

PROBLEMA

¿Cuánto influye la cultura física en el desarrollo motriz de los estudiantes del primer año de educación básica de la escuela mixta particular Regional Litoral de la parroquia san Camilo del cantón Quevedo, en el año 2012?

TEMA

La cultura física y su influencia en el desarrollo Motriz de los Estudiantes del primer año de educación básica de la escuela mixta particular Regional Litoral de la parroquia San Camilo del cantón Quevedo, en el año 2012.

CAPITULO I

PROBLEMA DE LA INVESTIGACIÓN

1.1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

CONTEXTUALIZACIÓN NACIONAL, PROVINCIAL, LOCAL O INSTITUCIONAL.

La educación física es la instrucción en diferentes campos de la actividad física para promover el Desarrollo Motriz y el bienestar de las personas. La educación física se enseña normalmente en las escuelas desde la infancia hasta el nivel de educación media y en algunos países es una parte importante del currículo. Está en relación con los deportes organizados, la gimnasia y la danza.

La educación física es un eficaz instrumento de la pedagogía, por cuanto ayuda a desarrollar las cualidades básicas del hombre como unidad bio-sico-social. Contribuye al accionar educativo con sus fundamentos científicos y sus vínculos inter-disciplinarios apoyándose entonces en la filosofía, la psicología, la biología, etc.

En la Provincia de Los Ríos, por lo general en su mayoría, los centros de educación básica carecen de instalaciones, implementos para la práctica de la Cultura Física en el sistema de enseñanza y aprendizaje de los estudiantes, lo cual dificulta a que los mismos reciban los conocimientos básicos de esta materia y a su vez logren los beneficios que se obtienen con la ejecución de los ejercicios respectivo

La Escuela Región Litoral de la parroquia san Camilo, del Cantón Quevedo, no cuenta con implementos indispensables para el desarrollo normal de los ejercicios, además no cuenta con espacio físico adecuado, ni áreas verdes para la realización de la actividad física

1.2 ANÁLISIS CRÍTICO

Con el transcurso de los años la Actividad Física orientada a los ejercicios físicos fue progresando y apoyándose cada vez más sobre bases científicas hasta alcanzar un honroso lugar dentro de la medicina moderna como medio de salud.

Se pretende pensar que las enfermedades producidas por la obesidad, la hipo quinesia y sus consecuencias, son meramente adquiridas por personas adultas y de edad avanzada, desconociéndose, que su inicio hay que buscarlo en edades tempranas aunque clínicamente se manifiesten tarde. (No debe olvidarse el desarrollo tecnológico actual que conduce en una parte importante de la población sin distinción de edades, la hipo quinesia).

1.3 DELIMITACION DEL PROBLEMA

- **CAMPO:** Educativo.

- **ÁREA:** cultura física

- **ASPECTO:**Desarrollo motriz.

- **TEMA:** Lacultura física y su influencia en el desarrollo motriz en los estudiantes del primer año de educación básica.

- **PROBLEMA:** ¿Cómo influyelacultura física en el desarrollo motriz en los estudiantes del primer año de educción básica?

Delimitación Espacial.

La investigación se la realizó con los estudiantes del primer año de educación básica de la Escuela Región Litoral, de la Parroquia San Camilo, cantón Quevedo.

Delimitación Temporal.

Este problema se estudió en el periodo 2012.

1.4 OBJETIVOS

1.4.1 Objetivo General:

Determinar las circunstancias que incide la cultura física en el desarrollo motriz en los estudiantes del primer año de educación básica de la Escuela Región Litoral de la Parroquia San Camilo, del cantón Quevedo, en el periodo 2012.

1.4.2 Objetivos Específicos:

- Realizar un estudio de las capacidades motrices de los estudiantes.

- Establecer los niveles en que se encuentran los estudiantes.

- Motivar a los estudiantes en la práctica de la cultura física para gozar de un buen desarrollo motriz

1.5 JUSTIFICACIÓN

El trabajo de investigación que se ha desarrollado, tiene relación sobre las deficiencias motrices que repercuten en las actividades en las clases de cultura física, muchos estudiantes al momento de realizar cultura física no puede ejecutar las actividades que debe realizar en la práctica de cultura física con normalidad.

Este problema se ha observado que existe en varios establecimientos educativos en donde la mayor parte de los padres de familia son personas que trabajan a tiempo completo y no dedican el tiempo necesario para realizar una buena actividad física y compartir con su hijo.

Con este trabajo de investigación, se busca incentivar a los padres de familia y docentes para que hagan conciencia y puedan ayudar a mejorar el desarrollo motriz de sus hijos y alumnos dándoles la atención adecuada, acompañada de los programas adecuados.

La actividad física es fundamental ya que esta desarrolla a la persona y logra una mejor calidad de vida, contrarrestando los problemas que trae aparejado el sedentarismo, en cuanto a la salud corporal y al empobrecimiento de la capacidad de acción. Esto nos permite reflexionar en la importancia de la cultura física, si logramos la toma de conciencia en el niño y el joven del beneficio de la cultura física recreativa que tiene sobre la salud, permitirá que ellos sean los portadores de una postura crítica sobre el bajo rendimiento físico, que hoy en día llevan los adultos, y en especial los ancianos, debido a que la sociedad toma en esta etapa de la vida como pasiva y es una imagen errónea.

1.6 LIMITACIONES DE LA INVESTIGACIÓN

Las causas que permitieron no poder realizar la investigación son:

- ✓ Poca cooperación por parte de los padres de familia al compartir los datos necesarios para la investigación.
- ✓ Limitación del tiempo al momento de querer profundizar sobre la deficiencia motriz.
- ✓ Escases de materiales al momento de realizar las pruebas para la investigación.

CAPITULO II.

2. MARCO TEÓRICO

2.1 MARCO TEÓRICO CONCEPTUAL

2.1.1 Cultura Física Historia y surgimiento

La educación Física de los individuos es tan antigua como el hombre mismo. La cultura física estuvo asociada a la salud de las personas desde tiempos remotos. Los deportistas de la antigua civilización griega, por ejemplo, ocupaban un lugar destacado dentro de la sociedad y se llegaron a endiosar las hazañas atléticas. A lo largo de la historia se fue relacionando la longevidad de ciertas poblaciones del planeta con estilos de vida activos y adecuada alimentación.

Las primeras referencias de la utilización organizada del ejercicio físico con fines educativos se orientan a China unos 30 siglos antes de Cristo, manifestándose de forma diferente en las siguientes civilizaciones, aunque en todas prevaleció el carácter clasista, militarista y no científico.

Se considera como principal figura precursora de la educación Física moderna a Juan Cristóbal GutsMuths quien nació en 1759 y fallece en 1839 , antecedido por el trabajo no menos meritorio de un gran número de

figuras que desde diferentes concepciones contribuyeron entre los siglos XV al XVIII al posterior desarrollo de esta disciplina, dentro de ellos resaltaron De Feltre, Mercuriales, De Montaigne, Comenius , Locke, Rousseau, Pestalozz y Froebel.

El primer término en ser empleado fue educación física el cual se atribuye a John Locke en Inglaterra, en 1693, y posteriormente a J. Ballexserd, en 1792, en Francia. (Blázquez, 2001). Sin embargo, durante varios siglos prevaleció el término gimnasia, que proviene del latín “gymnasia” que significa ejercitar. No es hasta 1893 que se hace oficial en España el término educación física, como materia educativa, en sustitución del término, hasta ese entonces usual, de Gimnástica (Moreno Murcia, 1999).

La aparición del término “Gimnástica” se atribuye al mundo helénico. Aristóteles 384 – 322 a. de C. como base de la instrucción de los jóvenes atenienses daba un especial significado al “ejercicio natural combinado con juiciosas dosis de entrenamientos corporales”.

El término gimnástica que perduró desde la antigua Grecia hasta bien avanzado el Siglo XX se encuentra, en la actualidad, en desuso. Sin embargo, ya desde el “Congreso Mundial de Educación Física y el Deporte” Madrid 1966, comienza a generalizarse educación física para determinar el conjunto global de conocimiento en el campo motriz.

La Educación Física, desde un enfoque integral físico educativo se dirige a los ámbitos cognoscitivo - afectivo, físico - motor y socio - cultural, en

contribución al desarrollo de cada sujeto como persona, en interacción con otras personas y el medio ambiente que le rodea.

El término deporte comienza a popularizarse a fines del Siglo XIX, sobre todo con la aparición de los Juegos Olímpicos de la Era Moderna. También se han desarrollado un conjunto de deportes adaptados para personas con necesidades educativas especiales.

El término cultura física comienza a utilizarse con cierta regularidad, sobre todo en la Europa del este y España, en el Siglo XX. Educación física y deporte son términos con un contenido conceptual más consolidado y arraigado en el tiempo en esta área de conocimiento científico, mientras cultura física y actividad física surgen con posterioridad y se convierten en nociones que permiten abarcar todo el conjunto de manifestaciones físico deportivas y recreativas desde un perspectiva sociocultural.

En Cuba, se comienza a difundir a finales de los años 60 y principios de los 70, a partir del proyecto epistemológico emprendido por los doctores Raudol y Ariel Ruíz Aguilera y por otros profesores y técnicos cubanos que habían realizado estudios en países del extinto campo socialista.

2.1.2 Cultura física

Las ciencias de la cultura física y el deporte pueden ser entendidas, como una región de conocimiento científico dentro del amplio mundo de la ciencia, integrada por un conjunto de ciencias disciplinares, factuales y prácticas, construidas en interrelación con otras áreas o ramas del saber, dedicadas al estudio e investigación de hechos, fenómenos, actos y

procesos, desde configuraciones disciplinares, multidisciplinarias e interdisciplinarias, de la actividad física, la educación física y el deporte.

El concepto cultura física es interpretado, en el sentido más amplio, como “componente de la cultura universal que sintetiza las categorías, las legitimidades, las instituciones y los bienes materiales creados para la valoración del ejercicio físico con el fin de perfeccionar el potencial biológico e implícitamente espiritual del hombre”

Una diferencia esencial entre educación física y deportes, y cultura física y actividad física, es que los dos primeros se concretan en un hecho y acto educativo propio: la clase de educación física y la sesión de entrenamiento deportivo o clase de deporte, mientras que los segundos, representan una noción que permite abarcar a los primeros e incorporar otras esferas científicas y de actuación profesional.

Educación física y deporte, representa los dos pilares básicos dentro de las ciencias de la cultura física y el deporte y ciencias de la actividad física y del deporte. Resulta evidente que la denominación de este campo científico como ciencias de la educación física y el deporte permite argumentar, con mayor claridad, la existencia real, desde sus orígenes, de esta región de conocimiento científico dentro del mundo de la ciencia.

Ciencias de la cultura física y el deporte y ciencias de la actividad física y el deporte pueden ser entendidas en su interrelación e integración con la primera, pues queda expresado que la cultura física, representa la plataforma práctica e interpretativa sobre la cual se han erigido éstas, incluido el deporte.

2.1.3 Desarrollo

Las ciencias de la actividad física son clasificadas en cuatro grupos según el punto de vista de dicha actividad física: el físico entre las que se encuentran la biomecánica, kinesiología, kinantropología, etc., el fisiológico donde se incluye la fisiología y la fisiología del ejercicio, la cultural incluyendo las ciencias del deporte, ciencias de la comunicación no verbal, historia del deporte, psicología del deporte y sociología y el educativo que incluye la educación física.

Constituye un hecho irrefutable que la cultura física, en tanto como fenómeno social de masas, se inserta en lo antropológico, desarrolla su propia historia dentro del acontecer histórico de la humanidad y adopta las formas, proyecciones, objetivos y propósitos que respaldan los intereses de cada época y circunstancias conforme con las leyes del progreso científico técnico y el imperativo sociológico de los factores políticos e ideológicos que presiden o influyen en el desarrollo de la actividad.

Solo analizando el pasado pudiéramos comprender mejor el presente, sentenció con su gran sabiduría y pensamiento dialéctico Engels; por ello, para adentrarnos en las características del deporte moderno para comprender los cambios que se han producido en las técnicas y reglamentaciones, así como en las formas de desarrollo de las diferentes disciplinas, sobre todo en lo concerniente a los aspectos que sustentan su organización actual, la base científica, sus objetivos y la incidencia de sus resultados en la persona, o sea, el participante.

El profesor de cultura física debe ser una persona calificada para instruir y enseñar ejercicios aeróbicos, y anaeróbicos que le sirvan al estudiante para practicarlos por el resto de su vida.

Hacer ejercicio físico no debe ser un pesar, ni algo que nos cueste. Crear cultura física en los estudiantes implica dejar sentado que cultivar el cuerpo y mantener una rutina diaria de ejercicios debe ser parte del diario vivir.

La cultura física y el deporte constituyen actitudes consustanciales a la naturaleza biológica y social del ser humano; que su origen, desarrollo, organización y vigencia social parten de la esencia biológica del movimiento como factor determinante de la vida; y que la capacidad de moverse del hombre es la esencia de su estructura anatómica fisiológica, en tanto que la dirección, objetivo, características, intensidad y volumen del movimiento como expresión física supone su base social, sus características técnicas, los propósitos educativos y formativos de salud y recreación, de competición popular o de alto rendimiento.

Esta realidad que conforma la clasificación de los ejercicios físicos, que dan nombre a su aplicación, que permiten ordenar métodos e integrar sistemas y subsistemas, fue siempre reconocida, utilizada, estudiada y aplicada de forma sistemática, con el más amplio, definitivo y claro concepto de beneficio para el hombre, del progreso y bienestar, para elevar los límites de rendimiento motor y las capacidades funcionales sobre la base de su condición de ser social; fue el hombre concebido como la mayor riqueza de la humanidad, el centro de la dedicación de los estudiosos de la ejercitación y la capacidad de movimientos, del

desarrollo de las cualidades físicas esenciales, velocidad, resistencia, fuerza.

Tanto en la preparación para el trabajo, la conquista de la naturaleza, la lucha por la paz; como la preparación para las guerras y las luchas de conquistas, los ejercicios físicos y el entrenamiento, han desempeñado su importante papel que, como se conoce, no se asienta solamente en las posibilidades de desarrollo físico – funcionales, sino en la formación del carácter y las cualidades éticas, morales y volitivas que integran la personalidad humana.

El estudio histórico, el acontecer del ejercicio físico, los juegos y el deporte desde la comunidad primitiva y el mundo antiguo hasta la actualidad, permiten asegurar que el movimiento deportivo está en una constante y profunda evolución, y que las diferencias mostradas y adoptadas por las actividades físicas a través de los siglos responden a contextos políticos, económicos, sociales y precisos que determinan no solo el tipo y la naturaleza de la organización, sino también las características mismas del ejercicio físico; es decir, son las necesidades de la sociedad los vectores principales de influencia en la organización de la cultura física y el deporte, obviamente subordinados a la ideología o pensamiento rector de la clase dominante.

La necesidad de proporcionar una generación saludable, físicamente preparada, multilateralmente y armónicamente desarrollada, está determinada por la vida, por las exigencias de la sociedad que construye el socialismo. Cada vez más la cultura física en sus diferentes manifestaciones educación física, deportes y recreación física- se

convierten en una necesidad de cada individuo, una necesidad de toda la sociedad. A través de la educación física se influye en la educación de diferentes valores.

Existen 2 vías para el desarrollo de la cultura física, una, lo informal como la vía que apoyada en lo formal y sin dirección intencionada satisface al individuo cuando participa de manera espontánea, activa y/o pasiva, teórica y/o práctica en actividades de la cultura física, y la otra la formal como la vía que estructura la participación activa y/o pasiva, teórica y/o práctica de los individuos dirigida con intención al desarrollo de la cultura física.

2.1.4. Beneficios de la cultura física

El ejercicio físico regular contribuye a combatir todos estos factores y más aún, al actuar directamente sobre el corazón y los vasos sanguíneos, es uno de los elementos más eficaces para prevenir la aparición y la progresión de la enfermedad. En las personas que ya han sufrido una enfermedad cardíaca, se ha comprobado que el ejercicio colabora en el tratamiento, mejorando la calidad y cantidad de años vividos.

Los beneficios del ejercicio físico no están solamente relacionados con la prevención de las enfermedades cardíacas. Los individuos que llevan un estilo de vida más activo se sienten mejor y producen en su cuerpo una resistencia superior ante las distintas agresiones que la vida y el paso de los años provocan. Los adultos que conservan una vida activa llegan a

edades mayores con mejor predisposición al trabajo y menor dependencia de aquellos que los rodean.

Se han comprobado efectos beneficiosos del ejercicio sobre la conservación de la densidad de los huesos con un alto impacto en la prevención de la osteoporosis. Diferentes dolores articulares y musculares se ven aliviados por sesiones especiales de ejercicios y la vida activa previene la aparición de este tipo de molestias.

