



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO

FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN

TESIS DE GRADO

LICENCIADO EN CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN MENCIÓN CULTURA FÍSICA

TEMA:

LA MASIFICACIÓN DEL ATLETISMO Y SU INFLUENCIA EN EL DESARROLLO DEPORTIVO DE LOS ESTUDIANTES DE LA ESCUELA DE EDUCACION BASICA BABAHOYO, DEL CANTON BABAHOYO, PROVINCIA DE LOS RIOS, EN EL AÑO 2014.

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

AUTOR:

Jorge Leonardo Alvarado Estrada

DIRECTOR DE TESIS:

Lic. Marco Fuentes León

BABAHOYO

2014



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

CERTIFICACIÓN DE AUTORÍA DE TESIS

Yo, Jorge Leonardo Alvarado Estrada, portador de la cédula de ciudadanía # 120538149-5, Egresado de la Facultad de Ciencias Jurídicas, Sociales y de la Educación, especialización Cultura Física.

Declaro que soy el autor 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 del autor.

Egresado: Jorge Leonardo Alvarado Estrada



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

CERTIFICACIÓN

Lic. Marco Fuentes León

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:

LA MASIFICACIÓN DEL ATLETISMO Y SU INFLUENCIA EN EL DESARROLLO DEPORTIVO DE LOS ESTUDIANTES DE LA ESCUELA DE EDUCACION BASICA BABAHOYO, DEL CANTON BABAHOYO, PROVINCIA DE LOS RIOS, EN EL AÑO 2014.

DE LA AUTORIA DEL INVESTIGADOR: Jorge Leonardo Alvarado Estrada

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

Lic. Marco Fuentes León

DIRECTOR

DEDICATORIA

Dedico este trabajo de tesis a:

A MIS PADRES, JORGE ENRIQUE ALVARADO:

Por todo el apoyo incondicional y amor brindado.

A MI MADRE VIOLETA ESTRADA VERA

Por el amor y comprensión, sobre todo durante mis años de estudios que siempre estuvo apoyándome para el logro de mi carrera Universitaria.

AGRADECIMIENTO

El agradecimiento eterno a Dios.

A la UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABHOYO por darme la oportunidad de estudiar, salir adelante y ser un profesional.

A mi Directora de tesis, Lic. Laura Ramos Pulecio, por su dedicación, paciencia, esfuerzo, experiencia y quien con sus conocimientos ha logrado en mí la motivación necesaria para que pueda terminar mis estudios con éxito.

A mis Profesores, quienes han sabido inculcarme la docencia y guiarme durante toda mi carrera profesional.

APROBACIÓN DEL TRIBUNAL

LOS MIEMBROS DEL TRIBUNAL EXAMINADOR APRUEBAN EL INFORME DE INVESTIGACIÓN SOBRE EL TEMA “LA MASIFICACIÓN DEL ATLETISMO Y SU INFLUENCIA EN EL DESARROLLO DEPORTIVO DE LOS ESTUDIANTES DE LA ESCUELA DE EDUCACION BASICA BABAHOYO, DEL CANTON BABAHOYO, PROVINCIA DE LOS RIOS, EN EL AÑO 2014.

”DE LA AUTORIA DE: Jorge Leonardo Alvarado Estrada

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 5
- 1.3. Problema de investigación 5
- 1.3.1. Problema general 5
- 1.3.2. Problemas derivados 6
- 1.4. Delimitación de la investigación 6
- 1.5. Objetivos 7
- 1.6. Justificación 8

CAPÍTULO II

- 2. Marco Teórico
- 2.1. Alternativas Teóricas asumidas 9
- 2.2. Categorías de análisis teórico conceptual 15
- 2.3. Planteamiento de la Hipótesis 45

2.3.1. Hipótesis general	45
2.3.2. Hipótesis Específicas	45
2.4. Operacionalización de las hipótesis	46

CAPÍTULO III

3. Diseño Metodológico de la Investigación	
3.1. Métodos utilizados	47
3.2. Modalidad básica de la investigación	48
3.3. Tipo de la investigación	48
3.4. Población y muestra	49
3.5. Técnicas de recolección de la información	49
3.6. Recursos de información	50
3.7. Selección del material de apoyo	50

CAPÍTULO IV

4. Análisis y tabulación de datos	
4.1. Encuesta dirigida a los estudiantes deportistas	51
4.2. Entrevista dirigida a docentes y autoridades	60
4.3. Comprobación de la hipótesis	69
4.4. Conclusiones	69
4.5. Recomendaciones	70

CAPÍTULO V

5. Propuesta alternativa	
5.1. Título	71
5.2. Objetivos	71

CAPÍTULO VI

6. Marco Administrativo	
6.1. Recursos	72
6.2. Presupuesto	73
6.3. Cronograma de trabajo	74

CAPÍTULO VII

7. Bibliografía y Anexos	
7.1. Bibliografía	76
7.2. Anexos	78

INTRODUCCIÓN

Aunque a primera vista el concepto "iniciación deportiva" pueda parecer que posee un significado claro y preciso que remite al aprendizaje de los aspectos técnicos, tácticos y reglamentarios de una o varias modalidades deportivas, en realidad es una expresión bastante más compleja cuyo sentido rebasa ampliamente el mero aprendizaje de tales aspectos. En primer lugar, dicha expresión lleva implícita la existencia de un aprendizaje, y muchos estudios y análisis han puesto de manifiesto que los procesos de enseñanza y aprendizaje no son neutros, sino que se sustentan en unos principios ideológicos sobre el hombre y la sociedad, los cuales determinan la elección de unos u otros objetivos educativos, orientan la enseñanza, y, de manera explícita o latente, favorecen la transmisión de unos determinados valores y actitudes. En segundo lugar, tal aprendizaje se refiere a una práctica sociocultural.

Es allí donde nuestro trabajo pretende evidenciar la importancia de la masificación del atletismo como práctica socio cultural general que sirva de

base para la iniciación y formación de los niños en etapa escolar, para la cual se pretende desarrollar los siguientes capítulos que a continuación se detallan:

En el primer capítulo, se evidencian las situaciones en que se desarrollan las actividades escolares y la formación deportiva de los estudiantes a nivel nacional, regional y local, en este caso en la institución a investigarse.

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 una Guía didáctica de aplicación de ejercicios básicos para la práctica del atletismo.

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

LA MASIFICACIÓN DEL ATLETISMO Y SU INFLUENCIA EN EL DESARROLLO DEPORTIVO DE LOS ESTUDIANTES DE LA ESCUELA DE EDUCACION BASICA BABAHOYO, DEL CANTON BABAHOYO, PROVINCIA DE LOS RIOS, EN EL AÑO 2014.

CAPÍTULO I

1. MARCO CONTEXTUAL PROBLEMÁTICO

1.1. Situación nacional, regional y local o institucional

La participación de Ecuador en la historia de los Juegos Olímpicos empezó en 1924, año en que se realizó la VIII edición en París y donde tuvimos tres representantes en la disciplina de atletismo, ellos fueron Alberto Jurado, Alberto Jarrín Jaramillo y Belisario Villacís.

Entonces inolvidables figuras del deporte estuvieron presentes: Gustavo Gutiérrez en atletismo; Por segunda ocasión Ecuador volvió a contar con tan sólo 3 representantes en los Juegos. Abdalá Bucaram en atletismo y abanderado de la delegación Para los XXI JJ.OO. de Montreal en 1976 no registra en atletismo. El número de atletas se incrementó a 13 para los XXII JJ.OO. de Moscú en 1980. Vistieron los colores de Ecuador: Nancy Vallecilla la máxima figura de Guayas en ese momento, en atletismo.

En 1984, esta cita universal se trasladó a Los Ángeles donde nuestro país asistió con 11 deportistas en 6 disciplinas, en 3 de ellas se compitió por primera vez. Ellos fueron: Leopoldo Acosta 800mts y recordman con

1.51.77, Fidel Solórzano ex record nacional de Decathlon y salto largo y Luis Tipán, atletismo.

La siguiente cita fue en Seúl 88 y figuras de la talla de Liliana Chalá, Rolando Vera en el puesto 15 en la final de los 10 000 m. José Quiñaliza, Nancy Vallecilla y Fidel Solórzano- 2da. Intervención- brillaron con luz propia en el deporte básico en 1988.

Barcelona en 1992. Participaron además, Jefferson Pérez, Janeth Caizalítín, Liliana Chalá, EdyPunina, Miriam Ramón, Martha Tenorio, Rolando Vera, atletismo. En esta gesta olímpica debutó por primera vez Jefferson Pérez, mejor deportista ecuatoriano de los todos los tiempos, en los 20 km marcha de atletismo. Se retiró de la prueba a pocos kilómetros de concluirla. En la delegación se destacó la atleta Liliana Chala. Ella llegó séptima en la final de los 400 m. vallas.

Todo cambió en los XXVI JJ.OO de Atlanta1996. Por primera vez en la historia del deporte ecuatoriano las sagradas notas del himno nacional se cantaron en esa ciudad de Norteamérica luego de que el cuencano Jefferson Pérez conquistara la medalla de oro olímpica en los 20 Km marcha.

Sobresalieron también Silvio Guerra, Rolando Vera, Martha Tenorio en atletismo.

La hazaña de Pérez estuvo a punto de repetirse en los XXVII JJ.OO. Sydney 2000, donde quedó en cuarto lugar, y sin olvidar su heroica llegada pese a los problemas de salud en los 50 km. Lo acompañaron Martha Tenorio y Silvio Guerra puesto catorce en la maratón.

En Atenas 2004 fuimos con 8 atletas los que estuvieron en la magna cita fueron Jefferson Pérez, Rolando Vera, Silvio Guerra, Franklin Tenorio, Sandra Ruales, Xavier Moreno, Rolando Saquipay, Jackson Quiñonez (ahora nacionalizado español).

Pekín 2008 El marchista Jefferson Pérez se retiró de las competencias con la medalla de plata en los 20km marcha. Jefferson actuaba en una nueva olimpiada, su última, esta vez los europeos en especial chinos y rusos eran los favoritos, pero el azuayo a fuerza de un gran corazón logró ubicarse segundo y con esto sumar la segunda presea para Ecuador, medalla de plata con la que cerró una carrera llena de éxitos durante más de 20 años en el deporte de alto nivel.

Le acompañaron a esta cita atletas como Sandra Ruales, Johanna Ordoñez, Rolando Saquipay, Andrés Chocho, Xavier Moreno, Franklin Tenorio, Byron Piedra, Franklin Nazareno, Fausto Quinde (atleta con capacidades diferentes).

Londres 2012 Ecuador acudió a los Juegos con 36 deportistas, de los cuales la mayor delegación es de nuestro deporte, la delegación más amplia en su historia. Álex Quiñónez, en la prueba de 200 metros planos de atletismo, fue el mejor deportista en la gesta olímpica al ubicarse en séptima posición en los 200 metros planos con un nuevo record nacional.¹

1.2. Situación problemática

A diario observamos como la práctica de la Cultura Física y el deporte en la Escuela de Educación Básica Babahoyo, desarrollan sus actividades de manera normal considerando las capacidades que tienen los pequeños deportistas en cada una de las disciplinas deportivas, sin que se fortalezcan las condiciones atléticas necesarias.

1.3. Problema de investigación

1.3.1. Problema general

¿Cómo la masificación del atletismo influye en la formación deportiva de los estudiantes de la Escuela de Educación Básica Babahoyo del cantón Babahoyo en el año 2014?

¹www.featle.org.ec/historia2.php

1.3.2. Problemas específicos

¿Por qué la masificación del atletismo influye en la adquisición de las condiciones básicas deportivas de los estudiantes de la Escuela de Educación Básica Babahoyo?

¿De qué manera la masificación del atletismo influye en la formación técnico – táctica deportiva de los estudiantes de la Escuela de Educación Básica Babahoyo?

1.4. Delimitación de la investigación

1.4.1. Delimitación espacial

La presente investigación se realiza en la Escuela de Educación Básica Babahoyo.

1.4.2. Delimitación temporal

La investigación se realiza en el año 2014

1.4.3. Unidades de información

La información se la obtuvo de estudiantes, docentes y autoridades de la institución

1.5. Objetivos

1.5.1. Objetivo general

Determinar la influencia de la masificación del atletismo en la formación deportiva de los estudiantes de la Escuela de Educación Básica Babahoyo en el año 2014

1.5.2. Objetivos específicos

Identificar los beneficios de la masificación del atletismo en la adquisición de las condiciones básicas deportivas de los estudiantes de la Escuela de Educación Básica Babahoyo.

Desarrollar un programa de ejercicios de la masificación del atletismo que mejore la formación técnico – táctica deportiva de los estudiantes de la Escuela de Educación Básica Babahoyo.

1.6. Justificación

Son muchos los autores que consideran que el atletismo es el deporte que contribuye a la formación deportiva de mayor rendimiento, es por eso que en la presente investigación se considera que debemos masificar la aplicación de éste en los pequeños deportistas para garantizar una verdadera y eficaz formación deportiva.

