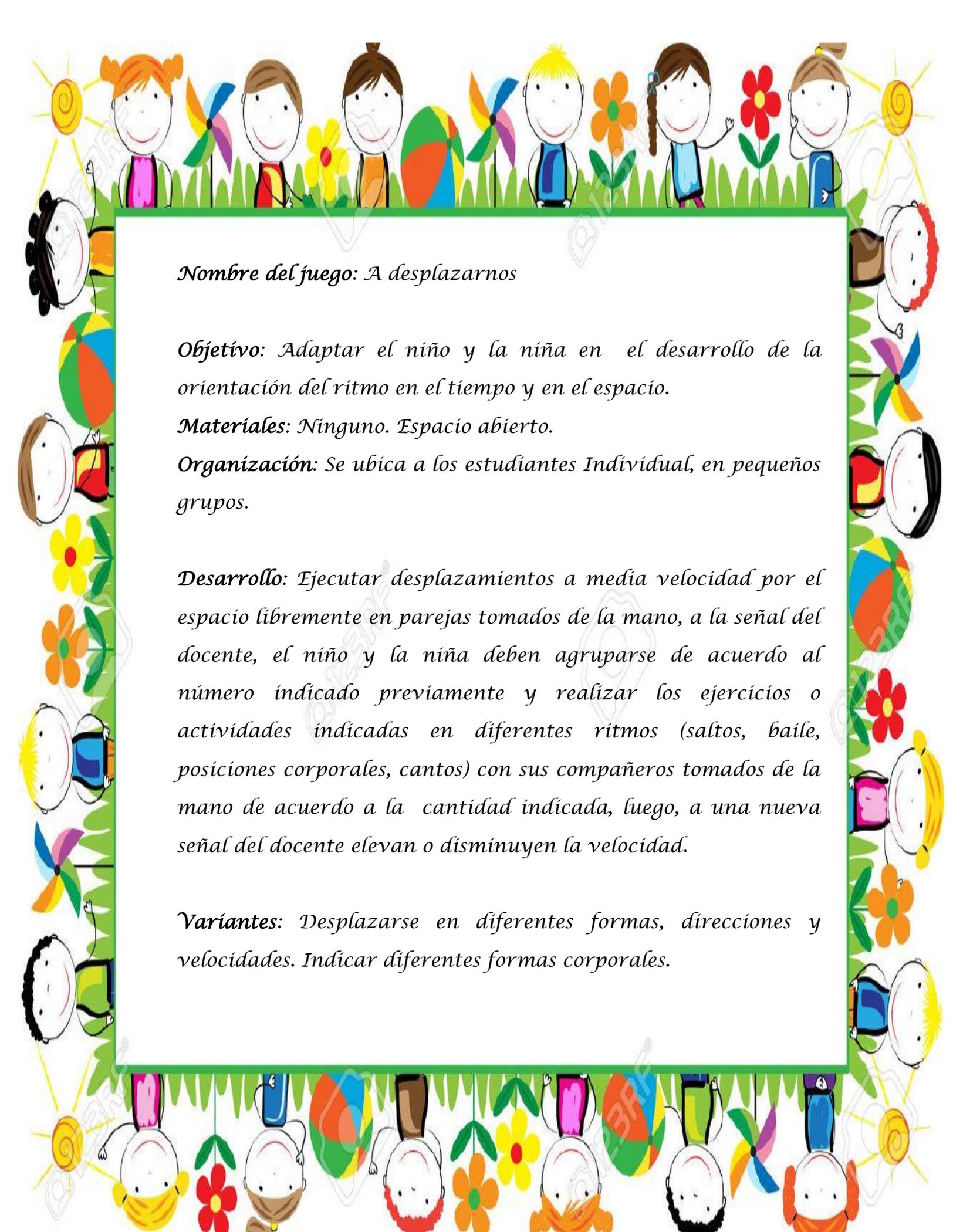
Objetivo: Desarrollo del equilibrio estático y dinámico de acuerdo a la percepción auditiva.

Materiales: Ninguno

Organización: Ubicación de los participantes en filas y en espacios cerrados.

Desarrollo: El docente iniciará una narración sobre la visita a un zoológico, indicándole a los niños que deben imitar los movimientos representativos de los animales; como por ejemplo: el canguro (saltos bipodales sin desplazamiento); la garza (postura en apoyo en una pierna); el águila (movimientos de las alas con las extremidades superiores); la jirafa (elevación del cuerpo apoyado en la punta de los pies); y así sucesivamente de acuerdo a los diversos animales que sean considerados por el docente en atención al equilibrio estático.

Variantes: Dramatizar los sonidos que identifican a los animales, incluyendo, además, desplazamientos.



Nombre del juego: A desplazarnos

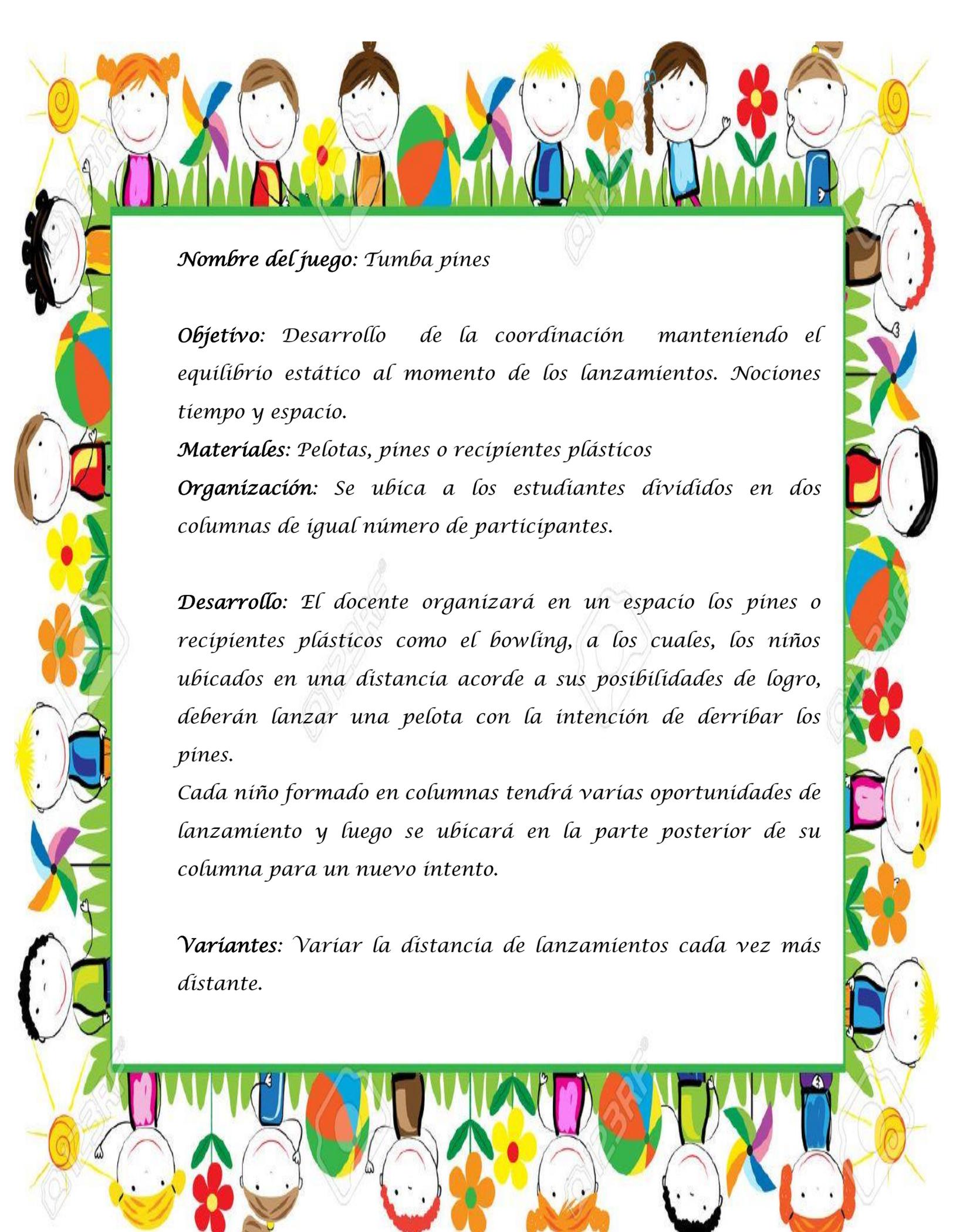
Objetivo: Adaptar el niño y la niña en el desarrollo de la orientación del ritmo en el tiempo y en el espacio.

