

Universidad Privada de Tacna

Facultad de Educación, Ciencias de la Comunicación y Humanidades

Escuela Profesional de Educación



**EL PROGRAMA DE PSICOMOTRICIDAD "JUEGO - MOVIMIENTO" Y LAS
HABILIDADES MOTRICES BÁSICAS DE LOS NIÑOS DE 5 AÑOS EN LA
"I.E.I SANTA MARIA GORETTI" C.P.M. LA NATIVIDAD –TACNA,
2016.**

TESIS

Presentada por:

Bach. DIANA STEPHANIE FLORES GOMEZ

Para optar el título profesional de:

LICENCIADA EN EDUCACIÓN FÍSICA Y DEPORTES

TACNA – PERÚ

2017

AGRADECIMIENTO

La vida se encuentra plegada de retos, y uno de ellos es la Universidad. Tras verme dentro de ella, me he dado cuenta que más allá de ser un reto, es una base no solo para mi entendimiento del campo en la que me he visto inmersa, sino para lo que concierne a la vida y mi futuro.

Le agradezco a mi institución y a mis maestros por sus esfuerzos para que finalmente pudiera graduarme como una feliz profesional.

DEDICATORIA

A Dios, por mostrarme día a día que con paciencia y perseverancia todo es posible.

A mis padres quienes siempre estuvieron presentes para apoyarme moralmente y mis hermanos quienes son mi inspiración y los pilares de mi vida.

ÍNDICE DE CONTENIDOS

DEDICATORIA	iii
ÍNDICE DE CONTENIDOS	iv
ÍNDICE DE TABLAS	ix
ÍNDICE DE FIGURAS	x
ÍNDICE DE ANEXOS	xi
RESUMEN	xii
ABSTRACT	xiii
INTRODUCCIÓN	1

CAPÍTULO I

EL PROBLEMA

1.1. DETERMINACIÓN DEL PROBLEMA	4
1.2. FORMULACIÓN DEL PROBLEMA	6
1.2.1. Interrogante principal	6
1.2.2. Interrogantes secundarias	6
1.3. JUSTIFICACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN	7
1.4. OBJETIVOS	8
1.4.1. Objetivo general	8
1.4.2. Objetivos específicos	8
1.5. DEFINICIONES OPERACIONALES	9

CAPÍTULO II

PROGRAMA DE PSICOMOTRICIDAD "JUEGO - MOVIMIENTO"

2.1.	PROGRAMA	16
2.2.	COMPONENTES DE UN PROGRAMA	17
2.3.	LA PSICOMOTRICIDAD	21
2.4.	COMPONENTES DE LA PSICOMOTRICIDAD	23
	2.4.1. La reeducación psicomotora.....	24
	2.4.2. La educación psicomotriz	24
	2.4.3. La terapia psicomotriz	25
	2.4.4. Finalidad del programa de psicomotricidad.....	26
2.5.	EL JUEGO.....	27
	2.5.1. ¿Qué es jugar?	28
	2.5.2. Etapas del juego	29
	2.5.3. Características del juego.....	30
	2.5.4. Clasificación de los juegos y juguetes	31
	2.5.5. La importancia del juego	33
	2.5.6. El desarrollo del niño a través del juego	35
	2.5.7. Beneficios del juego	37
	2.5.8. La psicomotricidad y el juego.....	38
2.6.	MOVIMIENTO	39
	2.6.1. Tipos de movimiento	39

2.6.2. Estructura del movimiento.....	41
2.6.3. Procesos de adquisición y realización del movimiento	42

CAPÍTULO III

HABILIDADES MOTRICES BÁSICAS

3.1. CONCEPTO DE HABILIDAD.....	45
3.2. HABILIDAD MOTRIZ.....	46
3.3. TIPOS DE HABILIDADES.....	48
3.3.1. Las habilidades básicas.....	49
3.3.2. Las habilidades específicas	51
3.4. FASES EN EL APRENDIZAJE DE UNA HABILIDAD MOTRIZ	53
3.5. DIFERENCIA ENTRE HABILIDAD Y DESTREZA MOTRIZ.....	55
3.6. BASES NEUROLÓGICAS	57
3.6.1. El sistema nervioso opera esquemáticamente de la siguiente forma:	57
3.6.2. Clasificación anatómica del sistema nervioso	58
3.7. NIVELES DE COMPLEJIDAD DESDE EL PUNTO DE VISTA DEL ACTO	
MOTOR:	59
3.8. ONTOGÉNESIS:	62
3.9. EVOLUCIÓN DE LAS HABILIDADES MOTRICES BÁSICAS	70
3.10. CARACTERÍSTICAS DE LAS HABILIDADES MOTRICES BÁSICAS.....	72
3.11. IMPORTANCIA DE LAS HABILIDADES MOTRICES BÁSICAS.....	74
3.12. ALTERACIONES DE LAS HABILIDADES MOTRICES BÁSICAS	75

CAPÍTULO IV

METODOLOGÍA

4.1.	ENUNCIACIÓN DE LA HIPÓTESIS	77
	4.1.1. Hipótesis general	77
	4.1.2. Hipótesis específicas:	77
4.2.	VARIABLES	78
	4.2.1. Variable independiente:	78
	4.2.2. Variable dependiente	78
4.3.	TIPO Y DISEÑO DE INVESTIGACIÓN	79
	4.3.1. Tipo de investigación	79
	4.3.2. Diseño de investigación	79
4.4.	ÁMBITO DE LA INVESTIGACIÓN	80
4.5.	POBLACIÓN Y MUESTRA	80
	4.5.1. Población.....	80
	4.5.2 Muestra	80
4.6.	RECOLECCIÓN DE LA INFORMACIÓN	80
	4.6.1. Procedimiento	80
	4.6.2. Técnicas.....	81
	4.6.3. Instrumentos.....	81

CAPÍTULO V

LOS RESULTADOS

5.1.	EL TRABAJO DE CAMPO	82
5.2.	DISEÑO DE PRESENTACIÓN DE LOS DATOS.	83
5.3.	PRESENTACIÓN E INTERPRETACION DE LOS DATOS.....	84
5.3.1	Información sobre los niveles de las habilidades motrices básicas para correr, saltar, lanzar y rodar antes y después de la aplicación del programa de psicomotricidad “Juego – movimiento”.....	84
5.3.2	Valicación y Contraste de las Hipótesis.....	98

CAPÍTULO VI

CONCLUSIONES Y SUGERENCIAS

6.1.	CONCLUSIONES.....	104
6.2.	SUGERENCIAS	106
	BIBLIOGRAFÍA... ..	107
	ANEXOS	109

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1.	Nivel Habilidad Motriz Básica de Correr.	85
Tabla 2.	Nivel de Habilidad Motriz Básica para Saltar.	88
Tabla 3.	Nivel de Habilidad Motriz Básica para Lanzar.	90
Tabla 4.	Nivel de Habilidad Motriz Básica para Rodar.	92
Tabla 5.	Nivel de Habilidad Motriz Básicas, antes y después de la aplicación del programa de psicomotricidad “Juego-movimiento”.	94

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1.	Nivel habilidad motriz básica de correr.	86
Figura 2.	Nivel de habilidad motriz básica para saltar.	88
Figura 3.	Nivel de habilidad motriz básica para lanzar.	90
Figura 4.	Nivel de habilidad motriz básica para rodar.	92
Figura 5.	Nivel de habilidad motriz básicas, antes y después de la aplicación del programa de psicomotricidad “Juego-movimiento”.	95

ÍNDICE DE ANEXOS

Gráfico 1.	Sesión n° 01, “Corremos como tortugas y panteras”.	123
Gráfico 2.	Sesión n° 02, “Corremos en diferentes direcciones”.	126
Gráfico 3.	Sesión n° 03, “Corremos de frente y de espalda”.	128
Gráfico 4.	Sesión n° 04, “Corremos en pareja y grupos”.	130
Gráfico 5.	Sesión n° 05, “Carrera de carros chocones”.	132
Gráfico 6.	Sesión n° 06, “Lanzamientos al cielo”.	134
Gráfico 7.	Sesión n° 07, “Lanzamientos en pareja con dos manos”.	136
Gráfico 8.	Sesión n° 08, “Lanzamientos al cielo”.	138
Gráfico 9.	Sesión n° 09, “Lanzamos con una mano”.	140
Gráfico 10.	Sesión n° 10, “Lanzamos para encestar”.	142
Gráfico 11.	Sesión n° 11, “Saltamos adoptando posturas”.	144
Gráfico 12.	Sesión n° 12, “Saltamos con materiales”.	146
Gráfico 13.	Sesión n° 13, “Saltando obstáculos de vallitas”.	148
Gráfico 14.	Sesión n° 14, “Saltando con cuerda”.	150
Gráfico 15.	Sesión n° 15, “Recorrido de saltos con pies juntos y alternado”.	152
Gráfico 16.	Sesión n° 16, “Rodamos libremente como chanchitos”.	154
Gráfico 17.	Sesión n° 17, “Escapemos del lobo”.	156
Gráfico 18.	Sesión n° 18, “Rodamiento como llantas”.	158
Gráfico 19.	Sesión n° 19, “Rodamos como ruedas”.	160
Gráfico 20.	Sesión n°20, “Expongo a través del juego mis movimientos”.	162

RESUMEN

El presente trabajo es una investigación de carácter aplicada, que permite tener un mayor conocimiento real del problema principal del estudio, tener una visión más clara y precisa sobre algunos inconvenientes que puedan presentar en las habilidades motrices básicas. La población del estudio estuvo constituida por 25 niños de 5 años matriculados en la I.E.I. Santa María Goretti del CPM "La Natividad". Se trabajó con la totalidad del alumnado, facilitando y enriqueciendo la investigación.