Con la realización del presente trabajo investigativo se pretende evidenciar la necesidad de una formación integral basada en la formación atlética de los estudiantes como futuros deportistas y generar alternativas que coadyuven a mejorar el trabajo de los profesionales encargados de la formación de la niñez deportiva.

CAPÍTULO II

2. MARCO TEÓRICO CONCEPTUAL

2.1. Alternativas teóricas asumidas

Teorías y modelos del desarrollo psicomotor humano.

Henry Wallon

Wallon en su teoría intenta mostrar la importancia del movimiento en el desarrollo psicobiológico del niño sosteniendo que la función tónica juega un rol relevante en el desarrollo infantil y dividió la vida del ser humano en diferentes estadios, resumidos de la siguiente forma:

Estadio impulsivo (tónico- emocional 6 a 12 meses): a partir de este momento se organiza el movimiento hacia el exterior. Deseo de explorar.

Estadio proyectivo (2 a 3 años): la motricidad se constituye en instrumento de acción sobre su entorno en el cual se desenvuelve.

Estadio personalístico (3 a 4 años) su capacidad de movimiento se manifiesta como medio de favorecer su desarrollo psicológico.

El autor enfoca la unidad biológica de la persona humana, en una unidad funcional, donde el psiquismo y la motórica no constituyen dos dominios diferentes, sino que representan la expresión de las relaciones reales del ser y del medio. También puede verse en evidencia que el niño, niña antes de utilizar el lenguaje verbal como medio de comunicación, utiliza su cuerpo a través de los gestos y movimientos para comunicarse de acuerdo a las situaciones presentadas según su ambiente socio- cultural.

Según Wallon en los estadios ulteriores la motricidad va a cumplir un doble papel, por una parte se convierte en instrumento de diversas tareas, y por otra, es el mediador de acción mental.

Arnold Gesell

Arnold ha tenido gran influencia en los estudios normativos sobre el desarrollo motor de los niños, niñas. Para este autor la maduración es el mecanismo interno a través del cual se consigue progresar en las distintas áreas de la conducta, destacando como:

Conducta adaptativa.

Conducta social.

Conducta motriz.

Conducta verbal.

En fin, destaca la relevancia de los procesos internos madurativos en el desarrollo psicomotor. Demostrando el grado de independencia entre el dominio del comportamiento y afirmando que la conducta motriz tiene implicaciones neurológicas. También hace énfasis en que esa conducta o capacidad motriz del niño, niña, constituye el punto natural de partida de la estimulación y de la maduración.

Según BEE (1977), de los conceptos madurativos de Gesell se desprenden unos principios:

Principio de Direccionalidad

Principio de asimetría funcional.

Principio de fluctuación auto reguladora.

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.

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.

N.c. Kephart

Kephart hace énfasis en la importancia de los aprendizajes motores y sensoriales del niño enfrentado con los aprendizajes escolares. Tomando en cuenta:

Plano filogenético, donde el sistema nervioso alcanza tal grado de complejidad que permite una flexibilidad de las respuestas adaptativas a su biosfera.

La influencia tecnológica, no le permite al niño desarrollar plenamente su motricidad, ya que esta absorbe la mayor parte de su tiempo, restringiendo a éste la posibilidad de realizar actividades motrices, las cuales son fundamentales para su desarrollo intelectual.

Kephart, insiste sobre la importancia de la adquisición de una estructura mental y neurofisiológica para conseguir un conjunto de aprendizajes que conlleven un equipo de respuestas, experiencias y adiestramientos implicados para lograr el éxito escolar.

Propone para evaluar los aspectos del desarrollo infantil, una escala graduada que permite observar:

Las aptitudes motrices globales.

Los factores perceptuales.

Las transposiciones espacio-temporales.

Las percepciones de las formas.

La estructura del espacio.

Lev Vigotsky

Este autor hace énfasis:

La interacción social, en donde el conocimiento es un proceso de interacción entre el sujeto y el medio socio- cultural.

El lenguaje, como una herramienta necesaria para llevarse a cabo el conocimiento, el cual va a permitir el control de las acciones.

Existencia de dos funciones mentales: las inferiores (innatas) determinadas genéticamente y las superiores (adquiridas culturalmente), mediante la interacción social.

El proceso de mediación, el cual va a permitir llevar al individuo de su desarrollo real a su desarrollo potencial o zona próxima, se da mediante la interacción social.²

2.2. Categorías de análisis teórico conceptual

El atletismo y sus fundamentos básicos

El atletismo es la forma organizada más antigua de deporte y se viene celebrando desde hace miles de años. Las primeras reuniones organizadas

²propei5inicial.wikispaces.com/*+SINTESIS+DE+LAS+TEORÍAS+Y+M...

de la historia fueron los Juegos Olímpicos, que iniciaron los griegos en el año 776 a.c. Durante muchos años, el principal evento Olímpico fue el Pentatlón, que comprendía lanzamientos de disco y jabalina, carreras pedestres, salto de longitud y lucha libre. Otras pruebas, como las carreras de hombres con armaduras, formaron parte más tarde del programa. Los romanos continuaron celebrando las pruebas olímpicas después de conquistar Grecia en el 146 a.c. En el año 394 de nuestra era, el emperador romano Teodosio abolió los juegos. El atletismo adquirió posteriormente un gran seguimiento en Europa y América. En 1896 se iniciaron en Atenas los Juegos Olímpicos, una modificación restaurada de los antiguos juegos que los griegos celebraban en Olimpia. Más tarde, los juegos se han celebrado en varios países a intervalos de cuatro años, excepto en tiempo de guerra (años 1916, 1940 y 1944). En 1913 se fundó la Federación Internacional de Atletismo Amateur (IAAF). Con sede central en Montecarlo, la IAAF es el organismo rector de las competiciones de atletismo a escala internacional, estableciendo las reglas y dando oficialidad a los récords obtenidos por los atletas

Material reglamentario de atletismo

En todas las competiciones internacionales, el material utilizado deberá cumplir las especificaciones definidas oficialmente para el mismo por la IAAF.- Todo este material será suministrado por los organizadores de la competición. Ningún atleta podrá utilizar otro material, excepto las pértigas

y los tacos de salida, que podrán pertenecerle, siempre que resulten conformes a las especificaciones estipuladas en el reglamento

La salida de todas las carreras se efectuara al disparo de una pistola u otro aparato similar, tirando al aire, pero no antes de que todos los competidores se hallen absolutamente inmóviles En sus puestos.- A la voz de " ¡A sus puestos!" o de " ¡Listos!", según sea el caso, todos los competidores deberán tomar rápidamente, sin dilación alguna, su plena y definitiva posición de partida. El dejar de cumplir esta voz de mando después de un tiempo razonable, constituirá una salida falsa.Si un competidor, después de la voz de " ¡A sus puestos!", molesta a los otros participantes en la carrera, haciendo ruido o de otra manera, puede considerársele que ha cometido una salida falsa. Si un competidor inicia su movimiento de salida después de haber adoptado su posición definitiva de partida y antes de la detonación de la pistola, se considerara que ha habido una salida falsa. Todo participante que haga una salida falsa tiene que ser advertido. Si hace dos salidas falsas, o tres En el caso de Heptathlon o Decathlon, será descalificado. El Juez de Salidas o cualquiera de sus "Adjuntos", en cuya opinión la salida no fue correcta, hará volver a los competidores disparando la pistola.

La llegada: Los participantes serán calificados en el orden en que cualquier parte de su tronco (y no la cabeza, el cuello, los brazos, las piernas, las

manos o los pies) alcance el plano vertical del borde más próximo de la línea de llegada, tal como se ha defendido anteriormente.

Siempre cuando se habla de las características básicas del Atletismo y su importancia como el deporte base se recuerdan sus actividades primarias, correr saltar o lanzar como ejercicios que hemos realizados desde muy niños, se olvida que junto a ellas ha estado la caminata. El primero de los deportes universales que practicamos naturalmente sin tomar clara conciencia de ello, una recreación que podemos ejecutar a toda edad y que hace el mejoramiento de la condición física y mental.

Educación física. Definición, propósitos, áreas y fines

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 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:- Basquetbol.- Voleibol- Futbolito Deporte Individual:

- Atletismo- Natación- Gimnasia Recreación:- Juegos- Expresión cultural y social- Vida al aire libre

Marcha y carrera

MARCHA Y CARRERA, Durante la marcha se produce una sucesión de fases de doble apoyo y de apoyo monopodal, mientras que en la carrera desaparecen las fases de doble apoyo Y sólo se producen fases de apoyo monopodal y fases de vuelo. Durante la carrera y otras actividades

deportivas las fuerzas de reacción del suelo son de 2 a 10 veces mayores a las que se producen durante la marcha

Las fuerzas de reacción del suelo (fuerzas verticales, que son las de mayor magnitud, fuerzas anteroposteriores y fuerzas mediolaterales) pueden medirse con plataformas dinamométricas. En el choque de talón se produce un frenado, mientras que en el despegue del antepié hay un impulso, por ello los velocistas abordan el suelo con el antepié

Existen numerosas **técnicas** para el **análisis** de la marcha; análisis cinético (Plantillas instrumentadas, plataformas dinamométricas), análisis cinemático (**fotografía**, vídeo), análisis fisiológico (electromiografía, espirometría) etc.

Prueba de campo: Para poder entrenar eficazmente, el primer paso a dar es realizar una prueba de campo. Con ésta nos damos idea de la capacidad que se tiene en ese momento y a lo que debemos aplicarnos para mejorar. Pero una prueba de campo, para que sea verdaderamente útil, debe tener ciertas características. En el entrenamiento deportivo es fundamental planificar. Y dentro de lo que se planifica es muy importante lo que se realiza. Y de lo que se realiza aquello que se puede controlar, todo el aspecto cuantitativo. Para verificar de manera sistemática el proceso de entrenamiento se cuenta con varias formas de control del entrenamiento

que se agrupan en: Técnico metodológicas, Médico biológicas, Psicológicas

Un recurso del ámbito técnico metodológico para controlar el entrenamiento, de los varios procedimientos con que cuenta el entrenador, son las pruebas de campo. ¿Qué es una prueba de campo? Es un procedimiento realizado:

Bajo condiciones estandarizadas,

De acuerdo con criterios científicos,

Para la medición de una o más características delimitables empíricamente del nivel individual de la condición (Grosser y Starischka 1989).

El objetivo de la medición es una información lo más cuantitativa posible acerca del grado relativo de la manifestación individual de facultades motrices condicionales.

Lanzamiento de bala

DESCRIPCIÓN: El sujeto ubicado dentro de un espacio circular deberá enviar un móvil lo más lejos posible sin sobrepasarse de los límites del mismo

TAREA: Psicomotriz

ESPACIO: Estandarizado- único

Según la lógica interna de los deportes:

OBJETIVO MOTOR: Situar un móvil en una meta y/o evitarlo

SUBOBJETIVO MOTOR: Ejecutar y/o evitar acciones de precisión

GESTUALIDAD: Con la mano

ESPACIO: Circulo de lanzamiento, espacio de caída de la bala
estandarizado -único

TIEMPO: Indeterminado

COMUNICACIÓN: Oposición

REGLAMENTO: El cuerpo debe girar y extenderse totalmente para sí poder
despegar la bala de la clavícula y lanzar la bala con la extensión del brazo

Desarrollo de la tarea

ESTRATEGIA: Hacer un ritmo continuo entre la posición de balanza, la
patada, el giro, la extensión, y el empuje

ROL ESTRATÉGICO: El que lanza el objeto

SUBROL ESTRATÉGICO: Lanzar, girar.

MATERIAL: Bala de acero

Salto en alto

DESCRIPCIÓN: Luego de una previa carrera hacia una barra suspendida en el altímetro a la cual hay que superarla en alto por arriba sin tocarla ganando el competidor que llegue al pasar la barra en una máxima altura provista de antemano.

TAREA: Psicomotriz

ESPACIO: Estandarizado- único

Según la lógica interna de los deportes:

OBJETIVO MOTOR: Ejecutar y/o evitar superaciones espaciales

SUBOBJETIVO MOTOR: Reproducir y/o evitar modelos espaciales

GESTUALIDAD: Con las piernas

ESPACIO: Espacio de carrera previa, colchón de caída (estandarizado – único)

TIEMPO: Indeterminado

COMUNICACIÓN: Oposición

REGLAMENTO: Al pasar la barra esta no podrá ser tocada con ninguna parte del cuerpo

Desarrollo de la tarea

ESTRATEGIA: Adquirir velocidad en la carrera para luego traducir la misma en fuerza de impulso para el salto

ROL ESTRATÉGICO: El que ejecuta el salto

SUBROL ESTRATÉGICO: Desplazarse, saltar, arquearse, caer.