Materiales: Ninguno. Espacio abierto.

Organización: Se ubica a los estudiantes Individual, en pequeños grupos.

Desarrollo: Ejecutar desplazamientos a media velocidad por el espacio libremente en parejas tomados de la mano, a la señal del docente, el niño y la niña deben agruparse de acuerdo al número indicado previamente y realizar los ejercicios o actividades indicadas en diferentes ritmos (saltos, baile, posiciones corporales, cantos) con sus compañeros tomados de la mano de acuerdo a la cantidad indicada, luego, a una nueva señal del docente elevan o disminuyen la velocidad.

Variantes: Desplazarse en diferentes formas, direcciones y velocidades. Indicar diferentes formas corporales.



Nombre del juego: Tumba pines

Objetivo: Desarrollo de la coordinación manteniendo el equilibrio estático al momento de los lanzamientos. Nociones tiempo y espacio.

Materiales: Pelotas, pines o recipientes plásticos

Organización: Se ubica a los estudiantes divididos en dos columnas de igual número de participantes.

Desarrollo: El docente organizará en un espacio los pines o recipientes plásticos como el bowling, a los cuales, los niños ubicados en una distancia acorde a sus posibilidades de logro, deberán lanzar una pelota con la intención de derribar los pines.

Cada niño formado en columnas tendrá varias oportunidades de lanzamiento y luego se ubicará en la parte posterior de su columna para un nuevo intento.

Variantes: Variar la distancia de lanzamientos cada vez más distante.



Nombre del juego: Pasa la pelota

Objetivo: Desarrollo de la coordinación al pasar y recibir la pelota manteniendo el cuerpo en equilibrio.

Materiales: Pelotas de diferentes tamaños

Organización: Se coloca a los participantes divididos en dos columnas (uno detrás de otro).

Desarrollo: El primero de cada fila, debe coger una pelota y pasarla a su compañero de detrás, de tal forma que debe de girar el tronco y colocarla en el suelo. El siguiente niño debe de recoger la pelota del suelo y repetir la operación con su compañero de atrás, y así sucesivamente. El equipo ganador, será aquel que consiga llevar la pelota al último miembro de la fila. El último de cada fila tendrá la opción de retornar por debajo de las piernas de sus compañeros en forma de túnel, transportando la pelota y así sucesivamente hasta la participación de cada uno de los integrantes de cada grupo.

Variantes: Cambiar la forma en la que pasan la pelota. Así, pueden probar a pasar la pelota por debajo de los pies, o por encima de la cabeza, de uno a otro lado.



Estrategia didáctica: Rondas y canciones

Nombre de la canción: Pingorocho

Objetivo: Desarrollar la orientación espacial, abajo-arriba, adelante-atrás, izquierda-derecha. Ritmo y tiempo.

Materiales: Carteles con las vocales y las diferentes direcciones de orientación, bum-bac, silbato

Organización: inicialmente se ubicaran los niños en una ronda, y se procede a enseñar paso a paso la canción el docente pronunciara la canción y los niños repetirán después de él.

Desarrollo: la canción dice así:

Pingorocho es un trompetista que tenía un millón de años. Los niños repiten.

Y cada vez que él venía él siempre decía. Los niños repiten.

Coro: Vamos bajando, vamos bajando vamos bajando y vaa.

A: Pingorocho ya se va... Los niños repiten.

E: Pingorocho ya se fue... Los niños repiten.

I: Pingorocho ya está aquí... Los niños repiten.

O: Pingorocho ya llegó... Los niños repiten.

U: Pingorocho eres tú... Los niños repiten.

Se repite la canción y al momento del coro ya no se dice vamos bajando sino que se cambia por subiendo, luego por izquierda, derecha, adelante y atrás... y se repite la canción.

Variantes: incluir desplazamientos, saltos giros entre otros.



Nombre de la canción: El baile del mono tete

Objetivo: Realizar desplazamientos. Trabajar en base al esquema corporal, ritmo tiempo y orientación espacial.

Materiales: Bum-bac, síbato, recurso humano.

Organización: Se organizaran los participantes en formación de cuadrado o cuatro lados.

Desarrollo: el docente cantara la canción y los niños tendrán que repetir después de él y de igual manera realizar todos los movimientos que el ejecute. La canción dice así:

Este es el baile del mono tete... Todos los niños repiten.

Que lo baila todo el que lo ve... Todos los niños repiten.

Coro: Con un dede, Todos los niños repiten... con el otro dede.

A continuación se canta la canción nuevamente y se cambian los dedos o el dede, por la mane o sea mano, code oreje, narice, pompe, cachete, rodille. Entre otros...

Variantes: se pueden realizar con diferentes desplazamientos y con cambio de direcciones.



Nombre de la canción: la pelota saltarina

Objetivo: Realizar saltos unipodales, bipodales, y en diferentes direcciones atrás-adelante, izquierda-derecha, cruzados entre otros.