La recopilación de los datos finales, se pudieron obtener en los meses de marzo, abril y mayo del presente año 2016 a través de una prueba de entrada y otra de salida. Se aplicó la T de Student para establecer la significación del resultado determinado y así poder comprobar y verificar las hipótesis planteadas. Los resultados de la investigación permiten identificar cambios significativos en los alumnos, lo que ha permitido comprobar que el programa de psicomotricidad "Juego - Movimiento" mejora las habilidades motrices básicas de los niños de 5 años.

Palabras clave: Habilidades, Juego, movimientos y psicomotricidad.

ABSTRACT

The present work is an investigation of an applicatory nature, which allows to have a greater real knowledge of the main problem of the study, to have a clearer and precise vision on some disadvantages that can present in the basic motor skills. The study population consisted of 25 children aged 5 years enrolled in the I.E.I. Santa María Goretti from CPM La Natividad. We worked with all the students, facilitating and enriching the research.

The collection of the final data, could be obtained in the months of work, which were March, April and May of the present year 2016 through an entrance test and an exit test. The Student's T was applied to establish the significance of the determined result so as to be able to verify and verify the hypotheses raised. The results of the research allow to identify significant changes in the students, which has allowed to verify that the program of psicomotricidad "Game - Movement" improves the basic motor skills of the children of 5 years.

Keywords: Skills, psychomotricity, play and movement.

INTRODUCCIÓN

La educación en el ámbito social, históricamente, es el núcleo básico en el proceso realizador del hombre pues ejerce un papel decisivo en la formación del mismo a lo largo de toda su vida. En este sentido, es necesario decir que la personalidad del hombre se forma y se desarrolla en la sociedad a través del proceso educativo desde sus primeros años de vida. Afronta diversos conocimientos como son los movimientos, habilidades motrices, que ejecuta para su mejor desenvolvimiento en sociedad.

Las habilidades motoras básicas son las actividades motoras que permiten al hombre realizar saltos, carreras, lanzamientos, rodamientos como punto de partida para su posterior complejidad de diversos ejercicios que requieran mayor madurez motora.

En la I.E.I. "Santa María Goretti" se ha observado en los alumnos de 5 años un inadecuado trabajo motor, descuido y poca importancia en dicho ámbito educativo. Por esta razón se decide realizar esta investigación, aplicar un programa de psicomotricidad que ayude a mejorar las habilidades motrices básicas de los niños de 5 años. Partiendo de dicha

observación se toma en cuenta aspectos precisos y concretos.

La investigación está estructurada por seis capítulos. En el primer capítulo se describe el problema encontrado en los niños de 5 años de la I.E.I. Santa María Goretti, la importancia de la investigación, objetivos y las definiciones operacionales. En el segundo capítulo se desarrolla el programa de psicomotricidad, definiciones, componentes de un programa, definición de psicomotricidad, importancia de la psicomotricidad en edades tempranas, componentes de la psicomotricidad, el juego, características del juego, movimiento, tipos, estructura y finalidad de un programa de psicomotricidad. En el tercer capítulo se desarrolla el tema de habilidades motrices básicas, conceptos de la habilidad motriz, características de las habilidades motrices básicas y la importancia de las habilidades motrices básicas en edades tempranas.

En cuarto capítulo se presenta la metodología empleada en la investigación, Hipótesis, variables, tipo de investigación, diseño, población y muestra e instrumentos de recopilación de datos. En el quinto capítulo se da a conocer los resultados encontrados en la investigación, para finalmente en el sexto y último capítulo, presentar las conclusiones y sugerencias.

El trabajo realizado lleva por título: EL PROGRAMA DE PSICOMOTRICIDAD "JUEGO-MOVIMIENTO" Y LAS HABILIDADES MOTRICES BASICAS DE LOS NINOS DE 5 AÑOS EN LA "I.E.I. SANTA MARIA DE GORETTI" C.P.M. LA NATIVIDAD EN TACNA, 2016.

CAPÍTULO I

EL PROBLEMA

1.1. DETERMINACIÓN DEL PROBLEMA

Cuando se observa a un niño jugar, se puede apreciar que hay una mezcla importante de actividades psíquicas y motoras, los cuales se desarrollan en la mente del niño, es por ello que el desarrollo motriz de todo niño es importante, porque luego será reflejo del aprendizaje y enseñanza obtenido del ambiente con el que se ha relacionado.

Entonces se afirma que un apropiado desarrollo psicomotriz es incuestionable, la utilización del cuerpo y el conocimiento con aspectos básicos del descubrimiento personal que tienen que realizar los niños y niñas menores de seis años.

En la I.E.I. "Santa María Goretti" del centro poblado menor La Natividad, no se realiza un adecuado trabajo psicomotriz posiblemente por la falta de capacitación de los docentes de aula encargados, falta de materiales, falta de espacios apropiados para el desarrollo de este área, programas educativos que atiendan a este sector de estudiantes, se

necesita despertar el interés de las autoridades pertinentes, dar a conocer la importancia que proporciona una educación psicomotriz, los múltiples beneficios que otorga dicha educación y ampliar las fronteras del conocimiento para que los niños y niñas puedan afrontar e insertarse en la sociedad, física y psicológicamente a través del desarrollo lúdico.

En la I.E.I. "Santa María Goretti" se pudo apreciar una notoria deficiencia en el trabajo psicomotriz, siendo este el punto de partida para la elaboración de un programa psicomotriz "Juego – Movimiento", que específicamente está dirigido a niños de 5 años. Con la aplicación del programa, se podrá desarrollar las habilidades motrices básicas, siendo esta un papel fundamental en el desarrollo del niño.

Con la actividad motora se mostrará un mundo diferente, en donde el niño pueda descubrir sus propias vivencias, asimismo modificara conductas, generara cambios cognitivos considerables, es por ello que este programa de psicomotricidad "Juego - Movimiento" quiere proporcionar cambios significativos en los niños.

Este programa surge como un fenómeno educativo dentro del contexto general de enseñanza, específicamente en edades tempranas,

para que el educando pueda tener la capacidad de analizar y describir los diferentes conocimientos adquiridos.

1.2. FORMULACIÓN DEL PROBLEMA

1.2.1. Interrogante principal

¿La aplicación del programa de psicomotricidad "Juego-Movimiento" permitirá mejorar las habilidades motrices básicas de los niños de 5 años en la "I.E.I. Santa María Goretti" C.P.M. La Natividad en Tacna en el año 2016?

1.2.2. Interrogantes secundarias

- a) ¿Cuáles son los niveles de las habilidades motrices básicas que poseen los niños y niñas de 5 años en la I.E.I. Santa María Goretti, C.P.M. La Natividad en Tacna en el año 2016 antes de la aplicación del programa de psicomotricidad "Juego - Movimiento"?

- b) ¿Cuáles son los niveles de las habilidades motrices básicas que poseen los niños y niñas de 5 años en la I.E. Santa María Goretti, C.P.M. La Natividad en Tacna en el año 2016 después de la aplicación del programa de psicomotricidad "Juego - Movimiento"?

- c) ¿Existen diferencias significativas en los niveles de las habilidades motrices básicas de los niños y niñas de 5 años en la I.EI. Santa María Goretti, C.P.M. La Natividad en Tacna en el año 2016 antes y después de la aplicación del programa de psicomotricidad " Juego - Movimiento"?.

1.3. JUSTIFICACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN

La actividad psicomotriz es una herramienta fundamental en estos tiempos, se habla mucho de que los niños deben descubrir el mundo a través de sus propios movimientos y de las habilidades que vayan desarrollando en el transcurso de su desarrollo. La importancia que tiene la psicomotricidad en el nivel inicial es fundamental ya que proporciona las herramientas necesarias para que los educandos puedan afrontar e insertarse en determinadas sociedades.

Este programa de psicomotricidad "Juego - Movimiento" también pretende comprometer a los padres de familia, no solo a los docentes encargados de impartir educación, a la práctica del deporte desde edades tempranas, para una educación integral en donde el niño pueda desenvolverse en diferentes ambientes, no limitarse solo en un salón de clase, sino también en diferentes ambientes, ya sea del hogar, escuela,

parques, en donde pueda descubrir nuevas vivencias y pueda ser capaz de afrontar diversas situaciones.

