



**UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA
EDUCACIÓN**

TESIS DE GRADO

TEMA:

**LAS CAPACIDADES FÍSICAS COORDINATIVAS Y SU INCIDENCIA EN
LA PRÁCTICA DE CULTURA FÍSICA EN LOS ESTUDIANTES DE 10 Y
12 AÑOS DE LA UNIDAD EDUCATIVA MARINA CASTILLO DE YÉPEZ,
EN EL PERIODO LECTIVO 2012 - 2013.**

Previo a la obtención del título de Licenciado en Ciencias de la Educación,
especialización Cultura física.

AUTORA:

Julissa Maricela Cellán Palacios

DIRECTOR DE TESIS:

Lic. Mario Alvarado Pereira Msc.

BABAHOYO

2013



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y
DE LA EDUCACIÓN

CERTIFICACIÓN DE AUTORÍA DE TESIS

Yo, Julissa Maricela Cellán Palacios, portadora de la cédula de ciudadanía # 120368702-3, Egresada de la Facultad de Ciencias Jurídicas, Sociales y de la Educación, especialización Cultura Física.

Declaro que soy la autora del presente trabajo de investigación, el mismo que es original, auténtico y personal.

Todos los aspectos académicos y legales que se desprendan del presente trabajo son responsabilidad exclusiva dela autora.

Egresada: **Julissa Maricela Cellán Palacios**

CERTIFICACIÓN

Lic. Mario Alvarado Pereira Msc.

DIRECTOR DE TESIS

CERTIFICA:

Que la tesis previa la obtención del título de Licenciatura en Ciencias Jurídicas, Sociales y de la Educación especialización Cultura Física titulada:

LAS CAPACIDADES FÍSICAS COORDINATIVAS Y SU INCIDENCIA EN LA PRÁCTICA DE CULTURA FÍSICA EN LOS ESTUDIANTES DE 10 Y 12 AÑOS DE LA UNIDAD EDUCATIVA MARINA CASTILLO DE YÉPEZ, EN EL PERIODO LECTIVO 2012 - 2013. DE LA AUTORIA DE LA INVESTIGADORA:

Julissa Maricela Cellán Palacios

Ha sido revisada en todos sus componentes, por lo que autorizo su presentación, sustentación y defensa.

Lic. Mario Alvarado Pereira Msc.

DIRECTOR

DEDICATORIA

A DIOS TODOPODEROSO

Por permitirme culminar con éxito el esfuerzo de todos estos años de estudio. Para él mi agradecimiento infinito.

A MIS PADRES:

JULIO CELLÁN YÉPEZ Y JUANA PALACIOS MONAR.

Por ser el pilar fundamental en mi vida, por todo su esfuerzo y sacrificio, lo que hizo posible el triunfo profesional alcanzado. Para ellos mi AMOR, OBEDIENCIA Y RESPETO.

A MI ESPOSO:

ESTUARDO VERA SOLÍS.

Por ser una persona excepcional. Quien me ha brindado su apoyo incondicional y ha hecho suyos mis preocupaciones y problemas. Gracias por tu amor, paciencia y comprensión.

A MI ADORADA HIJA:

NÉMESIS JULEYDI VERA CELLAN.

Por ser lo más grande y valioso que Dios me ha regalado, quien es mi fuente de inspiración y la razón que me impulsa a salir adelante.

A MIS HERMANOS/AS.

Por su ayuda y apoyo absoluto que me brindaron en los momentos que más lo necesité, mis sinceros agradecimientos.

A MIS FAMILIARES Y AMIGOS/AS.

Que de una u otra forma me ayudaron y participaron para que lograra el presente éxito profesional. Gracias por sus palabras de aliento y fe en mí.

A MIS COMPAÑEROS /AS DE TRABAJO Y ESTUDIO.

Por su apoyo moral y ayuda constante.

A MIS COMPAÑEROS DE TESIS.

Por su comprensión y que a pesar de todos los obstáculos que se nos presentaron logramos el objetivo final.

A LA UNIVERSIDAD Y A MIS CATEDRÁTICOS.

Especialmente a la Lic. LAURA RAMOS PULECIO, con afecto, respeto y admiración.

AGRADECIMIENTO

A ti Dios mío, por darme la oportunidad de existir así, aquí y ahora; por mi vida, que la he vivido junto a ti. Gracias por iluminarme y darme fuerzas y caminar por tu sendero

A ti Papi, por tu incondicional apoyo, tanto al inicio como al final de mi carrera; por estar pendiente de mí a cada momento.

Gracias Pa' por ser ejemplo de arduo trabajo y tenaz lucha en la vida.

A ti Mami, que tienes algo de Dios por la inmensidad de tu amor, y mucho de ángel por ser mi guarda y por tus incansables cuidados.

Porque si hay alguien que está detrás de todo este trabajo, eres tú adorada hija, que has sido, eres y serás el pilar de mi vida.

A ti Ñaña, mi querida flaca, porque juntas aprendimos a vivir, crecimos como cómplices día a día y somos amigas incondicionales de toda la vida, compartiendo triunfos y fracasos. Doy gracias a Dios porque somos hermanas.

A ti, amor de mi vida, Mario, que has sido fiel amigo y compañero, que me has ayudado a continuar, haciéndome vivir los mejores momentos de mi vida. Gracias a ti mi Gordo por tu cariño y comprensión, porque sé que siempre contaré contigo.

A mis Hermanos, porque de una u otra forma, con su apoyo moral me han incentivado a seguir adelante, a lo largo de toda mi vida.

A todos, mis amigos y amigas que me han brindado desinteresadamente su valiosa amistad; gracias por ser la sal que condimenta mi vida.

A la Flia. León Ramos, porque me abrieron las puertas y me acogieron en su hogar, en donde prácticamente viví todo este tiempo.

Gracias especialmente a ti Lic. Laura, porque más que mi maestra, te has convertido en mi amiga.

Gracias por aceptarme como soy, por soportarme; porque juntas hemos hecho realidad este sueño a la U.T.B, y a mis estimados maestros, que, a lo largo de mi carrera, me han transmitido sus amplios conocimientos y sus sabios consejos; especialmente al Lic. Mario Alvarado, quien, muy acertadamente, dirigió nuestra tesis.

A todas las personas que de una u otra forma estuvieron conmigo, porque cada una aportó con un granito de arena; y es por ello que a todos y cada uno de ustedes les dedico todo el esfuerzo, sacrificio y tiempo que entregué a esta tesis.

APROBACIÓN DEL TRIBUNAL

LOS MIEMBROS DEL TRIBUNAL EXAMINADOR APRUEBAN EL INFORME DE INVESTIGACIÓN SOBRE EL TEMA “LAS CAPACIDADES FÍSICAS COORDINATIVAS Y SU INCIDENCIA EN LA PRÁCTICA DE CULTURA FÍSICA EN LOS ESTUDIANTES DE 10 Y 12 AÑOS DE LA UNIDAD EDUCATIVA MARINA CASTILLO DE YÉPEZ, EN EL PERIODO LECTIVO 2012 - 2013” DE LA AUTORIA DE:

Julissa Maricela Cellán Palacios -----

FIRMA DEL TRIBUNAL

DECANO O SU DELEGADO

SUBDECANO O SU DELEGADO

DELEGADO DEL H. CONS. DIR.

DIRECTOR DE TESIS

SECRETARIA (e)

INDICE

CONTENIDO

Págs.

PAGINAS PRELIMINARES

- I. Título o Portada
- II. Certificación
- III. Dedicatoria
- IV. Agradecimiento
- V. Índice General
- VI. Introducción

CAPÍTULO I

Tema

- 1. Campo contextual problemático
 - 1.1. Situación nacional, regional y local o institucional 2
 - 1.2. Situación problemática 4
 - 1.3. Problema de investigación 5
 - 1.3.1. Problema general 5
 - 1.3.2. Problemas derivados 5
 - 1.4. Delimitación de la investigación 6
 - 1.5. Objetivos 6
 - 1.6. Justificación 7

CAPÍTULO II

- 2. Marco Teórico
 - 2.1. Alternativas Teóricas asumidas 8
 - 2.2. Categorías de análisis teórico 15
 - 2.3. Planteamiento de la Hipótesis 32
 - 2.3.1. Hipótesis general 32
 - 2.3.2. Hipótesis Específicas 32

2.4. Operacionalización de las hipótesis	33
--	----

CAPÍTULO III

3. Diseño Metodológico de la Investigación	
3.1. Métodos utilizados	34
3.2. Modalidad básica de la investigación	35
3.3. Tipo de la investigación	35
3.4. Población y muestra	36
3.5. Técnicas de recolección de la información	37
3.6. Recursos de información	37
3.7. Selección del material de apoyo	38

CAPÍTULO IV

4. Análisis y tabulación de datos	
4.1. Entrevista dirigida a docentes y autoridades	39
4.2. Encuestas dirigidas a los estudiantes	46
4.3. Comprobación de la hipótesis	53
4.4. Conclusiones	53
4.5. Recomendaciones	54

CAPÍTULO V

5. Propuesta alternativa	
5.1. Título	55
5.2. Objetivos	55

CAPÍTULO VI

6. Marco Administrativo	
6.1. Recursos	56
6.2. Presupuesto	57
6.3. Cronograma de trabajo	58

CAPÍTULO VII

7. Bibliografía y Anexos

7.1. Bibliografía

59

7.2. Anexos

60

INTRODUCCIÓN

Un área de estudio del desarrollo humano es el desarrollo motor, definido como el cambio progresivo en el comportamiento a lo largo del ciclo de la vida, producido por la interacción entre los requerimientos de la tarea, la biología del individuo y las condiciones del ambiente, por lo tanto es un proceso secuencial, relacionado a la edad cronológica pero no dependiente de ella, que presenta una evolución desde movimientos desorganizados y poco habilidosos a la ejecución de habilidades motoras altamente complejas.

El desarrollo motor está presente en las diferentes etapas del desarrollo de los estudiantes, ayudándolos a resolver sus situaciones motrices y entorpeciendo en algunos casos sus actividades, en este caso estudiaremos la incidencia de las capacidades coordinativas en las clases de cultura física.

Para lo cual, en el primer capítulo, evidenciamos las situaciones en que se desarrollan las actividades de las clases de cultura física cuando los estudiantes presentan problemas en sus capacidades coordinativas, a nivel nacional, regional y local o institucional.

En el segundo capítulo, se hace una recopilación de contenidos científicos que ayudaran a entender la problemática existente y sus medidas para mejorar la situación.