Materiales: Bum-bac, silbato, recurso humano.

Organización: Se organizaran los participantes en una ronda principal.

Desarrollo: el docente cantará la canción y los niños tendrán que repetir después de él y de igual manera realizar todos los movimientos que el ejecute. La canción dice así:

La pelota va saltando, la pelota va saltando. Todos repiten.

Movemos la cabeza así. (izq)... Todos los niños repiten.

Movemos la cabeza así. (derch)... Todos los niños repiten.

Coro: Moviendo la cabecita moviendo la cabecita moviendo la cabecita.

Y al son de esta melodía.... Todos los niños repiten.

Alegres pasamos el día... Todos los niños repiten.

Desde este momento se sigue repitiendo la canción pero solo se va a cambiar la parte del cuerpo que se quiera mover o trabajar, ejemplo: codos manos, caderas, rodillas, pies pompas y demás.

Variantes: se pueden realizar en parejas e ir incorporando niños tomados de la mano.



Nombre de la canción: la cunita

Objetivo: Desarrollo de la coordinación, desplazamientos, esquema corporal, tiempo ritmo, y orientación espacial

Materiales: Bum-bac, síbato, recurso humano.

Organización: Inicialmente se ubicaran los niños en una ronda, y se procede a enseñar paso a paso la canción; los niños serán organizados en una ronda principal.

Desarrollo: el docente cantará la canción y los niños tendrán que repetir después de él y de igual manera realizar todos los movimientos que el ejecute. La canción dice así:

*Estaba yo en mi cunita con mi chupón y con mi tetero...
Todos los niños repiten.*

*Y me quede dormido y me robaron mi tetero...
Todos los niños repiten.*

*El profesor dice: Los niños lo han visto.
Los niños contestan: los niños dicen que no, pues búscalo en tu derecha que en tu derecha se te perdió.*

Luego se canta otra vez la canción y se agregan desplazamientos y cambia la derecha por izquierda, o por arriba o por abajo o por adelante o atrás.

Variantes: Incluir cambios de dirección. Incluir saltos.



Nombre de la canción: Palo palito

Objetivo: Desarrollo de las capacidades coordinativas especiales (acoplamiento, orientación y anticipación)

Materiales: Ninguno.

Organización: Inicialmente se ubicaran los niños en una ronda, y se procede a enseñar paso a paso la canción.

Desarrollo: el docente cantará la canción y los niños tendrán que repetir después de él y de igual manera realizar todos los movimientos que el ejecute. La canción dice así:

Palo palo palo, palo palito palo e; e, e, e; palo palito palo e!!...

Los movimientos deberán ser sincronizados de la siguiente manera:

Palo: mover y mostrar al frente el dedo pulgar.

Palito: mover y mostrar al frente el dedo índice.

E: mover y mostrar al frente el dedo meñique.

Palo: salto al frente (bipodal)

Palito: salto atrás

E: salto a la derecha.

Variantes: Incluir cambios de dirección. Incluir diferentes tipos de salto.



Estrategia didáctica: Vida al aire libre

Entre las estrategias didácticas relacionadas con la vida al aire libre se encuentran las caminatas ecológicas, los ciclo paseos, las visitas guiadas, los campamentos, las excursiones, los juegos ecológicos, los juegos acuáticos, entre otros; en donde el docente tomando las medidas de seguridad y de prevención, así como también con la respectiva permisosología, puede acceder a planificarlas dentro de sus prácticas pedagógicas.

Estrategia recreativa: paseos, excursiones, visitas guiadas

Objetivo: *Interactuar en ambientes alternativos fuera del contexto escolar, planificando actividades acordes a los lugares a visitar.*

Materiales: *hidratación, recursos de acuerdo a la actividad*

Organización: *conformar grupos asignando un líder o responsable por cada grupo, prever horarios, sitios a visitar, recorridos, transporte, logística, seguridad.*



Estrategia recreativa: *Camíatas ecológicas*

Objetivo: *Incentivar el contacto con espacios naturales en pro de mejorar la calidad de vida de los participantes. Fortalecer la coordinación motora gruesa en desplazamientos habituales*

Materiales: *hidratación, recursos de acuerdo a la actividad*

Organización: *Determinar la ruta a seguir previendo las debidas precauciones.*

Desarrollo: *Iniciar la actividad con un previo acondicionamiento neuromuscular, comenzar la caminata a un ritmo lento el cual deberá ir aumentando en intensidad progresivamente; alternar pasos largos y cortos; caminar en sentido contrario, realizar desplazamientos cortos saltando, marchando, corriendo; adaptar la marcha a un ritmo; cambiar de dirección ante estímulos auditivos.*

Variantes: *Desarrollar juegos de orientación temporo espacial (*



Estrategia recreativa: Juego ecológico (tierra, aire y agua)

Objetivo: conocer los elementos más importantes del medio físico, por medio de desplazamientos habituales y no habituales

Materiales: Tiza para delimitar los espacios

Organización: Organizar tres grandes grupos de acuerdo a la totalidad de los estudiantes.

Desarrollo: □ Cada grupo deberá asumir el rol de un animal, característico del espacio físico. (Tortugas, gusanos, águilas)

□ El docente les explicará a los participantes que cada grupo debe trasladarse de un espacio a otro adoptando la posición y forma de desplazarse de los animales.

□ Las águilas: saltarán moviendo las extremidades superiores; las tortugas reptarán y los gusanos también reptarán.

□ Todos dispersos en el espacio moviéndose como el animal que le correspondió, esperan la señal del docente para trasladarse a su hábitat (tierra, aire, agua)

□ Luego cambian de roles.

Variantes: Cada grupo de estudiantes puede elegir el animal a imitar.



Estrategia recreativa: Actividades acuáticas

Objetivo: desplazarse dentro del agua sumergido, caminando y saltando

Materiales: Piscina, Traje de Baño, Gorro de natación, tubos flotadores, tablas, silbato, cronometro

Organización: Trabajo individualizado previendo todas las medidas de seguridad.

Desarrollo: Facilitar a cada uno de los estudiantes la posibilidad de realizar los siguientes trabajos motrices dentro de la piscina:

Inmersión: Ejercicios de introducción al agua (caminar y correr en diferentes formas), En piscina de nivel de agua baja; (desplazarse agarrado de los rebosaderos); Introducir la cara. Introducir la cabeza. Abrir los ojos. Recoger objetos del fondo. Desplazarse debajo del agua.

Salto: Saltar desde sentado con la ayuda del profesor. Desde sentado con agarre de un tubo. Desde cuclillas con agarre del tubo. De pie con agarre del tubo. De pie saltar y agarrar el tubo en el aire.

Locomoción: Movimientos de piernas con deslizamientos agarrados del tubo (ventral y dorsal).