Se pretende presentar el programa como un modelo educativo, en donde las autoridades pertinentes del ministerio de educación, prioricen a la psicomotricidad como una herramienta, para una mejor educación y ganar conocimientos a través de este programa. Capacitar a docentes que puedan impartir una adecuada educación psicomotriz conlleva a resultados notorios en una formación integral de los educandos.

1.4. OBJETIVOS

1.4.1. Objetivo general

Comprobar si la aplicación del programa de psicomotricidad "Juego-Movimiento" permite mejorar las habilidades motrices básicas de los niños y niñas de 5 años en la I.E.I. Santa María Goretti C.P.M. La Natividad en Tacna en el año 2016.

1.4.2. Objetivos específicos

- a) Determinar los niveles de las habilidades motrices básicas que poseen los niños y niñas de 5 años en la I.E.I. Santa María Goretti C.P.M. La Natividad en Tacna en el año 2016 antes de la aplicación

del programa de psicomotricidad "Juego-Movimiento".

- b) Determinar los niveles de las habilidades motrices básicas de los niños y niñas de 5 años en la I.E.I. Santa María Goretti C.P.M. La Natividad en Tacna en el año 2016 después de la aplicación del programa de psicomotricidad "Juego-Movimiento".
- c) Establecer diferencias significativas en los niveles de las habilidades motrices básicas de los niños y niñas de 5 años en la I.E.I. Santa María Goretti C.P.M. La Natividad en Tacna en el año 2016 antes y después de la aplicación del programa de psicomotricidad "Juego-Movimiento".

1.5. DEFINICIONES OPERACIONALES

Motricidad

Panez (1989) sostiene que, "el desarrollo motor depende de la maduración de las estructuras neuronales, los huesos, los músculos y los cambios de las proporciones corporales. El aprendizaje es también un factor de importancia, pero cuando se ajusta a la maduración".

La motricidad humana implica todos los movimientos corporales incluidos los psíquicos que abarca la psicomotricidad.

Aprendizaje motor

Oña, (1990) menciona que es un proceso que le permite al ser humano adquirir y modificar conductas. Implica la adquisición (percepción y atención), el almacenamiento (memoria) y la posterior utilización de información relacionada con dicha conducta.

Habilidad motriz

Rodríguez menciona que es el contenido, adquirida por aprendizaje, de realizar uno o más patrones motores fundamentales a partir de los cuales el individuo podrá realizar habilidades más complejas. Las habilidades motrices básicas son importantes porque son la base para el aprendizaje de habilidades motrices específica o deportiva.

Programa de psicomotricidad "Juego - Movimiento"

Es un conjunto de actividades creadas con el fin de mejorar las habilidades motrices básicas correr, saltar, lanzar y rodar, con un total de 20 sesiones de aprendizaje dirigidas a niños y niñas de 5 años.

Habilidades motrices básicas

Batalla Flores (2008), entiende por habilidad motriz entendemos la competencia (grado de éxito o consecución de las finalidades propuestas)

de un sujeto frente a un objeto dado, la generación de respuestas motoras, el movimiento, desempeña un papel primordial e insustituible.

Correr

Correr es una parte del desarrollo locomotor humano que aparece a temprana edad. Slocum y James (1968), señala que correr es en realidad, una serie de saltos muy bien coordinados, en los que el peso del cuerpo, primero se sostiene en un pie, luego lo hace en el aire, después vuelve a sostenerse en el pie contrario, para volver a hacerlo en el aire.

Saltar

Saltar es una habilidad motora en la que el cuerpo se suspende en el aire debido al impulso de una o ambas piernas y cae sobre uno o ambos pies. El salto requiere complicadas modificaciones de la marcha y carrera, entrando en acción factores como la fuerza, equilibrio y coordinación.

Lanzar

El desarrollo de la habilidad de lanzar ha sido un tema muy estudiado durante décadas. La forma, precisión, distancia y la velocidad en el momento de soltar el objeto se han empleado como criterios para evaluar la capacidad de lanzamiento de los niños.

Rodar

Es un desplazamiento corporal que se realiza alrededor de su eje vertical u horizontal sobre una superficie, en el cual interviene toda la estructura corporal como unidad.

Movimiento

Es la principal capacidad y característica de los seres vivos, este se manifiesta a través de la conducta motriz y gracias a él podemos interactuar con las demás personas, objetos y cosas.

Movimiento reflejo

Es aquel comportamiento motor involuntario y no consciente, caracterizado por su alta velocidad de ejecución, son innatos en los individuos y por tanto no son aprendidos previamente. El reflejo de succión, el plantar y abdominal, el reflejo de Aquiles, la tos, el estornudo, etc.

Movimiento voluntario

Se origina y realiza de manera consciente y voluntaria por el individuo, como lo decía Piaget (1977) se caracteriza por la intencionalidad. Este tipo de movimiento es el que importa al profesor de Educación Física ya que

constituye, junto con el cuerpo de los sujetos, el principal instrumento y medio de nuestra tarea docente.

Movimiento automático

Se realiza de manera inconsciente en este tipo de movimientos hay que distinguir aquello que son innatos en el individuo y sobre los cuales no se tienen un control absoluto pero no se puede incidir en ellos, por ejm. Los de la respiración o los del corazón .existe un conjunto de movimientos llamados automáticos o automatizados que son consecuencia de la repetición de los movimientos voluntarios que se van transformado en un hábito, de forma que ya no siempre se hace necesario la repetición o imagen mental para su realización, como tampoco la intervención de la conciencia y de la atención. El automatismo es eficaz puesto que adaptado al fin específico para lo cual ha sido desarrollado es rentable, económico y no necesita en su desarrollo la concentración continua y permite liberar conciencia.

Estructura del movimiento

Señalamos como estructura del movimiento a aquellas manifestaciones de la motricidad que aparecen y se desarrollan de manera innata y que constituyen la base de formas superiores de movimientos sobre estas estructuras se ira edificando toda la motricidad del individuo bien sea de forma intencionada o no. Existen dos tipos o estructuras del movimiento, los esquemas motores, conocidos también como patrones de movimiento, y los esquemas posturales.

Los esquemas motores

Son las formas esenciales del movimiento. Sobre ellos se van construyendo toda la motricidad del individuo. Su adquisición es progresiva y se desarrollan de forma natural en las diferentes etapas o estadios del desarrollo infantil. Los esquemas motores principales son: gatear, caminar, correr saltar, coger, lanzar, golpear, girar reptar, rodar, trepar etc.

Los esquemas posturales

Hacen referencia al tronco y a los segmentos corporales, se trata de posturas estáticas, ya que se refieren a diferentes formas que el cuerpo puede adoptar a partir de una determinada posición en el espacio. Los

esquemas posturales más frecuentes son: doblarse flexionar, estirar, aducir, abducir, rotar, etc.

Receptor

Órgano encargado de captar el estímulo que pondrá en marcha todo el proceso.

Centro nervioso

El lugar donde se elabora la orden que dará lugar al movimiento.

Vía Eferente

Es la vía nerviosa por donde circula la moto neurona alfa y que comunica el centro nervioso y el órgano efector.

Vía aferente

Es la vía nerviosa que comunica el receptor con el centro nervioso responsable del acto motor.

CAPÍTULO II

PROGRAMA DE PSICOMOTRICIDAD "JUEGO - MOVIMIENTO"

2.1. PROGRAMA

En la actual investigación se ha logrado encontrar diversos conceptos de programa, con los cuales podemos tener ideas más claras sobre el significado de ellas, a continuación, se presenta diversos conceptos de programa.

El concepto de programa (termino derivado del latín programa que, a su vez, tiene su origen en un vocablo griego) posee múltiples acepciones. Puede ser entendido como el anticipo de lo que se planea realizar en algún ámbito o circunstancia; el temario que se ofrece para un discurso; la presentación y organización de las materias de un cierto curso o asignatura; y la descripción de las características o etapas en que se organizan determinados actos o espectáculos artísticos.

En los diversos conceptos presentes, resaltan algunos autores quienes mencionan al programa como:

Ballesteros (1999) , resalta aportes de algunos autores quienes

conceptualizan al programada como, un conjunto especificado de acciones humanas y recursos materiales, diseñados e implantados organizadamente en una determinada realidad social, con el propósito de resolver algún problema que atañe a un conjunto de personas.

Ortega cita la mención de Blake, quien presenta que, el programa proviene de las raíces griegas, pro; antes y gramma; letra. Como ocurre en la mayoría de las definiciones y concepciones sociales, el término "programa" tiene muchos significados. Se entiende por programa desde una forma de actividad social organizada con un objetivo concreto, limitado en el tiempo y en el espacio, hasta un conjunto interdependiente de proyectos.

Para la investigación, se toma en cuenta la definición que aporta Ballesteros (1999), precisando, que el propósito en este caso es la educación en la formación psicomotriz de niños de 5 años.