En el tercer capítulo, se detalla la metodología, es decir la modalidad, el tipo de investigación, la población, muestra y las técnicas de recolección de la información.

En el cuarto capítulo, se hace referencia a la tabulación, análisis e interpretación de los datos, comprobación de la hipótesis, conclusiones y recomendaciones.

En el quinto capítulo se evidencia la propuesta alternativa, El diseño de un programa de ejercicios para mejorar las capacidades coordinativas en los estudiantes.

En el capítulo seis, se detalla el marco administrativo

En el capítulo siete, se encuentra la bibliografía que respalda el contenido científico utilizado y los anexos.

TEMA

Las capacidades físicas coordinativas y su incidencia en la práctica de Cultura Física en los estudiantes de 10 y 12 años de la Unidad Educativa Marina Castillo de Yépez, en el periodo lectivo 2012 - 2013

CAPÍTULO I

I. MARCO CONTEXTUAL PROBLEMÁTICO

1.1. Situación nacional, regional y local o institucional

Las capacidades coordinativas son particularidades relativamente fijadas y generalizadas del desarrollo de los procesos de conducción y regulación de la actividad motora. Ellas representan requisitos indispensables que debe poseer el estudiante para poder ejercer determinadas actividades físicas más o menos adecuadamente.

Los procesos de conducción y regulación de la actividad motora se desarrollan en todos los individuos según las mismas normas, pero esto no significa que los mismos transcurren en cada persona con igual velocidad, exactitud, diferenciación y movilidad. Estas particularidades cualitativas son las que determinan las particularidades de su desarrollo, son precisamente las que determinan la esencia de las capacidades coordinativas.

Las cualidades coordinativas representan, en combinación estrecha con otras cualidades, condiciones indispensables para el mejoramiento de la actividad física.

La búsqueda del mejoramiento de la calidad del proceso docente educativo, se constituye en un imperativo de primer orden, por cuanto de él depende la conformación de una nueva cultura que permita la confrontación por las ideas y del establecimiento de un nuevo orden educativo alejado del formalismo y de los dogmas de las culturas plagadas de paradigmas estigmatizados por una visión alejada de nuestra idiosincrasia. Dentro de este problema la Cultura Física, es un componente aglutinador por cuanto no solo posibilita el desarrollo de la integral biológica “ser humano” a partir de acciones que garantizan la formación multifacética y multilateral, sino también, porque sirve de catalizador para las demás ciencias que participan en este proceso.

De ahí que, con Cultura Física exista la Educación, pero jamás podrá haber Educación sin Cultura Física.

En la lucha por el ordenamiento global de las ideas, nos encontramos seguidores de diferentes corrientes sobre la estructuración de los Curriculum, el Objetivismo, el Positivismo, los seguidores del viejo paradigma de Descartes sobre el dualismo en la Educación Física y por qué no, también los seguidores del Movimiento, existen otras tendencias que tratan de sobrevivir, creando un marasmo de acontecimientos teóricos, en algunos casos con buena intención en otras con un piso teórico muy alejado de las corrientes filosóficas que le dieron origen, por lo que prácticamente se convierten en exegetas caóticos, su análisis se

pierde en el terreno de lo que ellos han dado por llamar “nueva realidad objetiva o subjetiva” y con independencia de la dirección que asumen estas críticas sobre los paradigmas de la actual teoría y práctica de la Educación y en particular sobre la Cultura Física, siempre, será más productivo y eficiente trabajar, por lograr que el resultado de la ejecución de la Cultura Física le permita al hombre, “llegar a ser, lo que debe ser, para poder ser”.

Estas confrontaciones nos lleva al encuentro de las diferentes ideas que dentro del plano Curricular se han esbozado sobre el logro de Habilidades o Capacidades Motrices, conocidas también como del Aprendizaje Motor y de la preparación física de los sujetos, o sea, el desarrollo de sus Capacidades Condicionales (Fuerza, Resistencia y Rapidez), así como, de sus Capacidades Coordinativas y de Movilidad de manera tal, que se formen individuos sanos, fuertes, con un alto desempeño Físico - Deportivas, Intelectual y Cultural que le permita, enfrentar el desarrollo de la Sociedad en todas sus manifestaciones.

1.2. Situación Problemática

Común resulta e incluso hasta normal observar niños y niñas con limitaciones o deficiencia en el desarrollo psicomotriz dificultándose en gran medida el desarrollo integral en su formación y preparación para su

vida cotidiana. Sin que los docentes encargados de ellos busquen o utilicen técnicas para mejorar dicha falencias.

Teniendo en cuenta la importancia de las destrezas psicomotrices y el desarrollo de las actividades deportivas y en el proceso de enseñanza aprendizaje es necesario adentrarse en otras actividades que faciliten la integración en la formación de niños y niñas y que son de mucha importancia en este mundo globalizado.

1.3. Problema de Investigación

1.3.1. Problema general

¿Cómo las capacidades físicas coordinativas inciden en la práctica de Cultura Física en los estudiantes de 10 y 12 años de la Unidad Educativa Marina Castillo de Yépez en el periodo lectivo 2012 - 2013?

1.3.2. Problemas Específicos

¿Por qué la flexibilidad influye en la práctica de Cultura Física en los estudiantes de 10 y 12 años de la Unidad Educativa Marina Castillo de Yépez?

¿Cómo la elasticidad influye en la práctica de Cultura Física en los estudiantes de 10 y 12 años de la Unidad Educativa Marina Castillo de Yépez?

1.4. Delimitación de la investigación

1.4.1. Delimitación espacial:

La investigación se realizó en la Unidad Educativa Marina Castillo de Yépez

1.4.2. Delimitación temporal:

La investigación se la realizó en el año 2012

1.4.3. Unidades de información:

Se recogerá información de los estudiantes, docentes y autoridades.

1.5. Objetivos

1.5.1. Objetivo General

Determinar la incidencia de las capacidades físicas coordinativas en la práctica de Cultura Física de los estudiantes de 10 y 12 años de la Unidad Educativa Marina Castillo de Yépez en el periodo lectivo 2012 - 2013.

2.2.- Objetivos Específicos

Analizar el efecto de la flexibilidad en la práctica de Cultura Física en los estudiantes de 10 y 12 años de la Unidad Educativa Marina Castillo de Yépez.

Identificar la influencia de la elasticidad en la práctica de Cultura Física de los estudiantes de 10 y 12 años de la Unidad Educativa Marina Castillo de Yépez

1.6. Justificación

A partir del siglo pasado se empezó aplicar talleres pedagógicos para asignarles a los maestros funciones adicionales a lo pedagógico existente en ese momento.

Esto basado en el avance de los métodos de enseñanza que habían solucionado ciertos problemas en la educación a partir de la revolución industrial, es decir, que los niños y niñas eran más propensos a aprender mediante métodos motrices, por lo tanto era justo que los maestros tomen el nuevo rol de facilitadores para esta nueva teoría de desarrollo y aprendizaje.

Este trabajo investigativo tiene como finalidad promover la utilización de estrategias metodológicas para el desarrollo psicomotriz, para ello es necesario que el docente analice e interiorice estas técnicas y estrategias para luego aplicarlas de manera consciente en el desarrollo del proceso de enseñanza aprendizaje.

CAPÍTULO II

2. MARCO TEORICO CONCEPTUAL

2.1. Alternativas teóricas asumidas

Teorías sobre la actividad física

Sigmund Freud

Freud representa el modelo psicoanalítico en el desarrollo humano, donde se enfoca la motricidad como relación. Esta teoría aportó la revitalización de lo corporal en el desarrollo de la personalidad infantil y adulta.

Dividió el proceso del desarrollo en varios estadios:

El oral.

El anal

El fálico.

La latencia

El genital.

Los estudios de Freud se concentraron en analizar la evolución de la interacción entre las necesidades y deseos frente al trato recibido de la madre u otros adultos.

Julián Ajuria Guerra

Ajuria Guerra, se basa en la teoría de Wallon donde da importancia a la función tónica y a la relación de la utilización del tono como medio privilegiado de comunicación del niño.

Para este autor el desarrollo motor infantil atraviesa por diversas etapas que se conforman en las posibilidades de acción y se refina la melodía cinética, en primer lugar:

La organización del esqueleto motor, donde se organiza la tonicidad de fondo y la propioceptividad, desapareciendo las reacciones primarias.

La organización del plano motor, donde los reflejos seden espacio a una motricidad voluntaria.

La automatización, donde la coordinación de los movimientos es más eficiente y adaptada a las condiciones del medio.

Resaltando que todas estas acciones tienen un claro soporte neurológico, donde cada estructura tiene su papel y su momento de desarrollo.

Emmi Plikler

En su método predomina la libertad frente a la restricción o al intervencionismo del adulto, para él, el desarrollo motor se lleva a cabo de

forma espontánea según los dictados de la maduración orgánica y nerviosa.

Hace énfasis en las condiciones que garantizan la libertad de los movimientos:

La seguridad y estabilidad que rodean al niño como: lugares y personas.

El afecto sincero.

La vestimenta cómoda y segura.

El estado de salud y desarrollo.

Los espacios y superficies adecuados para que el niño pueda moverse.

Jean Le Boulch

Le Boulch se basó en el estudio de la motricidad infantil y su evolución frente a otros ámbitos de la conducta. Estableciendo el método psicocinética donde desarrolla cualidades fundamentales de la persona, cuya perspectiva sea el mejor ajuste del hombre a su medio. Esta acción educativa debe repercutir en las distintas conductas humanas especialmente en los aprendizajes escolares y profesionales. El aprendizaje motor principalmente debe superar la mera repetición y eslabonamientos acciones musculares y debe analizarse bajo la perspectiva de organización de todos los instantes de la ejecución y en su progreso.

Para este autor la motricidad infantil evoluciona a través de dos estadios:
Sensorio motriz (infancia) de la respuesta cinética, que corresponde al esquema corporal inconsciente.

Cognitivo, que corresponde a una imagen del cuerpo operativo formado por diversa información de carácter interoceptivo y cenestésica hechas conscientes.

Esta teoría define principios pedagógicos fundamentales en los cuales se basa:

Método de pedagogía activa.

Psicología unitaria de la persona.

Privilegia la experiencia vivida.

La noción de “reestructuración recíproca” formulada por Mucchiellini.

Utiliza la dinámica de grupo en el trabajo.

También se apoya de la neuropsicología, la psicofisiología, la psicología:
noción del cuerpo propio, esquema corporal, disponibilidad corporal, estructuración espacio-temporal.