Estrategia recreativa: Juego tradicional (papagayo o cometa)

Objetivo: Incentivar a los educandos a la elaboración, participación y práctica del papagayo o cometa como juego tradicional al aire libre, y en donde exprese su creatividad y coordinación.

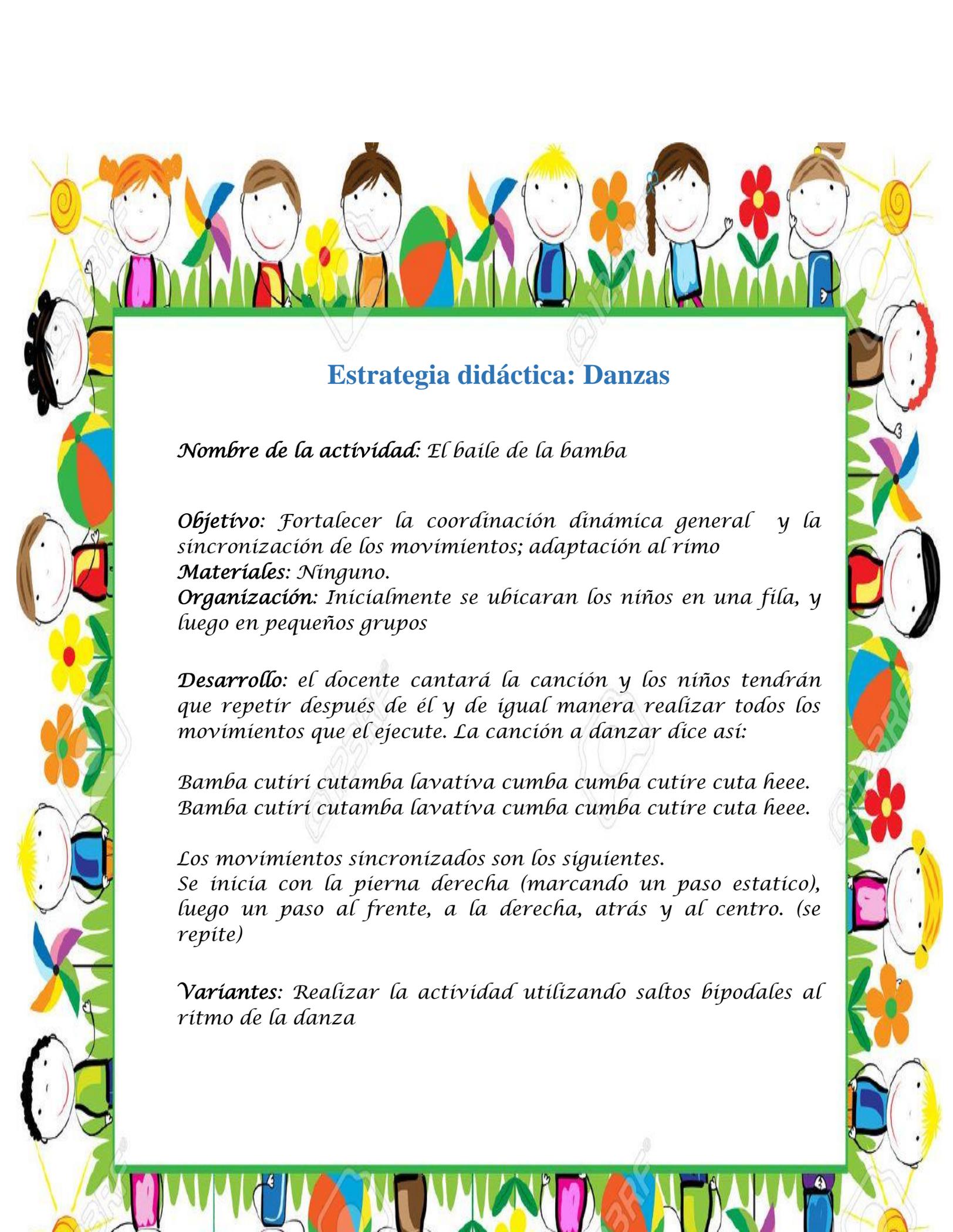
Materiales: Papel periódico, seda, celofán, lustrillo. Veredas o caña brava. Pabilo y trazos de tela. Goma de pegar.

Hidratación

Organización: Planificar con antelación la actividad en donde en su parte inicial los educandos puedan construir sus cometas con la ayuda del docente, padres y representantes; visitar los posibles sitios a utilizar para seleccionar el más acorde; tramitar los permisos respectivos

Desarrollo: Supervisar la elaboración de las cometas tratando de utilizar recursos de bajo costo; prever la logística respectiva acorde al sitio a utilizar; prever comisiones de seguridad, limpieza e hidratación; captar a través de cámaras fotográficas y de video el desarrollo de la actividad para su difusión.

Valorar la acción motriz de los educando en cuanto a las capacidades coordinativas especiales.



Estrategia didáctica: Danzas

Nombre de la actividad: El baile de la bamba

Objetivo: Fortalecer la coordinación dinámica general y la sincronización de los movimientos; adaptación al ritmo

Materiales: Ninguno.

Organización: Inicialmente se ubicaran los niños en una fila, y luego en pequeños grupos

Desarrollo: el docente cantará la canción y los niños tendrán que repetir después de él y de igual manera realizar todos los movimientos que el ejecute. La canción a danzar dice así:

*Bamba cutirí cutamba lavativa cumba cumba cutire cuta heee.
Bamba cutirí cutamba lavativa cumba cumba cutire cuta heee.*

*Los movimientos sincronizados son los siguientes.
Se inicia con la pierna derecha (marcando un paso estatico), luego un paso al frente, a la derecha, atrás y al centro. (se repite)*

Variantes: Realizar la actividad utilizando saltos bípodales al ritmo de la danza



Nombre de la actividad: Danza Jiffy Mixer:

Objetivo: desarrollo de la sincronización de los movimientos; adaptación al ritmo

Materiales: Equipo de sonido.

Organización: Se ubicaran los niños formando parejas en dos grandes grupos.

Desarrollo: se divide la clase en dos grupos, y a su vez, cada grupo en dos subgrupos. Un grupo se pone mirando hacia fuera y el otro hacia adentro (en círculo). Realizarán los siguientes pasos: se comenzará dando las manos a su pareja y cuando empiece la música, los del grupo de fuera empezarán con el pie derecho punta-tacón, punta-tacón y los del grupo de adentro, harán lo mismo pero con el pie izquierdo. Después darán dos pasos hacia la derecha del de fuera. Se realizarán los dos pasos anteriores pero hacia el lado contrario. Cuatro saltitos con palmada hacia atrás. Con chulería, y haciendo pitos, te vas acercando hacia la derecha, para ponerte frente a la siguiente pareja. Se comenzará todo de nuevo.