MATERIAL: Barra, altímetro, colchón de caída

PRUEBAS DE PISTA: 100 m.200 m.400 m.800 m.1,200 m.1,500 m.1 milla2,000 m.3,000 m.5,000 m.10,000 m.20,000 m.25,000 m.30,000

m.3,000 con obstáculos (Steeplechase)100 m. con vallas femenil110 m. con vallas varonil400 m. con vallas4x100 relevos4x200 relevos4x400 relevos4x800 relevos.

PRUEBAS DE CAMPO: Salto de altura Salto de longitud Triple salto, Salto de pértiga (garrocha) Lanzamiento de peso (bala) Lanzamiento de disco Lanzamiento de jabalina Lanzamiento de martillo También hay pruebas especiales como la Marcha, el Maratón, Decatlón y el Heptatlón (estas últimas dos incluyen pruebas de pista y de campo).

Carreras de velocidad

Semifinal de 100 m en el Campeonato del Mundo de Sevilla 99, con Marion Jones, Debbie Ferguson, Christine Arron, Zhanna Tarnopolskaya-Pintusevich, Andrea Philipp y Lauren Hewitt

Posiciones de una salida de velocidad, desde los tacos, y sus voces.

Las carreras de velocidad consisten en correr lo más rápido posible una distancia predeterminada: 60, 100, 200 o 400 metros lisos. En el atletismo las carreras más cortas son las carreras de velocidad, las distancias reconocidas oficialmente son en pista cubierta sobre distancias de 50 y 60 metros y al aire libre sobre 100, 200 y 400 metros. Es frecuente también realizar carreras sobre 300 metros y excepcionalmente se hacen carreras

sobre otras distancias con otros sistemas de medición, como por ejemplo yardas.

En este tipo de carreras, el atleta en la salida se encuentra semiincorporado, en unos apoyos fijados a la pista denominados tacos, así los corredores traccionan empujando los pies contra los tacos de salida (o block de salida), diseñados especialmente para sujetar al corredor colocados detrás de la línea de salida. Al sonido del disparo del juez de salida se lanza a la pista y corre a la máxima velocidad hacia la línea de meta, siendo fundamental una salida rápida.

Carreras de media distancia

Las carreras de media distancia o de medio fondo son un tipo de prueba de atletismo, que consisten en correr distancias que van desde los 800 metros hasta los 3000 metros, siendo únicamente oficiales en los Juegos Olímpicos las de 800 y 1500 m. Por su relación de distancia (el 1500 casi dobla al 800), poca relación tienen en realidad estas carreras, y los atletas suelen especializarse en una o en otra, siendo poco frecuentes aquellos que compiten en ambas.

El tipo de esfuerzo requerido (mitad velocidad, mitad resistencia) hace muy duras estas pruebas, especialmente la de 800 m, que es una carrera muy rápida, pero con un punto de táctica y aguante, que deja poco para la táctica

de carrera. Las velocidades que hay que mantener suponen una gran dificultad para el corredor amateur en su inicio en estas pruebas, siendo mucho más popular las carreras de larga distancia (o fondo).

De romper esa monotonía se encargó el ruso Borzakovsky en Atenas 2004, remontando 5 puestos en 400 metros, privando a la plusmarca Wilson Kipketer de su ansiada medalla olímpica de forma definitiva.

Las carreras de vallas son carreras de velocidad en la que los competidores deben superar una serie de barreras de madera y metal (o plástico y metal) llamadas vallas. Las carreras de vallas al aire libre son las más populares. Para la categoría masculina (rama varonil) existen los 110 metros con vallas, y para la femenina los 100 metros con vallas, las cuales se recorren con las denominadas vallas altas. También existen los 400 metros con vallas, con vallas más bajas. En pista cubierta se suelen correr los 60 metros con vallas, también con vallas altas. Habrá diez vallas en cada calle (en pista cubierta 5) y el borde de la traviesa más cercano a la línea de salida deberá coincidir con la marca en la pista. Esta traviesa deberá estar pintada con franjas blancas y negras o de colores que contrasten. Los atletas deberán permanecer en su calle durante toda la carrera y franquear cada valla. Un atleta podrá ser descalificado sino franquea una vallapasa el pie o la pierna por debajo del plano horizontal superior de una valla, en cualquier momento del franqueo.

Franquea una valla que no esté en su calle

Derriba intencionadamente una valla, decidido por el Juez Árbitro

Por lo demás, derribar vallas no descalifica a un atleta ni impide que consiga un récord o marca válida.

Las vallas no deben pesar menos de 10 kg, y están dotadas de unos contrapesos, de forma que para derribarlas haya que aplicar una fuerza horizontal de entre 3.6 y 4 kg. Los contrapesos son móviles para ajustarlos a cada altura de valla, de manera que a la valla más alta corresponde el contrapeso más alejado de la base.

Salto de longitud es una prueba del actual atletismo consistente en recorrer la máxima distancia posible en el plano horizontal a partir de un salto tras una carrera. La carrera previa debe realizarse dentro de un área existente para ello, que finaliza en una tabla de batida que indica el punto límite para realizar el impulso. La caída tiene lugar sobre un foso de arena. La distancia del salto se mide desde la tabla de batida hasta la marca más retrasada sobre la arena hecha por cualquier parte del cuerpo del atleta, y consta de cuatro partes: carrera, impulso, vuelo y caída.

Los competidores realizan tres saltos cada uno y los ocho mejores pasan a la siguiente ronda de otros tres saltos. Siempre se tiene en cuenta el salto más largo. En caso de empate ganará, entre los dos atletas, el que haya realizado el segundo salto más largo.

En atletismo, las carreras de relevos o postas son pruebas para equipos de cuatro componentes en las que un corredor recorre una distancia determinada, luego pasa al siguiente corredor un tubo rígido llamado testigo o estafeta y así sucesivamente hasta que se completa la distancia de la carrera. El pase del testigo se debe realizar dentro de una zona determinada de 20 metros de largo y sin que el mismo caiga al suelo.

Las distancias olímpicas son 4Ã-100 m y 4Ã-400 m. También son oficiales las de 4Ã-200, 4Ã-800 y 4Ã-1500 m.

La técnica básica de la carrera de relevos sería la de recibir y entregar a mano cambiada. El primer relevista saldrá con el relevo en la mano derecha, corriendo por el interior de la curva. Su compañero le esperará al final de la primera curva en la parte derecha de la calle. El corredor que entrega este primer relevo avisará con un "YA" a su compañero que está corriendo por la zona, cuando se sitúe a unos dos metros y medio, señal que servirá a su compañero para que lleve su brazo hacia atrás para recibir el testigo. El corredor que entrega el testigo depositará él mismo sobre la mano de su compañero que estará bien extendida hacia atrás. El receptor, con un movimiento rápido de muñeca llevará el testigo hacia delante.

Lanzamiento de bala: el reglamento

Los lanzamientos atléticos comparten varios aspectos reglamentarios. En primer lugar, y como es lógico, en todos gana el atleta que lanza más lejos, y siempre se tiene en cuenta el mejor lanzamiento. ¿Cuántos intentos tienen un lanzador? Cada lanzador tiene seis intentos, salvo que haya 9 o más atletas. En ese caso todo harán tres lanzamientos y, clasificación mediante, los ocho mejores tendrán tres intentos más.

Hasta aquí, algunas cuestiones que comparten los cuatro lanzamientos.

Vamos ahora a los aspectos específicos del lanzamiento de bala o "peso", como también se lo conoce en otros países.

El lanzamiento se realiza desde dentro de un círculo de material o concreto rodeado por un aro metálico. Una línea imaginaria cruza por su diámetro dividiendo la parte anterior de la posterior. A su vez, un par de líneas se dibujan a los costados del círculo sobre la extensión del diámetro, para referencia del atleta.

La parte anterior del círculo presenta una tabla o muro de contención cuya finalidad es servir de freno al lanzador, para evitar el nulo. Finalmente,

desde el centro del círculo y hasta unos 30 metros hacia adelante se extienden 2 líneas marcando un ángulo que delimita la zona de caída.³

SISTEMATIZACIÓN DE LA FORMACIÓN DEPORTIVA

Si somos conscientes de la importancia que posee el desarrollo de actividades deportivas en el ámbito escolar, hemos de tener en cuenta que, la adquisición de una correcta aptitud deportiva, tan sólo se conseguirá si somos capaces de planificar dentro del ámbito escolar un proceso de trabajo adecuado y razonado desde todos los puntos de vista.

Para llevar a cabo el establecimiento de un plan de actuación, que satisfaga completamente los diversos objetivos educativos y la consecución de una óptima aptitud deportiva, hemos de tener en cuenta una serie de aspectos fundamentales, tales como:

1. Requisitos esenciales que demanda de forma general la práctica de cualquier disciplina deportiva.
2. Requisitos esenciales que demanda de forma específica una determinada actividad deportiva.
3. Características madurativas de nuestros alumnos.
4. Objetivos principales que hemos de satisfacer.

³Mayo 7, 2009 de Eric Vallodoro

5. Consideración de las características del contexto en el cual desarrollamos nuestra labor docente.⁴

Teniendo en mente todas y cada una de estas premisas, podemos dividir el proceso de formación deportiva en las siguientes fases:

1. Formación de base predeportiva (3-7 años).
2. Iniciación deportiva escolar (7-10 años).
3. Especialización deportiva (10-13 años).
4. Rendimiento deportivo (13-18 años).

Del mismo modo, hemos de hacer ciertas consideraciones en relación a las diferentes formas de abordar el proceso de iniciación deportiva en el niño, según se lleve a cabo dentro o fuera del ámbito escolar.

Todos somos conocedores de la importancia que posee para el desarrollo de cualquier disciplina deportiva la consecución de una serie de cualidades funcionales que contribuyan a mejorar la eficacia de realización. En este sentido, antes de comenzar a abordar el tratamiento de las diferentes habilidades específicas que definen a los deportes, hemos de atender en gran medida a toda esta serie de factores, que constituirán una base o pilar esencial sobre la que se asiente nuestro trabajo deportivo.⁵

⁴DIEM, L. (2009). El deporte en la infancia. Paidós. Buenos Aires.

⁵SÁNCHEZ BAÑUELOS, F. (2004). Bases para una didáctica de la educación física y el deporte. Gymnos. Madrid.

Entre los factores a desarrollar más importantes e inexcusables en una formación deportiva completa se pueden encontrar:

1. Desarrollo adecuado de las habilidades básicas.

En la mayoría de las disciplinas deportivas, son demandadas en gran medida todas las habilidades básicas fundamentales: correr, saltar, trepar, rodar, equilibrarse, etc. Del mismo modo, el grado de solicitud de las mismas, va a poseer un alto grado de exigencia, que llevará implícita la necesidad imperiosa de haber conseguido un desarrollo maduro y eficaz de las mismas, que sirva de soporte para la ejecución introducción de las diferentes habilidades específicas.

2. Adecuados índices de percepción espacio-temporal.

La eficacia en el desarrollo de las distintas acciones deportivas va a depender en gran medida, del grado de conocimiento espacial y sus relaciones temporales dentro del contexto en el cual se desenvuelva el niño. Conocer a la perfección la relación espacial que guardan los diversos integrantes dentro de una situación deportiva, percibir e intuir con claridad las trayectorias descritas por móviles en el espacio, tener integradas respuestas de anticipación y coincidencia, le van a permitir poder resolver tareas en función de la ocupación eficaz que lleve a cabo de los diferentes espacios.

Del mismo modo, esta circunstancia exige un profundo conocimiento de las propias posibilidades que poseemos.

3. Buena coordinación general y segmentaria.

Para solucionar con eficacia las diferentes situaciones que se plantean en el ámbito deportivo, es fundamental que los programas motores que el sujeto diseña, estén adecuados a las demandas de cada tarea, en función de la información que recibe del exterior (exteroceptiva) y del interior (propioceptiva). Sin embargo, aunque dicho programa sea preciso, es necesario de forma primordial que los distintos sistemas efectores realicen el movimiento bajo las premisas marcadas. La correcta adecuación entre nuestro pensamiento y la acción, va a determinar que el desarrollo de las acciones sea fluido, económico y eficaz. En este sentido, para una correcta formación deportiva, es fundamental desarrollar un trabajo importante de coordinación general (cuerpo globalmente en movimiento eficaz y económico) y segmentaria (adecuación de nuestros estímulos perceptivo-visuales a los movimientos de las diferentes extremidades).

4. Integración del esquema corporal.

Todos somos conscientes que, para llevar a cabo la realización de cualquier actividad motriz, se produce de forma momentánea una imagen mental de nuestro cuerpo ejecutando dicha acción. Esta imagen mental, es

fundamental que se establezca y beneficiará en gran medida la resolución motriz de la acción.

Pero hemos de tener en cuenta que, para generar dicha imagen, hemos de haber experimentado los diversos movimientos que dan lugar en su conjunto a la acción deseada; y del mismo modo, tener integrado en mi mente las diversas partes que constituyen mi cuerpo. Por tanto, será importantísimo que se lleve a cabo una correcta integración del esquema corporal inicialmente de forma estática, para pasar posteriormente a integrar dicho esquema de forma dinámica. En este sentido, hemos de decir que, el grado de asimilación de nuestra imagen corporal, vendrá dado por el frecuente uso que llevemos a cabo del mismo. Cuanta más experiencia motriz posea el sujeto, mayores serán sus posibilidades de realización de diferentes acciones.