2.2. COMPONENTES DE UN PROGRAMA

Los programas llevan consigo componentes puntuales, quienes participan en el desarrollo y ejecución de dicho programa, ya sea de distintos campos. Estos componentes tienen un orden, y una finalidad

exacta que son de ámbito importante en un programa, que a continuación se presenta:

- **Título:** Es la denominación del programa, a su vez se hace mención de los autores y equipo de trabajo.
- **Justificación del programa:** Es la fundamentación donde se prescribe a los beneficiarios, dando a conocer las mejoras que se espera aportar y el que ocurriría al no intervenir.
- **Ámbito:** Es el lugar donde se va a aplicar, si es que hay un sitio determinado, se usa normalmente cuando el programa va dirigido a un grupo de un sitio determinado.
- **Entidades:** Son los organismos que se involucraran en el programa.
- **Introducción:** Aquí se explica la necesidad del proyecto. Es un diagnóstico general del que se desprende la necesidad de la aplicación del programa.
- **Objetivos:** Son los resultados que se propone conseguir, los resultados se enumeran y separan bien (hay autores que distinguen entre objetivos generales y específicos, otros añaden los objetivos

operativos).

"Plan de trabajo: Es un documento en el que se hace mención de lo que se piensa hacer y cómo hacerlo (Metodología), hay autores que lo colocan como punto independiente. De igual manera también se podrían colocar los contenidos y bloques de contenidos; explicando, si se considera necesario, cuales son conceptuales, procedimentales o actitudinales). "Recursos:

Disponibles: Son aquellos medios o materiales de los que se dispone ya.

Humanos: Son las personas con las que se cuenta para desarrollar el programa.

Institucionales: Aquí se menciona si es que se dispone de la ayuda de algún organismo.

Materiales: Es la descripción de cuestionarios, aulas o salas de trabajo, televisor, DVD, retroproyector, ordenador, cañon proyector, equipo de música, cartulinas, etc.

Presupuesto: Es el costo proyectado o estimado en el que se considera los recursos necesarios, materiales, todo lo que se necesite comprar, más si se tiene que pagar a algún profesional o hacer viajes, etc.

Coordinación: Es una actividad que armoniza el equipo de trabajo y profesionales o externos.

Sistema de evaluación: Es la forma de medición de las consecuencias deseables o indeseables de una acción psicosocial ejecutada para facilitar la obtención de metas perseguidas por el sujeto.

Conclusiones - valoraciones

Referencias bibliográficas

Para desarrollar un programa es necesario seguir cada paso que se ha planteado.

2.3. LA PSICOMOTRICIDAD

La psicomotricidad es una función de la persona, debido que sintetiza psiquismo y motricidad con la finalidad de ayudar a que él se adapte al medio que lo rodea, es por ello que se menciona a continuación la conceptualización de algunos autores.

Barruezo (1996), menciona la psicomotricidad desempeña un papel fundamental en el desarrollo armónico de la personalidad, pues integra las interacciones cognitivas, emocionales, simbólicas y sensorio motrices en la capacidad de ser y de expresar en un contexto psicosocial.

Dupre (1905), es la relación entre los trastornos de la mente y su reflejo a nivel corporal."

Jiménez, Velázquez, & Jiménez (2003) conceptualiza a la psicomotricidad como, el desarrollo físico, psíquico e intelectual que se produce en el hombre mediante el movimiento. Otro modo de definir la psicomotricidad es la de aquellos que la entienden como una relación reversible que se da entre el movimiento y el razonamiento.

Según Berruezo (1995), la psicomotricidad es un enfoque de la intervención educativa o terapéutica cuyo objetivo es el desarrollo de las posibilidades motrices, expresivas y creativas a partir del cuerpo, lo que le lleva a centrar su actividad e interés en el movimiento y el acto, incluyendo todo lo que se deriva de ello: disfunciones, patologías, estimulación, aprendizaje, etc.

Según Bucher (1976), la psicomotricidad es el estudio de los diferentes elementos que requieren datos perceptivo-motrices, en el terreno de la representación simbólica, pasando por la organización corporal, tanto a nivel práctico esquemático, así como en la integración progresiva de las coordenadas temporales y espaciales de la actividad.

Mientras que para Destrooper (1975), la psicomotricidad no es la expresión de dos dominios sobrepuestos, solapados, sino de una unidad funcional, traducción de la unidad y de la globalidad del ser.

Hablar de psicomotricidad según Abbadie (1977), es una técnica que favorece el descubrimiento del cuerpo propio, de sus capacidades en el orden de los movimientos, descubrimiento de los otros y del medio, de su entorno.

La Psicomotricidad según Quiros & Schrager (1979) es la educación o reeducación del movimiento, o por medio del movimiento, que procura una mejor utilización de las capacidades psíquicas.

Sin embargo, para Muniain (1997) es una Disciplina educativa/reeducativa/terapéutica, concebida como dialogo, que considera al ser humano como una unidad psicosomática, y que actúa sobre su totalidad por medio del cuerpo y del movimiento.

Se puede decir que la psicomotricidad es un proceso que todos los seres humanos pasan con el propósito de desarrollar las capacidades, para conseguir un mayor desarrollo físico, psíquico e intelectual a través de los movimientos corporales que le permitirá afrontar la vida de todo ser social.

2.4. COMPONENTES DE LA PSICOMOTRICIDAD

La psicomotricidad se ha centrado en componentes que forman parte del conocimiento de cualquier ser humano, para alcanzar este terreno el ser humano debe tener en cuenta, a) La reeducación psicomotora, b) la educación psicomotriz y c) la terapia psicomotriz, los cuales explicamos a continuación:

2.4.1. La reeducación psicomotora

Rigal (2006) menciona que, la reeducación psicomotora aparece y se estructura en los años 30, bajo la impulsión de Guilmain (1935). El cerebro por el pensamiento y la voluntad, actúa sobre el musculo que, a su vez, actúa sobre el cerebro y mejora el comportamiento global del sujeto. Los ejercicios físicos (los movimientos) deben restablecerla voluntad de acción del sujeto y liberar su motricidad. Su objetivo es de suprimir o de atenuar, en el sujeto, las costumbres que han generado desordenes en su comportamiento psicomotor, escolar o social, de rehacer la educación de una función utilizando la motricidad o de reestructurar la personalidad y sus distintos componentes facilitando las relaciones sujeto-entorno-cuerpo. Las modificaciones alegadas a uno de los aspectos de la personalidad van a influir sobre los demás, facilitando de esta manera, la reeducación.

2.4.2. La educación psicomotriz

Rigal (2006) declara que, durante los primeros meses y aun los primeros años de vida, desarrollo y evolución de la motricidad y del psiquismo son estrechamente asociados, de donde la noción de desarrollo psicomotor, consecutiva a los trabajos de Piaget (1947, 1948, 1950, 1956) y de Wallon (1925, 1934). Este desarrollo del niño o niña subraya las transformaciones del conjunto de sus potencialidades, los cambios de sus

competencias y de sus ejecuciones que facilitan su adaptación al mundo a partir de sus acciones motrices. Este desarrollo está a menudo confundido con el desarrollo motor (Illingworth, 1990), el mismo sometido a la evolución de las estructuras neuro-motrices y a los procesos de maduración nerviosa. Esta evolución se traduce por una mejor coordinación motriz debido a un control motor más eficaz de las actividades estabilizadoras, locomotrices y manipuladoras, tributarias, en la aproximación cognitivista, del mejoramiento de los procesos de tratamiento de la información. El elemento suplementario que distingue la psicomotricidad, es la importancia funcional de esta evolución en la relación del individuo con sí mismo y con el entorno.

2.4.3. La terapia psicomotriz

Rigal (2006) menciona, es la última nacida de la trilogía psicomotriz, es la terapia psicomotriz (psicoterapia corporal) marca una ruptura con los fundamentos más tradicionales de la psicomotricidad, que sea los de la naturaleza neuro-motriz o psicológica basados en las técnicas del saber-hacer o de los asociados al desarrollo de la inteligencia, para deslizar hacia el psicoanálisis y el saber-ser. Por el cuerpo en movimiento, toca todas las facetas de la personalidad (Bucher, 1980). No son más las estructuras que están aquí puestas en causa por sus funciones, perturbadas por trastornos variados de la relación de la persona con su medio interior, físico o social.

2.4.4. Finalidad del programa de psicomotricidad

El presente programa de psicomotricidad se propone construir un espacio relacional en la I.E.I. adecuado para la adquisición y mejoramiento de los aprendizajes. Una de las mejores formas de trabajar en la Educación infantil es utilizando uno de los principios de la psicomotricidad, como es el juego. Que utilizado de manera adecuada se convierte en un elemento facilitador e integrador de aprendizajes. Con la finalidad de conseguir un desarrollo pleno de las capacidades del niño.

Una buena sesión de psicomotricidad siempre debe tener como finalidad reforzar en el niño el conocimiento de su propio cuerpo, y saber sus limitaciones, es decir, que sepa hasta dónde puede llegar sin forzarse y que movimientos, posturas o acciones puede y no puede realizar con su cuerpo.

2.5. EL JUEGO

Es un derecho aprobado en la Declaración de los Derechos del Niño, y un medio que permite aprender las habilidades motrices, a socializarse, a beneficiar su autoestima y a adquirir normas y valores.