Los trastornos venosos de las piernas encuentran en la actividad física una de las más importantes y probadas formas de tratamiento. Las molestias físicas y los problemas estéticos que genera la insuficiencia venosa en miles de mujeres pueden ser prevenidos y tratados con programas adecuados de ejercicios físicos.

Pero no todo termina aquí, existe una relación positiva entre el sistema inmunológico y la actividad física. Varios estudios epidemiológicos han expuesto la menor prevalencia de diferentes formas de cáncer entre las personas físicamente activas. Experiencias recientes han sugerido que las mujeres que realizan ejercicios físicos en forma regular tendrían menor predisposición a tumores de mama y útero.

La actividad física es una herramienta fundamental en la prevención y el tratamiento de la diabetes. Por otra parte, es un elemento indiscutible en la terapéutica de la hipertensión arterial.

2.1.5. El ejercicio físico contribuye a disfrutar la vida con mayor plenitud

- Aumenta la resistencia a la fatiga e incrementa la capacidad para el trabajo físico y mental.
- Ayuda a combatir la ansiedad, la depresión y el estrés mental.
- Mejora la capacidad para conciliar el sueño.
- Provee una manera sencilla para compartir actividades con amigos y familiares contribuyendo a mejorar aspectos sociales.
- Ofrece mayor energía para las actividades diarias.
- Tonifica los músculos e incrementa su fuerza.
- Mejora el funcionamiento de las articulaciones.
- Contribuye a la pérdida de peso cuando esto es necesario.

2.1.6. Beneficios de los ejercicios

El conocimiento de los enormes beneficios que provoca el ejercicio y la comprensión del elevado nivel de sedentarismo de la población deberían llevar a esfuerzos individuales y comunitarios para inducir a cambios en el estilo de vida. Países como Brasil, Canadá, Cuba, Estados Unidos e Inglaterra están aplicando programas destinados a promover la actividad física entre sus habitantes tratando de concientizar a la gente sobre los beneficios de una vida activa.

2.1.6.1. Corazón

- Disminuye la frecuencia cardíaca de reposo y, cuando se hace un esfuerzo, aumenta la cantidad de sangre que expulsa el corazón en cada latido. De esta manera la eficiencia cardíaca es mayor "gastando" menos energía para trabajar.
- Estimula la circulación dentro del músculo cardíaco favoreciendo la alimentación del corazón.

2.1.6.2. Sistema circulatorio

- Contribuye a la reducción de la presión arterial.
- Aumenta la circulación en todos los músculos.
- Disminuye la formación de coágulos dentro de las arterias con lo que se previene la aparición de infartos y de trombosis cerebrales.
- Actúa sobre el endotelio, que es la capa de células que tapiza por dentro a las arterias segregando sustancias de suma importancia para su correcto funcionamiento, mejorando su actividad y manteniéndolo sano y vigoroso. Todo esto por una acción directa ya través de hormonas que se liberan con el ejercicio.
- Mejora el funcionamiento venoso previniendo la aparición de varices.

2.1.6.3. Metabolismo

- Aumenta la capacidad de aprovechamiento del oxígeno que le llega al organismo por la circulación.
- Aumenta la actividad de las enzimas musculares, elementos que permiten un mejor metabolismo del músculo y por ende una menor necesidad de exigencia de trabajo cardíaco.
- Aumenta el consumo de grasas durante la actividad con lo que contribuye a la pérdida de peso.
- Colabora en la disminución del colesterol total y del colesterol LDL ("malo") con aumento del colesterol HDL ("bueno").
- Mejora la tolerancia a la glucosa favoreciendo el tratamiento de la diabetes.
- Incrementa la secreción y trabajo de diferentes hormonas que contribuyen a la mejoría de las funciones del organismo.
- Colabora en el mantenimiento de una vida física plena.
- Mejora la respuesta inmunológica ante infecciones o agresiones de distinto tipo.

2.1.6.4. Tabaquismo

Los individuos que realizan entrenamiento físico dejan el hábito de fumar con mayor facilidad y hay una relación inversa entre ejercicio físico y tabaquismo.

2.1.7. Aspectos psicológicos

Aumenta la sensación de bienestar y disminuye el estrés mental. Se produce liberación de endorfinas, sustancias del propio organismo con estructura química similar a morfina, que favorecen el " sentirse bien" después del ejercicio (sin, por supuesto, los efectos malos de la droga).

- Disminuye el grado de agresividad, ira, ansiedad, angustia y depresión.
- Disminuye la sensación de fatiga.

2.1.8. Aparato locomotor

- Aumenta la elasticidad muscular y articular.
- Incrementa la fuerza y resistencia de los músculos.
- Previene la aparición de osteoporosis.
- Previene el deterioro muscular producido por los años.
- Facilita los movimientos de la vida diaria.
- Contribuye a la mayor independencia de las personas mayores.

Es importante enfatizar que los niveles de actividad física requeridos para la promoción de la salud no necesariamente deben ser de elevada intensidad. No es necesario tener el entrenamiento de un atleta para lograr resultados y las personas sedentarias pueden mejorar su aptitud física comenzando con breves períodos de ejercicios livianos. Lo primero en una persona inactiva es comenzar a ponerse en movimiento, aunque

sólo lo haga pocos minutos al día. Tal vez este sea el punto más importante para iniciar un cambio en el estilo de vida.

2.1.9. Para la práctica de la cultura Física es indispensable el desarrollo de las habilidades motrices (que son 7):

1. **AGILIDAD:** Es la capacidad que tiene el organismo para desplazarse rápidamente en distancias cortas con precisión de movimientos. Esta habilidad depende de otras más como son la coordinación y la fuerza, también requiere que el ejecutante sea capaz de realizar cambios de dirección con su cuerpo, detenciones repentinas, desplazamientos veloces, un tiempo rápido de reacción, etc.
2. **COORDINACION:** Es la capacidad neuromuscular que tiene el organismo para movilizar las diferentes masas musculares de manera seleccionada y ordenada. Se divide en Coordinación Motriz Fina, que tiene que ver con la ejecución de movimientos que demanda control muscular particularmente a los de manos y pies combinados con la vista. y Coordinación Motriz Gruesa, se refiere a la intervención de las grandes masas musculares para la ejecución de movimientos que no requieran precisión.
3. **EQUILIBRIO:** Es la capacidad sensorio motriz que tiene el organismo para conservar el centro de gravedad sobre su base de sustentación y se logra por medio de una interacción de los músculos con las articulaciones, por lo que el cuerpo puede asumir y sostener una determinada posición contra la ley de gravedad. El equilibrio se divide en; Equilibrio Estático, cuando el cuerpo sostiene una determinada posición en un mismo estado. y

Equilibrio Dinámico, es cuando se puede conservar establemente una postura al realizar desplazamientos.

4. **FLEXIBILIDAD:**Es la capacidad del organismo para manifestar su movilidad articular y elasticidad muscular.La primera depende de elementos articulares, entendiéndose por tales; los cartílagos articulares, las cápsulas, ligamentos, meniscos y el líquido sinovial. La segunda es una propiedad del tejido por la cual los músculos pueden contraerse y alongarse recuperando luego su longitud normal.

5. **FUERZA:**Es la capacidad de un organismo para ejercer una presión o tracción contra cierta resistencia. La fuerza se puede clasificar en; Fuerza Explosiva, Capacidad del organismo para movilizar en forma súbita, ejemplo; salto, lanzamiento, patada, etc.

Fuerza Dinámica, Capacidad del organismo para contraer masas musculares al momento de vencer una resistencia, con la peculiaridad de que la parte involucrada, presente desplazamiento o cambio de posición, ejemplo; empujar o jalar un objeto susceptible a desplazarse. Y **Fuerza Estática,** Capacidad del organismo para contraer masas musculares al momento de vencer una resistencia, con la peculiaridad de que la parte involucrada no cambie de posición, ejemplo; empujar o jalar un objeto fijo, mantener el cuerpo en suspensión como al realizar "un Cristo".

6. **RESISTENCIA:**Es la capacidad de un organismo para realizar acciones motrices donde se involucren grandes masas musculares durante un tiempo prolongado. Se le define también como la capacidad para continuar desarrollando actividades fatigosas

durante los períodos de cierta duración. La resistencia se contempla desde dos puntos de vista: Resistencia Aeróbica; que consiste en la aplicación de un trabajo de baja intensidad y alta duración. y Resistencia Anaeróbica; que consiste en la aplicación de un trabajo de alta densidad y baja duración.

7. **VELOCIDAD:** Es la capacidad de un organismo para realizar un movimiento en el menor tiempo posible. La velocidad se puede clasificar de la siguiente manera; Velocidad de Arranque ó de Reacción, Tiempo mínimo necesario para obtener una respuesta. y Velocidad Pura ó de Desplazamiento, espacio o distancia que se recorre en la unidad de tiempo.

2.1.10 MOTRICIDAD

La motricidad es mucho más que el propio funcionamiento de las estructuras corporales que van madurando; es una dimensión humana que se genera a partir de nuestra condición corpórea, más allá del concepto físico o fisiológico.

El desarrollo motor grueso y fino, también conocido como motricidad fina y gruesa, está relacionado con las áreas motoras de la persona, de posición y movimiento, que entran en juego.

Las diferencias entre el desarrollo motor grueso y el fino residen en las áreas implicadas.

2.1.11. MOTRICIDAD GRUESA Y FINA

2.1.11.1 Motricidad Gruesa

La motricidad gruesa está referida a los cambios de posición del cuerpo y a la capacidad para mantener el equilibrio, es decir, que implica el uso hábil del cuerpo como un todo e incluye la postura y la movilidad.

En el desarrollo motor de bebés y niños los hitos se pueden diferenciar entre motricidad gruesa y fina prácticamente desde el nacimiento.

Podemos decir que **el desarrollo motor grueso** es el primero en hacer su aparición, desde el momento en el que el bebé empieza a sostener su cabeza. Sentarse sin apoyo, gatear, caminar, correr, saltar, subir escaleras... son otros logros de motricidad gruesa que, con el paso de los años, irá adquiriendo y aprendiendo el niño.

Tiene que ver con marcha, carrera, salto, equilibrio, y coordinación en movimientos alternos simultáneos con y sin manejo de ritmo también conocida como proceso Hardur. El área motora, en general, hace referencia al control que se tiene sobre el propio cuerpo. Se divide en dos áreas: por un lado, la motricidad gruesa, que abarca el progresivo control de nuestro cuerpo: el control de la cabeza boca abajo, el volteo, el sentarse, el gateo, el ponerse de pie, el caminar, el correr, subir y bajar escaleras, saltar. Por otro lado, está la motricidad fina, que hace referencia al control manual: sujetar, apretar, alcanzar, tirar, empujar, coger.

Cuando un niño es capaz de sentarse, su perspectiva del mundo cambia. Las cosas no son iguales vistas cuando se está echado que cuando se está sentado. Además, se tiene más control del cuerpo, más equilibrio y

las posibilidades de manipular objetos se multiplican. Sin embargo, para que un niño se siente, es necesario que haya vivido una serie de experiencias en momentos anteriores de manera atractiva y que no tenga miedo.

Es importante no tratar de sentar al niño antes de que esté preparado. Así, se evitará incorporar al niño tanto que su cabeza caiga hacia delante o que su espalda esté en una mala postura. El apoyo debe, por el contrario, ir disminuyéndose y se le llevará a posiciones más verticales a medida que vemos que va sosteniendo el peso de su cuerpo.

2.1.11.2 Motricidad Fina

El área motora fina se relaciona con los movimientos finos coordinados entre ojos y manos, implica el uso de partes individuales del cuerpo, como decimos especialmente las manos, aunque también otros grupos de músculos pequeños.

El desarrollo motor fino se hace patente un poco más tarde, cuando el bebe se descubre las manos, las mueve observándolas y comienza a intentar coger los objetos y manipular su entorno. La motricidad fina incluirá tareas como dar palmadas, la habilidad de pinza, realizar torres de piezas, tapar o destapar objetos, cortar con tijeras... hasta alcanzar niveles muy altos de complejidad.

Se refiere a Las habilidades de la motricidad fina se van desarrollando progresivamente. A partir de los 2 a 4 meses comienza la coordinación de manos y ojos. A los 5 meses aproximadamente comienza lo que la

mayoría llaman “los cimientos de la motricidad” es cuando el niño toma objetos con sus manos. Así progresivamente el niño va coordinando hasta llegar a la edad escolar. Aquí va una breve lista de actividades que van a favorecer y estimular el desarrollo de la motricidad fina:

- Dibujar
- Pintar, colorear
- Recortar
- Modelar o moldear (masa)
- Enhebrar
- Actividades como resolver laberintos, completar la figura siguiendo los puntos,etc.

Estas son actividades muy motivadoras y propias para los niños que los ayudarán plenamente a desarrollarla. La motricidad fina está muy ligada al desarrollo de la inteligencia. No nos olvidemos de la coordinación de los músculos del rostro. Esto los ayudará a expresar los sentimientos, las emociones, lograr comunicarse con el mundo. Incentivemos y estimulemos con alegría y aplausos sus logros.

2.1.12. Desarrollo motor

La mayoría de los niños desarrolla sus habilidades motoras en el mismo orden y a aproximadamente la misma edad. En este sentido, casi todos los autores están de acuerdo en que estas capacidades están pre programadas genéticamente en todos los niños.

El ambiente desempeña un papel en el desarrollo, de modo que un ambiente enriquecedor a menudo reduce el tiempo de aprendizaje, mientras que un ambiente empobrecido produce el efecto contrario

A continuación se describen las principales características motrices de los niños(as) de 4 a 5 años, según observaciones realizadas con muestras significativas de esta población infantil.

Los niños(as) de estas edades sienten gran preferencia por la carrera, ejecutando la misma con mayor aumento en la fase de vuelo, mejor ritmo y coordinación que en el grupo de edad anterior. Son capaces de mantenerse corriendo una mayor distancia.

Les gusta realizar las carreras bordeando objetos, con cambio en la dirección (al frente, atrás, derecha e izquierda) y combinada con otros movimientos como: caminar y correr, correr y lanzar, correr y saltar etc.

Utilizan ampliamente el espacio y se orientan muy bien en el mismo, ejecutando todos los desplazamientos (caminando, corriendo, saltando, etc.), tanto por o desde el piso, en diferentes direcciones y por arriba de obstáculos. Dentro de estos ejemplos se destaca el salto: separando y uniendo las piernas, lateralmente, pasando cuerdas a pequeñas alturas del piso y saltos desde obstáculos a 24 cm. de altura cayendo con semi-flexión de las piernas.

También les gusta trepar por barras o cuerdas colocadas verticalmente, realizando el desplazamiento de brazos y piernas aún de forma descoordinada.

Sin embargo en otro desplazamiento como es el escalamiento, se observan grandes avances en su ejecución con relación al grupo anterior, pues suben la escalera con movimientos alternos de brazos y piernas en un movimiento continuo que demuestra buena coordinación.

Realizan la reptación (arrastrarse) por el piso, por bancos, por tablas inclinadas, y la ejecutan llevando un brazo al frente y la pierna correspondiente, de forma alterna, pero sin suficiente coordinación, ya que el movimiento se realiza con pausas.

La cuadrúpeda la ejecutan en cuatro puntos de apoyo (pies y manos) por encima de bancos y tablas con movimientos continuos, de forma coordinada.

Lanzan y capturan objetos combinadamente, pero para la captura (atrape del objeto o pelota) precisan de la ayuda de todo el cuerpo, cuando le lanzan la pelota de aire. Con facilidad ruedan la pelota por bancos y lanzan con las dos manos desde el pecho hacia diferentes lugares, pero aún sin dirigirla con exactitud a un punto de referencia.

Caminan por tablas y vigas o muros estrechos no sólo hacia delante, sino también lateralmente, demostrando mayor estabilidad corporal. También se desplazan hacia atrás, cuando caminan por tablas colocadas en el piso, manifestándose en esta acción motriz una mayor orientación espacial.

Como se ha expresado el conocimiento de las características motrices de los niños de este grupo de edad, nos brinda una importante información para poder regular, organizar y planificar el proceso pedagógico.

2.1.13 PSICOMOTRICIDAD:

El término de psicomotricidad integra las interacciones cognitivas, emocionales, simbólicas y sensorio motrices en la capacidad de ser y de expresarse en un contexto psicosocial. La psicomotricidad así definida desempeña un papel fundamental en el desarrollo armónico de la personalidad. De manera general puede ser entendida como una técnica cuya organización de actividades permite a la persona conocer de manera concreta su ser y su entorno inmediato para actuar de manera adaptada.

El objetivo de la psicomotricidad es el desarrollo de las posibilidades motrices, expresivas y creativas a partir del cuerpo, lo que lleva a centrar su actividad e investigación sobre el movimiento y el acto.