Los pasos que hemos de seguir para integrar adecuadamente el esquema corporal pasan por asimilar cada uno de los segmentos corporales a través de situaciones de uso de dichos segmentos, para después proseguir mediante la consolidación de una gran cantidad de imágenes de su cuerpo en movimiento.

5. Afianzamiento de la lateralidad.

En la mayoría de disciplinas deportivas se exige que el sujeto domine de forma eficaz al menos alguno de sus segmentos corporales, persiguiéndose en la medida de lo posible, que pueda utilizar de forma eficiente los diferentes segmentos sin menoscabo en el rendimiento. Esta circunstancia pasa por un adecuado proceso de lateralización. Como sabemos, existe una dominancia a la hora de emplear nuestros segmentos corporales, que viene dada por un proceso madurativo del sistema nervioso.

Hemos de conseguir en primera instancia descubrir cuáles son las tendencias naturales de uso por parte del sujeto, y a partir de aquí, reforzar intensamente la ejecución efectiva de dicho segmento. Una vez logrado un perfecto empleo del segmento en cuestión, nos podremos plantear un proceso de aprendizaje que optimice la utilización del segmento no dominante, circunstancia que puede ser harto beneficiosa para el éxito deportivo.

Todas las condiciones que acabamos de ver anteriormente se constituyen en pilares esenciales para que se lleve a cabo una correcta formación deportiva, y deben ser aseguradas fundamentalmente a lo largo del período infantil y durante el primer ciclo de Enseñanza Primaria, constituyendo lo que podemos denominar.

Formación de Base Pre-deportiva(3-7 años).

A partir de este momento, y cuando dichas bases estén completamente aseguradas, hemos de comenzar la segunda de las etapas en el proceso de formación deportiva del alumno, que constituye la Iniciación Deportiva propiamente dicha, que debería iniciarse mediado el segundo ciclo de Enseñanza Primaria y desarrollarse a lo largo de todo el período restante de Primaria (7-10 años). Dentro del período de iniciación deportiva, hemos de distinguir claramente los objetivos diferenciados que se siguen por un lado dentro del ámbito escolar, y por otro, fuera del contexto que supone una situación educativa (club deportivo).

1. Iniciación deportiva en el contexto escolar (7-10 años).

Para el desarrollo de una correcta iniciación deportiva dentro del ámbito escolar, hemos de cumplir los siguientes requisitos:

1. Efectuar un trabajo rudimentario de las técnicas que dan soporte a las diferentes disciplinas deportivas abordadas.

Supone llevar a cabo un trabajo de base, incidiendo sobre las diferentes habilidades específicas que constituyen los cimientos fundamentales de cada deporte, sin hacer hincapié en refinamientos ni perfecciones de ejecución, y abordando la práctica desde una situación muy globalizada.

2. Desarrollar una formación multidisciplinar completa.

Significa que hemos de abordar la actividad deportiva incidiendo en la variedad de disciplinas que más atractivo y motivación despierten en los alumnos que tenemos bajo nuestra tutela. De este modo, se podrá evitar la circunstancia de encontrar alumnos desmotivados debido a su ineficacia en una determinada disciplina, y se dará oportunidad para que conozcan varios deportes y pueda elegir en función del grado de dominio que muestre en cada uno de ellos. Por otro lado, contribuiremos a que se lleve a cabo una formación bastante completa que sigue siendo uno de los objetivos principales en este rango de edad.

3. Trabajo multilateral.

Hemos de huir en esta fase de toda tentación que pretenda especializar al niño dentro de un puesto específico por sus condiciones físicas. No hemos de olvidar en ningún momento que estamos asentando las bases esenciales de formación deportiva, y el niño debe de realizar todas las acciones que se derivan de situaciones de juego diferentes. Si atendemos a la multilateralidad inicialmente, podremos conseguir que nuestros deportistas acumulen el día de mañana una gran cantidad de recursos de actuación, que carecerían si no se hubiese incidido en el momento oportuno.

4. Empleo de formas jugadas.

Para el desarrollo e introducción de las diferentes técnicas básicas deportivas no hemos de abordar el trabajo desde una perspectiva puramente analítica y estructurada donde prevalezca la monotonía. Hemos de hacer que la actividad deportiva atraiga al niño por su alto grado de componente lúdico, donde partiendo de la globalidad y las situaciones jugadas, el niño descubra la necesidad de ir ejecutando gestos que son esenciales para resolver con éxito las diferentes situaciones de juego.

Recomendamos que la mayor cantidad de trabajo técnico sea abordado desde la propia situación de juego deportivo y se abandonen las tendencias de una metodología arcaica, que tan sólo contribuye al abandono del niño por desmotivación y aburrimiento. El niño posee unos grandes deseos de jugar.

¡Aprovechemos esta situación!

5. No centrarnos en un intenso trabajo físico.

Desde el punto de vista de una correcta formación deportiva, en este período se nos ofrece una oportunidad fundamental para aprovechar la gran capacidad de aprendizaje que posee el niño. Es el momento en el cual se produce la maduración completa del sistema nervioso, la plasticidad del

niño es absoluta y presenta un gran desarrollo de todo el conjunto de analizadores ópticos. Desde el punto de vista de su constitución física, se presenta una fase de estabilidad y equilibrio corporal que contribuye decisivamente a favorecer cualquier aprendizaje deportivo.

Desde el punto de vista de la preparación física, hemos de atender a dar prioridad al volumen de trabajo sobre la intensidad. Además, el volumen de actividad física debe presentarse a través del desarrollo de ejercicios técnicos de las diferentes actividades deportivas que se practiquen.

2. Iniciación deportiva fuera del contexto escolar (7-10 años).

La iniciación deportiva abordada fuera del ámbito escolar, viene representada por la intervención de los diferentes clubes deportivos durante el proceso de captación que llevan a cabo para la constitución de las diferentes categorías que los conforman.

Hemos de tener en cuenta que, tanto dentro como fuera del ámbito escolar, se han de seguir prácticamente los mismos pasos que hemos señalado anteriormente. Sin embargo, uno de los puntos principales que han de separar a ambas concepciones a la hora de abordar el trabajo, es el hecho de que en el ámbito escolar se debe atender en mayor medida al fenómeno de la multidisciplinaridad, ya que no se persigue la formación completa del niño en ninguna disciplina deportiva en concreto. Por otro lado, dentro de

la dinámica que se sigue en los clubes deportivos, es más interesante en esta fase centrar al niño en el desarrollo de todas las técnicas rudimentarias que definen a una determinada disciplina deportiva; y cuando se habla de multidisciplinaridad, se debe considerar teniendo en cuenta el llamado proceso de transferencia, incidiendo así en todas aquellas disciplinas deportivas que influirán positivamente en el deporte que queremos trabajar en concreto. Una relación de trabajo idónea en esta fase sería: 60% de trabajo centrado en el deporte escogido y 40% de trabajo centrado en deportes de clara transferencia.

Por otro lado, el trabajo multilateral, el empleo de formas jugadas y la reducida intensidad de trabajo físico deben respetarse por encima de todo.

3. Fase de Especialización Deportiva (10-13 años).

Esta fase, aunque vemos claramente que queda encuadrada dentro del tercer ciclo de Enseñanza Primaria, no debe ser considerada como objetivo de trabajo dentro del ámbito escolar; es decir, los contenidos de acción que caracterizan a esta fase deberán ser abordados desde una perspectiva fuera del ámbito escolar, mientras que durante el tercer ciclo de Primaria, hemos de proyectar las tareas que comenzaron en el segundo ciclo, siguiendo una progresión lógica de mejora y dificultad de las habilidades a aprender.

Por el contrario, fuera del ámbito escolar, se ha de tener en cuenta el cumplimiento de una serie de premisas, tales como:

1. Incidir sobre el aprendizaje de técnicas específicas del deporte en cuestión, extendiendo ahora el aprendizaje hacia aquellas tareas que suponen un cierto grado de dificultad de ejecución. Es decir, supone la práctica de todos aquellos gestos puntuales que perfeccionan a todas las técnicas básicas.

2. Seguir perfeccionando las técnicas rudimentarias que fueron adquiridas durante el período anterior, para favorecer el automatismo de las mismas y permitir de este modo centrarnos en el desarrollo de tareas a un mayor nivel de dificultad.

3. En este período, podemos comenzar a incluir un trabajo de técnica más centrado en aspectos analíticos que pueden ir desvinculados de formas lúdicas. Esta medida puede comenzar a ser llevada a cabo debido al hecho de que el niño ha adquirido ya una suficiente motivación por el deporte en cuestión, y a su vez, es plenamente consciente que para optimizar sus actuaciones es preciso en gran medida focalizar el trabajo en ciertos aspectos de ejecución.

4. Se produce una reducción del trabajo multidisciplinar, ejerciéndose una mayor intervención sobre el deporte en cuestión. La proporción adecuada

de intervención podría quedar situada en 80% de trabajo específico en el deporte en cuestión y 20% de trabajo multidisciplinar de transferencia.

5. Es la fase donde se puede comenzar a incidir en una especialización de roles en función de las características del individuo en los puestos específicos que definen posiciones en una determinada disciplina deportiva.

Esto va a ser posible teniendo en cuenta que el sujeto ya ha recibido una gran carga de trabajo general en fases anteriores.

6. Es el momento de poder incluir al niño en las competiciones regladas de carácter federativo, aunque ya poseerá una amplia experiencia en competiciones escolares y de otros ámbitos.

4. Etapa de rendimiento deportivo (13-18 años).

También esta fase queda completamente fuera del ámbito escolar, y sus objetivos y pretensiones fundamentales deben de ser:

1. Establecer un trabajo adecuado y minucioso de las diferentes cualidades físicas básicas que definen y determinan el rendimiento del deporte practicado. En este caso, volumen e intensidad deben ser alternados en función de la etapa de periodización en la cual nos encontremos inmersos.

2. Se lleva a cabo una especialización completa de tareas y de roles, donde el sujeto trabajará específicamente los movimientos y funciones propias del puesto específico que desarrolla durante el juego.

3. Se produce una reducción considerable del trabajo técnico rudimentario, y se establece un perfeccionamiento importante de las técnicas específicas del deporte en cuestión. Las mejoras técnicas tendrán su soporte en los incrementos conseguidos en condición física.

4. El trabajo desarrollado es claramente unilateral, y tan sólo son practicados otra serie de deportes como forma de descarga física y psíquica durante las fases de transición dentro de la periodización del trabajo anual.

Esperamos que toda esta serie de consideraciones desarrolladas sobre el deporte en el ámbito escolar y fuera del ámbito escolar, sirva de algún modo para mirar la actividad deportiva con otra perspectiva, desde la cual podamos enriquecer el proceso de formación de nuestros alumnos.⁶

⁶SINGER, R.N. (2006). El aprendizaje de las acciones motrices en el deporte. Hispano Europea. Barcelona.

2.3. Planteamiento de la hipótesis

2.3.1. Hipótesis general

Si masificamos el atletismo garantizaremos la formación deportiva de los estudiantes de la Escuela de Educación Básica Babahoyo en el año 2014.

2.3.2. Hipótesis específicas

Si masificación el atletismo garantizaremos la adquisición de las condiciones básicas deportivas de los estudiantes de la Escuela de Educación Básica Babahoyo.

Si masificación el atletismo garantizaremos la formación técnico – táctica deportiva de los estudiantes de la Escuela de Educación Básica Babahoyo.

2.4. Operacionalización de variables de la hipótesis

VARIABLE	CONCEPTUALIZACIÓN	CATEGORIAS	INDICADORES	ITEMS BÁSICOS	TÉCNICAS INSTRUMENTOS
Si masificamos el atletismo	Masificación Atletismo	Estrategias Aplicación Condiciones	-Aplicación -tipo de ejercicios -Formas de adaptación	-¿Se aplica ejercicios básicos del atletismo en clases? Si No A veces -¿Se realiza ejercicios de acuerdo a las necesidades de los estudiantes? Si No A veces -¿Los ejercicios que se realizan son de acuerdo a las capacidades? Si No A veces -¿Los ejercicios que se aplica son recreativos? Si No A veces -¿Los ejercicios que se aplica motiva a los estudiantes a su práctica del atletismo? Si No A veces -¿Los estudiantes que practican ejercicios básicos de atletismo mejoran la condición física? Si No A veces -¿Los estudiantes que practican ejercicios básicos de atletismo se motivan por mejorar su condición física? Si No A veces -¿Los estudiantes que realizan ejercicios básicos del atletismo, participan activamente en las clases? Si No A veces -¿Los estudiantes que practican ejercicios básicos de atletismo presentan problemas al realizar los movimientos? Si No A veces	ENCUESTAS A ESTUDIANTES DEPORTISTAS ENTREVISTA A DOCENTES ENTRENADORES,
Garantizaremos la formación deportiva de los estudiantes	Formación deportiva	Realización Capacidades Desarrollo Adquisición de habilidades	-Existencia de -Formas de realización -Tipos -Realización -Estado -Marcas -Metas		

CAPITULO III

3. DISEÑO METODOLÓGICO DE LA INVESTIGACIÓN

3.1. Metodología empleada

3.1.1.- Método Inductivo.- Va de lo particular a lo general. Es decir, partí 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.- Este proceso me permitió presentar conceptos, principios, reglas, definiciones a partir de los cuales, se analizó, se sintetizó, comparó, generalizó y demostró.