Constituye la ocupación principal del niño, través de éste puede estimularse y adquirir mayor desarrollo en sus diferentes áreas como son psicomotriz, cognitiva y afectivo-social.

Además el juego en los niños tiene propósitos educativos y también contribuye en el incremento de sus capacidades creadoras, por lo que es considerado un medio eficaz para el entendimiento de la realidad.

Por medio del juego los pequeños experimentan, aprenden, reflejan y transforman activamente la realidad. Los niños crecen a través el juego, por eso no se debe limitar al niño en esta actividad lúdica.

2.5.1. ¿Qué es jugar?

Es el primer acto creativo del ser humano. Comienza cuando el niño es bebé, a través del vínculo que se establece con la realidad exterior y las fantasías, necesidades y deseos que va adquiriendo. Cuando un niño toma un objeto cualquiera y lo hace volar, está creando un momento único e irrepetible que es absolutamente suyo. Porque ese jugar no sabe de pautas preestablecidas, no entiende de exigencias del medio, no hay un "hacerlo bien". ¿Todos los juguetes conducen a un juego? El juguete es el medio que se utiliza para jugar: incluye desde una sabanita, hasta una muñeca, una pelota, una hormiga, o una computadora. Todos estos elementos pueden también ser utilizados con fines educativos. Pero si se vuelven una herramienta didáctica, pierden su entidad de juego. Muchos papás, cuando se sientan a jugar con su hijo, confunden el jugar con el enseñar. Y el niño que quería jugar de igual a igual, sin exigencias, sin aprender nada, se frustra. Se puede aprender con gusto, creando un vínculo de sabiduría y afecto, entre el que enseña y el que aprende. Esto es muy bueno y necesario. Pero debe quedar en claro que el juego de reglas es una herramienta por la cual se está intentando llegar a una meta. Uno sabe y el otro no. A medida que uno se va volviendo adulto, el juego propiamente dicho se pierde.

2.5.2. Etapas del juego

Según Piaget, el juego se puede distinguir en diferentes etapas en las que el niño desarrolla un aprendizaje nuevo dentro de sus ámbitos de desarrollo.

- **Juego motor:** Propio de los niños hasta los 2-3 años. El cuerpo y el control de los movimientos son la base del juego.
- **Juego simbólico o de imitación** (de 3 a 6 años aprox.) El niño da vida a los objetos y a través de ellos imita el mundo de los mayores. Por eso en esta edad, aunque no tengan juguetes, se los inventa y no necesita de otras personas para sus juegos. En esta etapa se produce un gran enriquecimiento del lenguaje.
- **Juego de reglas** (de 6 a 12 años). El niño comienza a disfrutar en compañía de los otros y se interesa por las relaciones interpersonales reproduciéndolas en sus juegos. Hay una asignación de papeles, unas normas y unas reglas de acatar, pasando a una relación de cooperación e interacción con los demás niños. Son frecuentes los juegos competitivos donde unos ganan y otros pierden. En esta etapa los amigos empiezan a ocupar un lugar muy importante.

2.5.3. Características del juego

- Es una actividad espontánea y libre, además de que el juego es el cambio para construir libremente su espíritu creador.
- El juego se orienta sobre la misma práctica.
- El jugador se preocupa por el resultado de su actividad.
- La interacción de juego es la recreación de las escenas e imágenes del mundo real con el fantástico, de lo cual participan los roles de los personajes, donde el pequeño lo asigna.
- El juego es que el niño tenga una actitud espontánea y de libertad y cuando el niño juega hace una recreación de escenas e imágenes del mundo real o fantástico.
- El niño expresa una actitud lúdica que tiene necesidades psicobiológicas lo que le permiten prepararse para el futuro.
- Otra cosa interesante es el grado hasta donde el niño es capaz de fantasear para llegar a la realidad a tomando en cuenta que los niños juegan a los héroes, villanos, papá, mamá y ellos imitan lo que observan.
- El juego es evolutivo ya que empieza por el dominio del cuerpo y posteriormente maneja las relaciones sociales y su medio.

- Por medio del juego el niño se socializa, es divertido, placentero, voluntario y lo más importante no es obligatorio.

2.5.4. Clasificación de los juegos y juguetes

A. Según el espacio en el que se realizan:

- Los **juegos de interior**: manipulativos, construcción, imitación, juegos simbólicos, juegos verbales, de razonamiento, memoria, videojuegos y juegos de mesa.
- Los **juegos de exterior**: correr, perseguirse, esconderse, montar en bici y patinar.

B. Según el papel del adulto:

- Juego **libre**.
- Juego **dirigido**.
- Juego **según el número de participantes**:

Juego individual: Necesario para el desarrollo personal e intelectual, debe controlarse para que no sea excesivo, especialmente cuando se trate de videojuegos o juegos que favorezcan actitudes de aislamiento o comportamientos adictivos.

Juego de grupo: Pueden ser cooperativos o competitivos.

C. Según la actividad que promueve en el niño:

- Juego **sensoriales**: los juegos en los que los niños fundamentalmente ejercitan los sentidos. Se inician desde las primeras semanas de vida y se prolongan durante toda la etapa de Educación Infantil.
- Juegos **motores**: tienen una gran evolución en los primeros años de vida y se prolongan durante toda la infancia, incluso en la adolescencia.
- Juegos **manipulativos**: encajar, ensartar, construir...
- Juegos **simbólicos**: son el juego de ficción, el de -hacer como si- que inician los niños desde los dos años aproximadamente: muñecas, cochecitos...
- Juegos **verbales**: favorecen y enriquecen el aprendizaje de la lengua.
- Juegos **de fantasía**: dramatizaciones, disfraces.

2.5.5. La importancia del juego

La infancia, el juego y el juguete guardan entre sí una estrecha relación, y en el desarrollo histórico-social del hombre tienen una misma ontogénesis, de ahí que sea imposible separar unos de otros. En un principio, cuando la horda primitiva subsistía de la recolección de los que eventualmente encontraban los hombres en su deambular nómada, los niños participaban, desde que les era posible tener una marcha independiente, en la tarea común de la subsistencia, por lo que la infancia, entendida como tal, no existía. Aun cuando progresivamente el hombre va asentándose y abandona su vida trashumante, y surge la agricultura como forma de vida que obliga al ser humano a aposentarse en lugares definidos, los niños también tenían que incorporarse al proceso productivo, y para ello se les daban instrumentos apropiados para su tamaño para que cooperaran, en la medida de sus posibilidades físicas, al trabajo en correspondencia con sus destrezas motoras, no constituían aún juguetes, sino herramientas de trabajo a escala reducida: el cuchillo cortaba, la azada hendía, la masa golpeaba, por lo que solamente eran reproducciones a menor escala del instrumento real.

En la medida que se da el desarrollo del hombre, la actividad laboral comienza a volverse más compleja, a la vez que se

empiezan a dar excedentes de la producción que permiten tener un mejor nivel de vida, sin la necesidad perentoria de la subsistencia diaria. Esto va a tener una repercusión muy importante en el desarrollo de la especie humana, que puede entonces dedicar tiempo a actividades que ya no están directamente ligadas al proceso productivo, y la atención a cuestiones que antes le eran prácticamente imposible de dedicar un tiempo, ya va a constituir paulatinamente un proceso de socialización netamente relacionado con su desarrollo psíquico cada vez más avanzado. ¿Y qué pasaba entonces con los niños? Les era imposible participar directamente en la labor productiva por su progresiva complejidad, el hombre crea objetos que, aunque reflejan el instrumento de la vida real, no son ya una réplica más pequeña de aquel, sino un nuevo tipo de cosa que ya no sirve para hacer la acción verdadera sino para "practicarla", y que habrían de realizar en la vida adulta. Surge el juguete, que no es más que una reproducción del instrumento, en el que está impresa su función más no su estructura verdadera, reflejando de manera más o menos aproximada su diseño y objetivo.

Esto va a plantear decididamente la necesidad, en el desarrollo del individuo, de una etapa preparatoria, en el cual los niños se encuentren y ejerciten para su vida futura, surge la infancia como período de dicha

preparación.

A su vez, en ese lapso los niños, utilizando los juguetes especialmente creados para ellos, van a reflejar en su entretenimiento con los mismos, las acciones y roles que han de desempeñar como adultos, aparece el juego como vía y medio de hacer, al nivel de sus posibilidades físicas, motoras y psíquica, una reproducción de la vida real. De esta manera, la infancia, el juego y el juguete surgen al unísono en el devenir evolutivo del hombre, y van a caracterizar la primera fase de preparación para la acción productiva que los niños han de tener cuando alcancen la edad adulta.

2.5.6. El desarrollo del niño a través del juego

Se dice que para conseguir campeones hay que trabajar desde edades muy tempranas y de hecho esto se puede aplicar incluso a antes del nacimiento del niño. A parte del condicionante genético heredado, es de suma importancia que la madre lleve una vida sana.

El niño nada en el líquido amniótico y de hecho un niño de veinticuatro horas puede nadar, pasado este tiempo el niño comienza a experimentar el miedo por lo que se hunde perdiendo su capacidad natatoria. Por lo tanto la natación es el ejercicio potencial primero del niño.