Partiendo de esta concepción se desarrollan distintas formas de intervención psicomotriz que encuentran su aplicación, cualquiera que sea la edad, en los ámbitos preventivo, educativo, reeducativo y terapéutico. Estas prácticas psicomotrices han de conducir a la formación, a la titulación y al perfeccionamiento profesional.

Según Gabriela Núñez y Fernández Vidal (1994): "La psicomotricidad es la técnica o conjunto de técnicas que tienden a influir en el acto intencional o significativo, para estimularlo o modificarlo, utilizando como mediadores la actividad corporal y su expresión simbólica. El objetivo, por

consiguiente, de la psicomotricidad es aumentar la capacidad de interacción del sujeto con el entorno".

Para Muniáin (1997): "La psicomotricidad es una disciplina educativa/reeducativa/terapéutica, concebida como diálogo, que considera al ser humano como una unidad psicosomática y que actúa sobre su totalidad por medio del cuerpo y del movimiento, en el ámbito de una relación cálida y descentrada, mediante métodos activos de mediación principalmente corporal, con el fin de contribuir a su desarrollo integral".

Para conocer de manera más específica el significado de la psicomotricidad, resulta necesario conocer que es el esquema corporal. Este puede entenderse como una organización de todas las sensaciones relativas al propio cuerpo, en relación con los datos del mundo exterior, consiste en una representación del propio cuerpo, de sus segmentos, de sus límites y posibilidades de acción.

El esquema corporal constituye pues, un patrón al cual se refieren las percepciones de posición y colocación (información espacial del propio cuerpo) y las intenciones motrices (realización del gesto) poniéndolas en correspondencia. La conciencia del cuerpo nos permite elaborar voluntariamente el gesto antes de su ejecución, pudiendo controlar y corregir los movimientos. Es importante destacar que el esquema corporal se enriquece con nuestras experiencias, y que incluye el conocimiento y conciencia que uno tiene de sí mismo, es decir:

- Nuestros límites en el espacio (morfología).
- Nuestras posibilidades motrices (rapidez, agilidad, etc.).

- Nuestras posibilidades de expresión a través del cuerpo (actitudes, mímica, etc.).
- Las percepciones de las diferentes partes de nuestro cuerpo.
- El conocimiento verbal de los diferentes elementos corporales.
- Las posibilidades de representación que tenemos de nuestro cuerpo (desde el punto de vista mental o desde el punto de vista gráfico).

Los elementos fundamentales y necesarios para una correcta elaboración del esquema corporal son: la actividad tónica, el equilibrio y conciencia corporal.

2.1.14 ACTIVIDAD TÓNICA:

"La actividad tónica consiste en un estado permanente de ligera contracción en el cual se encuentran los músculos estriados. La finalidad de esta situación es la de servir de telón de fondo a las actividades motrices y posturales" (Stamback, 1.979).

Para la realización de cualquier movimiento o acción corporal, es preciso la participación de los músculos del cuerpo, hace falta que unos se activen o aumenten su tensión y otros se inhiban o relajen su tensión. La ejecución de un acto motor voluntario, es imposible si no se tiene control sobre la tensión de los músculos que intervienen en los movimientos.

La actividad tónica es necesaria para realizar cualquier movimiento y está regulada por el sistema nervioso. Se necesita un aprendizaje para adaptar los movimientos voluntarios al objetivo que se pretende. Sin esta adaptación no podríamos actuar sobre el mundo exterior y el desarrollo psíquico se vería seriamente afectado, debido a que, en gran medida, depende de nuestra actividad sobre el entorno y la manipulación de los objetos como punto de partida para la aparición de procesos superiores.

La actividad tónica proporciona sensaciones que inciden fundamentalmente en la construcción del esquema corporal. La conciencia de nuestro cuerpo y de su control depende de un correcto funcionamiento y dominio de la tonicidad.

La actividad tónica está estrechamente unida con los procesos de atención, de tal manera que existe una estrecha interrelación entre la actividad tónica muscular y la actividad tónica cerebral. Por tanto, al intervenir sobre el control de la tonicidad intervenimos también sobre el control de los procesos de atención, imprescindibles para cualquier aprendizaje. Asimismo, a través de la formación reticular, y dada la relación entre ésta y los sistemas de reactividad emocional, la tonicidad muscular está muy relacionada con el campo de las emociones y de la personalidad, con la forma característica de reaccionar del individuo.

Existe una regulación recíproca en el campo tónico-emocional y afectivo-situacional. Por ello, las tensiones psíquicas se expresan siempre en tensiones musculares. Para la psicomotricidad resulta interesante la posibilidad de hacer reversible la equivalencia y poder trabajar con la

tensión/relajación muscular para provocar aumento/disminución de la tensión emocional de las personas.

Para desarrollar el control de la tonicidad se pueden realizar actividades que tiendan a proporcionar al niño o a la niña el máximo de sensaciones posibles de su propio cuerpo, en diversas posiciones (de pie, sentado, reptando, a gatas), en actitudes estáticas o dinámicas (desplazamientos) y con diversos grados de dificultad que le exijan adoptar diversos niveles de tensión muscular.

Se debe tener en cuenta que el desarrollo del control tónico está íntimamente ligado al desarrollo del control postural, por lo que ambos aspectos se deben trabajar paralelamente.

2.1.15 EQUILIBRIO:

Referirse al equilibrio del ser humano remite a la concepción global de las relaciones ser-mundo. El "equilibrio-postural-humano" es el resultado de distintas integraciones sensorio-perceptivo-motrices que (al menos en una buena medida) conducen al aprendizaje en general y al aprendizaje propio de la especie humana en particular, y que, a su vez, puede convertirse, si existen fallos, en obstáculo más o menos importante, más o menos significativo, para esos logros.

El sentido del equilibrio o capacidad de orientar correctamente el cuerpo en el espacio, se consigue a través de una ordenada relación entre el esquema corporal y el mundo exterior. El equilibrio es un estado por el cual una persona, puede mantener una actividad o un gesto, quedar

inmóvil o lanzar su cuerpo en el espacio, utilizando la gravedad o resistiéndola.

El equilibrio requiere de la integración de dos estructuras complejas:

El propio cuerpo y su relación espacial.

Estructura espacial y temporal, que facilita el acceso al mundo de los objetos y las relaciones.

2.1.15.1 Características orgánicas del equilibrio:

La musculatura y los órganos sensorio motores son los agentes más destacados en el mantenimiento del equilibrio.

El equilibrio estático proyecta el centro de gravedad dentro del área delimitada por los contornos externos de los pies.

El equilibrio dinámico, es el estado mediante el que la persona se mueve y durante este movimiento modifica constantemente su polígono de sustentación.

- El equilibrio está vinculado directamente con los siguientes sistemas:
- El sistema laberíntico.
- El sistema de sensaciones placenteras.

- El sistema kinestésico.
- Las sensaciones visuales.
- Los esquemas de actitud.
- Los reflejos del equilibrio.

Los trastornos del equilibrio afectan la construcción del esquema corporal, dificultad en la estructura espacial y temporal. Además, provoca inseguridad, ansiedad, imprecisión, escasa atención y en algunos casos, inhibición.

En el momento en que el equilibrio se altera, una de las manifestaciones más evidentes que surgen es el vértigo. **El vértigo** se define como una sensación falsa de giro o desplazamiento de la persona o de los objetos, en otras ocasiones lo que aparece es una sensación de andar sobre una colchoneta o sobre algodones, que es lo que se conoce como mareo.

Para estimular el desarrollo del equilibrio de manera adecuada se debe:

- Evitar situaciones que generen ansiedad e inseguridad por parte del niño/a.
- Educar a partir de una progresión lenta.
- Trabajar el hábito a la altura y la caída.

- Disminuir la ayuda o la contención paulatinamente.
- Introducir juegos, movimientos rítmicos que favorezcan el balanceo.
- Posicionarse, cada vez más rápido, en un primer momento con ayuda y luego sin ayuda.
- Supresión de los ojos en cortos períodos de tiempo. Juegos con ojos cerrados.

2.1.16 CONCIENCIA CORPORAL:

La conciencia corporal es el medio fundamental para cambiar y modificar las respuestas emocionales y motoras. Aunque se debe tener en cuenta que se entra en un proceso de retroalimentación, puesto que el movimiento consciente ayuda a incrementar a su vez la conciencia corporal y la relajación.

Los fundamentos de la conciencia corporal, del descubrimiento y la toma de conciencia de sí son:

- a. Conocimiento del propio cuerpo global y segmentario.
- b. Elementos principales de cada una de las partes su cuerpo en sí mismo y en el otro.

- c. Movilidad-inmovilidad.
- d. Cambios posturales. (Tumbado, de pie, de rodillas, sentado,...)
- e. Desplazamientos, saltos, giros. (De unas posturas a otras.)
- f. Agilidad y coordinación global.
- g. Noción y movilización del eje corporal.
- h. Equilibrio estático y dinámico.
- i. Lateralidad.
- j. Respiración.
- k. Identificación y autonomía.
- l. Control de la motricidad fina.
- m. Movimiento de las manos y los dedos.
- n. Coordinación óculo manual.
- o. Expresión y creatividad.
- p. Desarrollo expresivo de sentidos y sensaciones.

Para llegar a tener un desarrollo óptimo de la conciencia corporal se deben de tener en cuenta los siguientes aspectos: Tomar conciencia del cuerpo como elemento expresivo y vivenciado. Conocer, desarrollar y experimentar los elementos de la expresión: espacio, tiempo y movimiento y todas sus combinaciones.

Conocer, desarrollar y favorecer la comunicación intra-personal, interpersonal, intra-grupal e intergrupala. Trabajo en grupo. Vivenciar

situaciones que favorezcan el auto-conocimiento, la percepción, sensibilización, desinhibición, un clima de libertad y creatividad.

De manera general se puede decir que con un adecuado desarrollo de estos tres importantes elementos de la psicomotricidad no sólo se logrará un buen control del cuerpo, sino que también brindará la oportunidad de desarrollar diversos aspectos en el ser humano, tales como las emociones, el aprendizaje, sentimientos, miedos, etc.

Todos los elementos desarrollados en forma progresiva y sana conseguirán crear individuos exitosos tanto interna como externamente.

Las edades de 5 a 6 años constituyen el grupo terminal de la etapa preescolar. La continuidad del proceso de la actividad motriz iniciado desde el primer año de vida hasta este grupo de edad, debe garantizar que los pequeños adquieran las vivencias y conocimientos elementales que los preparen para la Escuela y para la vida.

Lo anterior significa que la preparación del niño(a) no debe centrarse en los grupos finales del preescolar o sea en la etapa anterior a la vida escolar, sino desde los primeros años, pues las influencias educativas que se ejercen en cada grupo de edad por las que va transitando el pequeño, tanto en las instituciones infantiles como en el seno del hogar, potencian su desarrollo en todas las esferas: motriz, cognitiva y afectiva. Las vivencias que el niño(a) adquiere en cada uno de los grupos etéreos, posibilitan la adquisición de conocimientos y habilidades que son básicos para los años que continúan.

La etapa preescolar es un periodo sensitivo para el aprendizaje y en la misma se forman los rasgos del carácter que determinan la personalidad del individuo. Las experiencias cognitivas y motrices de que se apropia el niño(a) en estas edades, si además están acompañadas por la afectividad que este necesita: cariño, buen trato, atención etc., garantizan el desarrollo armónico e integral como máxima aspiración de la educación.

Por la importancia que reviste lo planteado se ha pretendido brindar, mediante una serie de artículos dedicados a la motricidad del niño y la niña desde el primer año hasta el grupo de 5 a 6 años, algunas propuestas metodológicas que propicien informaciones básicas para educadores y padres, que los oriente como estimular actividades con los pequeños infantes, sin que peligre una aceleración del desarrollo, sino con el fin de contribuir a que este ocurra normalmente, por supuesto respetando la evolución de la ontogénesis.

En el presente artículo, que cierra esta serie, se ofrece una síntesis sobre la evolución del desarrollo ontogenético del preescolar de 5 a 6 años y las peculiaridades de la motricidad, como guía para orientar la labor pedagógica en este grupo de edad.

Los niños y las niñas entre los 5 y 6 años dominan todos los tipos de acciones motrices, por tal motivo tratan de realizar cualquier tarea motriz sin considerar sus posibilidades reales: trepan obstáculos a mayor altura, se deslizan por pendientes elevadas, les gusta mantenerse en equilibrio pasando por superficies altas y estrechas, saltan desde alturas, etc.

Comienzan a diferenciar los más diversos tipos de movimientos, a

combinar unas acciones con otras: correr y saltar un obstáculo, correr y golpear pelotas, conducir objetos por diferentes planos, lanzar y atrapar objetos, etc. Demuestran gran interés por los resultados de sus acciones y se observa un marcado deseo de realizarlas correctamente, aunque no es objetivo de la enseñanza en esta edad que los resultados se logren de forma inmediata y mucho menos que siempre alcancen el éxito, pues los logros se van obteniendo en la medida que el niño(a) se adapta a las nuevas situaciones motrices y va adquiriendo la experiencia motriz necesaria para ir regulando sus movimientos.

La riqueza de movimiento que poseen los pequeños en este grupo de edad no solo se basa en el aumento de la complejidad y dificultad de las habilidades motrices básicas logradas en la edad anterior (4 a 5 años), sino también en el interés por la realización de actividades que pudieran estar más vinculadas a habilidades pre-deportivas relacionadas con el Ciclismo, Patinaje, Natación, Actividades en la naturaleza como: caminatas largas y de orientación, juegos, campamentos, etc.

Considerando que el avance en la esfera motriz del desarrollo ocurre paralelamente con los logros alcanzados en la esfera cognitiva y afectiva, exponemos a continuación una breve caracterización con relación a estas esferas.

En necesario aclarar que la referencia que se expone se refiere a niños y niñas con un desarrollo normal y constituyen una aproximación basada en observaciones a grandes grupos, pero no se debe dejar de considerar que aunque existen características comunes a todos los niños en un grupo de edad, hay que tener en cuenta las particularidades individuales que pueden coincidir o no con lo que a continuación se expresa.

La atención a las diferencias individuales es el mayor reto de la pedagogía, por lo que todo educador debe ser capaz de tener un diagnóstico de cada niño(a) para intervenir a tiempo en su desarrollo o simplemente respetar y ser paciente con lo que está sucediendo en la evolución de determinados casos, que no siempre están asociados a problemas en el desarrollo.

Con relación a la esfera intelectual, el lenguaje del preescolar de 5 a 6 años es mucho más fluido y coherente que en el grupo de edad anterior, les gusta conversar, expresar lo que piensan, conocer por qué sucede uno u otro fenómeno de la naturaleza o de la vida social, por lo que constantemente preguntan todo lo que observan. Establecen buena comunicación tanto con los adultos como con otros niños(as) y comprende que hay cosas que puede y que no puede hacer.

Son capaces de apreciar lo bello de la naturaleza, mostrando sensibilidad a los animales, flores, paisajes, cambios naturales: la lluvia, puesta del sol, el arcoíris, y muestran gran emoción ante estos. Una de las particularidades del sistema nervioso que se destaca en los niños y niñas de estas edades es la gran emocionalidad que demuestran ante cualquier tipo de acontecimiento, manifestando reacciones que en ocasiones pueden sorprender a los adultos, pues se ríen sin control, realizan expresiones corporales exageradas, dentro de otras.

Aprecian las variaciones de la forma, el color, el tamaño de los objetos y establecen nociones de contrastes elementales como: alto- bajo, grande- chico, largo- corto, ancho-estrecho, dentro de otros y estas nociones las aplican a las acciones motrices. Ejemplo: Caminan con pasos largos y cortos, saltan lento y rápido, lanzan lejos y cerca, caminan delante o detrás del amiguito.

Participan activamente en las actividades en grupos, de carácter social y

también en las del seno familiar y les gusta ser elogiado y que reconozcan sus actuaciones. El niño(a) de 5 a 6 años es muy independiente, capaz de vestirse solo, realizar sencillas encomiendas laborales como: sembrar semillas y plantas, regarlas, recoger y ordenar objetos y también organizan juegos más complejos, tanto de roles como motrices, imitando en estas las actividades de los adultos: hacen de chofer, piloto de avión, enfermera, constructor y estos roles se acompañan de un argumento que se mantiene durante un largo tiempo mientras están motivados y concentrados en su juego.

Los ámbitos que trabaja y desarrolla la motricidad (esquema corporal, orientación espacio-temporal, lateralidad, y otros) adquieren para el preescolar de 5 a 6 años un significado mayor gracias al desarrollo cognoscitivo alcanzado, ejemplo: en el concepto de la lateralidad son capaces de orientarse a la derecha y a la izquierda, no solo con relación a su propio cuerpo sino también con el de otros niños y con los de objetos a distancia, que con una simple indicación del adulto, son capaces de discriminar su ubicación. También establecen una mejor relación espacio-temporal, pues se desplazan hacia diferentes direcciones y al mismo tiempo varían el ritmo del desplazamiento realizándolo lento o rápido.