Variantes: primeramente se enseñara toda la canción, para más tarde, ir representándola, pero paso a paso. Una vez aprendido el ritmo de la canción y los pasos, pasaran a ejecutarla toda entera.



Nombre de la actividad: El baile de la estatua

Objetivo: Fortalecer el equilibrio estático y dinámico y la regularización como capacidades coordinativas especiales

Materiales: Equipo de sonido, espacio amplio.

Organización: Trabajo individual con libertad de movimiento en el espacio seleccionado.

Desarrollo: El docente facilitará diversos ritmos musicales para que los estudiantes de manera libre y espontánea puedan expresarlos a través del movimiento; el docente parará la música de manera repentina y el estudiante quedará estático asumiendo la postura de una estatua (manteniendo el equilibrio); así sucesivamente se irán incorporando diversas danzas para que el niño se adapte a cada ritmo.

Variantes: Incluir ritmos dancísticos de diversos géneros. Se puede trabajar formando parejas.



Nombre de la actividad: Bailoterapia

Objetivo: Propiciar el espíritu de participación libre y espontánea a través del baile dirigido y en donde se consoliden los valores de integración y solidaridad así como también el fortalecimiento de las capacidades coordinativas

Materiales: Equipo de sonido, hidratación.

Organización: Trabajo individual con libertad de movimiento en el espacio seleccionado.

Desarrollo: Realizar un acondicionamiento neuromuscular dirigido, como calentamiento para la actividad. Motivar en todo momento a los participantes a través de la animación recreativa. Dirigir ejercicios de estiramiento de recuperación y regeneración física. El estudiante de manera libre y espontánea deberá bailar en atención a los diversos ritmos musicales percibidos y dirigidos por un monitor. El monitor procurará incluir movimientos que incentiven los saltos, los giros, el equilibrio; de manera coordinada.

Variantes: prever el uso de indumentaria adecuada para la práctica de la actividad; prever los estilos de música a utilizar así como también la duración e intensidad de la misma.



Estrategia didáctica: Circuitos físicos recreativos

Nombre de la actividad: Gynkhana Recreativa

Objetivo: Propiciar el espíritu de participación libre y espontánea a través del baile dirigido y en donde se consoliden los valores de integración y solidaridad así como también el fortalecimiento de las capacidades coordinativas

Materiales: costales, cuerdas, balones, conos, pines.

Organización: Seleccionar las actividades a desarrollar en cada estación (5 estaciones).

Desarrollo: Acompañar a cada participante por cada una de las pruebas; incluir pruebas que desarrollen habilidades motrices y coordinativas; motivar permanentemente a los participantes:

Estación 1: trasladar un balón de un lugar a otro

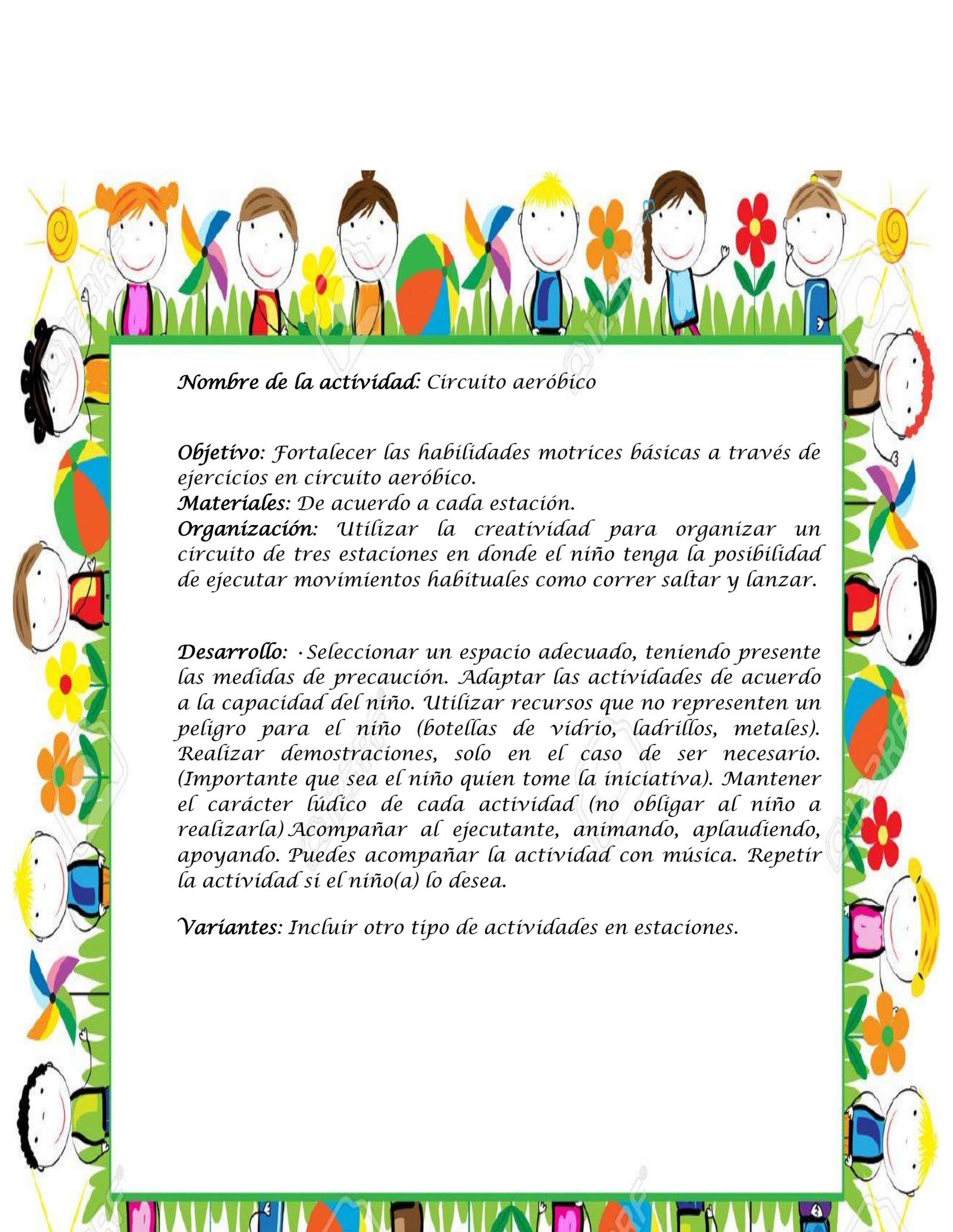
Estación 2: saltar obstáculos

Estación 3: Saltar dentro de un costal con desplazamiento

Estación 4: salto a la cuerda

Estación 5: Lanzar una pelota para tumbar pines

Variantes: Incluir otro tipo de actividades en estaciones.