A los seis meses: El niño es capaz de mantenerse sentado y posteriormente podrá levantarse, este es un ejercicio que tonifica las estructuras musculares. Con un año y gracias al proceso de crecimiento de la masa encefálica y de la mielinización de sus fibras nerviosas adquiere tres nuevas actividades, andar, hablar y masticar. A los dos años: aparece el juego espontáneo. El cual, cuando se produce en el marco familiar suele ser individual, pero no deja de ser vital. El niño juega con lo que tiene a su alcance y donde esté. Pese a la espontaneidad de estos juegos pueden tener una finalidad dirigida para favorecer el desarrollo de la inteligencia y de la adaptación. En este año se perfecciona el hablar y andar.

A los tres años: se produce una importante actividad física la cual se debe dejar interrumpir de forma voluntaria. El niño tiende a repetir lo aprendido hasta conseguir su dominio. Más tarde y tras incorporar el nuevo aprendizaje al sistema psicomotor, lo emplea en nuevas combinaciones más complejas.

2.5.7. Beneficios del juego

- Satisface las necesidades básicas de ejercicio físico.
- Es una vía excelente para expresar y realizar sus deseos.
- La imaginación del juego facilita el posicionamiento moral y maduración de ideas.
- Es un canal de expresión y descarga de sentimientos, positivos y negativos, ayudando al equilibrio emocional.
- Con los juegos de imitación está ensayando y ejercitándose para la vida de adulto.
- Cuando juega con otros niños y niñas se socializa y gesta sus futuras habilidades sociales.
- El juego es un canal para conocer los comportamientos del niño y así poder encauzar o premiar hábitos.
- Es muy importante participar en el juego con ellos.

La psicomotricidad es un elemento muy importante en el desarrollo de los niños ya que sienta las bases para la adquisición de posteriores aprendizajes.

2.5.8. La psicomotricidad y el juego

La psicomotricidad se puede desarrollar a través de juegos al aire libre o en lugares cerrados. Es necesaria para la adquisición de habilidades básicas como: lectura, escritura y cálculo. Muchas actividades cotidianas en los juegos de los niños como moverse, correr, saltar, desarrollan la psicomotricidad. Además mediante este tipo de juegos los niños van conociendo tanto su cuerpo como el mundo que le rodea.

Mediante los juegos de movimiento, los niños, además de desarrollarse físicamente, aprenden ciertos conceptos como derecha, izquierda, delante, detrás, arriba, abajo, cercas, lejos, que les ayudarán a orientarse en el espacio y a ajustar más sus movimientos. Juegos que favorecen el desarrollo de la psicomotricidad.

Montar en triciclos, bicicletas, patinar, o andar con monopatines, saltar a la comba, jugar a la goma, realizar marchas, carreras, saltos, pisar una línea en el suelo, juegos con balones, pelotas, raquetas, aros, juegos de hacer puntería: meter goles, encestar, bolos y jugar a la carretilla, volteretas, piruetas, zancos, etc.

Los juegos de movimiento, pueden ser utilizados como una preparación importante para el aprendizaje ya que favorecen la psicomotricidad, coordinación, equilibrio, orientación en el espacio y tiempo, aspectos claves para todo el aprendizaje posterior.

2.6. MOVIMIENTO

Es la principal capacidad y característica de los seres vivos, este se manifiesta a través de la conducta motriz y gracias a él podemos interactuar con las demás personas, objetos y cosas.

2.6.1. Tipos de movimiento

A. Movimiento reflejo

Es aquel comportamiento motor involuntario y no consciente, caracterizado por su alta velocidad de ejecución, son innatos en los individuos y por tanto no son aprendidos previamente. El reflejo de succión, el plantar y abdominal, el reflejo de Aquiles, la tos, el estornudo, etc.

B. Movimiento voluntario

Se origina y realiza de manera consciente y voluntaria por el individuo, como lo decía Piaget (1977) se caracteriza por la intencionalidad. Este tipo de movimiento es el que importa al profesor de Educación Física ya que constituye, junto con el cuerpo de los sujetos, el principal instrumento y medio de nuestra tarea docente.

C. Movimiento automático

Se realiza de manera inconsciente .en este tipo de movimientos hay que distinguir aquello que son innatos en el individuo y sobre los cuales no se tienen un control absoluto pero no se puede incidir en ellos, por ejm. Los de la respiración o los del corazón .Existe un conjunto de movimientos llamados automáticos o automatizados que son consecuencia de la repetición de los movimientos voluntarios que se van transformado en un hábito, de forma que ya no siempre se hace necesario la repetición o imagen mental para su realización, como tampoco la intervención de la conciencia y de la atención.

El automatismo es eficaz puesto que adaptado al fin específico para lo cual ha sido desarrollado es rentable, económico y no necesita en su desarrollo la concentración continua y permite liberar conciencia.

2.6.2. Estructura del movimiento

Señalamos como estructura del movimiento a aquellas manifestaciones de la motricidad que aparecen y se desarrollan de manera innata y que constituyen la base de formas superiores de movimientos sobre estas estructuras se ira edificando toda la motricidad del individuo bien sea de forma intencionada o no.

Existen dos tipos o estructuras del movimiento, los esquemas motores, conocidos también como patrones de movimiento, y los esquemas posturales.

A. Los esquemas motores

Son las formas esenciales del movimiento. Sobre ello a se van construyendo toda la motricidad del individuo. Su adquisición es progresiva y se desarrollan de forma natural en las diferentes etapas o estadios del desarrollo infantil.

Los esquemas motores principales son: gatear, caminar, correr saltar –coger, lanzar, golpear, girar reptar, rodar, trepar etc.

B. Los esquemas posturales

Hacen referencia al tronco y a los segmentos corporales, se trata de posturas estáticas, ya que se refieren a diferentes formas que el cuerpo puede adoptar a partir de una determinada posición en el espacio.

Los esquemas posturales más frecuentes son: doblarse flexionar, estirar, aducir, abducir, rotar, etc.

2.6.3. Procesos de adquisición y realización del movimiento

Sobre el proceso de la adquisición, realización y el control del movimiento son varias las interpretaciones desarrolladas van desde planteamientos más analíticos hasta aquellos considerados más globales o integrados. Ciertas concepciones sobre la motricidad como la iniciación deportiva, el entrenamiento ,el tratamiento de contenidos referentes la condición física, la mayoría de ellos a partir de la mejora o perfeccionamiento de las técnicas de ejecución e incluso la psicomotricidad han hecho que proliferen enfoques o interpretaciones del movimiento fundamentados en perspectivas conductivas del mismo.

hoy y más en el contexto educativo, debemos entender los procesos de adquisición y control del movimiento desde una concepción más cognitiva y global ya que la motricidad en estas edades no puede aislarse de los diferentes ámbitos del comportamiento de las personas y mucho menos no tener en cuenta los planteamientos didácticos que el actual sistema educativo postula.

Son varios los autores y estudiosos que defienden esta visión cognitiva de la motricidad. ejm. Castañer y Camerino (1991) destacan: “La labor educativa relacionada con la actividad física debe recaer en potenciar de forma inherente y globalizadora, la acción y los procesos de percepción y aprendizajes cognitivos que cada actividad comporta”.

Por su parte, Ruiz (1995) detalla que en los últimos 20 años el estudio de la competencia motriz ha tomado una orientación cognitiva, centrada en descifrar el papel de los mecanismos de control y organización de las habilidades motrices desde una perspectiva evolutiva.

En este planteamiento global de la motricidad tiene especial relevancia la interpretación neurológica que defiende que la actividad de los niños es eminentemente perceptivo motriz.

Finalmente, la perspectiva de la motricidad basada en el procesamiento de la información es otro de los pilares para interpretar la adquisición y el control del movimiento. Esta última hace referencia a uno de los muchos modelos auto adaptativos de la motricidad y es la que el DCN del MED propone como modelo de aprendizaje motor, basado en las teorías del procesamiento de la información que orienta hacia el establecimiento de secuencias adecuadas a las distintas fases del aprendizaje.

La percepción selectiva de los estímulos relevantes, la progresiva construcción de esquemas de respuestas y el desarrollo de las estrategias de decisión entre las distintas alternativas para conseguir sus objetivos constituyen, los pasos para una secuencia lógica de los aprendizajes motores “El DCN, insiste en este modelo de aprendizaje dando las orientaciones generales para la enseñanza en inicial, primaria y secundaria.

Una concepción actual y globalizadora de la motricidad debe considerar la incidencia que cada una de esas interpretaciones tiene en la adquisición y el control del movimiento. La conjunción de los 3 es decir la neurología la perspectiva evolutiva y la del procesamiento de la información deben abocar en concepción cognitiva de a motricidad.

CAPÍTULO III

HABILIDADES MOTRICES BÁSICAS

3.1. CONCEPTO DE HABILIDAD

Según la Real Academia de la Lengua Española habilidad es “la capacidad y disposición que tiene una persona para realizar una cosa con destreza”. Esta definición nos sería válida para otros ámbitos pero en el campo de la educación física cabe matizarlo.