Las principales características motrices del niño y la niña de 5 a 6 años se exponen a continuación como resultado de observaciones realizadas en un estudio de la motricidad en los diferentes grupos etáreos (C. González 1997)

En este grupo de edad se observa una gran explosión en el desarrollo de las capacidades motrices, manifiesta en las habilidades motrices básicas ejecutadas con mayor calidad, ejemplo: el niño lanza más lejos, corre más

rápido y demuestra mayor coordinación, equilibrio, ritmo y orientación, en la ejecución de los movimientos.

Las capacidades coordinativas se manifiestan al saltar, caminar y correr combinadamente: lateralmente, hacia atrás, hacia arriba, abajo. Mantienen muy bien el equilibrio al caminar por vigas y muros de diferentes formas. También trepan y escalan una mayor distancia y con buena coordinación.

Son capaces de combinar acciones más complejas como lanzar, rebotar y atrapar la pelota, rodar aros por el piso y pequeñas pelotas por planos estrechos. El atrape de la pelota lo realizan con ambas manos sin requerir el apoyo del pecho como sucedía en el grupo de edad anterior.

Son capaces de percibir el espacio al saltar una cuerda o lanzar una pelota. También regulan sus movimientos al lanzar a un objeto a distancia y les gusta correr para pasar saltando un obstáculo a pequeña altura. Realizan saltos de longitud cayendo con semiflexión de las piernas y buena estabilidad.

Saltan con un pie y con los dos y ejecutan saltillos laterales y hacia atrás. Realizan la reptación (arrastrarse) con movimientos coordinados de brazos y piernas no sólo por el piso, sino también por arriba de bancos.

Consideramos oportuno reiterar que es importante tener en cuenta que aunque los niños pasan por estadios similares a lo largo de su desarrollo, se deben considerar que las características generales expresadas pueden variar en cada niño de acuerdo a sus particularidades individuales. Por ejemplo algunos niños pueden manifestar niveles de desarrollo que están

por encima o por debajo de lo expresado.

A continuación se brindan tres ejemplos de sesiones de actividad motriz que se pueden organizar con los preescolares de este grupo de edad. Estos constituyen ejemplos que pueden ser modificados o enriquecidos por los educadores de acuerdo a las particularidades y desarrollo de sus niños y niñas.

Otros ejemplos y contenidos metodológicos para la actividad motriz en las edades desde 1 año hasta 6 años pueden encontrarse en la obra literaria LA EDUCACION FISICA EN PREESCOLAR de la editorial INDE de Barcelona.

2.2 Marco teórico institucional

La Unidad Educativa Particular “Región Litoral”, fue creada por resolución Ministerial No. 0315 el 7 de agosto de 1980.

La Unidad Educativa Particular “Región Litoral” está garantizada por el Art. 75, literal 19 del Reglamento General de la Ley de Educación y Cultura.

Tomó el nombre de “Región Litoral”, por estar ubicados en esta región de nuestro país.

Haciendo un poco de historia:

La Unidad Educativa Particular “Región Litoral” se creó como unidocente, siendo la Sra. Rosa Teresa Vera Félix, la Directora y profesora del plantel. En sus inicios la escuela funcionaba en la planta baja del domicilio de la señora directora y contaba con una sola aula.

En abril de 1980 se procedió al proceso de matriculación; se matricularon 46 alumnos distribuidos de la siguiente manera:

- 16 alumnos en Primer Grado
- 10 alumnos en Segundo Grado
- 7 alumnos en Tercer Grado
- 6 alumnos en Cuarto Grado
- 7 alumnos en Quinto Grado

No hubo alumnos en Sexto Grado en el primer año de labores.

En el año de 1980 la matricula tenía el valor de \$50 (sucres), y la mensualidad \$100 (sucres).

En el segundo año (1981 – 1982) de labores se matricularon 70 alumnos. Por lo que hubo que contratar un profesor, siendo la Lcda. Bélgica Boza, la misma que laboró por varios años en la institución. En este año hubo que implementar otro salón de clases.

Para el siguiente año (1982 – 1983) la escuela incrementó su número de alumnos como de profesores, siendo ya escuela pluridocente. En este año prestó sus servicios como maestra la Lcda. Luisa Rodríguez, excelente maestra que laboró en el plantel por varios años.

A partir del periodo lectivo 1983 - 1984 empezó a funcionar como escuela completa, es decir con un profesor para cada grado.

En el año 1995 se adquirió el terreno que estaba junto a la escuela, siendo su propietario el señor Benedicto Quintana. Esto permitió incrementar aulas y tener más espacio de recreación.

En el año 1996 se creó el Jardín de Infantes anexo al plantel con el nombre de Casita de Verano. El mismo que empezó su primer año con 25 alumnos, siendo la primera maestra la Lcda. Deysi Santana Baquedano. Actualmente se continúa con el Pre-escolar pero como Primer Año de Educación Básica de la Unidad Educativa Región Litoral.

En el año 2001 se hizo una reconstrucción total del plantel, siendo en la actualidad de dos plantas y toda construida en hormigón armado.

En el año 2003 se incrementó el Octavo, Noveno y Décimo Año de Educación Básica. Garantizado por el Acuerdo Ministerial # 4526, Art. 2, literal “b” del Reglamento General de la Ley de Educación y Cultura.

Actualmente el plantel tiene un número aproximado de 200 estudiantes y once maestros titulados y con experiencia en la docencia. Cuenta además con laboratorio de computación y sala de audiovisuales.

En la Unidad Educativa “Región Litoral” se educa a niños de todos los lugares del cantón, dígase San Camilo, Quevedo, Guayacán, Venus del Rio Quevedo, etc.

La institución ha ganado su prestigio, gracias al trabajo y perseverancia de todo quienes laboran en ella, como directivos, maestros, padres de familia y personal de servicio.

Dentro de esta prestigiosa institución existen varios casos de discapacidades físicas por factores motrices, por enfermedad y mixtos, notándose que tanto padres como docentes no aplican los métodos o estrategias necesarias para mejorar su aprendizaje, es por eso que la hemos tomado como referencia.

2.3 Antecedentes investigativos

La visión que tenemos de la persona con bajo desarrollo motriz ha variado con el paso de los años, anteriormente veíamos que las personas eran relegadas a su hogar, sin posibilidades de socializar y mucho menos realizar cualquier actividad deportiva, esta condición día a día va mejorando, y los gobiernos van tomando mayor conciencia de implementar políticas deportivas y que las ciudades sean lugares más placenteros y llegue una mejor imagen hacia la persona que vive con bajo rendimiento físico.

Desde la antigüedad se ha visto que una persona con bajo desarrollo motriz desde un punto era discriminado, el término deficiencia motriz no es un concepto universal, varía de acuerdo a la cultura, el género, las actitudes individuales y sociales prevalecientes, resume un número de limitaciones funcionales diferentes que ocurren en cualquier población de cualquier país del mundo. Las personas con deficiencia motriz pueden ser por un impedimento físico.

Dichos impedimentos, pueden ser permanentes o transitorias en su naturaleza. El término deficiencia motriz, sirve como un término que engloba los impedimentos, limitaciones de la actividad o restricciones a la participación de una actividad física.

2.4 Fundamentación teórica científica

Esta asignatura destaca el estudio de los desempeños motores que niños y adolescentes efectúan en las sesiones de educación física escolar y que corresponden a los ámbitos donde se manifiesta la motricidad: la expresión, el juego y la actividad ludo motriz, y la iniciación deportiva y el deporte escolar. Asimismo, enfatiza la observación del niño como ejercicio Fundamental para el análisis y la incorporación de conocimientos relevantes de sus actuaciones motrices y su desarrollo corporal.

Los contenidos del curso orientan al estudio de la motricidad en niños y adolescentes, para observar al movimiento desde la lógica interna que suponen los juegos como actividades en sí mismas; el niño que juega, manifiesta al mismo tiempo diversas actitudes y aptitudes relacionadas con los procesos afectivos y cognitivos que representan, en conjunto, la cristalización de la acción motriz, acción revestida de sentido y significado. Los contenidos también se enfocan a formar la mirada pedagógica que permita a los futuros docentes mejorar las prácticas educativas y revalorar la importancia de la motricidad como contenido central de su intervención docente.

Este planteamiento inaugura una orientación renovadora del quehacer pedagógico de la educación física escolar, que sitúa en el centro del proceso formativo de la especialidad a la acción motriz del niño dentro de un marco globalizador que destierra la dicotomía cuerpo mente. Asimismo, se reconoce que la acción corporal está influenciada por múltiples factores, que van desde las situaciones motrices de los juegos hasta los significados que cada alumno le asigna a los cometidos y las tareas a realizar en cada sesión. En este espectro son muchos y diversos

los elementos a tomar en cuenta al momento de intervenir pedagógicamente ante un grupo de escolares de la educación básica.

Entre estos elementos podemos destacar los siguientes: las restricciones que las reglas de los juegos imponen a los participantes; las posibilidades motrices que el tiempo de realización de un juego brinda a los niños –no es lo mismo jugar 15 minutos, que jugar El que anota el gol gana–; los distintos desplazamientos motrices que se realizan en un área de juego, desde una cancha común, una cancha dividida o juegos de cancha de invasión, y el móvil de las actividades, que van desde anotar un tanto hasta hacer capturas del equipo contrario. Esta gama de elementos estructurales, propios de la dinámica interna de las actividades, se ve cruzada también por los factores de cooperación-oposición y la incertidumbre.

2.5 PLANTEAMIENTO DE HIPÓTESIS:

2.5.1 Hipótesis general

Con la ejecución de un programa de Cultura Física se mejorara el desarrollo motriz en los estudiantes del primer año de educación básica la Escuela Región Litoral de la Parroquia San Camilo, del Cantón Quevedo, en el periodo 2012

2.5.2 Hipótesis específicas

- Estableciendo un estudio de las capacidades motrices de los estudiantes se lograra una clara aplicación del programa de actividades físicas.
- Determinando los niveles en que se encuentran los estudiantes se obtendrá el grado de deficiencia motriz.
- Motivando a los estudiantes en la práctica de la cultura física se podrá gozar de un buen desarrollo motriz.

2.5.3. Variables.

2.5.3.1. Variable Independiente

Cultura física.

2.5.3.2. Variable Dependiente

Desarrollo motriz.

2.6 OPERACIONALIZACION DE VARIABLES:

2.6.1 VARIABLE INDEPENDIENTE: Cultura Física.

Cuadro # 1

CONCEPTUALIZACION	CATEGORIA	INDICADORES	ITEMS BASICOS	TECNICAS E INSTRUMENTOS
<p>La CULTURA FÍSICA es la parte de la cultura que representa el conjunto de experiencias y logros obtenidos de la creación y aplicación de principios, fundamentos, condiciones, metodologías orientadas a la ejercitación del ser humano, manifestaciones y realizaciones humanas en materia de actividad física encaminada al ocio, educación, competición, aptitud física y salud</p>	<p>Beneficios</p> <ul style="list-style-type: none"> Lograr un buen desarrollo motriz en los estudiantes. Mantener una vida activa mediante la práctica de la cultura física. <p>Deficiencias.</p> <ul style="list-style-type: none"> Desinterés en los estudiantes por la práctica de la Cultura Física. Riesgos de sufrir fácilmente enfermedades 	<p>Preparación Física</p> <p>Calentamiento antes de una actividad física</p> <p>Planificación del entrenamiento</p> <p>Evaluación</p>	<p>¿Ha recibido usted Capacitación sobre el desarrollo corporal a través de Seminarios.</p> <p>¿ha sido evaluado alguna vez sobre sus conocimientos de Cultura Física?</p> <p>¿En las clases de cultura física se deben emplear juegos para mejorar sus movimientos</p> <p>¿En la actualidad los métodos de enseñanza Sobre la Cultura Física son actualizados ?</p>	<p>Técnicas</p> <ul style="list-style-type: none"> Encuestas Observación <p>Instrumentos</p> <ul style="list-style-type: none"> Cuestionarios Test físico

2.6.2 VARIABLE DEPENDIENTE: Desarrollo Motriz

Cuadro # 2

CONCEPTUALIZACION	CATEGORIA	INDICADORES	ITEMS BASICOS	TECNICAS E INSTRUMENTOS
<p>La motricidad es mucho más que el propio funcionamiento de las estructuras corporales que van madurando; es una dimensión humana que se genera a partir de nuestra condición corpórea, más allá del concepto físico o fisiológico</p>	<p>Beneficios</p> <p>Desarrollo de:</p> <p>Velocidad</p> <p>Flexibilidad</p> <p>Resistencia</p> <p>Deficiencia</p> <p>Carencia de habilidades psicomotriz</p>	<p>Simple y complejas</p> <p>Activa y pasiva</p> <p>Aeróbica anaeróbica</p>	<p>¿Sabe usted que es desarrollo motriz?</p> <p>¿Conoce usted como mejorar su motricidad?</p> <p>¿Tiene usted un buen desarrollo motriz?</p> <p>¿sabe usted cuantas clases de motricidad existen?</p> <p>¿Sabe usted porque debemos tener un buen desarrollo motriz?</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Encuestas • Observación <p style="text-align: center;">Instrumento</p> <ul style="list-style-type: none"> • Cuestionario • Test físico

2.7 Definición de términos usados

Endiosar: Elevar a alguien a la divinidad. ||2.Prnl. Erguirse, entonarse, ensoberbecerse.

Precursora: Que **precede** (ll va delante). U. t. c. s. ||2. Que profesa o enseña doctrinas o acomete empresas que no tendrán razón ni hallarán acogida sino en tiempo venidero. ||3.m. San Juan Bautista, que nació antes que Cristo y anunció su venida al mundo

Quinesiología. (,movimiento, y *-logía*). f. Conjunto de los procedimientos terapéuticos encaminados a restablecer la normalidad de los movimientos del cuerpo humano. ||2. Conocimiento científico de aquellos procedimientos.

Psicomotricidad. f. *Psicol.* Motilidad de origen psíquico. || 2. *Psicol.* Integración de las funciones motrices y psíquicas. || 3. *Psicol.* Conjunto de técnicas que estimulan la coordinación de dichas funciones.

Cenestesia. *Psicol.* Sensación general de la existencia y del estado del propio cuerpo, independiente de los sentidos externos, y resultante de la síntesis de las sensaciones, simultáneas y sin localizar, de los diferentes órganos y singularmente los abdominales y torácicos.

Deficiencia: Anormalidades de la estructura corporal y de la apariencia y a la función de un órgano o sistema, cualquiera que sea su causa; en principio las deficiencias representan trastornos a nivel de órgano.

Desarrollo psicomotor: El término desarrollo psicomotor designa la adquisición de habilidades que se observa en el niño de forma continua durante toda la infancia. Corresponde tanto a la maduración de las estructuras nerviosas (cerebro, médula, nervios y músculos) como al aprendizaje que el bebé -luego niño- hace descubriéndose a sí mismo y al mundo que le rodea.

Socio-afectivo: Es desde el nacimiento el desarrollo integral que crea vínculos y estrategias para desenvolverse con los demás.

Fisiología: Es la ciencia biológica que estudia las funciones de los seres vivos.

CAPITULO III

3. LA METODOLOGIA

3.1 Metodología Empleada

3.1.1.- Método Inductivo.- Va de lo particular a lo general. Es decir, partimos de investigaciones y hechos sobre las deficiencias motrices, para luego, llegar a como repercuten las mismas en los estudiantes.

3.1.2.- Método deductivo.- Este proceso nos permite presentar conceptos, y definiciones sobre las deficiencias motrices a partir de los cuales, se analizó y se generalizó la información obtenida.

3.1.3.- Método descriptivo.- Lo utilizamos en la descripción de hechos actuales sobre deficiencias motrices por lo que decimos: que este método nos sitúa en el presente. No se redujo a una simple recolección y tabulación de datos a los que se acompaña, se integró el análisis, reflexión y una interpretación imparcial de los datos obtenidos y que permite concluir acertadamente el trabajo

3.2 Modalidad Básica de la Investigación

En la presente investigación se empleó la modalidad de campo y documental:

- De campo porque se realizarán encuestas a estudiantes, padres de familia, docentes y autoridades de la institución.

Documental porque recurriremos archivos, libros, estadísticas e internet.

3.3 Nivel o tipo de investigación.

Los tipos de investigación empleados son: descriptivas y explicativas.

- Descriptivas, por cuanto a través de la información obtenida se va a clasificar elementos y estructuras para caracterizar una realidad.
- Explicativa, porque permite un análisis de los hechos para su rectificación

3.4 Población y Muestra

3.4.1 Población

La población es el grupo de individuos que habitan en una determinada zona donde se realiza la investigación, en este caso tenemos una población de estudio determinada en 7 docentes y 20 padres de familia del primer año de la Unidad Educativa “Región Litoral”,. No se aplica fórmula porque la población es menor a 100 y no es necesario extraer una muestra.