V. Da Fonseca

Sostiene que el desarrollo psicomotor infantil es un elemento necesario

Para el acceso de los procesos superiores del pensamiento. Divide la ontogénesis de la motricidad en tres etapas:

Inteligencia neuromotora:

En esta etapa los niños - niñas realizan actividades de: locomoción, aprehensión y suspensión como rodar, gatear, andar, correr, saltar, suspenderse, balancearse, escalar, atar, botar, entre otras.

Inteligencia perceptivo motriz

Relacionada con la noción del cuerpo: lateralidad, orientación en el espacio y en el tiempo (localización corporal, identificación izquierda y derecha, orientación de los espacios motores, actividad rítmica melódica) entre otros.

Inteligencia psicomotriz

Integrado por las etapas anteriores que van a permitir el pleno desarrollo (lenguaje, psicomotor, cognitivo, físico y emocional).

El sistema psicomotor para Da Fonseca tiene todas las características de la Teoría de Sistemas: Totalidad, Jerarquización, integración, equilibrio, retroalimentación, adaptabilidad, equidad.

J.P.Guilford

Representa al modelo de la teoría factorial de la inteligencia humana los

datos motores y psicomotores. Sitúa la actividad psicomotriz como una categoría de información o de contenido llamada comportamental, esta información psicomotriz proviene de dos fuentes: el yo y el otro. Esta información llamada comportamental, permite la percepción y la reflexión tanto sobre sí como sobre el otro, lo que Thorndike denomina inteligencia social.

E.A. Fleishman

Fleishman también representa al modelo factorial, donde estudia la estructura de los diferentes comportamientos psicomotores. Sostiene que desde la infancia el niño, niña se desarrollan y adquieren a través de diferentes situaciones de aprendizaje facultades motrices, las cuales van a permitirle al adulto alcanzar cierta estabilidad en su vida.

Jerome. S. Brunner

Brunner señala que el desarrollo psicomotor del niño es la adquisición de capacidades psicomotrices consideradas como un proceso en el cual éste aprende a construir secuencias de movimientos adaptados a sus intereses y a los intentos de las acciones ligándose estrechamente a los demás factores del desarrollo, y muy en particular a la actividad visomotriz.

Señala que el desarrollo de las capacidades del niño comprende tres componentes esenciales: la intención, que implica la acción motriz, los mecanismos de percepción y de coordinación. El feed-back interno, donde intervienen las señales del sistema nervioso y el feed-back de la acción cuando se ejecuta ésta. Los patrones de acción, donde se desarrolla la organización de los diferentes movimientos. La actividad física del infante debe ser aceptada, estimulada y valorada como una necesidad intrínseca y fundamental para su desarrollo.

2.2. Categorías de análisis teórico conceptual

Capacidades coordinativas generales

Capacidades coordinativas generales: son aquellas que incluyen la precisión o regulación y la dirección del movimiento, se dividen en:

Mayores: pertenecen a los movimientos proximales, es decir, a los que se efectúan más cerca del eje del cuerpo.

Los segmentos proximales están más condicionados por el sistema nervioso, se perturban fácilmente y se conservan más tiempo en la edad madura.

Menores: corresponden a los movimientos de los segmentos dístales, que se efectúan más lejos del eje del cuerpo. Estas coordinaciones propias de la etapa tardía del desarrollo, están menos condicionadas y son más fáciles de perder. De acuerdo a una proposición de Gundlach, las capacidades motoras o físicas se dividen en capacidades de la condición física y capacidades coordinativas.

Las capacidades coordinativas son particularidades relativamente fijadas y, generalizadas del desarrollo de los procesos de conducción y regulación de la actividad motora.

Las capacidades coordinativas son determinadas por las funciones parciales que sirven de base para el proceso coordinativo (Percepción y elaboración de informaciones, programación y anticipación, comparación de los parámetros ideales y reales del movimiento, impulsos eferentes).

Los procesos de conducción y regulación de la actividad motora se desarrollan en todos los individuos según las mismas normas, pero esto no significa que los mismos transcurren en cada persona con igual velocidad, exactitud, diferenciación y movilidad.

Estas particularidades cualitativas del transcurso de los procesos conductivos y regulativos son los que determinan las particularidades de

su desarrollo, son precisamente las que determinan la esencia de las capacidades coordinativas.

En el plano deportivo en una destreza siempre son importantes varias capacidades coordinativas pero su dominancia es diferente. En el proceso de aprendizaje de destrezas motoras, pero especialmente en la utilización de destrezas aprendidas, también se alcanza una elevación del nivel de las capacidades coordinativas, lo cual depende especialmente de la cantidad del tipo y de la dificultad de esas destrezas.

La coordinación

Armonía del juego muscular en reposo y en movimiento.; Calidad de sinergia que permite combinar la acción de diversos grupos musculares para la realización de una serie de movimientos con un máximo de eficiencia y economía.; Calidad física que permite al hombre asumir a conciencia en la ejecución, llevándolo a una integración progresiva, su adquisición posibilita, una acción óptima de los diversos grupos musculares, pero realizando una secuencia de movimientos con un máximo de eficiencia y economía (Melcherts, J. 1983)

La coordinación se define como la capacidad física que relaciona y establece mutua dependencia entre el sistema nervioso y los diferentes grupos de músculos, por lo tanto efectuar movimientos complejos de

modo conveniente para que puedan realizarse con un mínimo de energía. Para poder realizar estos movimientos complejos se exige adaptación funcional, tiempo y entrenamiento.

La coordinación es el resultado de un fluido trabajo conjunto entre los sistemas nervioso, muscular y, a su vez, una manifestación de inteligencia motora.

Coordinación motora

También llamada coordinación motriz, es la capacidad que un ser humano tiene de mover el cuerpo conscientemente, ese movimiento está ligado a la percepción. Problemas motores pueden ocasionar una mala caligrafía, mala habilidad en la práctica de deportes debido a una percepción defectuosa (Melcherts, J. 1983).

Capacidades coordinativas

De acuerdo a una proposición de Gundlach, las capacidades motoras o físicas se dividen en capacidades de la condición física y capacidades coordinativas.

Las capacidades coordinativas son particularidades relativamente fijadas y, generalizadas del desarrollo de los procesos de conducción y regulación de la actividad motora.

Las capacidades coordinativas son determinadas por las funciones parciales que sirven de base para el proceso coordinativo (Percepción y elaboración de informaciones, Programación y anticipación, comparación de los parámetros ideales y reales del movimiento, impulsos eferentes).

Los procesos de conducción y regulación de la actividad motora se desarrollan en todos los individuos según las mismas normas, pero esto no significa que los mismos transcurren en cada persona con igual velocidad, exactitud, diferenciación y movilidad.

Estas particularidades cualitativas del transcurso de los procesos conductivos y regulativos son los que determinan las particularidades de su desarrollo, son precisamente las que determinan la esencia de las capacidades coordinativas. En el plano deportivo en una destreza siempre son importantes varias capacidades coordinativas pero su dominancia es diferente.

En el proceso de aprendizaje de destrezas motoras, pero especialmente en la utilización de destrezas aprendidas, también se alcanza una

elevación del nivel de las capacidades coordinativas, lo cual depende especialmente de la cantidad del tipo y de la dificultad de esas destrezas.

Sin embargo una formación y aumento dirigido y acentuado de las capacidades coordinativas requiere de otras medidas metodológicas más diferenciadas. Esta interrelación entre las destrezas motoras y las capacidades coordinativas tiene su fundamento en los procesos y normas de la coordinación motora, siendo la expresión la expresión y el reflejo de las mismas.

El sistema endocrino, en general cumple la función de: mantenimiento de todas del bienestar interno (homeostasis) dentro de los límites normales a pesar de las variaciones en la entrada o en la salida de las sustancias, como por ejemplo: agua, glucosa, minerales (sodio, potasio, calcio y otros), moléculas ambientales, etc.

Además, participa en la regulación de nuestro crecimiento y desarrollo, reproducción, comportamiento y envejecimiento.

Todas estas funciones son realizadas gracias a la capacidad de producir hormonas. El sistema endocrino es uno de los sistemas principales que tiene el cuerpo para comunicar, controlar y coordinar el funcionamiento del organismo.

El sistema endocrino trabaja con el sistema nervioso y el reproductivo, y con los riñones, intestinos, hígado y con la grasa para ayudar a mantener y controlar:

Los niveles de energía del cuerpo.

La reproducción.

El crecimiento y el desarrollo.

El equilibrio interno de los sistemas del cuerpo (llamado homeostasis).

Las reacciones a las condiciones del ambiente (por ejemplo, la temperatura), al estrés y a las lesiones. El sistema endocrino desempeña estas tareas por medio de una red de glándulas y órganos que producen, almacenan o secretan ciertas hormonas.

Hormona es: un agente químico producido por ciertas células o tejidos endocrinos específicos llamados glándulas, que son vertidas en la circulación sanguínea. Actúan a distancia, ocasionando grandes cambios en determinadas células o sistemas donde ejercen un efecto específico sobre algún órgano o tejido blanco, aun cuando operan en pequeñas cantidades.

Aunque la mayoría de las células del cuerpo están en contacto con todas las hormonas circulantes, la respuesta es selectiva a través de unas proteínas en las membranas celulares.

Capacidades coordinativas especiales: se incluyen el acoplamiento y el ritmo motor.

Acoplamiento: Fenómenos que actúan de un modo eslabonado.

Ritmo motriz: División de la dinámica de movimiento en diversas fases que forman la estructura dinámica del mismo. Las fases del movimiento son la tensión, o acumulación de energía y la relajación o descarga de energía.

El inmediato resultado de todo trabajo coordinado es que cada músculo realiza exactamente la parte de trabajo que le corresponde. Por medio de la coordinación, se evitan innecesarias contracciones y su efecto es amplio y económico. Esto se advierte en la ejecución fácil y libre. El movimiento es espontáneo, liviano y elástico, si no hay nada que lo impida.

Por medio de activas experiencias se comienza a comprender que todas las reacciones de los músculos, aun las más insignificantes, tienen infinitas variantes. Para adquirir gran habilidad de coordinación, se debe

al ensayo sistemático de los problemas del movimiento, y su repetición, hasta lograr el mínimo de empleo de fuerza en su ejecución.

Según Gallahue (1982), la edad sensible para estimular la coordinación, es el periodo en que el organismo presenta las condiciones básicas para desarrollar una capacidad.

Las capacidades son desarrolladas a través de las habilidades motrices básicas, por esta razón la coordinación no se aprende de un momento a otro sino que se tiene que desarrollar y mejorar a través de métodos técnicos.