Nombre de la actividad: Circuito aeróbico

Objetivo: Fortalecer las habilidades motrices básicas a través de ejercicios en circuito aeróbico.

Materiales: De acuerdo a cada estación.

Organización: Utilizar la creatividad para organizar un circuito de tres estaciones en donde el niño tenga la posibilidad de ejecutar movimientos habituales como correr saltar y lanzar.

Desarrollo: · Seleccionar un espacio adecuado, teniendo presente las medidas de precaución. Adaptar las actividades de acuerdo a la capacidad del niño. Utilizar recursos que no representen un peligro para el niño (botellas de vidrio, ladrillos, metales). Realizar demostraciones, solo en el caso de ser necesario. (Importante que sea el niño quien tome la iniciativa). Mantener el carácter lúdico de cada actividad (no obligar al niño a realizarla) Acompañar al ejecutante, animando, aplaudiendo, apoyando. Puedes acompañar la actividad con música. Repetir la actividad si el niño(a) lo desea.

Variantes: Incluir otro tipo de actividades en estaciones.



Nombre de la actividad: Circuito de desplazamientos

Objetivo: Favorecer los desplazamientos habituales (caminar, trotar, correr y saltar) a través de un circuito físico.

Materiales: De acuerdo a cada estación.

Organización: Demarcar un ovalo de 20 metros de diámetro en donde el niño se pueda desplazar libremente.

Desarrollo: Previo acondicionamiento cada uno de los niños atendiendo a las indicaciones del docente deberá dar tres vueltas al ovalo caminando; seguidamente tres vueltas trotando, y luego tres vueltas corriendo; finalmente se incorporaran conos a lo largo del recorrido para que el niño los salte a medida que se desplaza.

Para la elaboración del recorrido acudir a la creatividad y lograr que el niño(a) se motive a participar y se divierta durante la ejecución. Puedes utilizar tiza, pintura, conos, envases plásticos, cuerdas, tiras de tela, cartón, entre otros que se considere.

Variantes: Seleccionar un espacio adecuado, teniendo presente las medidas de precaución. • Mantener el carácter lúdico de cada actividad (no obligar al niño(a) a realizarla)

REFERENCIAS

- Arboleda, I. (2007). *Educación Física Pedagógica*. Caracas: Editorial Neus.
- Arias, F. (2016) *El proyecto de Investigación. Introducción a la metodología científica*. (5ta. Edición) Caracas: Editorial Episteme.
- Blasco Mira, J.; y Pérez Turpín, J. (2017). *Metodologías de Investigación en las Ciencias de la Actividad Física y el Deporte*. España: Editorial Club Universitario.
- Balestrini Acuña, M. (2016). *Como se Elabora el Proyecto de Investigación*. (7ª ed.) BL Consultores Asociados Servicio Editorial.
- Bavaresco de Prieto, A. (2013). *Proceso metodológico en la investigación* (Sexta Edición). Maracaibo: Imprenta Internacional.
- Bequer, G. (2000). *La motricidad en edad preescolar*. Armenia: Kinesis.
- Calles, C. (2007). *Educación física en el nivel de educación inicial*. (1ª. ed.). Mérida, Venezuela. Universidad de los Andes, Consejo de Publicaciones.
- Camacho, C. (2017). *Pedagogía y Didáctica de la Educación Física*. Colombia: Editorial kinesis.
- Carrillo A. y Rodríguez, J. (2004). *El básquet a su medida*. Inde Publicaciones. Barcelona, España.
- Castrillon, Y. (2015). *La enseñanza de la educación física desde la lúdica en la básica primaria en la institución educativa José María Córdoba del municipio de Yumbo, Valle del Cauca*. Trabajo de Investigación para optar al título de Especialista en pedagogía de la lúdica. Fundación Universitaria los Libertadores. Cali.
- Constitución Política de Colombia (1991).
- Correa, B. (2010). *Estructuración espacio temporal*. Documento en línea disponible: <https://blogdejosefranciscolauracordoba.files.wordpress.com/>. [Consulta 2021, marzo 15]
- Delgado Noguera, M. (2002). *Educación física y estilos de enseñanza*. España: Inde Publicaciones

- Dietrich, M. Jurgen, N. y Ostrowski, C. (2004). *Metodología general del entrenamiento infantil y juvenil*. Editorial Paidotribo. Barcelona España.
- Dietrich, M. Klaus, C. Klaus, L. (2001). *Manual de metodología del entrenamiento deportivo* (1ª. ed.). Barcelona, España: Paidotribo.
- Di Sante, E. (2005). *Psicomotricidad y desarrollo psicomotor del niño en edad preescolar*. (3ª. ed.). Caracas, Venezuela: Universidad Pedagógica Experimental Libertador. Instituto de mejoramiento Profesional del Magisterio.
- Garrote Peña, E. (2018). *Estrategias Didácticas en Educación Física. Propuestas de Herramientas*. Barcelona: España: Paidotribo.
- Gómez, H. (1996). *Juegos Recreativos de la Calle*. Una herramienta Pedagógica. L. Vieco e Hijas Ltda. Medellín, Colombia.
- Gualdrón, M. (2007). *Programa de Competencias Docentes apoyados en las Tic*. Trabajo Especial de Grado presentado en la Universidad Metropolitana (UNIMET) Caracas – Venezuela.
- Hernández Sampieri, R.; Fernández Collado, C.; y Baptista Lucio, P. (2014). *Metodología de la Investigación* (6ª. ed.) México: McGraw-Hill Education.
- Hernández, J. y Velásquez, R. (2004). *La evaluación en la educación física: Investigación y práctica en el ámbito escolar*. Barcelona: Editorial Grao.
- Hidalgo (2009). *Educación Física, Deporte, Deporte Recreativo, Ejercicio Físico*. (Documento en Línea) Disponible en: <http://mountainbikebiobike.blogspot.com/2009/09/educacion-fisica-deporte-deporte.html> [Consulta 2020, enero 28]
- Hurtado, J. (2012). *El Proyecto de investigación. Comprensión holística de la metodología y la investigación*. (7ª. ed.). Caracas Venezuela: Ediciones Gavilán.
- Ley General de la Educación 115 de 1994.
- Martínez, H. (2008). *La Educación Física en Progreso Constante*. Editorial Elite. Caracas.
- Martínez, R. (2012). *La danza en la escuela*. Universidad de Cantabria, Cantabria.