3.4.2 MUESTRA.

Las encuestas se aplicarán a la totalidad de la población del primer año de educación básica y esta distribuida de la siguiente manera: 7 docentes, y 20 padres de familia del año a investigarse. Los mismos que están distribuidos de la siguiente manera:

Cuadro # 3

ENCUESTADOS	POBLACIÓN	MUESTRA
Profesores	7	7
Padres de Familia	20	20
TOTAL	27	27

3.5 Técnicas e Instrumentos

Las técnicas utilizadas para la presente investigación fueron las siguientes:

3.5.1 La Observación.- Esta técnica ayudo a recopilar información, mediante la observación que se obtuvo al momento de realizar la investigación en el lugar de los hechos.

3.5.2 La Encuesta.- Mediante esta técnica de investigación se pudo recopilar información utilizando un banco de preguntas, dirigidas a los docentes de la unidad educativa región litoral y a los padres de familia del primer año de educación

3.5.3 Test Físico.- Este test sirvió para saber en qué condiciones estaban los alumnos al inicio de la investigación.

3.6 Recolección de Información

3.6.1 Selección de técnicas.

- Encuesta

Es un conjunto de preguntas con las cuales se busca recaudar datos por medio de un cuestionario prediseñado, dirigidas a un conjunto de personas para conocer estados de opinión.

Se utilizaron para la encuesta las preguntas cerradas a continuación se detalla las preguntas realizadas en la misma. Ejemplo:

- ¿Su hijo Práctica actualmente alguna actividad física- deportiva fuera del horario de clases?
 - a. Si
 - b. No

- Observaciones

Detecta y asimila los rasgos de un elemento utilizando los sentidos como instrumentos principales.

3.6.2 Instrumentos.

- Cuestionarios
- Test físico

3.7 Selección de Recursos de Apoyo

Con la recopilación de los datos que se la realizo por medio de la encuesta a los padres de familia y profesores de la institución, Se la analizo y el resultado de la investigación es la siguiente.

- Tabulación de los datos de las preguntas utilizando métodos estadísticos para la presentación de datos.

- Análisis de los resultados estadísticos, destacando los objetivos e hipótesis.

- Confirmación de los objetivos e hipótesis b.

- Realización de gráficos para representar el porcentaje de las preguntas.

- Conclusión después de recopilar la información de acuerdo al problema investigado en el cual se podrá llegar a una recomendación de acuerdo a los objetivos esperados.

CAPITULO IV

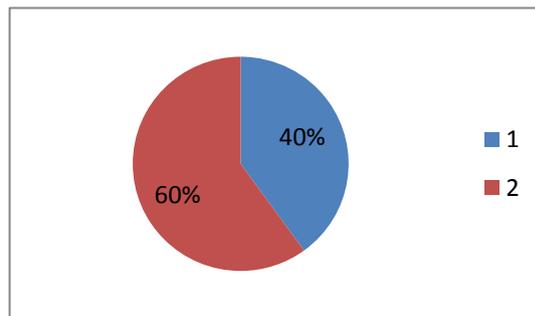
4. Análisis e interpretación de resultados.

4.1. Encuesta dirigida a padres de familia.

Pregunta N°1.- ¿Su hijo Practicas actualmente alguna actividad física-deportiva fuera del horario de clases?

CUADRO # 1

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	%
SI	6	40
NO	9	60
TOTAL	15	100



Fuente: Padres de familia.

GRÁFICO # 1

Análisis: De la investigación realizada, el 40% manifiesta que sus hijos si realizan una actividad física-deportiva fuera del horario escolar, mientras que otro 60% dice que no realizan algún deporte fuera del horario escolar.

Interpretación

La mayoría de los estudiantes no practican actividad-física después del horario de clases.

Pregunta N°2.- ¿Qué actividad realiza el estudiante después del horario escolar?

CUADRO # 2

alternativa	frecuencia	%
futbol	4	27
básquet	4	27
Ninguna	7	46
total	15	100

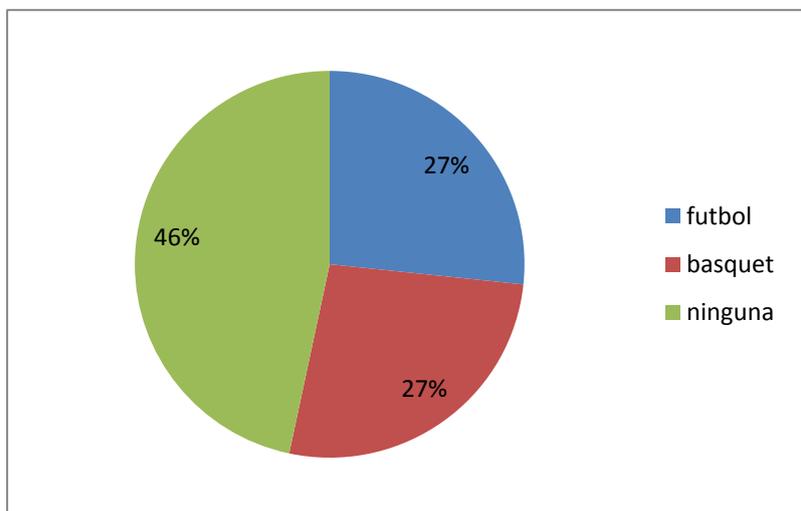


GRÁFICO # 2

Fuente: Padres de familia.

Análisis: De la investigación realizada, un 27% manifiesta que sus hijos realizan una actividad física-deportiva fuera del horario escolar como lo es el futbol, mientras que otro 27% dice que realizan lo que es el básquet. Otro 46% no practican alguna actividad deportiva fuera del horario escolar.

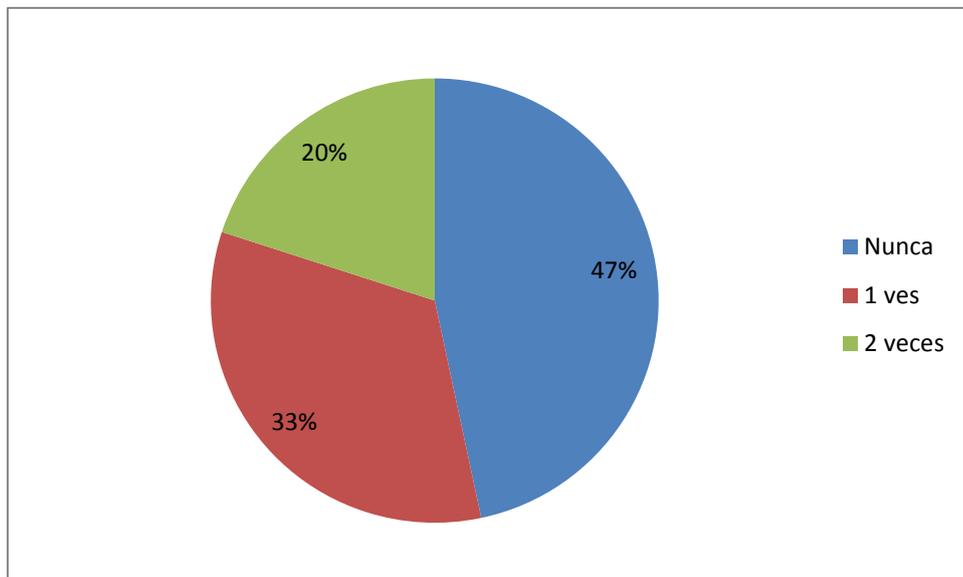
Interpretación

La mayoría de los estudiantes no practican actividad-física después del horario de clases.

Pregunta N°3. Por lo general su hijo al día, ¿con que frecuencia sueles practicar actividad físico- deportivo fuera del horario de clases?

CUADRO # 3

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	%
Nunca	7	47
1 ves	5	33
2 veces	3	20
TOTAL	15	100



Fuente: Padres de familia.

Gráfico # 3

Análisis: De la investigación realizada, un 47% manifiesta que sus hijos no realizan una actividad física-deportiva al día, mientras que otro 33% dice que lo realiza una vez al día. Otro 20% realizan dos veces a la semana.

Interpretación

La mayoría de los estudiantes no practican actividad-física después del horario de clases.

Pregunta N°4 ¿su hijo Cuantas horas al día pasa realizando actividad físico-deportivo?

CUADRO # 4

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	%
1 hora	2	13
2 horas	4	26
Más de 2	9	61
TOTAL	15	100

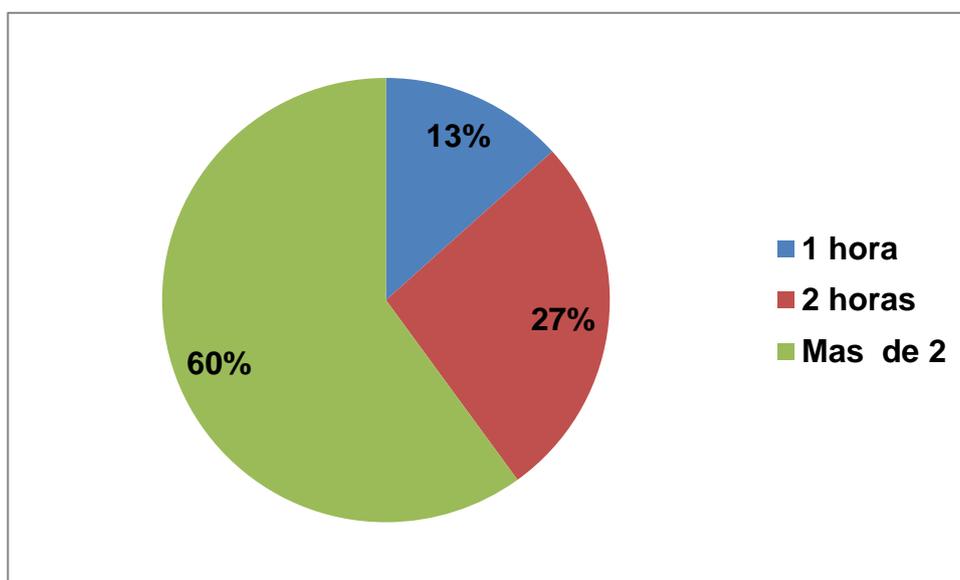


GRÁFICO # 4

Fuente: Padres de familia.

Análisis: De la investigación realizada, un 61% manifiesta que sus hijos realizan una actividad física-deportiva más de dos horas al día, mientras que otro 26% dice que lo realizan dos horas al día. Otro 13% realiza actividad física.

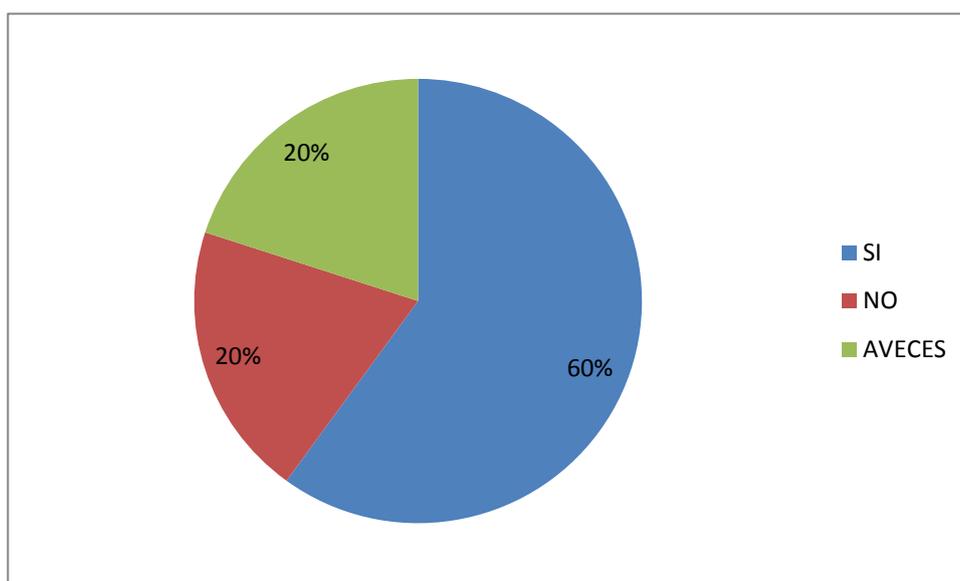
Interpretación

La mayoría de los estudiantes practican actividad-física más de dos horas.

Pregunta N°5 ¿su hijo Le gusta realizar deporte con otros niños de su sector?

CUADRO # 5

Alternativa	Frecuencia	%
SI	9	60
NO	3	20
AVECES	3	20
TOTAL	15	100



Fuente: Padres de familia.

GRÁFICO # 5

Análisis: De la investigación realizada, un 60% manifiesta que sus hijos realizan una actividad física-deportiva junto con los niños de su sector, mientras que otro 20% dice que no realizan actividad física- deportiva con los niños de su sector. Otro 20% realiza a veces actividad física con los niños de su sector.

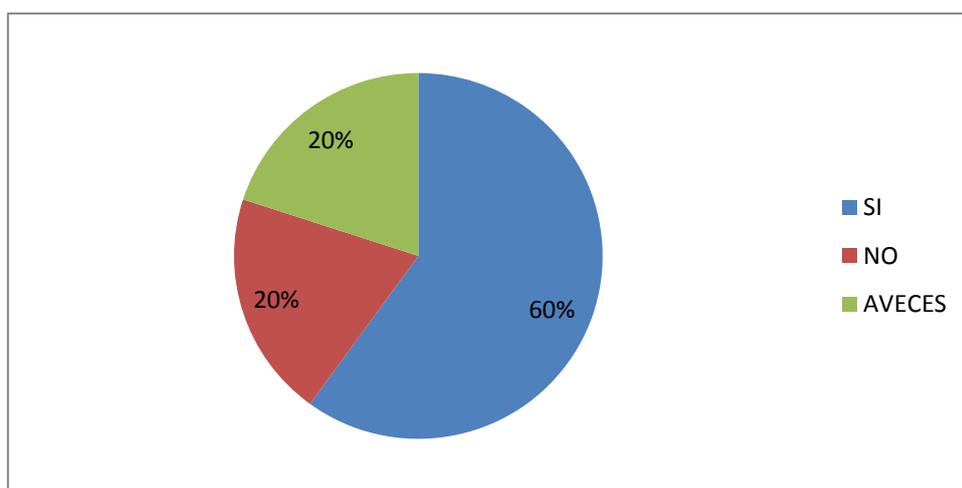
Interpretación

La mayoría de los estudiantes practican actividad-física con los niños de su sector.

Pregunta # 6 ¿En su tiempo libre su hijo practica alguna actividad física de intensidad moderada durante al menos 10 minutos consecutivos?

CUADRO # 6

Alternativa	Frecuencia	%
SI	9	60
NO	3	20
AVECES	3	20
TOTAL	15	100



Fuente: Padres de familia.

GRÁFICO # 6

Análisis: De la investigación realizada, un 60% manifiesta que sus hijos realizan una actividad física-deportiva, durante diez minutos mientras que otro 20% dice que no realizan actividad física- deportiva durante diez minutos. Otro 20% realiza a veces actividad física durante diez minutos.

Interpretación

La mayoría de los estudiantes practican actividad-física durante diez minutos.

4.2. ENCUESTA DIRIGIDAS A DOCENTES

1) ¿CONOCE USTED QUE ES CULTURA FÍSICA?

CUADRO # 1

Alternativa	Frecuencia	%
Si	2	29
No	5	71
total	7	100

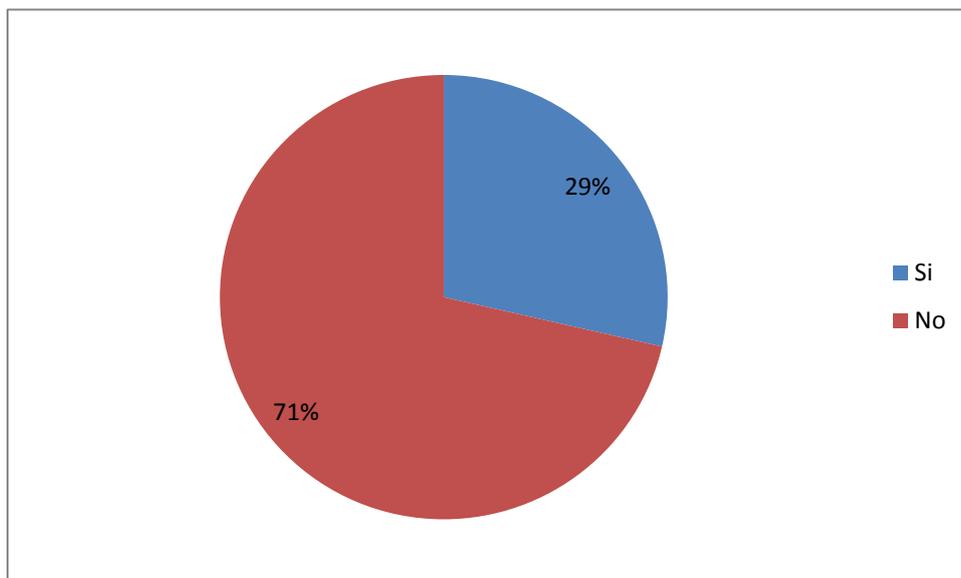


GRÁFICO # 1

Fuente: Docentes:

Análisis: el 71 % de los maestros dice no conocer que es cultura física mientras que un 29% dice conocer que es cultura física.