Por consiguiente, el momento o la etapa en donde se debe estimular es la fase de Habilidades Motrices Básicas que abarca de los 2 a los 7 años aproximadamente.

En esta etapa es fundamental desarrollar esta capacidad ya que el desarrollo es evolutivo ya que el niño comienza con movimientos reflejos para terminar con movimientos específicos, donde, para llegar a esta etapa, debe pasar por un desarrollo de las capacidades físicas. Estas capacidades y en específico la coordinación se pueden desarrollar debido a que en la fase de habilidades motoras básicas, se encuentran factores que posibilitan la adquisición y desarrollo de estas.

TIPOS DE COORDINACIÓN

Coordinación Global: Primera fase del proceso de aprendizaje motor, donde se forman las estructuras básicas de un movimiento. Donde la fuerza, ritmo, fluidez y volumen de este son incorrectos e inadecuados.

Coordinación Fina: Segunda fase del proceso del aprendizaje motor donde la fuerza, fluidez, y volumen son precisos y armónicos.

Coordinación estática: Es el equilibrio entre la acción de los grupos musculares antagonistas, la cual se establece en función del tono y permite la conservación voluntaria de las actitudes.

Coordinación Dinámica: Es la puesta en acción simultánea de grupos musculares diferentes en vista a la ejecución de movimientos voluntarios más o menos complejos.

Coordinación Dinámica específica: Ajuste corporal que se realiza frente a demandas motrices que exigen el uso particular de algún segmento.

Coordinación Dinámica general: Acción donde intervienen gran cantidad de segmentos musculares ya sea extremidad superior, inferior o ambas a la vez. Este se basa en el movimiento con desplazamiento corporal en uno o ambos sentidos y que pueden ser rápidos o lentos.

Coordinación Viso-motriz: Tipo de coordinación que se da en un movimiento manual o corporal, que responde a un estímulo visual y que se adecua positivamente a él. (Coordinación óculo manual y Coordinación óculo pie)

Coordinación Dinámico Manual: Corresponde al movimiento bimanual que se efectúa con precisión, sobre la base de una impresión visual.

DESARROLLO MOTOR

El desarrollo humano es un proceso que se caracteriza por tener etapas y realizarse a través del tiempo, en el cual se producen cambios visibles. Como disciplina de estudio investiga los comportamientos humanos y las relaciones de estas acciones como afectan al ser humano, o al revés como el ambiente en el cual crece aquel ser humano afecta sus cambios comportas mentales.

Un área de estudio del desarrollo humano es el desarrollo motor, definido como el cambio progresivo en el comportamiento a lo largo del ciclo de la vida, producido por la interacción entre los requerimiento de la tarea, la biología del individuo y las condiciones del ambiente, por lo tanto es un proceso secuencial, relacionado a la edad cronológica pero no dependiente de ella, que presenta una evolución desde movimientos

desorganizados y poco habilidosos a la ejecución de habilidades motoras altamente complejas.

El desarrollo motor es estudiado bajo diversas teorías. Una de ellas es la teoría de la Maduración que plantea que los cambios progresivos en el funcionamiento de los sistemas vienen determinados genéticamente. La maduración de los sistemas y el crecimiento provocan los cambios, por lo tanto el desarrollo es independiente del medio. Dos grandes sistemas regularán la aparición de los cambios en el desarrollo: la mielinización y el sistema endocrino.

Esta teoría plantea tres principios:

1. Principio de Direccionalidad: Surgimiento de los movimientos en un orden

Céfalo - Caudal.

Próximo - Distal.

Coordinación Gruesa - Coordinación Fina.

Diferenciación: Primero movimientos generales (espontáneos), luego movimientos específicos (objetivo de mejoramiento).

Integración: De movimientos simples a movimientos complejos.

2. Principio de Asimetría Funcional: La maduración tiene la tendencia a desarrollar asimétricamente, es decir, existe predominancia en un momento de un lado y luego del otro lado, para luego integrarse ambos, al final de la maduración.

3. Principio de Fluctuación Autor reguladora: El desarrollo no es simultáneo ni paralelo. Algunos segmentos maduran primero y otros después, algunos órganos funcionan y otros están en receso.

HABILIDADES FUNDAMENTALES DEL MOVIMIENTO

Son movimientos intencionales, voluntarios que nos permiten adaptarnos a los cambios del medio y variar nuestro medio a voluntad. Se clasifican según sea de locomoción, manipulación y equilibrio.

Las habilidades motoras de locomoción nos permiten desplazarnos en el medio en el cual nos desenvolvemos, las habilidades motoras de equilibrio nos permiten cambiar voluntariamente de posición del cuerpo o disminuir la base de sustentación, las habilidades motoras de manipulación son aquellas que nos permiten relacionarnos con objetos, pueden ser gruesas o finas.

Todas estas habilidades requieren del desarrollo de las capacidades físicas, y entre ellas encontramos la capacidad física de coordinación.

Obstrucción del desarrollo de las capacidades de coordinación generales.

El entrenamiento en los diferentes deportes, hoy en día se vuelve más y más específico. Se trata de mejorar cada uno de los factores que determinan en menor o mayor parte el rendimiento deportivo. Revelan cada vez más la complejidad de esta estructura factorial.

Por lo tanto, el proceso multifacético del entrenamiento se divide en varios géneros de preparación: la física, la técnica, la táctica, la psicología y la intelectual-teoría.

Para conocer las exigencias del deporte, se deben analizar bien los factores de cada parte, así como la acumulación de antecedentes en las etapas de educación física en los diversos grados donde como antecedente debe haberse desarrollado imagen corporal, ubicación, espacio, tiempo, coordinación de ejes corporales, lateralidad, ubicación y orientación en el espacio y el tiempo, independencia y predominio motor, así como el rendimiento físico.

De estos conocimientos se derivan los métodos medios y contenidos que reflejan claramente y simulan adecuadamente las exigencias de cada disciplina deportiva.

Antes de iniciar a elaborar una metodología específica del entrenamiento deportivo, debe analizarse la educación física, la iniciación deportiva, el desarrollo deportivo y el alto rendimiento, así como la competencia desde diferentes ángulos. Nosotros nos ocuparemos.

Al iniciar la actividad deportiva de una forma sistemática, debemos realizar pruebas de campo, de aptitudes físicas y técnicas, y es ahí donde nos damos cuenta, en la mayoría de los casos, de la falta de un desarrollo psicomotriz, así como de las cualidades físicas y la falta de técnica.

Por lo tanto, es donde el entrenador debe iniciar y seguir una secuencia didáctica ordenada y los principios de la teoría del entrenamiento así como al usar los métodos o técnicas adecuadas, en la enseñanza y aprendizaje de los alumnos para introducirlos, desarrollarlos, llevarlos al nivel competitivo y alcanzar el alto nivel deportivo.

Desafortunadamente por falta de experiencias desarrolladas de sus cualidades físicas en algunos casos y debido al poco tiempo de entrenamiento que se dedica no se logra que la mayoría alcancen los objetivos programados.

Importancia de la Cultura Física:

La cultura física cualidades básicas del hombre como unidad bio-sico-social. Contribuye al accionar educativo con sus fundamentos científicos y

sus vínculos interdisciplinarios apoyándose entonces en la filosofía, la psicología, la biología, etc.

Tiene una acción determinante en la conservación y desarrollo de la salud en cuanto ayuda al ser humano a ajustar pertinentemente las reacciones y comportamientos a las condiciones del mundo exterior.

Específicamente, en el adolescente, ayuda a sobrellevar las agresiones propias de la vida cotidiana y del medio y a afrontar el presente y el futuro con una actitud positiva.

Promueve y facilita a los individuos el alcanzar a comprender su propio cuerpo, sus posibilidades, a conocer y dominar un número variado de actividades corporales y deportivas, de modo que en el futuro pueda escoger las más convenientes para su desarrollo y recreación personal, mejorando a su vez su calidad de vida por medio del enriquecimiento y disfrute personal y la relación a los demás.

Áreas de la educación física.

Aptitud física:

- Capacidad aeróbica.
- Potencia anaeróbica.
- Flexibilidad

Deporte colectivo:

- Basketbol.
- Voleibol
- Futbolito

Deporte Individual:

- Atletismo
- Natación
- Gimnasia

Recreación:

- Juegos
- Expresión cultural y social

Vida al aire libre.¹

2.3. Planteamiento de la hipótesis

2.3.1. Hipótesis general

Si mejoramos las capacidades físicas coordinativas mejoraremos la práctica de Cultura Física en los estudiantes de 10 y 12 años de la Unidad Educativa Marina Castillo de Yépez en el periodo lectivo 2012 - 2013.

2.3.2. Hipótesis específicas

Si mejoramos la flexibilidad influye en la práctica de Cultura Física en los estudiantes de 10 y 12 años de la Unidad Educativa Marina Castillo de Yépez

Si mejoramos la elasticidad influye en la práctica de Cultura Física en los estudiantes de 10 y 12 años de la Unidad Educativa Marina Castillo de Yépez.

2.4. Variables

2.4.1. Variable independiente

Capacidades físicas coordinativas

2.4.2. Variable dependiente

Cultura Física

2.5. OPERACIONALIZACIÓN DE LAS VARIABLES

CONCEPTO	VARIABLES	INDICADORES	SUB-INDICADORES
<p>Capacidades físicas coordinativas.</p> <p>Consideradas como pre-requisitos de rendimiento, o de movimiento, que capacitan al individuo para ejecutar determinadas acciones, sean deportivas, profesionales o de la vida cotidiana. Se entiende por capacidades coordinativas los factores que conforman la coordinación motriz.</p>	<p>Capacidades físicas coordinativas</p>	<p>Coordinación de movimientos</p> <p>Elasticidad</p> <p>Flexibilidad</p> <p>Aprendizaje motriz</p> <p>Ritmo</p> <p>Reacción</p>	<p>Problemas al coordinar los movimientos en las prácticas</p> <p>Dificultad al practicar algún deporte</p> <p>Precisión al realizar sus movimientos</p> <p>Capacidad motriz de movilidad y aprendizaje</p> <p>Capacidades rítmicas en el esfuerzo muscular</p> <p>¿Ejercicios para disponer rápidamente de las acciones de movimientos adecuados?</p>
<p>Cultura Física</p> <p>Es una disciplina de tipo pedagógica que se centra en el movimiento corporal para luego desarrollar de manera integral y armónica las capacidades físicas, afectivas y cognitivas de las personas con la misión de mejorar la calidad de vida</p>	<p>Cultura Física.</p>	<p>Practica</p> <p>Participación</p> <p>Aplicación</p> <p>Capacidades</p>	<p>práctica de la cultura física</p> <p>participan en las clases de cultura física</p> <p>aplicación armónica en el desarrollo de las capacidades físicas</p> <p>Actividades en las clases de cultura física</p>

CAPÍTULO III

3. DISEÑO METODOLÓGICO DE LA INVESTIGACIÓN

3.1. Metodología empleada

3.1.1.- Método Inductivo.- Se partió del conocimiento de cosas y hechos particulares que se investigaron, para luego, utilizando la generalización y se llega al establecimiento de conclusiones y recomendaciones.