Siguiendo la misma fuente, motriz podemos definirlo como “cada una de las cosas que una persona realiza e implica movimiento”.

Según M.A.Noguera, “habilidad es la facultad de poder hacer algo eficientemente y concretamente en el campo de la educación física aquello que mediante nuestra enseñanza pretendemos desarrollar en el alumno”.

Durand (1988) lo define como “representa una competencia adquirida por un sujeto para realizar una tarea concreta”.

Basada en esta definición Bárbara Knapp la define como “la capacidad adquirida por aprendizaje de producir resultados previstos con

el máximo de certeza y frecuentemente, con el mínimo dispendio de tiempo, de energía o de ambas”.

Según Cratty (1973) es la “tarea que incluye la necesidad, por parte del sujeto, de moverse con precisión y fuerza y/o potencia en diferentes combinaciones”.

Singer (1983) “toda aquella acción muscular o movimiento del cuerpo requerido para la ejecución con éxito de un acto deseado”.

Actualmente se define como "Habilidad" a toda capacidad adquirida por el aprendizaje para alcanzar resultados fijados con anterioridad, con un máximo de éxito y en un mínimo de tiempo, energía o de los dos. El ser humano en el transcurso de su vida pasa por procesos y etapas en las cuales van desarrollando o encontrando las habilidades que todo ser humano posee, en esta investigación se analizan las habilidades motrices básicas que toda persona tiene como parte de sí misma.

3.2. HABILIDAD MOTRIZ

Batalla Flores (2000) entiende, por habilidad motriz entendemos la competencia (grado de éxito o consecución de las finalidades propuestas) de un sujeto frente a un objeto dado, la generación de respuestas motoras, el movimiento, desempeña un papel primordial e insustituible.

El término habilidad motriz se nos presenta así como un término que su significación variará dependiendo del contexto en el que aparezca. Así puede significar:

- Una conducta hábil. Nivel de habilidad, con una o varias actividades, que manifiesta el alumno.
- El buen nivel de precisión espacio-temporal al realizar una tarea.
- Es acción sincronizada, secuencial, fluida y adaptable.
- Es el buen autocontrol en la realización de una tarea.
- Es la relación entre la velocidad, precisión, estilo y adaptabilidad a la hora de realizar la tarea.
- Todo acto que en buena medida se debe a la maduración del organismo.
- El acto cuyo objetivo es lograr un patrón de movimiento considerado técnicamente bueno.
- El acto que requiere, además de la técnica, una interpretación de la situación, es decir, la toma de decisiones.

- El nivel de perfeccionamiento en una tarea o grupo de tareas.

3.3. TIPOS DE HABILIDADES

Vern Seelfed realizó un estudio de las habilidades motrices en niños utilizando como elemento importante el término habilidad motriz básica que presentaba tres características motrices específicas:

- ❖ Son comunes a todos los individuos
- ❖ Dan superioridad del ser humano
- ❖ Son fundamentos de posteriores aprendizajes motrices

Dentro de este amplio grupo es donde encontramos las habilidades definidas como básicas y las definidas como específicas.

Dentro de las **habilidades básicas** nos encontramos con:

- Habilidad básica locomotriz: Son movimientos que tienen como objetivo fundamental el llevar al cuerpo de un lado a otro del espacio. Aquí no encontramos con desplazamientos, saltos, giros...
- Habilidad básica manipulativa: Son capacidades de imprimir y recibir fuerza de los objetos, así como controlar y manipular su movimiento. Aquí nos encontramos con lanzamientos, recepciones, golpesos...
- Habilidad básica de equilibrio: Es la habilidad de “adoptar y mantener una posición corporal, en oposición a la gravedad” (Capón 1982).

3.3.1. Las habilidades básicas

Son todas aquellas conductas y aprendizajes adquiridos por una persona, éstas se caracterizan por su especificidad. No responden a los modelos concretos y conocidos de movimientos o gesto formas que caracterizan las actividades regladas y estandarizadas. A continuación, se muestra una serie de conceptos a cerca de las habilidades motrices básicas.

Pérez (1987) manifiesta que, las habilidades y destrezas motrices básicas, a diferencias de otras habilidades motrices más especializadas, resultan básicas "porque son comunes a todos los individuos, ya que, la perspectiva filogenética, han permitido la supervivencia del ser humano y actualmente conservan su carácter de funcionalidad, porque son fundamento de posteriores aprendizajes motrices (deportivos o no deportivos).

Estas habilidades motoras básicas han sido agrupadas a lo largo del tiempo con criterios diversos según diferentes autores, como a continuación se mencionará.

Godfrey y Kephart (1969), proponen que los movimientos básicos pueden ser contemplados dentro de dos categorías:

- a) Movimientos que implican fundamentalmente el manejo del propio cuerpo.
- b) Movimientos en los que la acción fundamental se centra en el manejo de objetos.

Wickstron (1970) señala como movimientos fundamentales, correr, saltar, lanzar, movimientos mediante golpeo, bien sea con el pie, la mano, o mediante otros objetos o instrumentos. Es evidente que estas pueden ser clasificadas dentro de los dos grandes grupos de movimientos anteriormente referidos, de locomoción y manipulativos, que preconizan los autores anteriores.

El concepto de habilidad motriz básica en Educación Física considera una serie de acciones motrices que aparecen de modo filogenético en la evolución humana, tales como marchar, correr, girar, saltar, lanzar, recepcionar.

Las habilidades básicas encuentran un soporte para su desarrollo en las habilidades perceptivas, las cuales están presentes desde el momento del nacimiento, al mismo tiempo que evolucionan conjuntamente.

Se consideran habilidades motrices básicas los desplazamientos,

saltos, giros, lanzamientos y recepciones, todos ellos relacionados con la coordinación y el equilibrio.

3.3.2. Las habilidades específicas

Según Sánchez Bañuelos (1986) son “toda aquella actividad de índole físico en torno a la consecución de un objetivo concreto enmarcado por unos condicionamientos previos y bien definidos en su realización” Tienen implícito un objetivo de eficiencia, de efectividad y de rendimiento y que están centradas en la consecución de metas concretas, conocidas y bien determinadas.

Las habilidades específicas en 4 grupos:

1. Habilidades atléticas.
2. Habilidades gimnásticas.
3. Habilidades de lucha.
4. Habilidades de deportes colectivos.

Llamaremos tarea motriz específica a toda actividad de carácter físico que busca el alcanzar un objetivo concreto y que necesita de unos conocimientos precisos y bien definidos en su realización.

La tarea motriz específica en el resultado de las infinitas

combinaciones de habilidades y destrezas motrices básicas.

Las habilidades específicas son la capacidad de conseguir un objetivo concreto, es decir, la realización de una tarea motriz definida con precisión.

Entendemos que el término destreza tiene también numerosas acepciones aunque la mayoría la entiendan como disponibilidad corporal relacionada con la actividad física especializada, sea esta deportiva o no.

3.4. FASES EN EL APRENDIZAJE DE UNA HABILIDAD MOTRIZ

- **1era. FASE**

El alumno explora y se familiariza con la habilidad, por tanto hay una intervención importante de los mecanismos perceptivos. Generalmente no se consigue la habilidad y se producen intentos de realización a base de poner a prueba los aprendizajes anteriores.

- **2da. FASE**

Es posible que el alumno realice la habilidad, pero con ciertas dificultades, tales como falta de independencia segmentaria, de coordinación dinámica general, de eficacia en la acción, etc... es en esta fase donde se producen los verdaderos mecanismos de regulación del aprendizaje.

- **3era. FASE**

Se consigue la realización de la habilidad salvando los problemas segmentarios y de coordinación que se dieron en la anterior.

Transferencia

- Es el fenómeno mediante el cual un aprendizaje realizado de forma significativa tiene una especial incidencia en aprendizajes

posteriores del mismo ámbito. La adquisición de un amplio repertorio de habilidades básicas repercutirá posteriormente, de forma positiva, en el aprendizaje de habilidades más complejas y difíciles.

El aprendizaje significativo

- ¿De dónde parte?
 - De los conocimientos previos de los alumnos.
- ¿Cuáles son las condiciones para que se produzca?
 - El contenido debe ser potencialmente significativo
 - Desde la estructura lógica del área
 - Desde la estructura psicológica del alumno.
 - El alumno debe estar motivado y tener una actitud favorable.
- ¿Cómo se realiza?
 - Mediante una intensa actividad del alumno • El profesor actúa de mediador entre el alumno y el nuevo conocimiento.
- ¿En qué consiste?
 - Modificación de los esquemas de conocimiento: desequilibrio-reequilibrio.
- ¿Qué buscamos?
 - Estructura cognitiva comprensiva: aprender a aprender.