3.1.3.- Método descriptivo.- Fue utilizado en la descripción de hechos y fenómenos actuales por lo que digo: que este método situó en el presente.

No se redujo a una simple recolección y tabulación de datos a los que se acompaña, integro el análisis, reflexión y a una interpretación imparcial de los datos obtenidos y que permiten concluir acertadamente el trabajo.

3.2. Modalidad de la investigación.

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

De campo porque se realizan encuestas a estudiantes, docentes y autoridades de la institución. Y,

Documental porque recurrimos 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 y,

Explicativa, porque permite un análisis del fenómeno 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 la totalidad de la población de los 86 estudiantes de 7 a 10 años de edad, de la Escuela de Educación Básica Babahoyo 4 docentes y una autoridad.

3.4.2.- Muestra

Las encuestas se aplicarán a la muestra que es la totalidad de la población los 86 estudiantes de 7 a 10 años de edad, de la Escuela de Educación Básica Babahoyo 4 docentes y una autoridad.

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.

3.7.- Selección de recursos de apoyo

-) Video grabadoras
-) Filmadoras
-) Fichas bibliográficas
-) Fichas nemotécnicas

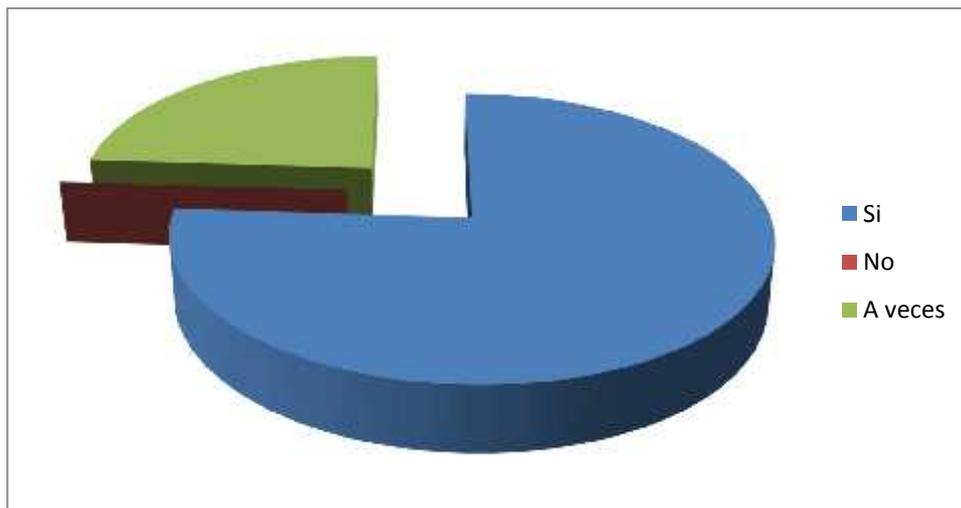
CAPÍTULO IV

4. ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE DATOS

4.1. Encuesta a los estudiantes deportistas

1).- ¿Se aplica ejercicios básicos del atletismo en clases?

Respuesta	#	%
Si	65	76
No	0	0
A veces	21	24
Total	86	100



Análisis

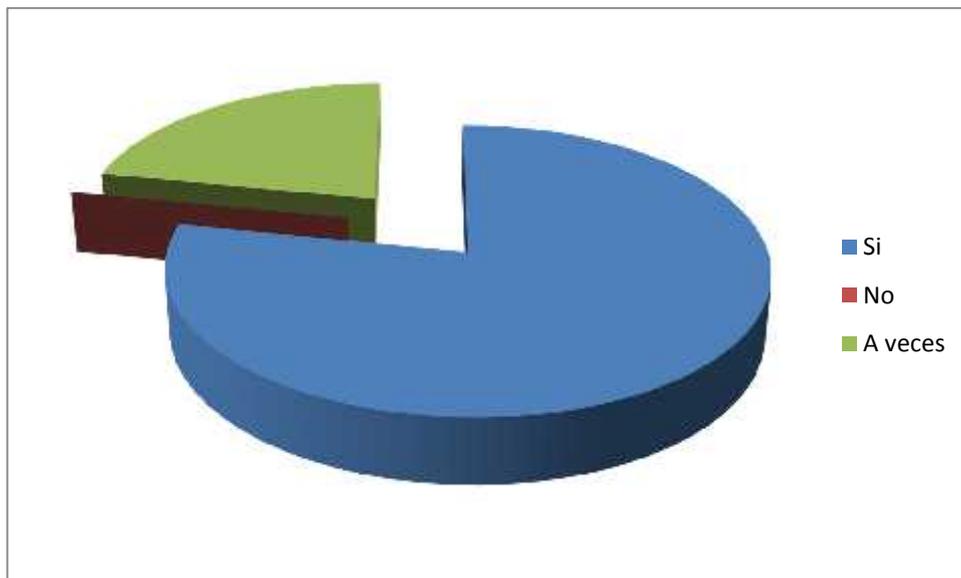
De la investigación realizada, el 76% manifiesta que se aplica ejercicios básicos del atletismo en clases, mientras que un 24% dice que solo a veces.

Interpretación

No todas las veces se aplica ejercicios básicos del atletismo en clases.

2).- ¿Se realiza ejercicios de acuerdo a las necesidades de los estudiantes?

Respuesta	#	%
Si	65	76
No	0	0
A veces	21	24
Total	86	100



Análisis

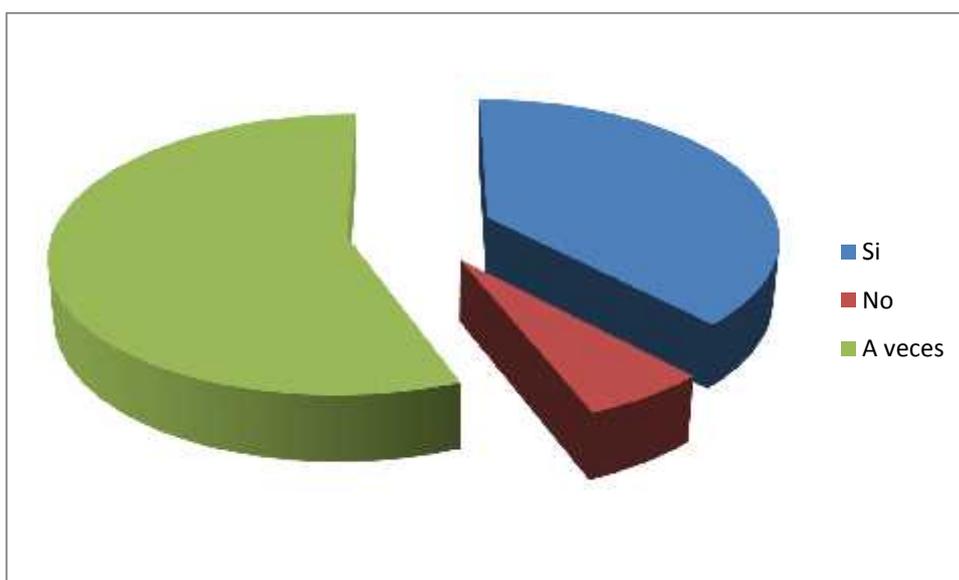
De la investigación realizada, el 76% manifiesta que se realiza ejercicios de acuerdo a las necesidades de los estudiantes, mientras que un 24% dice que solo a veces

Interpretación

No siempre se realiza ejercicios de acuerdo a las necesidades de los estudiantes.

3).- ¿Los ejercicios que se realizan son de acuerdo a las capacidades?

Respuesta	#	%
Si	33	38
No	5	6
A veces	48	56
Total	86	100



Análisis

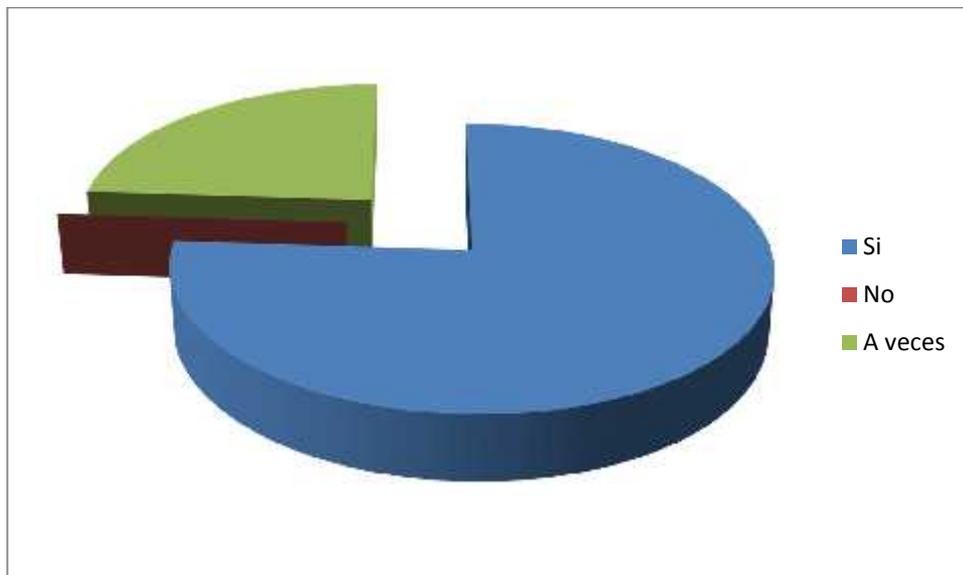
De la investigación realizada, el 38% manifiesta que los ejercicios que se realizan son de acuerdo a las capacidades, mientras que un 6% dice que no y un 56% dice que solo a veces.

Interpretación

Pocas veces los ejercicios que se realizan son de acuerdo a las capacidades.

4).-¿Los ejercicios que se aplica son recreativos?

Respuesta	#	%
Si	65	76
No	0	0
A veces	21	24
Total	86	100



Análisis

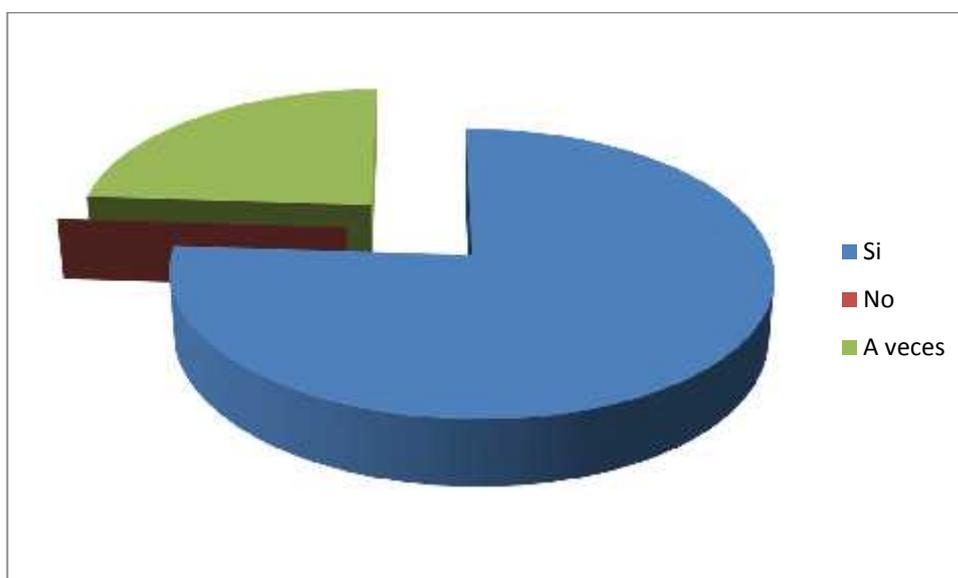
De la investigación realizada, el 76% manifiesta que los ejercicios que se aplica son recreativos, mientras que un 24% dice que solo a veces

Interpretación

No siempre se realiza ejercicios recreativos en clases.

5).-¿Los ejercicios que se aplica motiva a los estudiantes a su práctica del atletismo?