3.1.2.- Método deductivo.- Permitted presentar conceptos, principios, reglas, definiciones a partir de los cuales, se analizó, se sintetizó comparó, generalizó y demostró.

3.1.3.- Método descriptivo.- Utilizado en la descripción de hechos y fenómenos actuales por lo que este método situó en el presente, integro el análisis reflexión y a una interpretación imparcial de los datos obtenidos y que permiten concluir acertadamente mi trabajo.

3.2. Modalidad de la investigación.

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

De campo porque se realizaron entrevistas a entrenadores y encuestas a padres de familia y;

Documental porque recurrimos a información científica proveniente de textos, revistas y artículos científicos

3.3. Nivel o tipo de investigación.

Los tipos de investigación a emplearse son: descriptivas y explicativas.

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

3.4. Población y muestra

3.4.1.- Población

La población que se toma en esta investigación es el número total de estudiantes que tienen entre 10 y 12 años, correspondiente a 80, los dos docentes y las dos autoridades de la institución.

3.4.2. Muestra

Para determinar el tamaño de la muestra en este proyecto de investigación se utilizó el muestreo probabilístico proporcional con la siguiente fórmula:

$$n = \frac{N}{E^2(N - 1) + 1}$$

Donde:

n = Tamaño de la muestra

N = Población

E = Error de la muestra

Reemplazando en la fórmula se tiene:

$$n = \frac{80}{(0,05)^2(80 - 1) + 1}$$

$$n = \frac{80}{(0.0025)(79) + 1}$$

$$n = \frac{80}{0.1975 + 1}$$

$$n = \frac{80}{1.1975}$$

$$n = 66.80 = 67$$

La muestra está determinada en 67 estudiantes, 2 docentes y 2 autoridades.

3.5.- Técnicas de recolección de datos

3.5.1.- Cuestionario para la encuesta: Es la técnica que a través de un cuestionario permite recopilar datos de toda la población o de una parte representativa de ella.

3.6. Recursos de información.

- Consulta a expertos
- Visita a bibliotecas y librerías.
- Recopilación de material bibliográfico y documental
- Aplicación de instrumentos de investigación.
- Internet

3.7.- Selección de recursos de apoyo

- Video grabadoras
- Filmadoras
- Fichas bibliográficas
- Fichas nemotécnicas

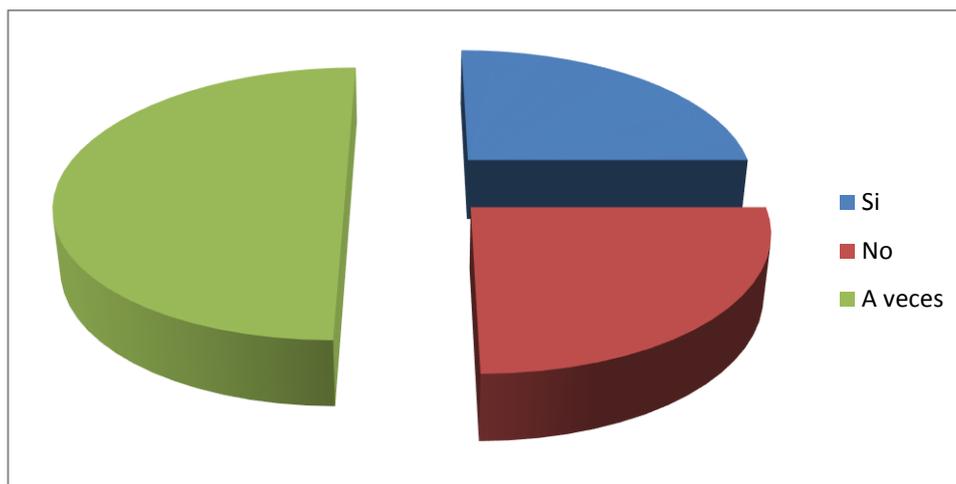
CAPÍTULO IV

3. ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE DATOS

3.1. Entrevistas dirigidas a los docentes y autoridades

1).- ¿Los estudiantes presentan problemas al coordinar los movimientos en las prácticas?

Respuesta	#	%
Si	1	25
No	1	25
A veces	2	50
Total	4	100



Análisis

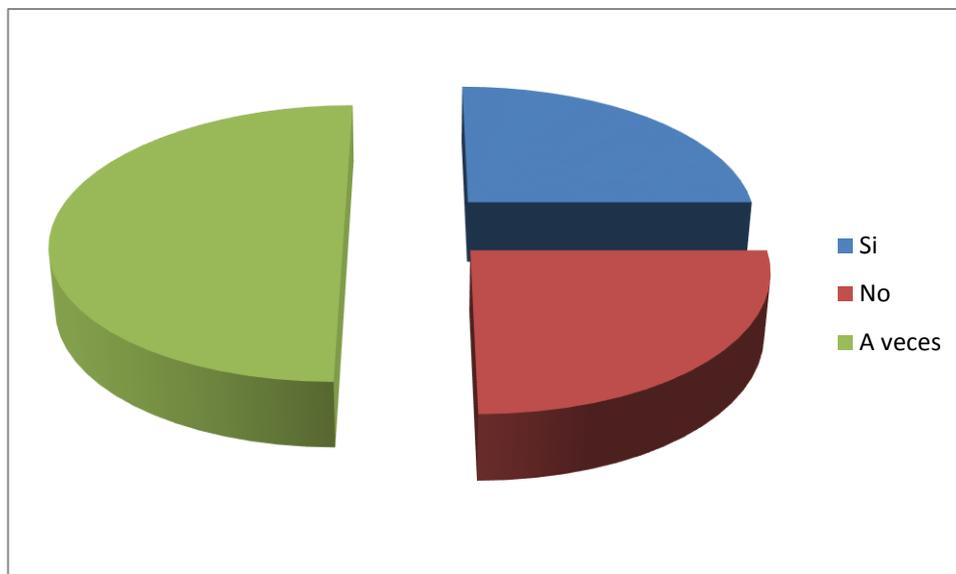
De la investigación realizada, el 25% manifiesta que los estudiantes presentan problemas al coordinar los movimientos en las prácticas, mientras que otro 25% dice que no y un 50% dice que solo a veces.

Interpretación

La mayoría de los estudiantes presentan problemas al coordinar sus movimientos en las prácticas.

2).- ¿Los estudiantes presentan dificultad al practicar algún deporte?

Respuesta	#	%
Si	1	25
No	1	25
A veces	2	50
Total	4	100



Análisis

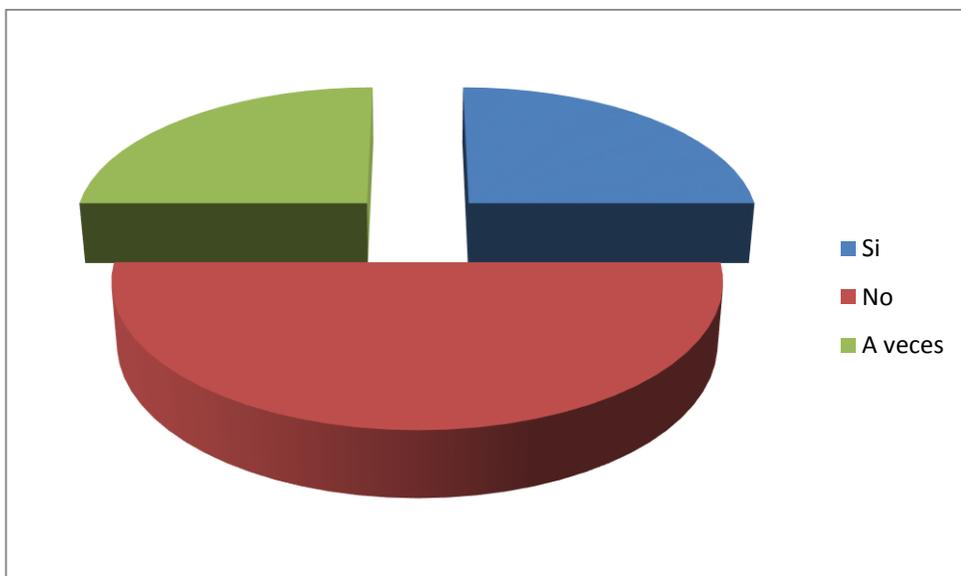
De la investigación realizada, el 25% manifiesta que los estudiantes presentan dificultad al practicar algún deporte, mientras que otro 25% dice que no y un 50% dice que solo a veces.

Interpretación

La mayoría de los estudiantes presentan dificultad al practicar algún deporte.

3).- ¿Tienen precisión los estudiantes al realizar sus movimientos?

Respuesta	#	%
Si	1	25
No	2	50
A veces	1	25
Total	4	100



Análisis

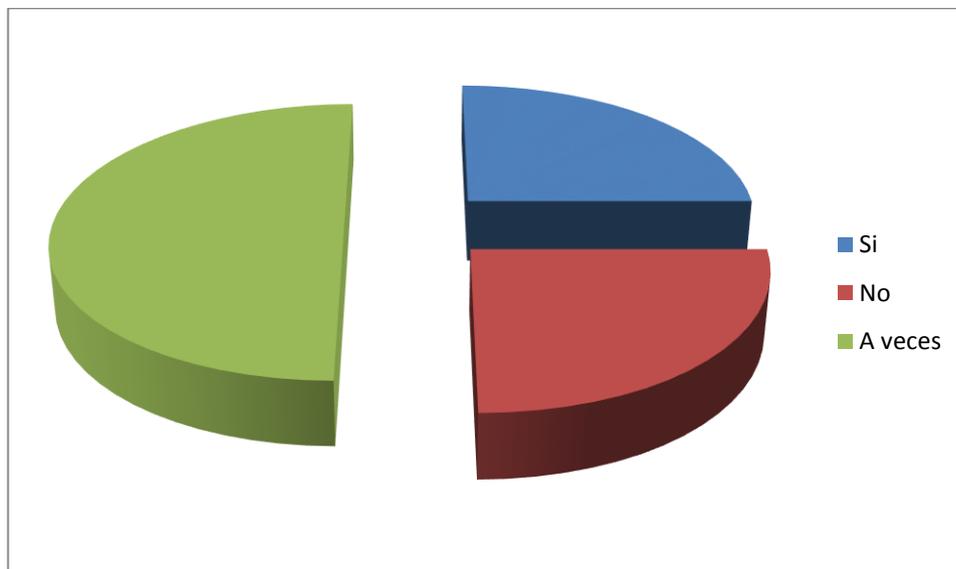
De la investigación realizada, el 25% manifiesta que los estudiantes tienen precisión al realizar sus movimientos, mientras que un 50% dice que no y un 25% dice que solo a veces.