- Martin, D. y Klaus, C. (2001). Manual de metodología del entrenamiento deportivo. Editorial Paidotribo. Barcelona España.
- Merolla, M. (2017). *Estrategias dirigidas a los docentes para el fortalecimiento del equilibrio a través de los juegos motrices en los estudiantes del Centro de Educación Inicial “Córdoba”*. Trabajo de Grado no publicado. Universidad Pedagógica Experimental Libertador. Venezuela.
- Ministerio de Educación Nacional (1996). *Serie lineamientos curriculares Educación Física, Recreación y Deporte*. Bogotá – Colombia.
- Ministerio de Educación Nacional (2010). *Orientaciones Pedagógicas para la Educación Física, Recreación y Deporte (Documento N° 15)*. Bogotá – Colombia.
- Murillo, J. (2003). *Talleres Recreativos*. Editorial San Pablo. Bogotá, Colombia
- Montealegre Molina, V. (2017). *El Mejoramiento de la Enseñanza de la Educación Física, Recreación y Deportes*. Bogotá: Cooperativa Editorial Magisterio.
- Orduz, D. (2018). *Estrategias didácticas dirigidas a los docentes de educación física para favorecer el desarrollo de las capacidades coordinativas de los educandos, en el subsistema de educación inicial de los Simoncitos Bolivarianos del municipio Junín*. Trabajo de grado para optar al título de magister en enseñanza de la educación física. Universidad Pedagógica Experimental Libertador. Táchira, Venezuela.
- Parella Stracuzzi, S.; y Martins Pestana, F. (2016). *Metodología de la Investigación Cuantitativa* (3ª. ed.) Caracas: Fedupel.
- Pérez, V. (2001). *Capacidades coordinativas*. Documento en línea. Disponible en <https://g-se.com/capacidades-coordinativas-13-sa-757cfb270e604d> [Consulta 2021, febrero 21].
- Piedrahita, J. (2008). *La danza como medio potenciador del desarrollo motriz del niño en su proceso de formación deportiva*. Trabajo de grado no publicado para optar al título de especialista en educación física y entrenamiento deportivo. Universidad de Antioquia. Colombia
- Piedras Berrio y Torres Paredes (2017). *Concepciones de los docentes de Educación Física sobre Estrategias Didácticas y su desarrollo en las prácticas de aula*. Universidad Francisco de Paula Santander. Cúcuta-Colombia. Trabajo de Grado.

- Quiroga, D. (2016). *Programa de educación física orientado desde las competencias: motriz, expresivo corporal, axiológica y ciudadanas*. Trabajo de grado presentado ante la Universidad Libre de Colombia. Bogotá.
- Ramírez, J. (1999). *Conceptos de Educación Física Deporte y Recreación*. Maracay Venezuela: Episteme C.A.
- Ramos, F. (2004), *juegos recreativos, una herramienta didáctica*. Editorial Cial. Caracas Venezuela.
- Rivera, J. (2015). *Diseño de pruebas motrices coordinativas hacia la autoevaluación en educación física*. Tesis doctoral no publicada presentada ante la Universidad de Lleida: España.
- Rojas Briceño, A. (2017). *Estrategias Didácticas en la construcción del conocimiento de las capacidades físicas condicionales*. Universidad Central de Venezuela. Caracas-Venezuela. Trabajo de Grado.
- Ruiz, L. (2015). *Estilo de enseñanza en educación física y sus consecuencias comportamentales, afectivas y cognitivas*. Tesis Doctoral. Universidad de Málaga: España.
- Sabino, C. (2009). *Cómo hacer una tesis y elaborar todo tipo de escrito / Caracas: Panapo*
- Sequera Reina, K. (2018). *Diseño de un Programa de Capacitación sobre Estrategias Didácticas para fortalecer la enseñanza y aprendizaje de la Educación Física en los estudiantes de 4to grado del Colegio La Salle*. Universidad de Pamplona Villa del Rosario. Trabajo de Grado.
- Silva, J. (2016). *Metodología de la Investigación. Elementos Básicos*. Caracas: Caobo.
- Solarte, N. (2018). *Diseño de una propuesta de evaluación para los aprendizajes desde la clase de educación física*. Trabajo de grado no publicado presentado ante la Universidad Externado de Colombia. Bogotá.
- Solórzano, M. (2007). *Cuerpos en Movimiento*. Colombia: Editorial Valle.
- Universidad Pedagógica Experimental Libertador, Vicerrectorado de Investigación y Postgrado. (2016). *Manual de trabajo de grado de especialización, maestría y tesis doctorales*. Caracas: Autor.
- Véliz, A. (2008). *Cómo hacer y responder una Tesis*. Caracas. Venezuela: Texto C.A.

Zambrano, R. (2011). *La Enseñanza de la Educación Física*. Mérida, Venezuela.
Consejo de publicaciones Universidad de los Andes

ANEXOS

ANEXO A

CUESTIONARIO APLICADO A LOS DOCENTES



REPÚBLICA BOLIVARIANA DE VENEZUELA
UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA EXPERIMENTAL LIBERTADOR
INSTITUTO PEDAGÓGICO RURAL GERVASIO RUBIO

INSTRUMENTO DE RECOLECCIÓN DE DATOS DIRIGIDO AL PERSONAL DOCENTE

Estimado docente:

Acudo a usted respetuosamente con el propósito de solicitarle su valiosa colaboración en participar como encuestado en el desarrollo del presente cuestionario, relacionado exclusivamente con el estudio investigativo que tiene como objetivo: Proponer una cartilla didáctica para fortalecer las capacidades coordinativas especiales en los estudiantes de tercero y cuarto grado de básica primaria del Colegio Camilo Torres. El mismo forma parte del trabajo de grado a ser presentado ante la Universidad pedagógica Experimental Libertador, Instituto Pedagógico Rural Gervasio Rubio; para optar al título de Magister en Innovaciones Educativas.

Agradecida de ante mano por su atención.

Instrucciones: Por favor, conteste, de acuerdo con la escala que a continuación se presenta y que es contentiva de cinco (05) alternativas de respuesta: Siempre (S), Casi siempre (CS), Algunas veces (AV), Casi nunca (CN) y Nunca (N). Marque con una “X” en la casilla de escala de cada proposición, donde se encuentra la alternativa de su preferencia.