Interpretación

La mayoría de los docentes no conocen lo que es cultura física.

PREGUNTA N#2:¿CREE USTED NECESARIAREALIZAR CULTURA FÍSICA, ANTES, DURANTE Y DESPUÉS, DE HORAS DE CLASES?

Alternativa	Frecuencia	CUADRO # 2 %
si	3	43
no	3	43
Talvez	1	14
total	7	100

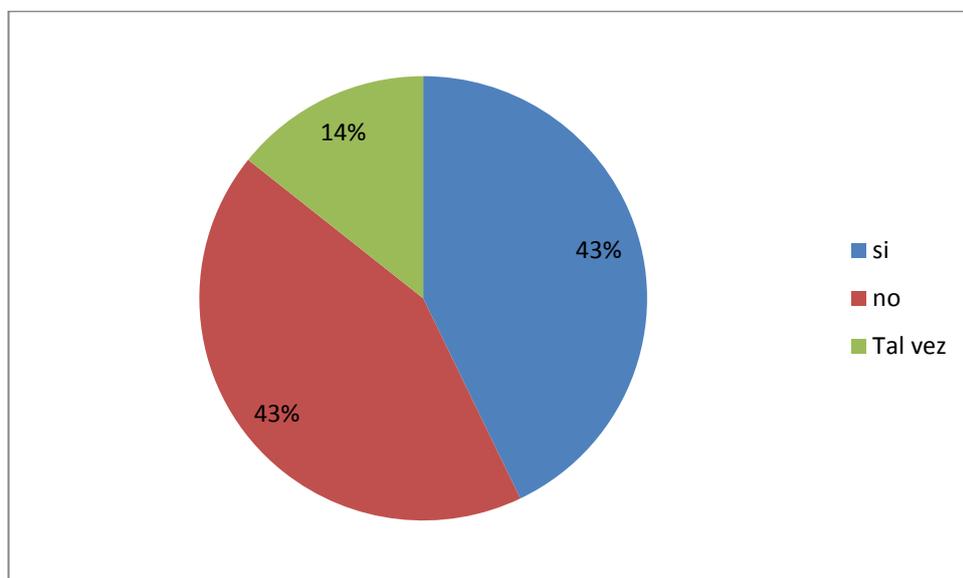


GRÁFICO # 2

FUENTE: DOCENTE

Análisis: El 43% de los docentes dijeron que si es necesario realizar cultura física antes durante y después del horario de clases mientras que otro 43% dice que no es necesario mientras que un 14 % dice que tal vez es necesario la práctica de la cultura física antes durante y después de clases de cultura física

Interpretación

La mayoría de los docentes dicen que es necesario realizar cultura física.

PREGUNTA N#3¿RECOMENDARÍA A SUS ALUMNOS A QUE REALICEN CULTURA FÍSICA?

CUADRO # 3

Alternativa	Frecuencia	%
si	3	43
no	2	29
Talvez	2	29
total	7	100

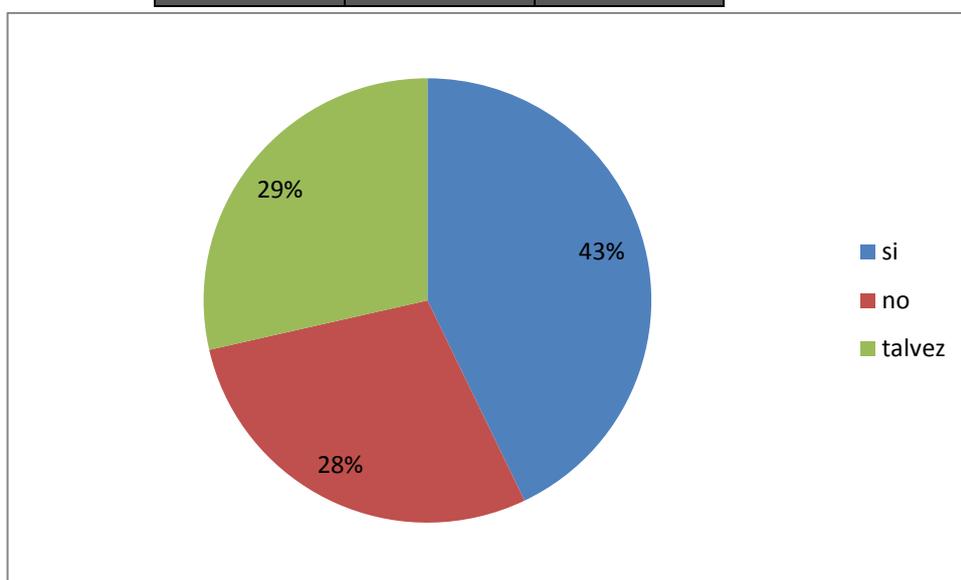


GRÁFICO # 3

Fuente: Docentes

ANÁLISIS: El 42% dice que si recomendaría a sus estudiantes a realizar cultura física mientras que un 29% que no recomendaría a sus estudiantes realizar cultura física mientras otro 29% que tal vez recomendaría realizar cultura física.

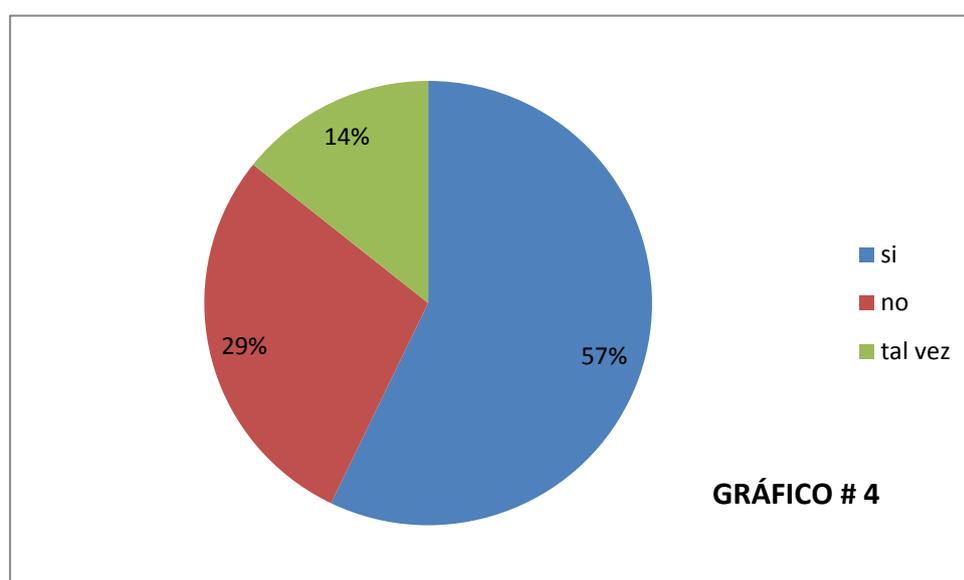
Interpretación

La mayoría de los docentes dice que si recomendaría a sus estudiantes a realizar cultura física.

PREGUNTA # 4¿CONTRIBUYE USTED CON ALGUN FACTOR PARA QUE SUS ALUMNOS REALICEN CULTURA FISICAS?

CUADRO # 4

Alternativa	Frecuencia	%
si	4	57
no	2	29
tal vez	1	14
total	7	100



Fuente: Docentes

GRÁFICO # 4

Análisis: el 50% de los docentes si contribuye con algún factor para que realicen cultura física otro 29 dice no aportar con ningún factor para que realicen cultura física y el 14 % dice que tal vez aporta para que realicen cultura física.

Interpretación: la mayoría dice que si aportan para que sus estudiantes realicen cultura física.

PREGUNTA #5 ¿CONOCE USTED LA DIFERENCIA QUE EXISTE ENTRE CULTURA FISICA Y EDUCACION FISICA?

CUADRO # 5

Alternativa	Frecuencia	%
si	4	57
no	3	43
TOTAL	7	100

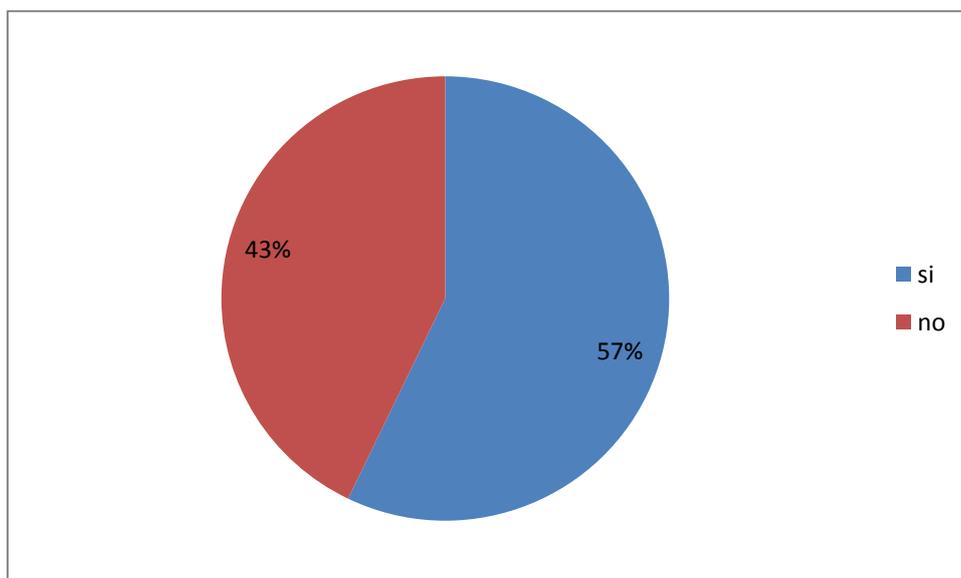


GRÁFICO # 5

Fuente: Docentes:

Análisis: el 57 % de los maestros dice conocer la diferencia entre cultura física y educación física mientras que un 43% dice no conocer la diferencia entre cultura física y educación física.

Interpretación

La mayoría de los docentes conocen la diferencia entre cultura física y educación física.

PREGUNTA #6 ¿EN LA INSTITUCION DONDE USTED LABORA DISPONEN DE UN DOCENTE DE CULTURA FISICA ESPECIALIZADO .

CUADRO # 6

alternativa	frecuencia	%
si	5	71
no	2	29
total	7	100

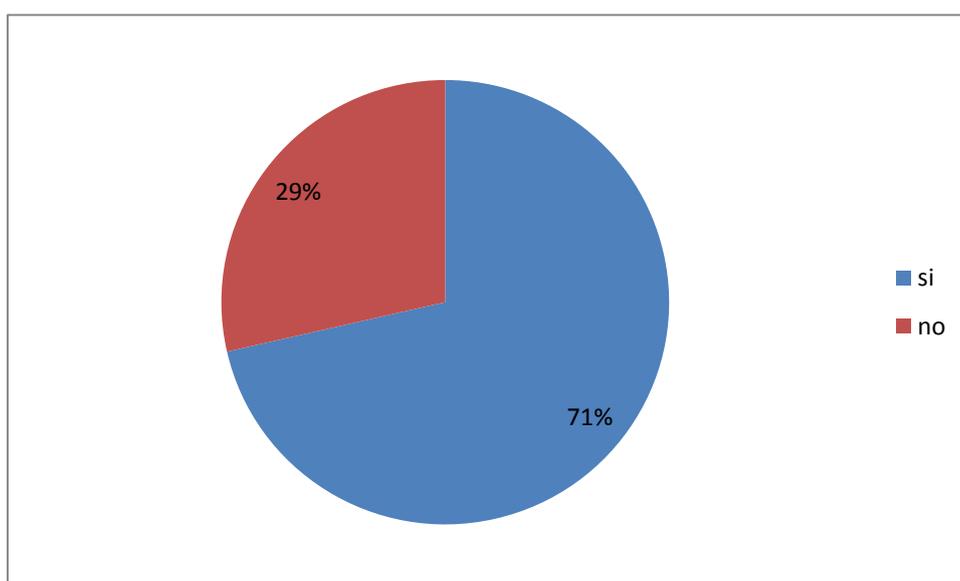


GRÁFICO # 6

Fuente: Docentes

Análisis: el 71 % de los maestros dice contar con un docente de cultura física especializado mientras que un 29% dice no contar con un docente de cultura física especializado.

Interpretación

La mayoría de los docentes dicen contar con un docente de cultura física especializado.

4.3. VERIFICACION DE HIPÓTESIS

Una vez realizada la investigación, se comprueba que:

- La cultura física si influye en el desarrollo motriz del estudiante.
- Si existieran programas para mejorar el desarrollo motriz de los estudiantes mejorarían su motricidad.
- La capacidad motriz si promueven las diferencias entre los estudiantes.
- Si se aplicara programas adecuados, si mejoraría el entorno de los estudiantes con deficiencias motoras en la Unidad Educativa “Región Litoral” de la Parroquia San Camilo del Cantón Quevedo, Provincia Los Ríos, durante el periodo lectivo 2012.

4.4. PRESENTACION, ANALISIS DE DATOS

Encuesta realizada a los padres de familia

Cuadro # 4

Nº	CUESTIONARIO	SI	NO	TAL VEZ	% SI	% NO	% TAL VEZ	TOTAL
1	¿Su hijo Práctica actualmente alguna actividad física- deportiva fuera del horario de clases?	6	9	0	40	60	0	100
2	¿Qué actividad realiza el estudiante?	Futbol	Básquet	Ninguna	% Algunas	% Pocas	% Ninguna	TOTAL
		4	4	7	27	27	46	100
3	Por lo general su hijo al día, ¿con que frecuencia suele practicar actividad físico- deportivo fuera del horario de clases?	Nunca	1 ves	2 veces	% nunca	% 1 ves	% 2 veces	TOTAL
		7	5	3	47	33	20	100
4	¿su hijo Cuantas horas al día pasa realizando actividad físico-deportivo?	1 hora	2 horas	Mas 2 horas	% 1 hora	% 2 horas	% mas 2 horas	Total
		2	4	9	13	26	61	100
5	¿su hijo Le gusta realizar deporte con otros niños de su sector?	si	no	a veces	%si	% no	%a veces	TOTAL
		9	3	3	60	20	20	100
6	¿En su tiempo libre su hijo practica alguna actividad física de intensidad moderada durante diez minutos continuos.	Si	No	A veces	% Si	% No	% a veces	TOTAL
		9	3	3	60	20	20	100

Encuestas Realizadas a Docentes.