Interpretación

Son pocos los estudiantes tienen precisión al realizar sus movimientos

4).- ¿Los estudiantes presentan inconvenientes en la relación temporo – espacial?

Respuesta	#	%
Si	1	25
No	1	25
A veces	2	50
Total	4	100



Análisis

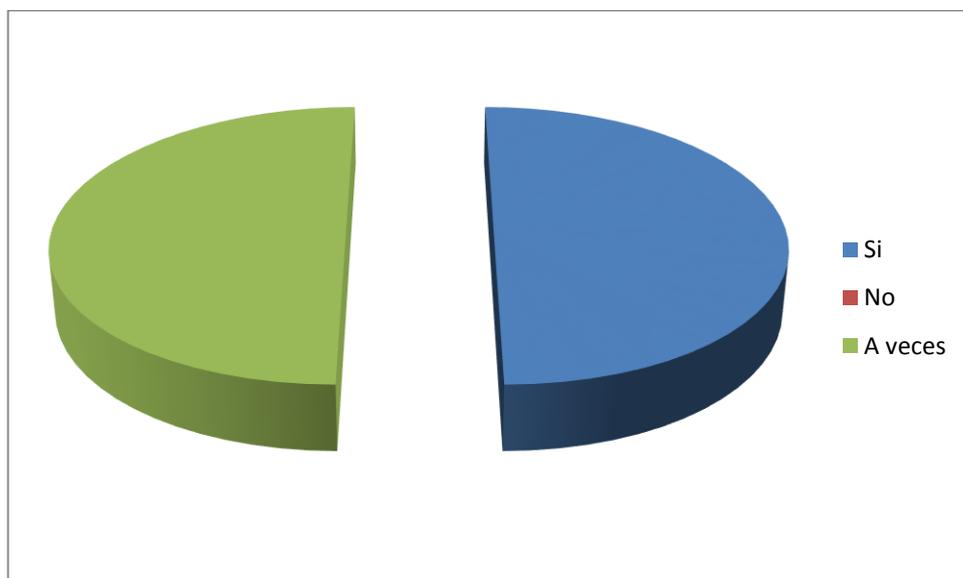
De la investigación realizada, el 25% manifiesta que los estudiantes presentan inconvenientes en la relación temporo – espacial, mientras que otro 25% dice que no y un 50% dice que solo a veces.

Interpretación

La mayoría de estudiantes presentan inconvenientes en la relación temporo – espacial.

5).- ¿Los estudiantes se sienten motivados por la práctica de la cultura física?

Respuesta	#	%
Si	2	50
No	0	0
A veces	2	50
Total	4	100



Análisis

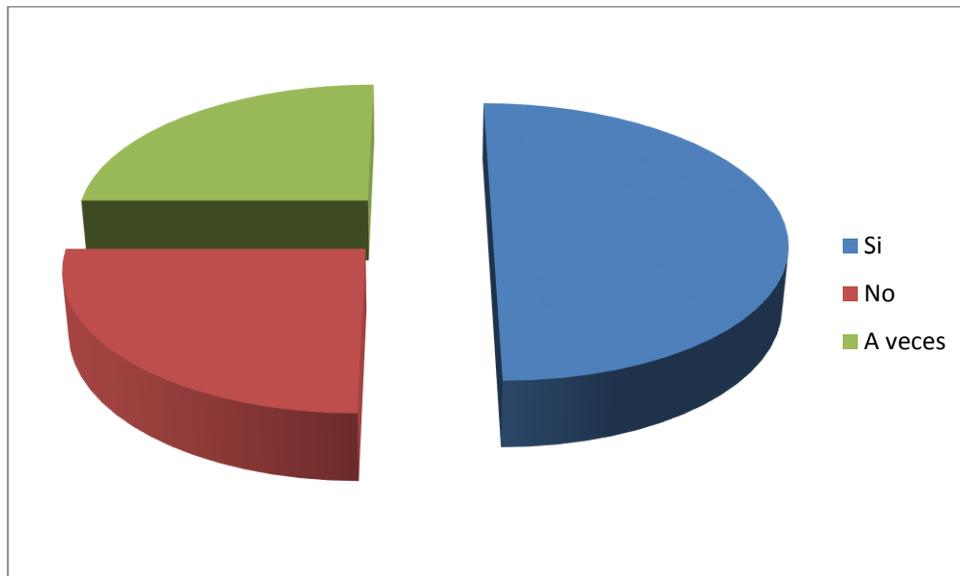
De la investigación realizada, el 50% manifiesta que los estudiantes se sienten motivados por la práctica de la cultura física, mientras que otro 50% dice que solo a veces

Interpretación

No todos los estudiantes se sienten motivados por la práctica de la cultura física

6).- ¿Los estudiantes participan en las clases de cultura física?

Respuesta	#	%
Si	2	50
No	1	25
A veces	1	25
Total	4	100



Análisis

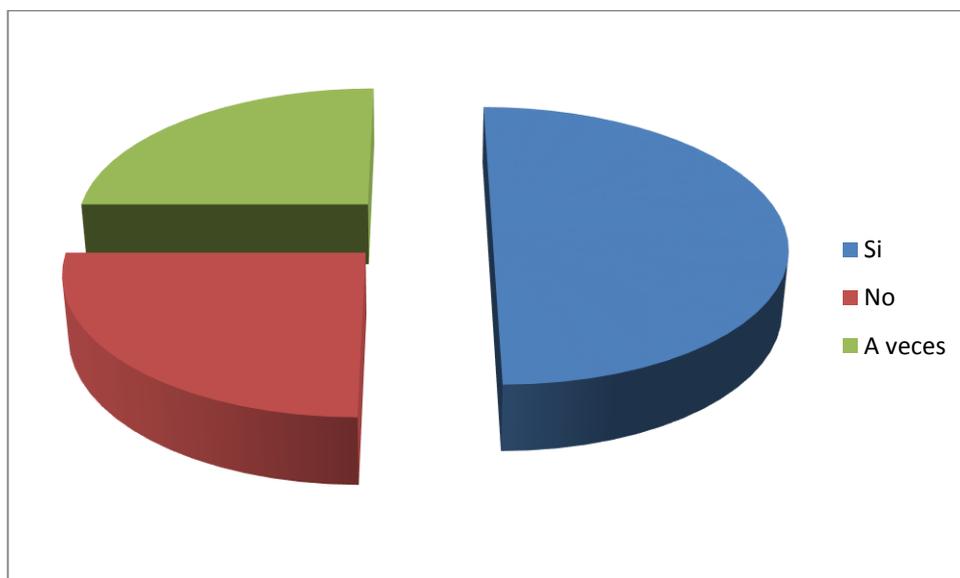
De la investigación realizada, el 50% manifiesta que los estudiantes participan en las clases de cultura física, mientras que un 25% dice que no y otro 25% dice que solo a veces.

Interpretación

No todos los estudiantes participan en las clases de cultura física

7).- ¿Los estudiantes realizan las actividades en las clases de cultura física?

Respuesta	#	%
Si	2	50
No	1	25
A veces	1	25
Total	4	100



Análisis

De la investigación realizada, el 50% manifiesta que los estudiantes realizan las actividades en las clases de cultura física, mientras que un 25% dice que no y otro 25% dice que solo a veces.

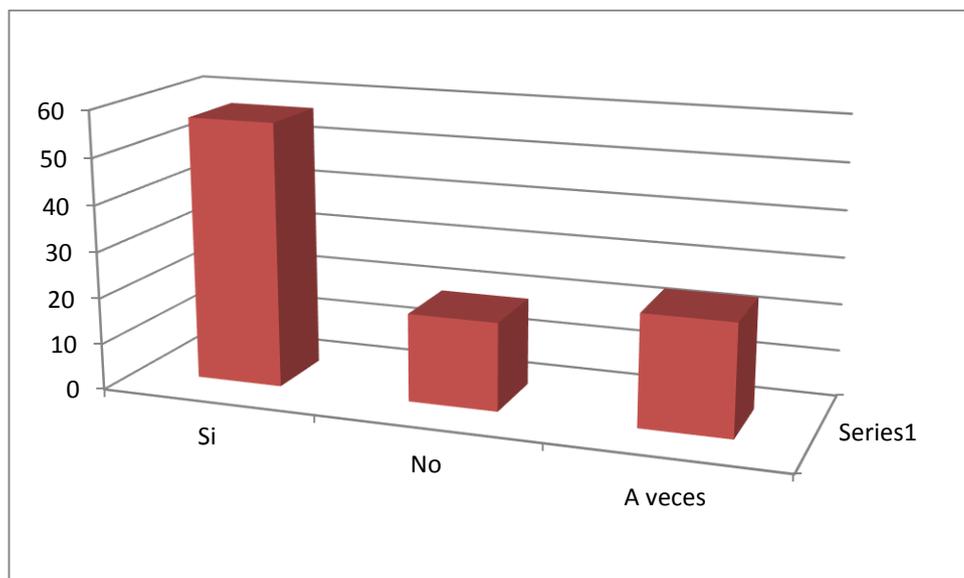
Interpretación

No todos los estudiantes realizan las actividades en las clases de cultura física

3.2. Encuestas dirigidas a los estudiantes

1).- ¿Presentan problemas al coordinar los movimientos en las prácticas?