El instrumento es de carácter anónimo (no colocar sus datos personales)

INSTRUMENTO

N°	Ítems	Alternativas				
		S	CS	AV	CN	N
DIMENSIÓN: ESTRATEGIAS DIDACTICAS						
01	Utilizas los juegos recreativos como estrategia didáctica para fortalecer las capacidades coordinativas especiales durante las clases de educación física					
02	Empleas estrategias didácticas sustentadas en las rondas y canciones con el propósito de fortalecer las capacidades coordinativas especiales durante las clases de educación física.					
03	Las danzas favorecen el fortalecimiento de las capacidades coordinativas especiales de los estudiantes de la básica primaria en las clases de educación física					
04	Planificas actividades para fortalecer las capacidades coordinativas de sus estudiantes empleando la danza como una estrategia didáctica de la educación física.					
05	Propones alternativas para que los estudiantes tengan la oportunidad de realizar actividades al aire libre con la finalidad de mejorar las capacidades coordinativas especiales.					
06	Utilizas los circuitos físicos durante las clases de educación física para fortalecer las capacidades coordinativas especiales de sus estudiantes					
07	Los circuitos físicos permiten el fortalecimiento de las capacidades coordinativas especiales en las clases de educación física de la básica primaria.					
DIMENSIÓN: ESTILOS DE ENSEÑANZA						
08	Propones tareas motrices para que el alumno las ejecute durante las clases de educación física.					
09	Los estudiantes reciben órdenes del docente para ejecutar acciones motrices en las clases de educación física.					
10	Promueves la participación activa de los estudiantes en la clase de educación física.					
11	Planificas actividades para que los estudiantes las ejecuten en parejas en las clases.					
12	Permites el trabajo individual para atender las particularidades del estudiante en la ejecución de tareas motoras durante las clases de educación física.					
13	Realizas diagnósticos individuales para conocer las debilidades y fortalezas de sus estudiantes en relación a su aptitud física.					
14	Incentivas al descubrimiento de la respuesta a la tarea					

	motora planteada en la clase de educación física.					
<i>DIMENSIÓN: CAPACIDADES COORDINATIVAS ESPECIALES</i>						
15	Planificas actividades durante las clases de educación física en donde los estudiantes salten obstáculos con los dos pies y luego con un solo pie de manera sincronizada					
16	Planificas actividades en donde los estudiantes realicen cambios de dirección ante un estímulo durante las clases de educación física					
17	Utilizas estrategias orientadas al desarrollo del equilibrio dinámico de sus alumnos en las clases.					
18	Empleas estrategias en donde los estudiantes practiquen posturas de equilibrio estático durante las clases de educación física.					
19	Utilizas el salto a la cuerda como ejercicio de acoplamiento en las clases de educación física.					
20	Utilizas globos para que los niños lo golpeen con las manos sin dejarlo caer mientras realizan desplazamientos en las clases de educación física					
21	Cuentas con estrategias didácticas para fortalecer las capacidades coordinativas especiales como la anticipación durante las clases de educación física.					

ANEXO B
VALIDACION DEL INSTRUMENTO



REPÚBLICA BOLIVARIANA DE VENEZUELA
UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA EXPERIMENTAL LIBERTADOR
INSTITUTO PEDAGÓGICO RURAL GERVASIO RUBIO

Constancia de Validación del Instrumento

Quien suscribe, profesor (a) OSCAR ANTONIO QUINTERO VARGAS
Con Cédula de Identidad 11.114.865 con título de postgrado: DOCTOR EN
EDUCACIÓN

Hago constar que he validado el instrumento para recabar información de la investigación titulada: **CARTILLA DIDACTICA PARA FORTALECER LAS CAPACIDADES COORDINATIVAS ESPECIALES EN LOS ESTUDIANTES DE TERCERO Y CUARTO GRADO DE BÁSICA PRIMARIA DEL COLEGIO CAMILO TORRES**, Presentado por Yenny Alejandra Vásquez Caballero, para optar al grado de Magister en Innovaciones Educativas.

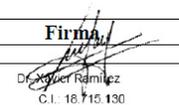


Firma: _____

FECHA DE VALIDACIÓN: 25 DE MAYO DE 2021

SUGERENCIAS:

Se presentan en cada pregunta, pero en líneas generales sugiero incluir el acompañamiento como indicador dentro de los indicadores de capacidades coordinativas (Barrios y Ranzola, 1995), revisar que la proposición induzca a la respuesta según las alternativas seleccionadas. En las preguntas de las capacidades coordinativas se sugiere que indiquen actividades relacionadas al desarrollo o fortalecimiento de la capacidad, algunas de ellas son desconocidas y pueden sentirse evaluados, razón por la cual nunca van a contestar con la verdad, siempre van a querer responder bien o, al menos, van a querer quedar bien.

Nombre del Validador	Especialidad	Firma
Fernando Xavier Ramírez		 Dr. Xavier Ramirez C.I. 18.715.130



REPÚBLICA BOLIVARIANA DE VENEZUELA
UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA EXPERIMENTAL LIBERTADOR
INSTITUTO PEDAGÓGICO RURAL GERVASIO RUBIO

Constancia de Validación del Instrumento

Quien suscribe, profesor (a) **Fernando Xavier Ramirez Morales**
Con Cédula de Identidad **18715130** con título de postgrado: **Doctor en Educación.**

Hago constar que he validado el instrumento para recabar información de la investigación titulada: **CARTILLA DIDACTICA PARA FORTALECER LAS CAPACIDADES COORDINATIVAS ESPECIALES EN LOS ESTUDIANTES DE TERCERO Y CUARTO GRADO DE BÁSICA PRIMARIA DEL COLEGIO CAMILO TORRES**, Presentado por Yenny Alejandra Vásquez Caballero, para optar al grado de Magister en Innovaciones Educativas.

Firma:

FECHA DE VALIDACIÓN: _____

ANEXO C
CONFIABILIDAD DEL INSTRUMENTO

	ITEMS																					total
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	
SUJETO 1	3	3	2	4	3	3	1	2	1	1	1	1	4	5	3	4	3	1	3	5	3	56
SUJETO 2	4	3	1	5	4	3	1	1	1	1	1	1	4	5	3	4	2	1	3	5	3	56
SUJETO 3	4	2	1	4	5	3	2	1	2	2	1	1	4	4	4	3	2	2	5	4	4	60
SUJETO 4	3	3	1	4	5	4	2	1	3	1	1	1	5	5	3	5	3	2	3	3	3	61
SUJETO 5	3	2	1	3	4	4	1	1	1	1	1	2	5	4	4	4	4	1	3	5	3	57
SUJETO 6	3	3	2	5	5	2	1	2	1	1	1	1	5	5	4	4	4	1	5	5	3	63
SUJETO 7	3	4	1	4	5	2	1	1	2	2	1	2	5	5	3	3	3	1	4	3	5	60
SUJETO 8	4	3	1	3	4	3	1	1	1	1	1	1	3	3	3	3	3	1	3	3	3	49
SUJETO 9	3	3	1	4	3	4	1	1	1	1	1	1	4	5	2	4	2	1	4	4	3	53
SUJETO 10	5	3	3	4	5	3	2	3	2	3	3	3	5	5	5	5	1	2	4	5	5	76
VARIANZA	0,45	0,29	0,44	0,40	0,61	0,49	0,21	0,44	0,45	0,44	0,36	0,44	0,44	0,44	0,64	0,49	0,81	0,21	0,61	0,76	0,65	
<i>Si</i>	10,07																					
<i>St</i>	46,89																					
α	0,82																					