Cuadro # 5

Nº	CUESTIONARIO	SI	NO	TAL VEZ	% SI	% NO	% TAL VEZ	TOTAL
1	¿CONOCE USTED QUE ES CULTURA FÍSICA?	2	5	0	29	71	0	100
2	¿CREE USTED NECESARIA REALIZAR CULTURA FÍSICA, ANTES, DURANTE Y DESPUÉS, DE HORAS DE CLASES?	si	no	Tal ves	% si	% no	% Tal ves	TOTAL
		3	3	1	43	43	14	100
3	RECOMENDARÍA A SUS ALUMNOS A QUE REALICEN CULTURA FÍSICA?	si	no	Tal ves	% si	% no	% tal ves	TOTAL
		3	2	2	43	29	28	100
4	¿CONTRIBUYE USTED CON ALGUN FACTOR PARA QUE SUS ALUMNOS REALICEN CULTURA FISICAS?	si	no	Tal ves	% si	% no	% tal ves	Total
		4	2	1	57	29	14	100
5	¿CONOCE USTED LA DIFERENCIA QUE EXISTE ENTRE CULTURA FISICA Y EDUCACION FISICA?	si	no	Tal ves	%si	% no	%tal ves	TOTAL
		4	3	0	57	43	0	100
6	EN LA INSTITUCION DONDE USTED LABORA DISPONEN DE UN DOCENTE DE CULTURA FISICA ESPECIALIZADO	Si	No	A veces	% Si	% No	% a veces	TOTAL
		5	2	0	71	29	0	100

Resultado de Pruebas Físicas N#1

Cuadro # 6

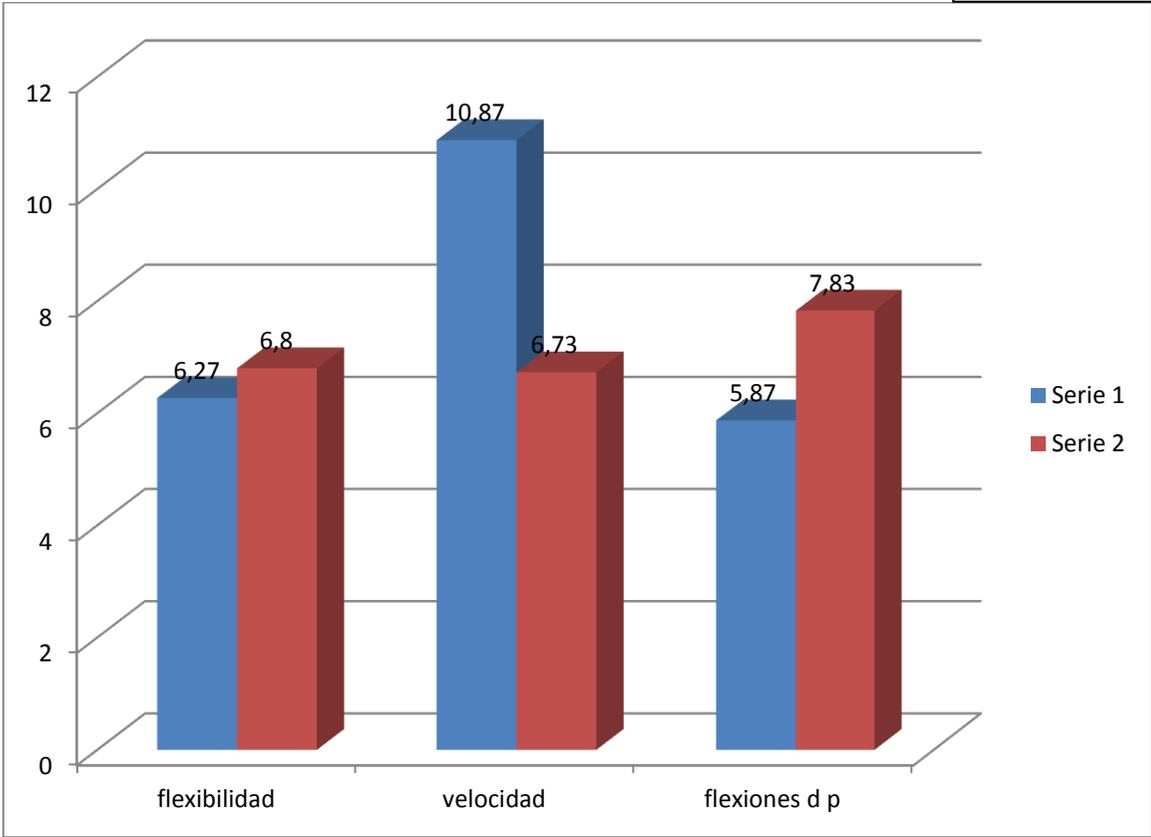
Nº	EDAD	ESTATURA	SEXO	PESO	IMC	FLEXIBILIDAD	V. 30MT.	FLEXIONES DE PECHO 30SEG.	EVALUACION
1	5	1.16	M	40 kg.	29.7	-15	20 Seg.	3	Malo
2	5	1.10	M	30 kg	24.8	+5	10 Seg.	6	Regular
3	5	1	M	28 kg.	28	+4	10 Seg.	6	Regular
4	5	1.05	M	29 kg.	26.3	+3	11 Seg.	5	Regular
5	5	98	M	24 kg.	25	+6	11 Seg.	6	Regular
6	5	97	F	22 kg.	23.4	+4	10 Seg.	5	Regular
7	5	96	F	21 kg.	22.8	+5	11 Seg.	7	Regular
8	5	1.14	F	27 kg.	20.8	+5	11 Seg.	6	Regular
9	5	1.11	F	26 kg.	21.1	+6	10 Seg.	6	Regular
10	5	1.09	F	25 kg.	21	+6	12 Seg.	7	Regular
11	5	99	F	24 kg.	24.5	+6	11 Seg.	6	Regular
12	5	98	F	23 kg.	23.9	+7	10 Seg.	6	Regular
13	5	97	F	22 kg.	23.4	+7	12 Seg.	7	Regular
14	4	81	F	19 kg.	29	+5	14 Seg.	6	Regular
15	4	83	F	20 KG.	29	+6	13 Seg.	6	Regular
<u>X</u>	4,87	1,05		25.33	21.21	6.27	10.87	5.87	regular

Resultados de las pruebas físicas N#2

Cuadro # 7

Nº	EDAD	ESTATURA	SEXO	PESO	IMC	FLEXIBILIDAD	VELOCIDAD 30MT.	FLEXIONES DE PECHO 30 SEG.	EVALUACION
1	5	1.16	M	40 kg.	29.7	-10	15 seg.	5	Bueno
2	5	1.10	M	30 kg	24.8	+7	6 seg.	8	Bueno
3	5	1	M	28 kg.	28	+6	7 seg.	8	Bueno
4	5	1.05	M	29 kg.	26.3	+3	7 seg.	7	Bueno
5	5	98	M	24 kg.	25	+5	6 seg.	8	Bueno
6	5	97	F	22 kg.	23.4	+6	7 seg.	7	Bueno
7	5	96	F	21 kg.	22.8	+7	6 seg.	8	Bueno
8	5	1.14	F	27 kg.	20.8	+7	7 seg.	8	Bueno
9	5	1.11	F	26 kg.	21.1	+7	7 seg.	8	Bueno
10	5	1.09	F	25 kg.	21	+7	7 seg.	9	Bueno
11	5	99	F	24 kg.	24.5	+7	6 seg.	8	Bueno
12	5	98	F	23 kg.	23.9	+8	6 seg.	8	Bueno
13	5	97	F	22 kg.	23.4	+8	7 seg.	9	Bueno
14	4	81	F	19 kg.	29	+7	7 seg.	9	Bueno
15	4	83	F	20 KG.	29	+7	6 seg..	8	Bueno
X	4.87	1,05		25.33	21.21	6.8	6.73	7,87	

GRAFICO 1



4.5. INTERPRETACION Y DISCUSION DE RESULTADOS

Concluido el trabajo de campo y documental, luego de haber realizado encuestas e investigar en libros, internet, etc., se ha logrado demostrar que la cultura física influyen directamente en el proceso del desarrollo motriz dentro como fuera del aula de los estudiantes del primer año de Educación Básica de la Unidad Educativa “Región Litoral” de la Parroquia San Camilo del Cantón Quevedo, Provincia Los Ríos, ya que estos necesitan del apoyo de padres, docentes y compañeros del aula y la escuela en general.

Estos resultados logrados a través de la información obtenida y el análisis realizado nos permitirán orientar de una forma responsable y adecuada a los alumnos con deficiencias motrices utilizando métodos o técnicas para mejorar su motricidad.

Este trabajo queda en manos de padres y docentes para llevar a cabo el proyecto.

CAPITULO V

5. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1. CONCLUSIONES

- Nos hemos podido dar cuenta que los alumnos de la Unidad Educativa Región Litoral de la parroquia san Camilo no tenían un buen desarrollo de las capacidades motrices.

- La práctica de la cultura física si contribuye al crecimiento de las capacidades motrices de los estudiantes del primer año de educación básica.

- Aplicando el programa a los alumnos del primer año de educación básica tuvieron una mejora en sus capacidades motoras.

5.2. RECOMENDACIONES

Por medio de la investigación realizada se a determinado realizar las siguientes recomendaciones

- Aplicar la propuesta planteada para el desarrollo motriz en los estudiantes del primer año de educación básica.
- Se continúe investigando sobre tema de deficiencia motriz en otras instituciones.
- Generalizar los resultados e informar a los docentes de cultura física para que continúe con el perfeccionamiento y el desarrollo de la metodología de las clases de cultura física.

CAPITULO VI

6. PROPUESTA ALTERNATIVA

TEMA:

Desarrollo de un programa para mejorar el desarrollo motriz de los estudiantes del primer año de educación básica de la unidad Educativa Particular Región Litoral de la Parroquia San Camilo del Cantón Quevedo de la provincia de los Ríos en el periodo 2012

6.1. DATOS INFORMATIVOS:

Organización ejecutiva

Para realizar la propuesta y reconocer los aspectos importantes necesitamos la ayuda de un profesional dedicado a la docencia. Con esto llegaremos a realizar programas de actividades la cual deberá tener normas de enseñanza aprendizaje los cuales se ejecutaran en nuestro proyecto de investigación.

Organismos cooperantes

Para la realización de propuesta contamos con la ayuda de las instituciones.

- Unidad educativa región litoral
- Universidad Técnica de Babahoyo.

Periodo de ejecución

4 meses desde enero del 2013 a mayo del 2013

Ubicación

Provincia de los Ríos, Cantón Quevedo, Parroquia San Camilo, unidad Educativa Región Litoral”.

Cobertura

Esta propuestase la realiza en la Unidad Educativa Región Litoral con una cobertura de todos los estudiantes que ingresan a estudiar en el primer año de educación básica de dicha institución.

6.2. ANTECEDENTE DE LA PROPUESTA.

La Unidad Educativa Particular “Región Litoral”, fue creada por resolución Ministerial No. 0315 el 7 de agosto de 1980. La Unidad Educativa Particular “Región Litoral” está garantizada por el Art. 75, literal 19 del Reglamento General de la Ley de Educación y Cultura. Tomó el nombre de “Región Litoral”, por estar ubicados en esta región de nuestro país.

Viendo la necesidad de la Escuela Región Litoral de la parroquia san Camilo del Cantón Quevedo no cuentan con un programa para mejorar la capacidad motriz de los niños cuando ingresan al primer año de educación básica, por eso es necesario implementar este programa en la escuela región litoral y se pueda implementar en otras escuela de la parroquia, del Cantón, y de la provincia.

6.3. FINALIDAD DE LA PROPUESTA

Estapropuesta la realizamos con la finalidad de incluir un programa en el área de cultura física para el mejoramiento de la motricidad, debido a que algunos niños no tienen un buen desarrollo en su sistema motor en el momento que ingresan al primer año de educación básica en la Unidad educativa Región litoral de la Parroquia San Camilo del Cantón Quevedo durante el periodo lectivo 2013-2014.

- Los niños no tienen un buen desarrollo motriz.
- En clases de cultura física no trabajan para mejorar la motricidad del niño.
- El docente de cultura física carece de conocimiento sobre el desarrollo corporal en el niño.

6.4. DESCRIPCIÓN DE LA PROPUESTA

La propuesta nos parece factible y muy importante porque de esta manera estamos aportando con un programa para el mejoramiento de la motricidad. La aportación es importante, ya que servirá para los maestros, como para los estudiantes, los cuales podrán obtener mayores efectos para el desarrollo motriz.

6.5. FUNDAMENTACIÓN

Desde que la educación ha tenido cambios en forma drástica con el avance de la humanidad, se hace necesario de implementar programas donde se realicen prácticas deportivas, con el cual debemos tener docentes de cultura física capacitados para la realización de actividades físicas para implementar una mejor calidad de vida en el ámbito de la salud, es importante recalcar que la cultura física ha venido siendo tomada como en forma retrograda, es decir que no evoluciona, y ese no cambio afecta en forma indirecta o directa en el aprendizaje de los estudiantes ya sean menores o adultos, si este programa, si se llegara a implementar en la institución educativa, nos daría la pauta de poder contar con estudiantes con un mejor desarrollo motriz y que los docentes tengan un criterio diferente sobre el área de cultura física y por medio de actividades lúdicas ayuden al niño a mejorar su capacidades motrices.

Creemos que la cultura física actual y con nuestra propuesta, aplicándola en las instituciones, ayudar a haber que la cultura física no es algo insignificante y que no es necesaria y no a tenido cambios, al utilizar el docente de cultura física nuestra propuesta mejorara su nivel de conocimiento para desarrollar mejor su clases y que el estudiante pueda interactuar junto con sus compañeros y el docente y así la clase será más amena e interesante.

6.6. JUSTIFICACIÓN

La presente propuesta se la ha realizado en vista que durante mucho tiempo en esta institución no se ha implementado programas actuales. los cuales en los últimos tiempos ha demostrado que ayudan al fortalecimiento y afianzamiento de las capacidades motoras de los niños en edad escolar , se debe recordar que durante mucho tiempo se pensó que la cultura física solo era jugar pelota correr sin un objetivo específico y que no ayuda en el estado físico y anímico del niño, cosa que ha cambiado en la actualidad, ya que gracias a ella se puede contar con niños de buena capacidad motriz con un mejor estado de salud, se conocen las culturas de otros países en el ámbito de la cultura física del cual debemos aprender y seguir su pasos, es vital que en nuestro tiempo libre, cada persona, cada ente de nuestra sociedad, pueda y deba conocer lo beneficios que tiene realizar la cultura física ya sean en gran cantidad como en pequeñas cantidades de tiempo que se tomen en realizarla, ya que con ella tendrán un mejor estado de salud.

6.7 OBJETIVOS

6.7.1. OBJETIVO GENERAL

Ejecutar un programa de actividades físicas para el mejoramiento motriz en los estudiantes del primer año de educación básica de la Unidad Educativa Región Litoral de la Parroquia San Camilo del Cantón Quevedo periodo lectivo 2013-2014.

6.7.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Realizar un diagnóstico de los niveles de destreza motriz en el que se encuentran los estudiantes que ingresan al primer año de educación Básica.

- Establecer los niveles de destreza motriz para la aplicación correcta del programa en el área de cultura física.

- Aplicar un programa de actividades físicas para mejorarla motricidad la motricidad de los estudiantes del primer año de educación básica de la Unidad Educativa Región Litoral.

- Evaluar a los estudiantes del primer año de educación básica para verificar los resultados del programa.

6.8. METAS

- Potenciar la motricidad de los estudiantes de la Escuela “región litoral de la Parroquia San Camilo del Cantón Quevedo.
- ”Que los maestros expongan sus clases con la utilización de nuestra propuesta.
- Que los estudiantes adquieran nuevos hábitos y aumentar la eficacia del proceso de aprendizaje sobre el desarrollo motriz.
- Que los estudiantes corrijan hábitos incorrectos de la práctica de la cultura física, los cuales pueden afectar este proceso.
- Que los estudiantes aprendan a manipular los materiales que permitan un buen desarrollo de sus aptitudes motrices.

6.9. BENEFICIARIOS

6.9.1. Beneficiarios directos

Los beneficiarios directos de este proyecto son los estudiantes de la Escuela “Región Litoral”

6.9.2. Beneficiarios indirectos.

Indirectamente se van a beneficiar del proyecto todos los estudiantes de la institución, como también las familias que pretenden que sus hijos aprendan de una manera más eficaz.

6.10 ESPECIFICACIÓN OPERACIONAL DE LAS ACTIVIDADES

- ❖ Conversar con las autoridades de centro educativo
- ❖ Proponer propuesta a autoridades y docentes
- ❖ Desarrollar talleres de capacitación para socializar el proyecto con los docentes
- ❖ Consensuar experiencias sobre la importancia de la implementación de los materiales tecnológicos.
- ❖ Aplicar la propuesta.

6.11. MÉTODOS Y TÉCNICAS A UTILIZARSE

✓ MÉTODOS

MÉTODO DE OBSERVACIÓN

Proceso de conocimiento por que se perciben deliberadamente ciertos rasgos existentes en el objeto de conocimiento.

MÉTODO DE ANÁLISIS

Proceso de conocimiento que se inicia por la identificación de cada una de las partes que caracterizan una realidad. De esta manera se establece la relación causa-efecto entre los elementos que compone el objeto de investigación.

TÉCNICAS

Las técnicas que se pueden utilizar pueden ser las siguientes:

- La observación
- La encuesta
- Test físico

OBSERVACIÓN

Esta técnica puede ayudar a recopilar información, mediante la observación al momento donde se realizar la investigación.

ENCUESTA

Es un conjunto de preguntas con las cuales se busca recaudar datos por medio de un cuestionario prediseñado, dirigidas a un conjunto de personas para conocer el estado de opinión.

CUESTIONARIO

Técnica que a través de preguntas abiertas o cerradas permite recopilar datos de toda la población o de una parte representativa de ella.

Test Físico.-

Este test sirve para saber en qué condiciones están los alumnos al inicio de la investigación.

6.12. CONTENIDOS

Concluido el trabajo de investigación se ha logrado finiquitar que las deficiencias motrices afectan en el desenvolvimiento deportivo en los estudiantes haciendo que su desenvolvimiento sea más bajo, por lo tanto proponemos un programa para mejorar la capacidad motriz en los estudiantes, descubriendo los niveles con los cuales se identifican cada uno de los estudiantes.

Los niños con bajos niveles de motricidad podrían contar con los siguientes tipos de aprendizaje:

Conciencia Corporal: La conciencia corporal es el medio fundamental para cambiar y modificar las respuestas emocionales y motoras.