Respuesta	#	%
Si	38	57
No	13	19
A veces	16	24
Total	67	100



Análisis

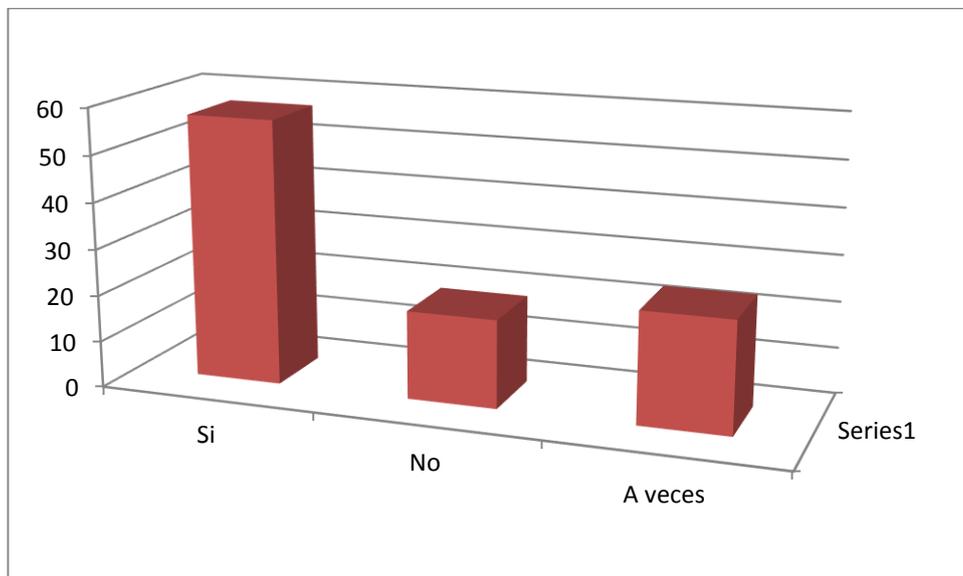
De la investigación realizada, el 57% manifiesta que los estudiantes presentan problemas al coordinar los movimientos en las prácticas, mientras que otro 19% dice que no y un 24% dice que solo a veces.

Interpretación

La mayoría de los estudiantes presentan problemas al coordinar sus movimientos en las prácticas.

2).- ¿Presentan dificultad al practicar algún deporte?

Respuesta	#	%
Si	38	57
No	13	19
A veces	16	24
Total	67	100



Análisis

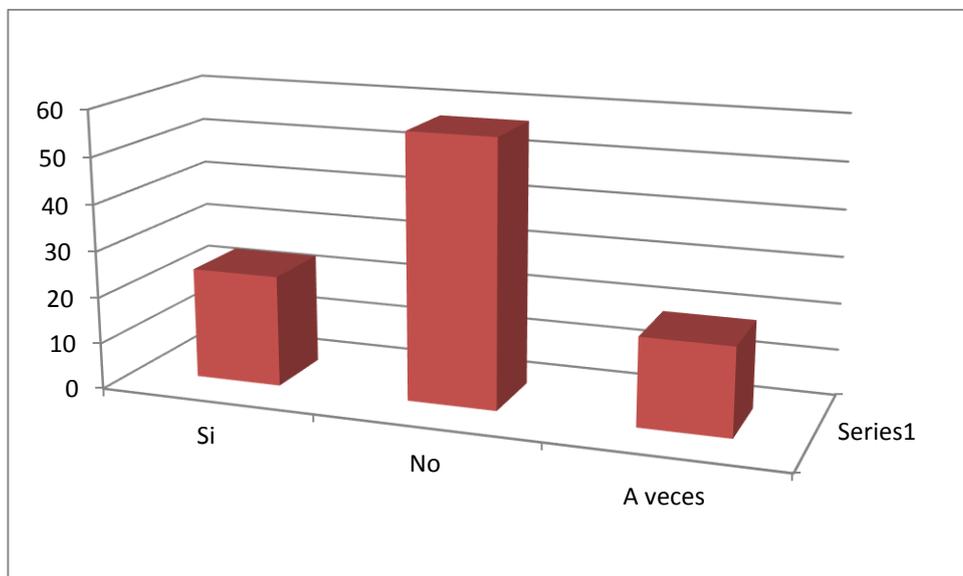
De la investigación realizada, el 57% manifiesta que los estudiantes presentan dificultad al practicar algún deporte, mientras que otro 19% dice que no y un 24% dice que solo a veces.

Interpretación

La mayoría de los estudiantes presentan dificultad al practicar algún deporte.

3).- ¿Tienen precisión al realizar sus movimientos?

Respuesta	#	%
Si	16	24
No	38	57
A veces	13	19
Total	67	100



Análisis

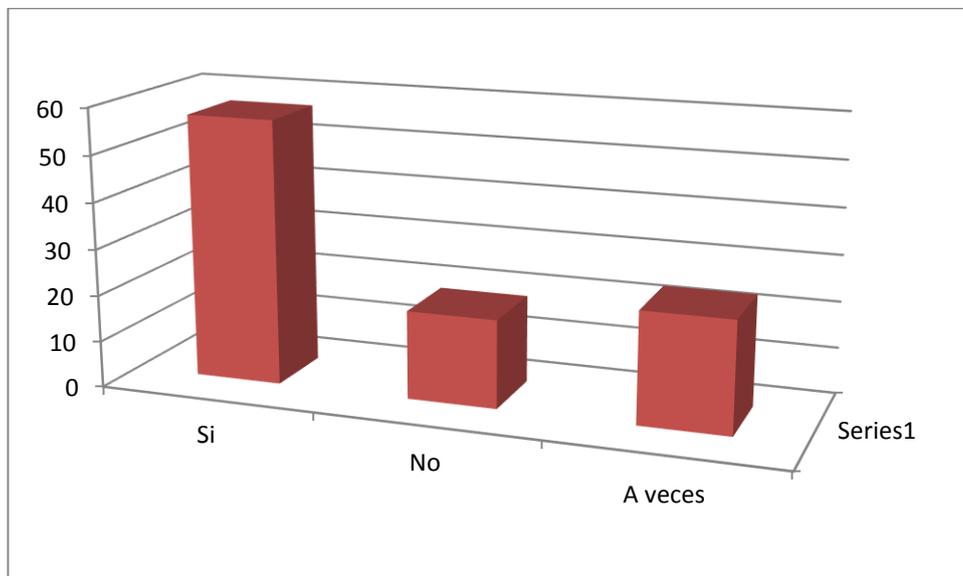
De la investigación realizada, el 24% manifiesta que los estudiantes tienen precisión al realizar sus movimientos, mientras que un 57% dice que no y un 19% dice que solo a veces.

Interpretación

Son pocos los estudiantes tienen precisión al realizar sus movimientos

4).- ¿Presentan inconvenientes en la relación temporo – espacial?

Respuesta	#	%
Si	38	57
No	13	19
A veces	16	24
Total	67	100



Análisis

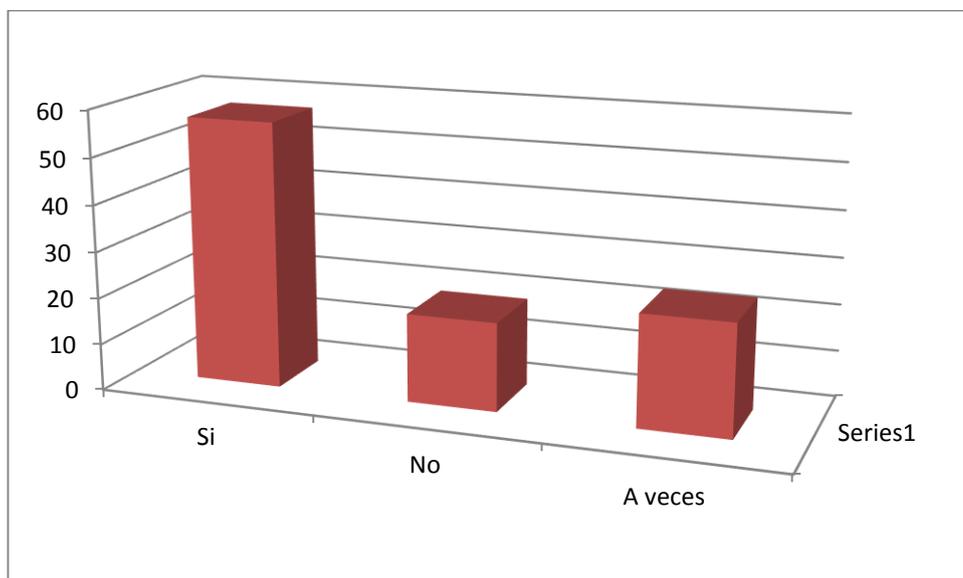
De la investigación realizada, el 57% manifiesta que los estudiante sin convenientes en la relación temporo – espacial, mientras que otro 19% dice que no y un 24% dice que solo a veces.

Interpretación

La mayoría de los estudiantes presentan inconvenientes en la relación temporo – espacial.

5).- ¿Se sienten motivados por la práctica de la cultura física?

Respuesta	#	%
Si	38	57
No	13	19
A veces	16	24
Total	67	100



Análisis

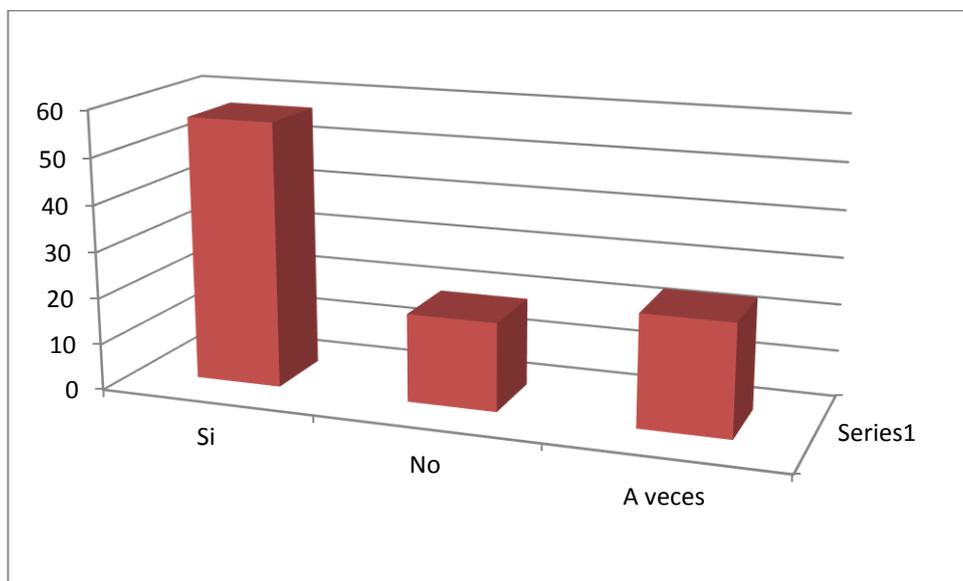
De la investigación realizada, el 57% manifiesta que los estudiantes se sienten motivados por la práctica de la cultura física, mientras que otro 19% dice que no y un 24% dice que solo a veces.