Respuesta	#	%
Si	65	76
No	0	0
A veces	21	24
Total	86	100



Análisis

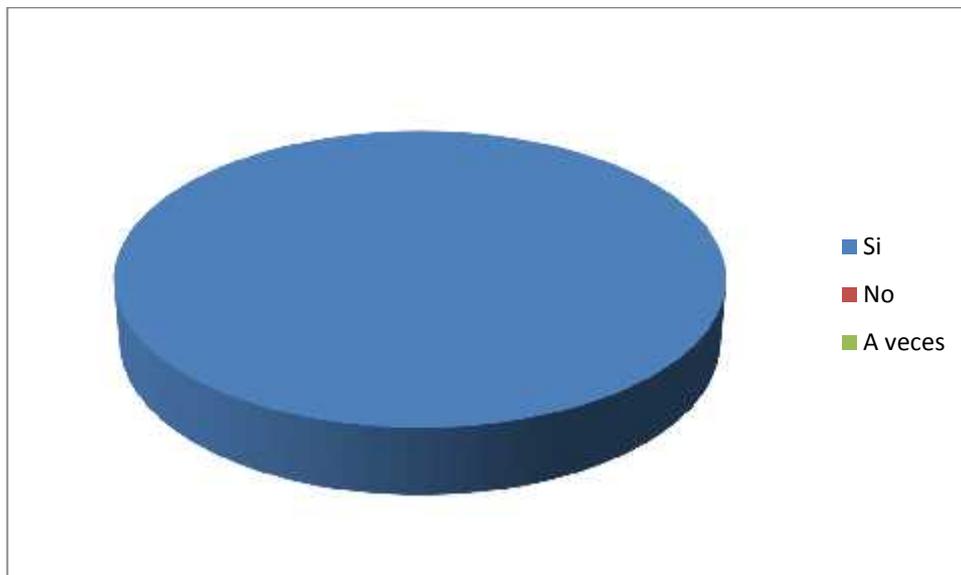
De la investigación realizada, el 76% manifiesta que los ejercicios que se aplica motiva a los estudiantes a su práctica del atletismo, mientras que un 24% dice que solo a veces

Interpretación

No siempre los ejercicios que se aplica motivan a los estudiantes a su práctica del atletismo.

6).-¿Los estudiantes que practican ejercicios básicos de atletismo mejoran la condición física?

Respuesta	#	%
Si	86	100
No	0	0
A veces	0	0
Total	86	100



Análisis

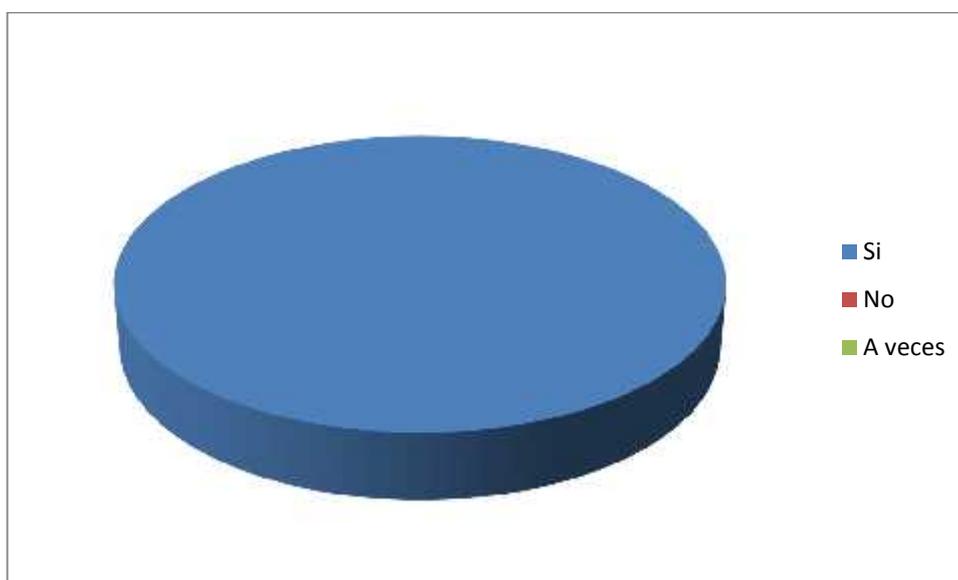
De la investigación realizada, el cien por ciento manifiesta que los estudiantes que practican ejercicios básicos de atletismo mejoran la condición física.

Interpretación

Los estudiantes que practican ejercicios básicos de atletismo mejoran la condición física.

7).-¿Los estudiantes que practican ejercicios básicos de atletismo se motivan por mejorar su condición física?

Respuesta	#	%
Si	86	100
No	0	0
A veces	0	0
Total	86	100



Análisis

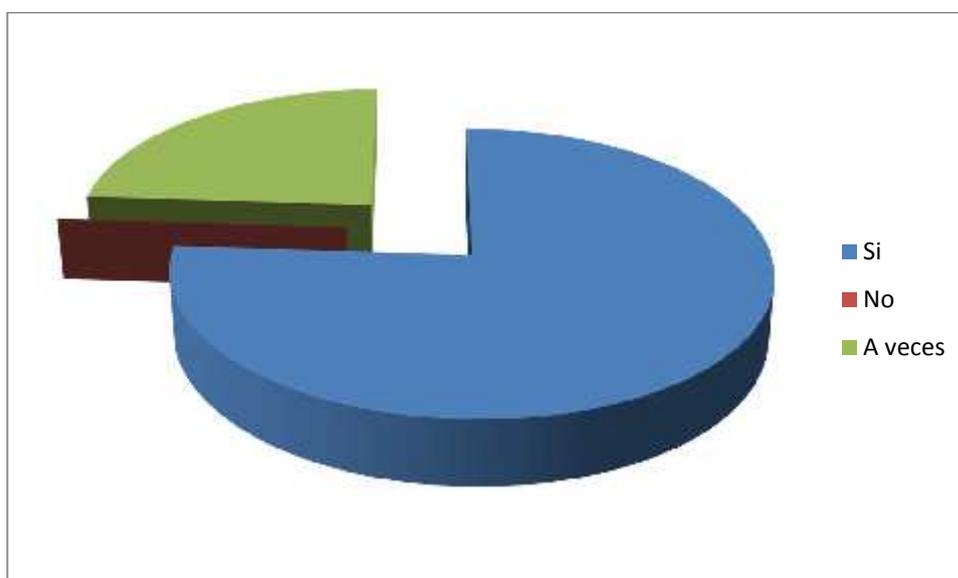
De la investigación realizada, el cien por ciento manifiesta que los estudiantes que practican ejercicios básicos de atletismo se motivan por mejorar su condición física.

Interpretación

Los estudiantes que practican ejercicios básicos de atletismo se motivan por mejorar su condición física.

8).-¿Los estudiantes que realizan ejercicios básicos del atletismo, participan activamente en las clases?

Respuesta	#	%
Si	65	76
No	0	0
A veces	21	24
Total	86	100



Análisis

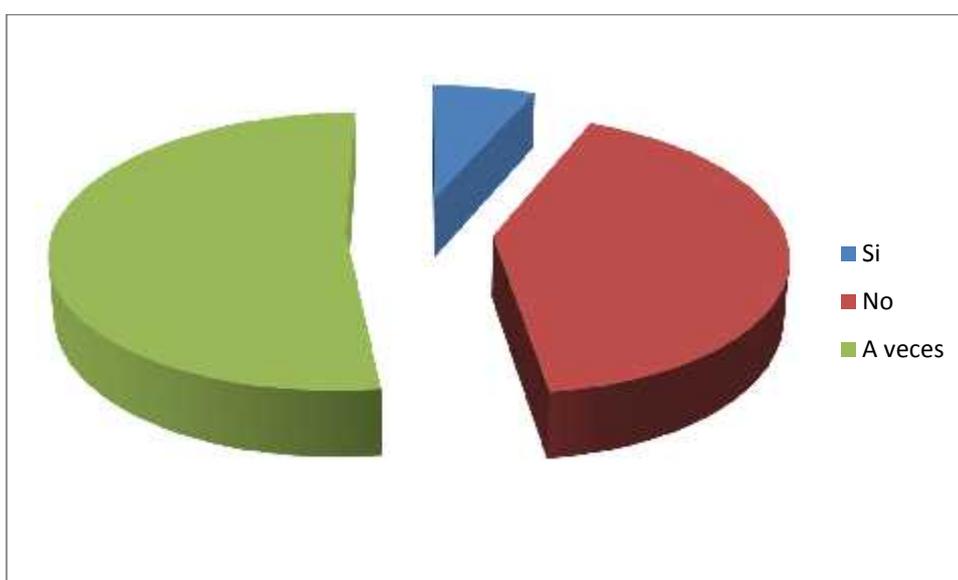
De la investigación realizada, el 76% manifiesta que los estudiantes que realizan ejercicios básicos del atletismo, participan activamente en las clases, mientras que un 24% dice que solo a veces

Interpretación

No siempre los estudiantes que realizan ejercicios básicos del atletismo, participan activamente en las clases.

9).-¿Los estudiantes que practican ejercicios básicos de atletismo presentan problemas al realizar los movimientos?

Respuesta	#	%
Si	5	6
No	33	38
A veces	48	56
Total	86	100



Análisis

De la investigación realizada, el 6% manifiesta que los estudiantes que practican ejercicios básicos de atletismo presentan problemas al realizar los movimientos, mientras que un 38% dice que no y un 56% dice que solo a veces

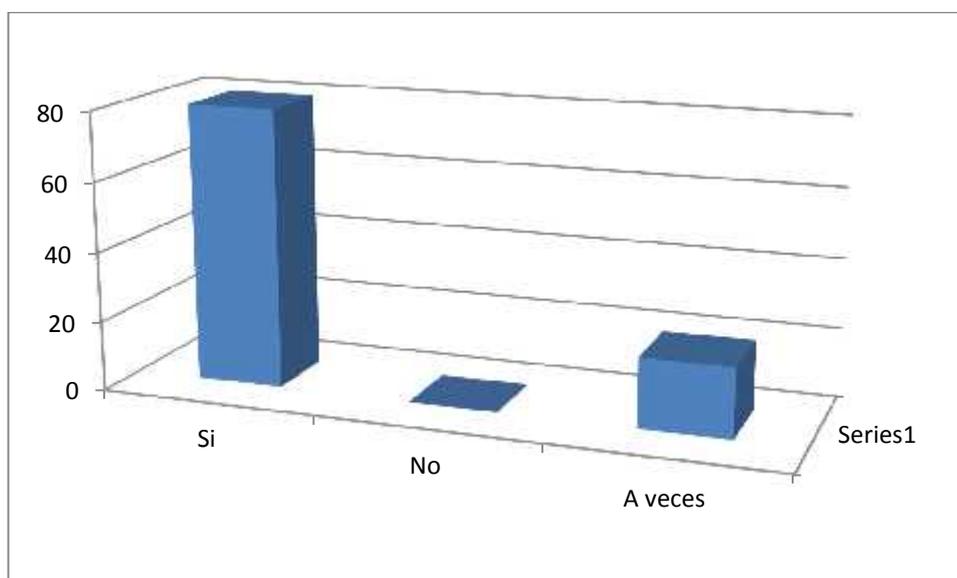
Interpretación

Son pocos los estudiantes que practican ejercicios básicos de atletismo presentan problemas al realizar los movimientos.

4.2. Entrevista dirigida a los docentes y autoridades

1).- ¿Se aplica ejercicios básicos del atletismo en clases?

Respuesta	#	%
Si	4	80
No	0	0
A veces	1	20
Total	5	100



Análisis

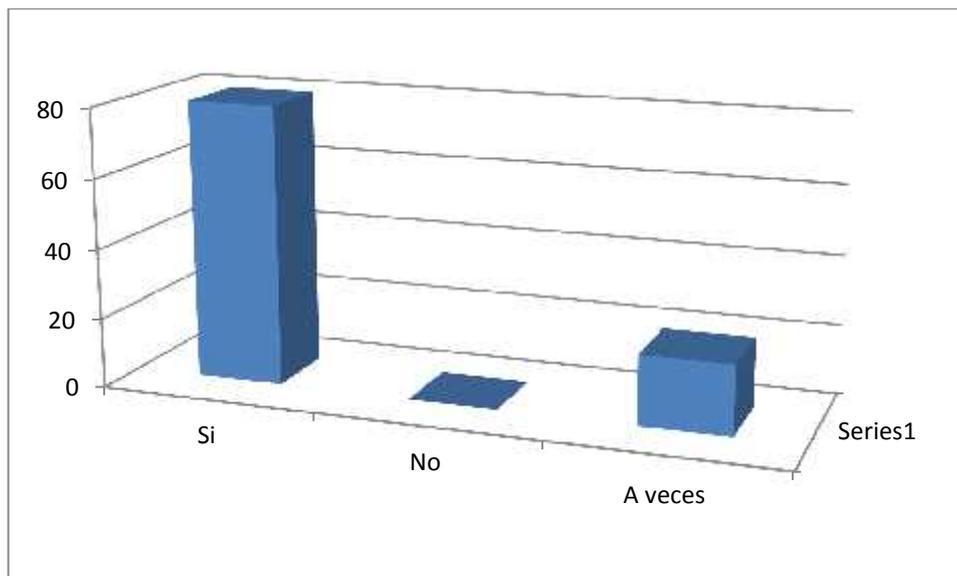
De la investigación realizada, el 80% manifiesta que se aplica ejercicios básicos del atletismo en clases, mientras que un 20% dice que solo a veces.