Equilibrio: El sentido del equilibrio o capacidad de orientar correctamente el cuerpo en el espacio, se consigue a través de una ordenada relación entre el esquema corporal y el mundo exterior. El equilibrio es un estado por el cual una persona, puede mantener una actividad o un gesto, quedar inmóvil o lanzar su cuerpo en el espacio, utilizando la gravedad o resistiéndola.

Psicomotricidad: El término de psicomotricidad integra las interacciones cognitivas, emocionales, simbólicas y sensorio motrices en la capacidad de ser y de expresarse en un contexto psicosocial. La psicomotricidad así definida desempeña un papel fundamental en el desarrollo armónico de la personalidad.

Vale recalcar que el tener un bajo desarrollo motriz no quiere decir que la capacidad motora disminuya, esto depende del trato que se la ha dado a un niño con bajo desarrollo motriz en su diario vivir, por lo tanto también podríamos reconocer tipos de aprendizajes deportivos como: El receptivo, por descubrimiento o el significativo.

Luego de descubrir cuál de los tipos de aprendizajes deportivos mencionados son los que caracterizan a cada niño y pudimos aplicarlos utilizando los métodos de observación para percibir los resultados obtenidos y el método de análisis para identificar el progreso de los niños de esta manera se estableció los efectos de los aprendizajes deportivos utilizados, descubriendo cuál de ellos funciona en cada uno de los estudiantes. A medida del transcurso del año se podrá ir mejorando los aprendizajes y el desenvolvimiento de los estudiantes gracias a la colaboración de sus docentes y padres. En el transcurso de la propuesta planteada se espera encontrar resultados como:

- Mayor interés por parte de los niños en realizar cultura física.
- Un avance en el desarrollo motriz de los estudiantes.
- Mejor la relación entre compañeros

6.13. DETERMINACIÓN DE PLAZOS O CALENDARIO DE ACTIVIDADES

CUADRO 8

Nº	Año Actividades	2012			
		Nov.	Dic.	Enero	Feb.
1.	<ul style="list-style-type: none"> • Recolección de información sobre el desarrollo motriz. 				
2.	<ul style="list-style-type: none"> • Selección de información correcta. 				
3.	<ul style="list-style-type: none"> • Plantear el tema y los objetivos de la propuesta. 				
4.	<ul style="list-style-type: none"> • Capacitar al personal docente sobre el programa de desarrollo motriz. 				
5.	<ul style="list-style-type: none"> • Incluir en las clases el programa de desarrollo motriz. 				

6.14. CRONOGRAMA DE LA EJECUCIÓN DE LA PROPUESTA

CUADRO 9

Nº	Actividades	Año	2013			
		Enero	Febrero.	Marzo y abril	mayo	
1.	• Conversar con las autoridades de la Escuela "Región Litoral "					
2.	• Plantear propuestas a las autoridades y docentes					
3.	• Desarrollar talleres de capacitación para socializar el proyecto educativo con los docentes					
4.	• Aplicar la propuesta					

6.15. DETERMINACIÓN DE RECURSOS NECESARIOS

6.15.1. RECURSOS HUMANOS.

- ❖ Investigador
- ❖ Asesor de proyecto
- ❖ Docentes
- ❖ Alumnos

6.15.2. RECURSOS TÉCNICOS.

- ❖ Computadora
- ❖ Impresora
- ❖ Cartuchos de tinta
- ❖ Grabadora
- ❖ Proyector

6.15.3. RECURSOS DIDÁCTICOS.

- ❖ Cd
- ❖ Papel A4
- ❖ Carpetas
- ❖ Vinchas
- ❖ Lapiceros
- ❖ Resaltadores
- ❖ Cuadernos de apuntes

6.16. PRESUPUESTO DEL PROYECTO

Para la realización del este proyecto durante el tiempo de ejecución se plantea un presupuesto de 182 dólares. En el presupuesto no se considera imprevistos que puedan ocasionar el incremento de los gastos.

El presupuesto cubre el diseño y la ejecución

a) Distribución del presupuesto

- **TRANSPORTE:**

Viático y movilización	100.00
------------------------	--------

- **MATERIALES:**

Cd	0.50
----	------

Hojas A4	5.00
----------	------

- **VARIOS:**

Pago de internet	8.00
------------------	------

Reproducida del proyecto	80.00
--------------------------	-------

Empastado	8.00
-----------	------

Alimentación	80.00
--------------	-------

C-D	0.50
-----	------

- **IMPREVISTOS:**

Otros no tomados en cuenta

TOTAL	282
--------------	------------

Son: son do ciento ochenta y dos dólares, los mismos que serán financiados con presupuesto y por aporte personal del investigador.

Responsable de la Propuesta: Egresado, Andrés Alfredo Bello Villegas.

6.17. MARCO ADMINISTRATIVO

6.17.1. Responsable.

Andrés Alfredo Bello Villegas, estudiante del programa pre-licenciatura.

6.17.2. Financiamiento.

El financiamiento de la presente propuesta cuenta con recursos propios del estudiante Andrés Alfredo Bello Villegas.

6.17.3. PRESUPUESTO

CUADRO 10

Detalle	Cantidad	V/ Unitario	V/ total
- Viáticos	16	15.00	240.00
- Alimentación	32	3.00	64.00
- Pago de internet	30hrs.	0.60	18.00
- Pago de impresión	300 hojas	0,25	75.00
- Pago de anillado	3	1.00	3.00
- Pago de empastado	1	8.00	8.00
- C-d	2	0,50	1.00
Total			409

6.18. BIBLIOGRAFÍA

- LÁZARO L.; Alfonso.

El equilibrio humano: un fenómeno complejo.

Volumen II, pp. 80-86.

Año: 2.000.

- www.mipediatra.com.mx

Prof. Psicopedagoga María Trinidad Iglesias Musach

23 de Noviembre del 2.003.

- www.uam.es

Aptitudes pertenecientes al campo de la motricidad.

2.000

- www.redescolar.ilce.edu.mx

Juan Antonio García Núñez.

Psicomotricidad y Educación Infantil.

- www.espaciologopedico.com

Daniel Oscar Rodríguez Boggia.

Educador Especializado y Logopeda.

Conceptos y características del equilibrio.

25 de Enero del 2.004

- www.xtec.es

Psicomotricidad

2.000

GRAFICO 1



Prueba de salto largo 1

GRAFICO 2



Prueba de salto largo 2

GRAFICO 3



Prueba de salto largo 3

GRAFICO 4



PRUEVA DE VELOCIDAD 1

GRAFICO 5



Prueba de flexibilidad 1

GRAFICO 6



Prueba de coordinación 1

Resultados de las pruebas físicas N#1

Nº	EDAD	ESTATURA	SEXO	PESO	IMC	FLEXIBILIDAD	VELOCIDAD 30MT.	FLEXIONES DE PECHO 30SEG.	EVALUACION
1	5	1.16	M	40 kg.	29.7	-15	20 Seg.	3	Malo
2	5	1.10	M	30 kg	24.8	+5	10 Seg.	6	Regular
3	5	1	M	28 kg.	28	+4	10 Seg.	6	Regular
4	5	1.05	M	29 kg.	26.3	+3	11 Seg.	5	Regular
5	5	98	M	24 kg.	25	+6	11 Seg.	6	Regular
6	5	97	F	22 kg.	23.4	+4	10 Seg.	5	Regular
7	5	96	F	21 kg.	22.8	+5	11 Seg.	7	Regular
8	5	1.14	F	27 kg.	20.8	+5	11 Seg.	6	Regular
9	5	1.11	F	26 kg.	21.1	+6	10 Seg.	6	Regular
10	5	1.09	F	25 kg.	21	+6	12 Seg.	7	Regular
11	5	99	F	24 kg.	24.5	+6	11 Seg.	6	Regular
12	5	98	F	23 kg.	23.9	+7	10 Seg.	6	Regular
13	5	97	F	22 kg.	23.4	+7	12 Seg.	7	Regular
14	4	81	F	19 kg.	29	+5	14 Seg.	6	Regular
15	4	83	F	20 KG.	29	+6	13 Seg.	6	Regular
<u>X</u>	4,87	1,05		25.33	21.21	6.27	10.87	5.87	regular

Resultados de las pruebas físicas N#2

Nº	EDAD	ESTATURA	SEXO	PESO	IMC	FLEXIBILIDAD	VELOCIDAD 30MT.	FLEXIONES DE PECHO 30SEG.	EVALUACION
1	5	1.16	M	40 kg.	29.7	-10	15 seg.	5	Bueno
2	5	1.10	M	30 kg	24.8	+7	6 seg.	8	Bueno
3	5	1	M	28 kg.	28	+6	7 seg.	8	Bueno
4	5	1.05	M	29 kg.	26.3	+3	7 seg.	7	Bueno
5	5	98	M	24 kg.	25	+5	6 seg.	8	Bueno
6	5	97	F	22 kg.	23.4	+6	7 seg.	7	Bueno
7	5	96	F	21 kg.	22.8	+7	6 seg.	8	Bueno
8	5	1.14	F	27 kg.	20.8	+7	7 seg.	8	Bueno
9	5	1.11	F	26 kg.	21.1	+7	7 seg.	8	Bueno
10	5	1.09	F	25 kg.	21	+7	7 seg.	9	Bueno
11	5	99	F	24 kg.	24.5	+7	6 seg.	8	Bueno
12	5	98	F	23 kg.	23.9	+8	6 seg.	8	Bueno
13	5	97	F	22 kg.	23.4	+8	7 seg.	9	Bueno
14	4	81	F	19 kg.	29	+7	7 seg.	9	Bueno
15	4	83	F	20 KG.	29	+7	6 seg..	8	Bueno
X	4.87	1,05		25.33	21.21	6.8	6.73	7,87	

PREGUNTAS DESTINADAS A DOCENTES

1) *¿CONOCE USTED QUE ES LA CULTURA FISICA?*

SI

NO

2) *¿CREE USTED NECESARIA LA REALIZACION DE LA CULTURA FISICA, ANTES, DURANTE Y DESPUES, DE LAS HORAS DE CLACES?*

SI

NO

TAL VEZ

3) *¿RECOMENDARIA A SUS ALUMNOS A QUERE REALICEN LA CULTURA FISICA?*

SI

NO

TAL VEZ

4) *¿CONTRIBUYE USTED CON ALGUN FACTOR PARA QUE SUS ALUMNOS REALICEN CULTURA FISICAS?*

SI

NO

TAL VEZ

5) *¿CONOCE USTED LA DIFERENCIA QUE EXISTE ENTRE CULTURA FISICA Y EDUCACION FISICA?*

SI

NO

6) *¿EN LA INSTITUCION DONDE USTED LABORA DISPONEN DE UN DOCENTE DE CULTURA FISICA.*

SI

NO

1. ¿SU HIJO PRACTICA ACTUALMENTE ALGUNA ACTIVIDAD FÍSICA- DEPORTIVA FUERA DEL HORARIO DE CLASES?

SI ____ NO ____ A VECES ____

2. ¿CUÁL ACTIVIDAD?

FUTBOL BÁSQUET INDOR OTROS

3. POR LO GENERAL SU HIJO, ¿CON QUE FRECUENCIA SUELES PRACTICAR ACTIVIDAD FÍSICO- DEPORTIVO FUERA DEL HORARIO DE CLASES?

TODOS LOS DÍAS _____ 1 VEZ POR SEMANA _____ 2
VECES POR SEMANA _____ 3 A MÁS VECES POR SEMANAS
_____ .

4. ¿SU HIJO CUANTAS HORAS AL DÍA PASA REALIZANDO ACTIVIDAD FÍSICO-DEPORTIVO?

1 Al Día ____ 2 Al Día ____ Más De 2 Horas Al Día ____

5. ¿SU HIJO LE GUSTA REALIZAR DEPORTE CON OTROS NIÑOS DE SU SECTOR?

SI ____ NO ____ A VECES ____

6. EN SU TIEMPO LIBRE PRACTICA USTED ALGUNA ACTIVIDAD FISICA DE INTENSIDAD MODERADA QUE IMPLICA UNA LIGERA ACELERACIÓN DE LA RESPIRACIÓN O DEL RITMO CARDÍACO, COMO CAMINAR DEPRISA, IR EN BICICLETA, NADAR, JUGAR ALGÚN DEPORTE DURANTE AL MENOS 10 MINUTOS CONSECUTIVOS?

SI ____ NO ____ A VECES ____

<p>Actividades ligeras.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Su corazón late mas rápido • hablar cantar silbar 	<p>Caminata ligera</p> <p>ejercicios de elasticidad</p> <p>trabajo de jardinería</p>
<p>Actividades moderadas</p> <ul style="list-style-type: none"> • el corazón late mas rápido de lo normal • puede hablar pero no cantar 	<p>Caminata rápida</p> <p>clases de aeróbicos</p> <p>bailar</p>
<p>Actividad vigorosas</p> <ul style="list-style-type: none"> • el numero de latidos de su corazón aumenta mucho mas • no puede hablar o el habla es interrumpida por respiraciones profundas. 	<p>Escaladoras</p> <p>voleibol</p> <p>trotar</p> <p>correr</p>

MATRIZ

CUADRO 12

Problema	Tema	Objetivo general	Hipótesis general	Conceptualización	Variable independiente	Indicadores	Técnicas e instrumentos
¿Cuánto influye la cultura física en el desarrollo motriz de los estudiantes del primer año de educación básica de la unidad educativa Región Litoral de la parroquia san Camilo del Cantón Quevedo en el periodo 2012.	La cultura física y su influencia en el desarrollo motriz de los estudiantes del primer año de educación básica de la unidad educativa Región Litoral de la parroquia san Camilo del cantón Quevedo en el periodo 2012.	Determinar las circunstancias que incide la cultura física en el desarrollo motriz en los estudiantes del primer año de educación básica de la Escuela Región Litoral de la Parroquia San Camilo, del cantón Quevedo, en el periodo 2012.	Con la ejecución de un programa de Cultura Física se mejorara el desarrollo motriz en los estudiantes del primer año de educación básica la Escuela Región Litoral de la Parroquia San Camilo, del Cantón Quevedo, en el periodo 2012	La cultura física mediante una práctica regular contribuye a combatir todos los factores físicos y más aún, al actuar directamente sobre el corazón y los vasos sanguíneos, es uno de los elementos más eficaces para prevenir la aparición y la progresión de la enfermedad	CULTURA FISICA	Buen Estado Físico Prevención de enfermedades Compañerismo Desarrollo de habilidades	<u>Técnicas</u> Observación Encuesta
Sub problemas		Problemas específicos	Hipótesis específicas	Conceptualización	Variable dependiente	Indicadores	Técnicas e instrumentos
De qué manera influye la cultura física desarrollo motriz de los niños del primer año. Como repercute la cultura física en el estado de ánimo de los niños del primer año. De qué manera repercute el desarrollo motriz en el ámbito afectivo de los niños del primer año.		Realizar un estudio de las capacidades motrices de los estudiantes. Establecer los niveles en que se encuentran los estudiantes. Motivar a los estudiantes a la práctica de la cultura física para gozar de un buen desarrollo motriz	Estableciendo un estudio de las capacidades motrices de los estudiantes se lograra una clara aplicación del programa. Determinando los niveles en que se encuentran los estudiantes se obtendrá el grado de deficiencia motriz. Motivando a los estudiantes en la práctica de la cultura física se podrá gozar de un buen desarrollo motriz	La motricidad es mucho más que el propio funcionamiento de las estructuras corporales que van madurando; es una dimensión humana que se genera a partir de nuestra condición corpórea, más allá del concepto físico o fisiológico.	DESARROLLO MOTRIZ	Poco interés e relacionarse con sus compañeros. Poco interés en realizar cultura física. Baja autoestima.	<u>Instrumentos</u> Cuestionario Test físico

CURRICULUM VITAE

DATOS PERSONALES

Nombres: Andrés Alfredo
Apellidos: Bello Villegas
Nacionalidad: Ecuatoriano.
Cedula de Identidad: 092190493-4
Estado Civil: unión libre.
Edad: 26
Dirección Domiciliaria: Sector Bello Paraíso Del Cantón Buena Fe
Celular: 0997639029

ESTUDIOS REALIZADOS

Nivel Primario: Unidad Educativa “19 de mayo”

Nivel Secundario: Colegio Mixto Particular Simón Bolívar
Bachiller en mecánica automotriz.

Nivel Superior: Universidad Técnica de Babahoyo Extensión
Quevedo.

CURSOS REALIZADOS

- ❖ Niveles de Ingles, Universidad Técnica de Babahoyo.
- ❖ Niveles de Computación, Universidad Técnica de Babahoyo.

EXPERIENCIA LABORAL

- ❖ Servicios Como Profesor De Futbol En La Unidad Educativa Torre Fuerte
- ❖ Servicios como maestro titular durante dos años lectivos en la unidad educativa región litoral