Interpretación

La mayoría de los estudiantes se sienten motivados por la práctica de la cultura física.

6).- ¿Participan en las clases de cultura física?

Respuesta	#	%
Si	38	57
No	13	19
A veces	16	24
Total	67	100



Análisis

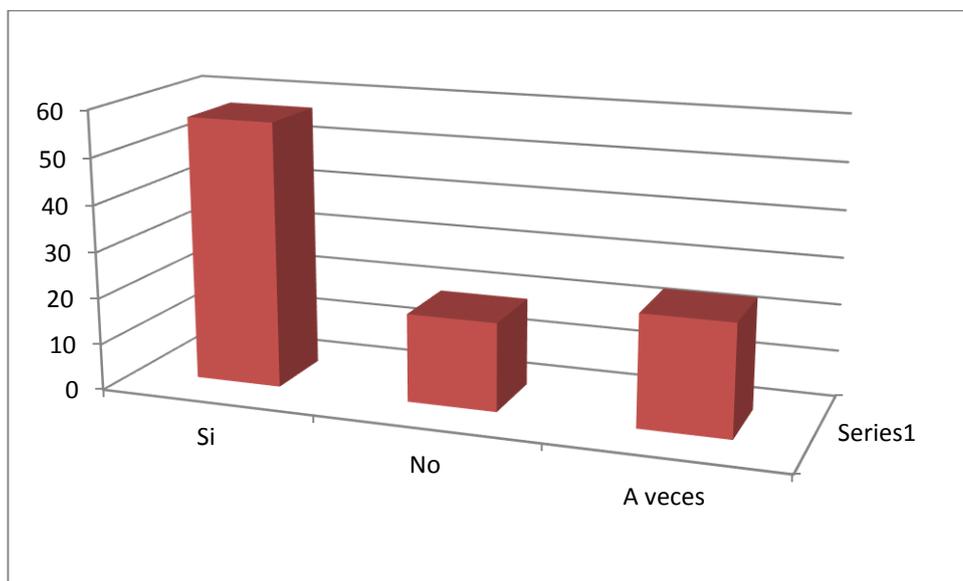
De la investigación realizada, el 57% manifiesta que los estudiantes participan en las clases de cultura física, mientras que otro 19% dice que no y un 24% dice que solo a veces.

Interpretación

La mayoría de los estudiantes participan en las clases de cultura física.

7).- ¿Realizan las actividades en las clases de cultura física?

Respuesta	#	%
Si	38	57
No	13	19
A veces	16	24
Total	67	100



Análisis

De la investigación realizada, el 57% manifiesta que los estudiantes realizan las actividades en las clases de cultura física, mientras que otro 19% dice que no y un 24% dice que solo a veces.

Interpretación

La mayoría de los estudiantes realizan las actividades en las clases de cultura física.

3.3. Comprobación de la hipótesis

Una vez realizada la investigación se pudo comprobar que: Al desarrollar las capacidades físicas coordinativas se potenció la práctica de Cultura Física en los estudiantes de 10 y 12 años de la Unidad Educativa Marina Castillo de Yépez en el periodo lectivo 2012 - 2013

3.4. Conclusiones

- La mayoría de los estudiantes presentan problemas al coordinar sus movimientos en las prácticas
- La mayoría de los estudiantes presentan dificultad al practicar algún deporte
- Son pocos los estudiantes tienen precisión al realizar sus movimientos
- La mayoría de estudiantes presentan inconvenientes en la relación temporo – espacial
- No todos los estudiantes se sienten motivados por la práctica de la cultura física
- No todos los estudiantes participan en las clases de cultura física
- No todos los estudiantes realizan las actividades en las clases de cultura física

3.5. Recomendaciones

- Se debe aplicar ejercicios para reducir los problemas que presentan los estudiantes al coordinar sus movimientos en las prácticas, mejorar la precisión al realizar sus movimientos, la relación temporo – espacial
- Además se deben realizar actividades para motivarlos por la práctica de la cultura física, incrementar su participación y realización de las actividades en las clases de cultura física

CAPÍTULO V

4. PROPUESTA ALTERNATIVA

4.1. Título

Programa de ejercicios físicos para mejorar la coordinación en los estudiantes

4.2. Objetivos

4.2.1. Objetivo general

Mejorar las capacidades coordinativas en los estudiantes

4.2.2. Objetivos específicos

Identificar los problemas de coordinación de los estudiantes.

Determinar los tipos de ejercicios a emplearse de acuerdo a los problemas presentes en los estudiantes

Diseñar el programa de ejercicios físicos coordinativos

CAPÍTULO VI

6. MARCO ADMINISTRATIVO

6.1. Recursos

Humanos

Se utilizaron dos personas para realizar las encuestas.

Una persona para realizar los trabajos de tabulación

Un Director de tesis

Un Lector de tesis

Materiales

Un computador

Una oficina

Material Logístico

6.2. Presupuesto

CONCEPTO	VALOR UNIT	VALOR/SUBTOT
Una persona para realizar las encuestas y la tabulación	\$10 C/DIA	\$ 100.00
Un Director de Tesis		
Un computador	\$ 1 c/hora	\$ 50.00
Viáticos y subsistencia	\$ 5 c/día	\$ 100.00
Material Logístico	\$ 50	\$ 100.00
Elaboración de 40 encuestas	0.03 c/una	\$1,20
Elaboración de la tesis		\$ 100.00
TOTAL		\$ 451,20

6.3. Cronograma

TIEMPO ACTIVIDADES	2 0 1 3																			
	M A Y				J U N				J U L				A G O				S E P			
	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
Enunciado de Problema y Tema	X																			
Formulación del Problema	X																			
Planteamiento del Problema		X																		
Formulación de Objetivos		X																		
Marco teórico de la Investigación			X	X																
Hipótesis					X															
VARIABLES Y OPERACIONALIZACIÓN						X														
Metodología, Nivel y Tipo							X													
Aplicación de Encuestas								X	X											
Análisis de Resultados										X	X									
Conclusiones, Recomendaciones												X								
Revisión Final del Tutor													X							
Revisión Final del Lector														X						
Sustentación Previa															X					
Sustentación Final																X				

CAPÍTULO VII

7. Bibliografía Y Anexos

7.1.- Bibliografía

- 1.- AJURIAGUERRA, J. de (2003). "De los movimientos espontáneos al diálogo tónico-postural y las actividades expresivas". *Anuario de Psicología*. nº 28, 7-18.
- 2.- BOSCAINI, F. (2004b). "La educación psicomotriz en la relación pedagógica". *PSICOMOTRICIDAD. Revista de Estudios y Experiencias*. nº 46, 17-22.
- 3.- FERNÁNDEZ VIDAL, F. (2004). "Psicomotricidad como prevención e integración escolar". *PSICOMOTRICIDAD. Revista de Estudios y Experiencias*. nº 47, 75-86.
4. http://www.unesco.org/culture/creativity/education/html_eng/regional.shtml.
- 5.- UNESCO. 2001a. *Patrimonio cultural, creatividad y educación para todos en África*. París: UNESCO. (Documento basado en las conclusiones de la Conferencia Regional sobre Educación Artística, Puerto Elizabeth, Sudáfrica).
- 6.- html.rincondelvago.com/expresion-corporal-en-ninos.html

4.3. 7.2. ANEXOS

CONCEPTO	VARIABLES	INDICADORES	SUB-INDICADORES
<p>Capacidades físicas coordinativas.</p> <p>Consideradas como pre-requisitos de rendimiento, o de movimiento, que capacitan al individuo para ejecutar determinadas acciones, sean deportivas, profesionales o de la vida cotidiana. Se entiende por capacidades coordinativas los factores que conforman la coordinación motriz.</p>	<p>Capacidades físicas coordinativas</p>	<p>Coordinación de movimientos</p> <p>Elasticidad</p> <p>Flexibilidad</p> <p>Aprendizaje motriz</p> <p>Ritmo</p> <p>Agilidad</p> <p>Reacción</p>	<p>¿Los alumnos presentan problemas al coordinar los movimientos en las prácticas?</p> <p>¿Presentan los alumnos dificultad al practicar algún deporte?</p> <p>-¿Tienen precisión los estudiantes al realizar sus movimientos?</p> <p>-¿Ejercicios para combinar la capacidad motriz de movilidad y aprendizaje?</p> <p>¿Ejercicios para desarrollar capacidades rítmicas en el esfuerzo muscular?</p> <p>¿Ejercicios para desarrollar la capacidad e anticipación?</p> <p>¿Ejercicios para disponer rápidamente de las acciones de movimientos adecuados?</p>
<p>Cultura Física</p> <p>Es una disciplina de tipo pedagógica que se centra en el movimiento corporal para luego desarrollar de manera integral y armónica las capacidades físicas, afectivas y cognitivas de las personas con la misión de mejorar la calidad de vida</p>	<p>Cultura Física.</p>	<p>Practica</p> <p>Aplicación</p> <p>Capacidades</p>	<p>¿Los estudiantes se sienten motivados por la práctica de la cultura física?</p> <p>¿Los estudiantes participan en las clases de cultura física?</p> <p>¿Los estudiantes realizan las actividades en las clases de cultura física?</p>

UNIVERSIDAD TECNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES DE LA EDUCACION
ESCUELA DE CULTURA DE FISICA

Encuestas

Estimados niños y niñas, con la finalidad de recopilar información respecto al problema de investigación ¿Cómo las capacidades físicas coordinativas inciden en la práctica de Cultura Física en los estudiantes de 10 y 12 años de la Unidad Educativa Marina Castillo de Yépez en el periodo lectivo 2012 – 2013?

”Le solicitamos responder la siguiente encuestas, teniendo en cuenta el instructivo.

- Lea con detenimiento las preguntas
- Marque solo una alternativa
- Responda con honestidad.

Preguntas:

1).- ¿Los alumnos presentan problemas al coordinar los movimientos en las prácticas?

Si No A veces

2).- ¿Presentan los alumnos dificultad al practicar algún deporte?

Si No A veces

3).- ¿Tienen precisión los estudiantes al realizar sus movimientos?

Si No A veces

4).- ¿Presentan inconvenientes en la relación temporo – espacial?

Si No A veces

5).- ¿Los estudiantes se sienten motivados por la práctica de la cultura física?

Si No A veces

6).- ¿Los estudiantes participan en las clases de cultura física?