Interpretación

No todas las veces se aplica ejercicios básicos del atletismo en clases.

2).- ¿Se realiza ejercicios de acuerdo a las necesidades de los estudiantes?

Respuesta	#	%
Si	4	80
No	0	0
A veces	1	20
Total	5	100



Análisis

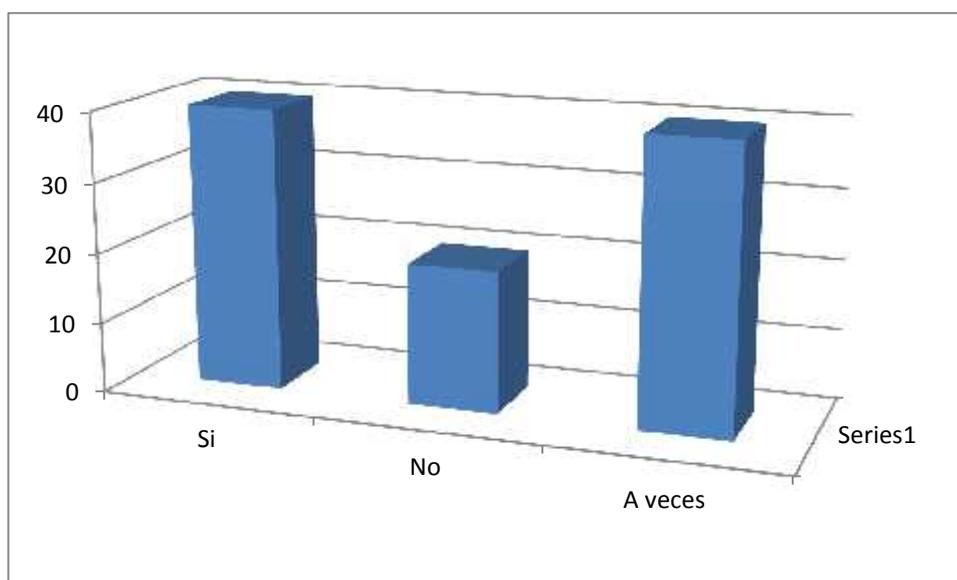
De la investigación realizada, el 80% manifiesta que se realiza ejercicios de acuerdo a las necesidades de los estudiantes, mientras que un 20% dice que solo a veces

Interpretación

No siempre se realiza ejercicios de acuerdo a las necesidades de los estudiantes.

3).- ¿Los ejercicios que se realizan son de acuerdo a las capacidades?

Respuesta	#	%
Si	2	40
No	1	20
A veces	2	40
Total	5	100



Análisis

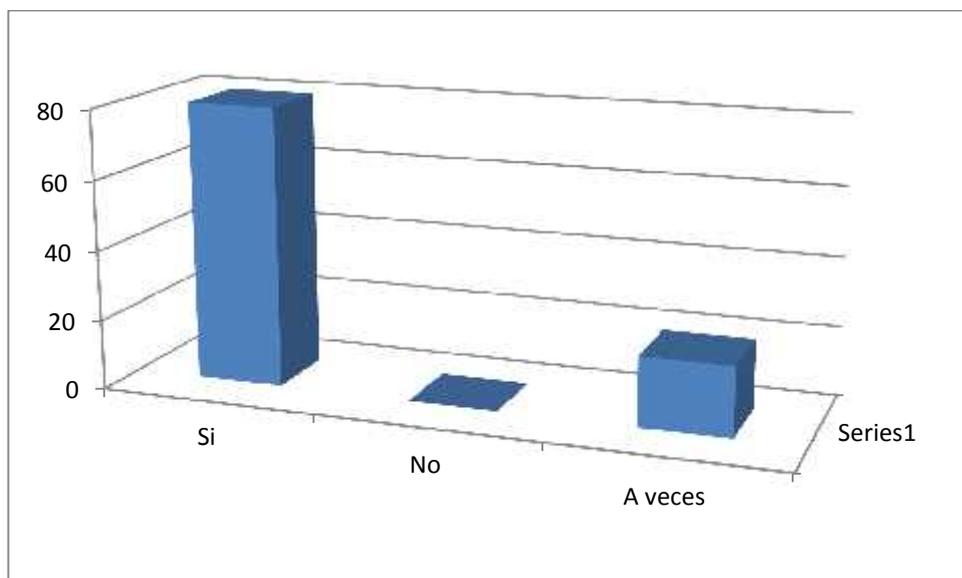
De la investigación realizada, el 40% manifiesta que los ejercicios que se realizan son de acuerdo a las capacidades, mientras que un 20% dice que no y un 40% dice que solo a veces.

Interpretación

Pocas veces los ejercicios que se realizan son de acuerdo a las capacidades.

4).-¿Los ejercicios que se aplica son recreativos?

Respuesta	#	%
Si	4	80
No	0	0
A veces	1	20
Total	5	100



Análisis

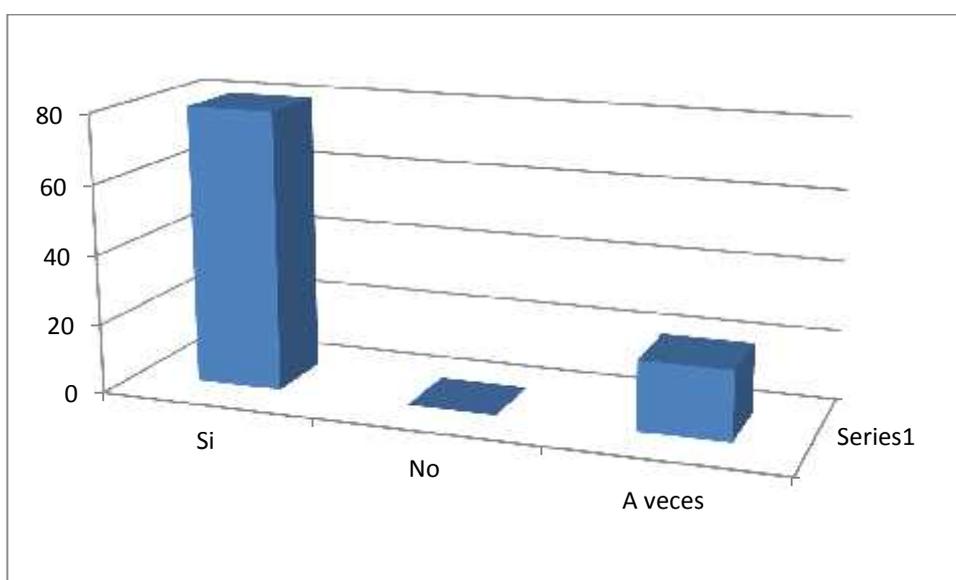
De la investigación realizada, el 80% manifiesta que los ejercicios que se aplica son recreativos, mientras que un 20% dice que solo a veces

Interpretación

No siempre se realiza ejercicios recreativos en clases.

5).-¿Los ejercicios que se aplica motiva a los estudiantes a su práctica del atletismo?

Respuesta	#	%
Si	4	80
No	0	0
A veces	1	20
Total	5	100



Análisis

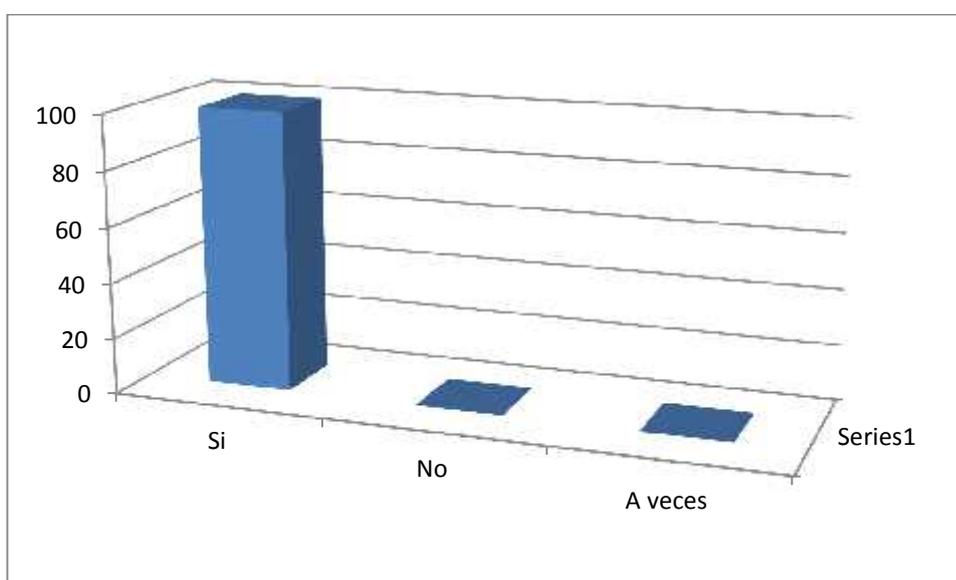
De la investigación realizada, el 80% manifiesta que los ejercicios que se aplica motiva a los estudiantes a su práctica del atletismo, mientras que un 20% dice que solo a veces

Interpretación

No siempre los ejercicios que se aplica motivan a los estudiantes a su práctica del atletismo.

6).-¿Los estudiantes que practican ejercicios básicos de atletismo mejoran la condición física?

Respuesta	#	%
Si	5	100
No	0	0
A veces	0	0
Total	5	100



Análisis

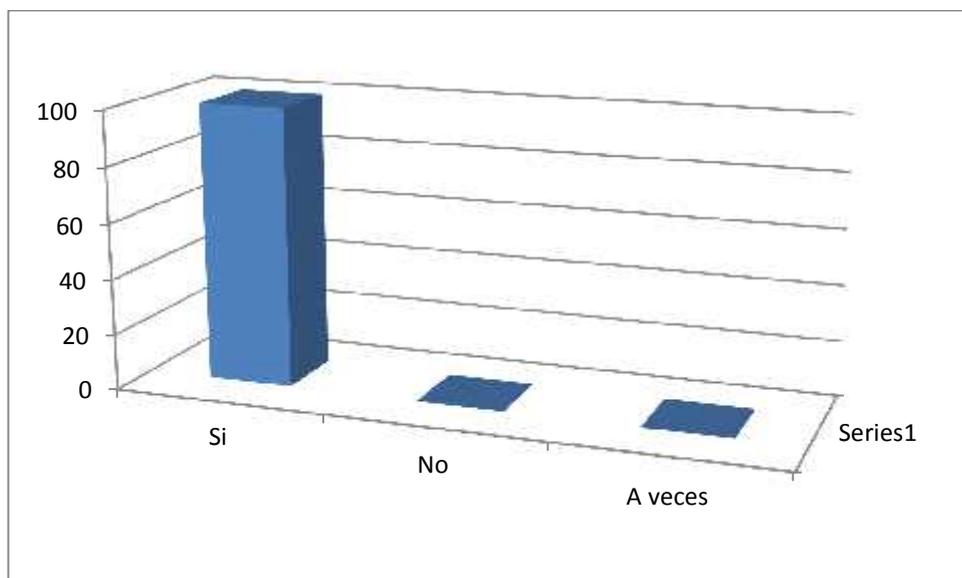
De la investigación realizada, el cien por ciento manifiesta que los estudiantes que practican ejercicios básicos de atletismo mejoran la condición física.

Interpretación

Los estudiantes que practican ejercicios básicos de atletismo mejoran la condición física.

7).-¿Los estudiantes que practican ejercicios básicos de atletismo se motivan por mejorar su condición física?

Respuesta	#	%
Si	5	100
No	0	0
A veces	0	0
Total	5	100



Análisis

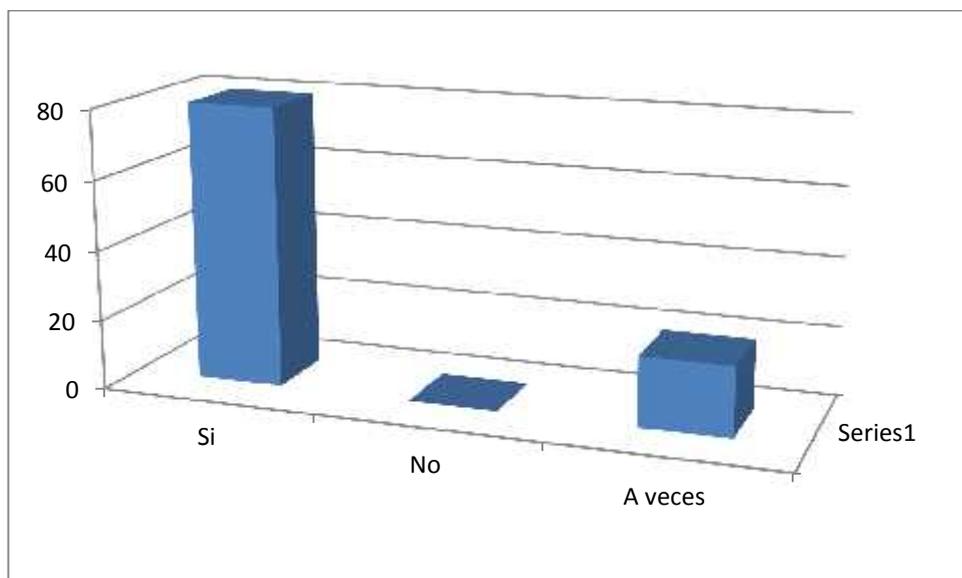
De la investigación realizada, el cien por ciento manifiesta que los estudiantes que practican ejercicios básicos de atletismo se motivan por mejorar su condición física.

Interpretación

Los estudiantes que practican ejercicios básicos de atletismo se motivan por mejorar su condición física.

8).-¿Los estudiantes que realizan ejercicios básicos del atletismo, participan activamente en las clases?

Respuesta	#	%
Si	4	80
No	0	0
A veces	1	20
Total	5	100



Análisis

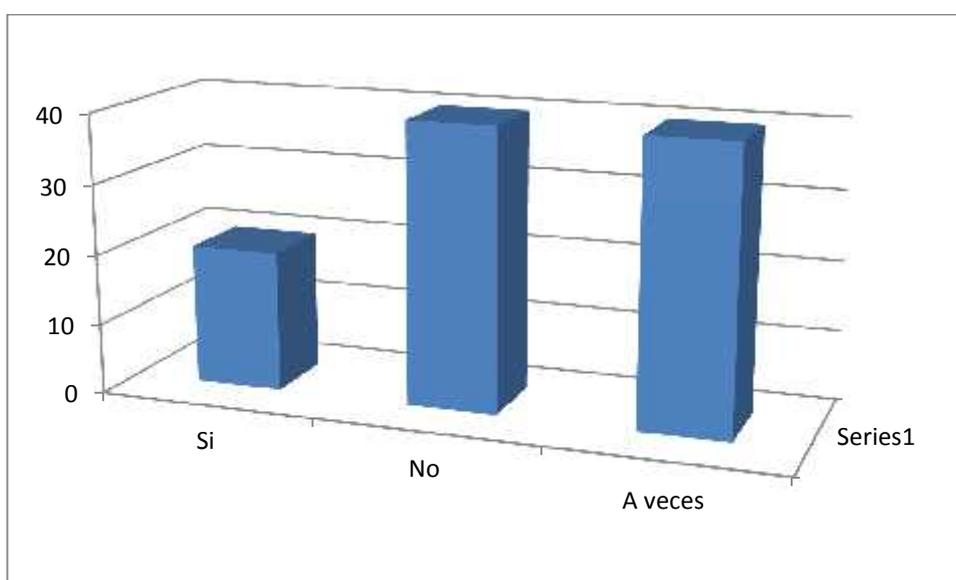
De la investigación realizada, el 80% manifiesta que los estudiantes que realizan ejercicios básicos del atletismo, participan activamente en las clases, mientras que un 20% dice que solo a veces

Interpretación

No siempre los estudiantes que realizan ejercicios básicos del atletismo, participan activamente en las clases.

9).-¿Los estudiantes que practican ejercicios básicos de atletismo presentan problemas al realizar los movimientos?

Respuesta	#	%
Si	1	20
No	2	40
A veces	2	40
Total	5	100



Análisis

De la investigación realizada, el 20% manifiesta que los estudiantes que practican ejercicios básicos de atletismo presentan problemas al realizar los movimientos, mientras que un 40% dice que no y un 40% dice que solo a veces

Interpretación

Son pocos los estudiantes que practican ejercicios básicos de atletismo presentan problemas al realizar los movimientos.

4.3. Comprobación de la hipótesis

Una vez realizada la investigación se pudo comprobar que: Si masificamos el atletismo garantizaremos la formación deportiva de los estudiantes de la Escuela de Educación Básica Babahoyo en el año 2014

4.4. Conclusiones

-) No todas las veces se aplica ejercicios básicos del atletismo en clases
-) No siempre se realiza ejercicios de acuerdo a las necesidades de los estudiantes.
-) Pocas veces los ejercicios que se realizan son de acuerdo a las capacidades
-) No siempre se realiza ejercicios recreativos en clases.
-) No siempre los ejercicios que se aplica motivan a los estudiantes a su práctica del atletismo.
-) Los estudiantes que practican ejercicios básicos de atletismo mejoran la condición física.
-) Los estudiantes que practican ejercicios básicos de atletismo se motivan por mejorar su condición física
-) No siempre los estudiantes que realizan ejercicios básicos del atletismo, participan activamente en las clases.

-) Son pocos los estudiantes que practican ejercicios básicos de atletismo presentan problemas al realizar los movimientos

4.5. Recomendaciones

-) Se debe aplicar ejercicios básicos del atletismo en clases de acuerdo a las necesidades y capacidades de los estudiantes, complementándose con ejercicios recreativos en clases, los mismos que deben motivar a los estudiantes a su práctica del atletismo.
-) Los estudiantes que practican atletismo deben estar motivados para mejorar su condición física, a la vez que deben participar activamente en las clases y reducir sus problemas al realizar los movimientos.

CAPÍTULO V

5. PROPUESTA ALTERNATIVA

5.1. Título

Guía didáctica de aplicación de ejercicios básicos para la práctica del atletismo.

5.2. Objetivos

5.2.1. Objetivo general

Garantizar la aplicación de las nociones básicas del atletismo.

5.2.2. Objetivos específicos

Identificar los problemas que presentan los estudiantes al aplicar los ejercicios básicos del atletismo.

Seleccionar los ejercicios de acuerdo a las necesidades.

Diseñar la guía didáctica de ejercicios físicos

CAPÍTULO VI

6. MARCO ADMINISTRATIVO

6.1. Recursos

Humanos

Se utilizó un estudiante investigador para realizar las encuestas y entrevistas.

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	\$ 30.00
Un Director de Tesis		
Un computador	\$ 1 c/hora	\$ 30.00
Viáticos y subsistencia	\$ 5 c/día	\$ 75.00
Material Logístico	\$ 50	\$ 50.00
Elaboración de 65 encuestas	0.03 c/una	\$1,95
Elaboración de la tesis		\$ 50.00
TOTAL		\$ 316,95

6.3. Cronograma

TIEMPO ACTIVIDADES	2 0 1 4																			
	M A R				A B I				M A Y				J U N				J U L			
	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

- J URANT, John: "Estrellas de los Juegos Olímpicos", Ed. Diana, México , 2007
- J HOMERO: "La Ilíada". Ed. Bergua, Madrid , 2005.
- J Mc.WHIRTER, Ross: "The Olympics 1896-1972" in support of the British Olympic Appeal. Sir Joseph Causton&Sons Ltd. , Londres , 2002
- J MARROU, Henry: "Historia de la educación en la antigüedad", Ed. Akal Universitaria, Madrid, 2005
- J REGLAMENTO INTERNACIONAL DE ATLETISMO, Ed. Stadium, Buenos Aires , 2005.
- J RUIGOMEZ Juan A.: " Los fabulosos Juegos Olímpicos", Edit. Mensajero, Bilbao – España- ,2002.
- J Apuntes de la cátedra de Atletismo de UEINEF "Manuel Belgrano" de S.F. . Prof. Tejera Ariel
- J Apuntes de la cátedra de Introducción e Historia de la E.F. de UEINEF S.F. .Prof. Prado Horacio
- J <http://www.monografias.com/trabajos11/anteolim/anteolim.shtml#ixzz2eUpwe53s>

-) <http://es.wikipedia.org/wiki/Atletismo>
-) <http://www.historiadelatletismo.net/>
-) <http://html.rincondelvago.com/reglamento-de-atletismo.html>
-) http://atletismoweb.com/index2.php?option=com_content&do_pdf=1&id=66
-) <http://scollvaz.galeon.com/aficiones401116.html>
-) http://www.montanismo.org/articulos.php?id_sec=11&id_art=715
-) <http://www.monografias.com/trabajos14/atletismo/atletismo.shtml>
-) <http://www.monografias.com/trabajos14/atletismo/atletismo.shtml>
-) http://es.wikipedia.org/wiki/Carreras_de_media_distancia
-) http://es.wikipedia.org/wiki/Salto_de_longitud
-) <http://entrenamientodeportivo.wordpress.com/2009/05/07/lanzamiento-de-bala-el-reglamento/>
-) www.deporteymedicina.com.ar/testpage.doc

7.2. ANEXOS

Anexo # 1

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

Entrevista aplicada a docentes - entrenadores y autoridades de la institución:

Estimadas(os) colegas, con la finalidad de recopilar información respecto al problema de investigación ¿Cómo la masificación del atletismo influye en la formación deportiva de los estudiantes de la Escuela de Educación Básica Babahoyo en el año 2014? le solicitamos responder la siguiente encuesta, teniendo en cuenta el instructivo.

Instructivo:

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

Preguntas:

1).- ¿Se aplica ejercicios básicos del atletismo en clases?

Si No A veces

2).- ¿Se realiza ejercicios de acuerdo a las necesidades de los estudiantes?

Si No A veces

3).- ¿Los ejercicios que se realizan son de acuerdo a las capacidades?

Si No A veces

4).- ¿Los ejercicios que se aplica son recreativos?

Si No A veces

5).-¿Los ejercicios que se aplica motiva a los estudiantes a su práctica del atletismo?

Si No A veces

6).-¿Los estudiantes que practican ejercicios básicos de atletismo mejoran la condición física?

Si No A veces

7).-¿Los estudiantes que practican ejercicios básicos de atletismo se motivan por mejorar su condición física?

Si No A veces

8).-¿Los estudiantes que realizan ejercicios básicos del atletismo, participan activamente en las clases?

Si No A veces

9).-¿Los estudiantes que practican ejercicios básicos de atletismo presentan problemas al realizar los movimientos?

Si No A veces

Anexo # 2

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

Encuesta aplicada a deportistas de la institución:

Estimadas(os) colegas, con la finalidad de recopilar información respecto al problema de investigación ¿Cómo la masificación del atletismo influye en la formación deportiva de los estudiantes de la Escuela de Educación Básica Babahoyo en el año 2014? le solicitamos responder la siguiente encuesta, teniendo en cuenta el instructivo.

Instructivo.

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

Preguntas

1).- ¿Se aplica ejercicios básicos del atletismo en clases?

Si No A veces

2).- ¿Se realiza ejercicios de acuerdo a las necesidades de los estudiantes?

Si No A veces

3).- ¿Los ejercicios que se realizan son de acuerdo a las capacidades?

Si No A veces

4).- ¿Los ejercicios que se aplica son recreativos?

Si No A veces

5).-¿Los ejercicios que se aplica motiva a los estudiantes a su práctica del atletismo?

Si No A veces

6).-¿Los estudiantes que practican ejercicios básicos de atletismo mejoran la condición física?

Si No A veces

7).-¿Los estudiantes que practican ejercicios básicos de atletismo se motivan por mejorar su condición física?

Si No A veces

8).-¿Los estudiantes que realizan ejercicios básicos del atletismo, participan activamente en las clases?

Si No A veces

9).-¿Los estudiantes que practican ejercicios básicos de atletismo presentan problemas al realizar los movimientos?

Si No A veces

Anexo # 3

Operacionalización de variables de la hipótesis

VARIABLE	CONCEPTUALIZACIÓN	CATEGORIAS	INDICADORES	ITEMS BÁSICOS	TÉCNICAS INSTRUMENTOS
Si masificamos el atletismo	Masificación Atletismo	Estrategias Aplicación Condiciones	-Aplicación -tipo de ejercicios -Formas de adaptación	-¿Se aplica ejercicios básicos del atletismo en clases? Si No A veces -¿Se realiza ejercicios de acuerdo a las necesidades de los estudiantes? Si No A veces -¿Los ejercicios que se realizan son de acuerdo a las capacidades? Si No A veces -¿Los ejercicios que se aplica son recreativos? Si No A veces -¿Los ejercicios que se aplica motiva a los estudiantes a su práctica del atletismo? Si No A veces -¿Los estudiantes que practican ejercicios básicos de atletismo mejoran la condición física? Si No A veces -¿Los estudiantes que practican ejercicios básicos de atletismo se motivan por mejorar su condición física? Si No A veces -¿Los estudiantes que realizan ejercicios básicos del atletismo, participan activamente en las clases? Si No A veces -¿Los estudiantes que practican ejercicios básicos de atletismo presentan problemas al realizar los movimientos? Si No A veces	ENCUESTAS A ESTUDIANTES DEPORTISTAS ENTREVISTA A DOCENTES ENTRENADORES,
Garantizaremos la formación deportiva de los estudiantes	Formación deportiva	Realización Capacidades Desarrollo Adquisición de habilidades	-Existencia de -Formas realización -Tipos -Realización -Estado -Marcas -Metas		