3.5. DIFERENCIA ENTRE HABILIDAD Y DESTREZA MOTRIZ

Según B. Knapp (1963), una habilidad es “la capacidad adquirida por aprendizaje, de producir unos resultados previstos con el máximo de acierto y, frecuentemente, con el mínimo de coste en tiempo, energía, o ambas cosas”

Según Batalla(1994) “ grado de competencia de un sujeto concreto frente a un objetivo determinado. En cambio por destreza se desprende el concepto d que ésta es la “capacidad del individuo de ser eficiente en una habilidad determinada”, la destreza puede ser adquirida por medio del aprendizaje o innata en el propio individuo.

Haciéndonos eco de la dificultad que entraña su diferenciación y que incluso algunos autores le dan a estos términos connotaciones iguales y otros, sin embargo hacen diferencias, debemos pues diferenciarlos para no incurrir en una confusión de significados.

En el siguiente cuadro recogemos los rasgos principales que diferencian a estos términos:

HABILIDAD MOTRIZ	DESTREZA MOTRIZ
CARÁCTER NATURAL E INNATO (Carreras, saltar, lanzar...)	CARÁCTER APRENDIDO (Lanzar a canasta, saltar vallas, salto de altura)
RELACIÓN CON EL ENTORNO A TRAVÉS DEL DESPLAZAMIENTO (Carreras, saltos)	RELACIÓN CON EL ENTORNO ATRAVÉS DE LA MANIPULACIÓN DE LOS OBJETOS (Gimnasia rítmica, tenis...)
MOVIMIENTO GLOBAL DEL CUERPO (Carreras, saltos, natación, gimnasia)	MANUALES (tiro con arco y aparatos en gimnasia rítmica)

El origen de estas diferencias se encuentra probablemente en su etimología. A menudo al realizar traducciones del inglés al castellano, no se respeta el significado de estos términos, lo que da lugar, más si cabe, a confusiones de estos términos.

3.6. BASES NEUROLÓGICAS

Nuestro organismo posee dos sistemas para mantener el equilibrio dinámico, que permite en cada situación la constancia del medio interno.

Estos dos sistemas son: el endocrino y el nervioso. El sistema nervioso actúa doblemente, por un lado interviene regulando la relación del cuerpo con el mundo que lo rodea, a través del movimiento, por otra parte interviene en la regulación de las vísceras y mantenimiento de la homeostasis.

3.6.1. El sistema nervioso opera esquemáticamente de la siguiente forma:

a) Sistema de recepción o recogida de la información:

- Del mundo exterior a través de los órganos de los sentidos y receptores somestésicos.
- Del propio organismo a través del sistema nervioso autónomo.

b) Sistema de elaboración e integración de la información:

- Cada señal que llega debe ser procesada pero este sistema de elaboración sigue una jerarquía con arreglo a la evolución de la escala filogenética.

c) **Sistema de ejecución o fase efectiva de la información analizada:**

- El control o ejecución de las actividades corporales es la respuesta motora, entendiéndola no sólo como aquella dirigida a la contracción muscular sino también a la que controla las funciones vegetativas.

3.6.2. Clasificación anatómica del sistema nervioso

- **Central:** Constituido por el encéfalo y la médula espinal los cuales están protegidos por el cráneo y la columna vertebral respectivamente. Esta es la parte encargada de la elaboración, conservación y ejecución de la información.
- **Periférica:** Formada por las fibras nerviosas que forman los nervios.

Se divide en:

- **Aferentes o sensitivas:** Son las encargadas de llevar la información a las estructuras más superiores.

- Eferentes o motoras: Son las que ejecutan la información una vez ha sido analizada.

3.7.NIVELES DE COMPLEJIDAD DESDE EL PUNTO DE VISTA DEL ACTO MOTOR:

A. Nivel medular:

Es el más simple y se encarga de establecer el tono muscular, es decir, el grado de tensión muscular indispensable para el resto de las funciones motoras del resto de los niveles. Por tanto el nivel medular es el origen del tono muscular y de los reflejos básicos.

Características:

- Automatismo.
- Alta velocidad de respuesta.
- No necesita decisión de la consciencia.

B. Nivel del tronco o tallo encefálico:

Las estructuras que comparten este nivel son: bulbo protuberancia, mesencéfalo, hipotálamo y tálamo. El tono muscular debe adaptarse a situaciones dinámicas que pueda hacerlo variar. El control de estas variaciones está relacionado con la enorme complejidad de las

estructuras de este nivel y constituye el tono central. Interviene de forma general en la modificación de los reflejos básicos.

Características:

- Coordinación y equilibrio.
- Subconsciencia.

C. Nivel cortical:

El desarrollo del telencéfalo conduce a este nivel que controla las actividades motoras voluntarias. Las funciones superiores están localizadas a este nivel. El cerebelo también interviene a este nivel, conservando la conducta motora. La característica más notable del cerebelo es la capacidad para ejecutar los movimientos correctamente. El cerebelo actúa coordinando los movimientos y por tanto manteniendo la estática. Esta sería la función de cada una de las partes del cerebelo:

- Control de la postura y tono muscular: efectuado por la porción medial (remis) y lóbulo floculonodular.
- Control de la trayectoria de un movimiento: efectuado por la porción intermedia.
- Control de la trayectoria de movimientos originados en la corteza motora: efectuado por la porción lateral del cerebelo.

Actualmente se piensa que el cerebelo también es un programador del movimiento permitiendo así mejorar la precisión de los movimientos, como consecuencia de fijaciones de experiencias anteriores y automatismos adquiridos en el propio cerebelo.

En este nivel en el que nos centramos, la vía eferente principal es el fascículo piramidal. Dentro de las células piramidales existen dos tipos relacionados con la ejecución del movimiento. Así las células piramidales rápidas intervendrán al comienzo y en movimientos muy rápidos. Las piramidales lentas intervendrán en el transcurso del movimiento, pudiendo graduarse su descarga en relación a la información aferente. La primera acción de la vía piramidal es directa sobre las motoneuronas. Su influencia es la siguiente:

- Inhibición sobre los músculos extensores y facilitación de los flexores.
- Control individual e independiente de los músculos dedos-muñeca y dedos-tobillo.

La segunda acción es sobre los reflejos y la información sensorial a través de mecanismos de:

- Inhibición sobre las vías aferentes.

- Excitación sobre las neuronas de relevo de los fascículos espinocerebeloso, facilitando la transmisión de los receptores cutáneos

Por otra parte, Bernstein, en “The coordination and regulation of movements” afirma que cada movimiento, por muy nuevo que sea, se ejecuta siempre sobre la base de relaciones de coordinación precedentes. Esto significa que para cada nuevo comportamiento gestual, el hombre utiliza elementos de acción que ya poseía y que se unen en una secuencia organizada actual y diferente. Por tanto, cuantas más experiencias motoras el individuo tenga y haya memorizado, tanto más fácilmente podrá ejecutar sin dificultad nuevas acciones más o menos complejas.

3.8. ONTOGÉNESIS:

Desarrollo del niño desde el estado prenatal hasta la adolescencia.

A medida que el niño crece las posibilidades motrices crecen ampliamente, llegando a ser cada vez más variadas y completas. El recién nacido es un ser con las posibilidades motrices inmaduras que reacción globalmente a las estimulaciones.

El control motor depende del funcionamiento de las estructuras

nerviosas y musculares que condicionan diferentes actividades motrices y en el que los factores del desarrollo son particularmente importantes en el curso de la infancia.

Las actividades ontogénicas que un individuo es susceptible de adquirir o no, incluyen actividades como nadar, esquiar, patinar, deslizarse, montar en bicicleta, etc., en cuanto a las locomotrices. Dentro de las no locomotrices encontramos actividades como escribir, dibujar, pintar, tocar un instrumento, regatear, etc.

La actividad motriz, coordinación de movimientos simples descansa sobre un repertorio innato de modelos de acciones (reflejos) y exige una reducción progresiva de los grados de libertad articular adaptada a la estructura espacio-temporal del contexto de la acción.

En el nacimiento y en las semanas que siguen se manifiestan en el seno de una actividad motriz espontánea ciertos movimientos normalmente identificables en todos los recién nacidos.

Algunos de los reflejos más importantes son:

- Reflejos del abrazo.

- Reflejo de agarre.
- Reflejo de enderezamiento
- Reflejo tónico del cuello

La desaparición gradual de estos diferentes reflejos en el curso del primer año (Saint-Anne Dargassies, 1982) revela el control progresivo ejercido por el córtex sobre los centros subcorticales y se acompaña de la aparición de nuevos comportamientos motores que marcan la corticalización progresiva de la actividad psicomotriz.

Existe en el niño desde su nacimiento, gran número de reacciones motrices espontáneas incontroladas que están a menudo provocadas por sus propias emociones. Sin embargo las numerosas observaciones realizadas en recién nacidos y niños (Coghill, 1929) indican que la organización del control de los actos motores sigue una doble dirección céfalo-caudal y próximo-distal.

Durante los tres primeros meses de vida, el funcionamiento biológico y una actividad motriz impulsiva de origen reflejo dominan la vida del niño. Los periodos de vigilia se caracterizan por reacciones globales a las estimulaciones y a las variaciones del medio: movimientos oculares y gesto

espontáneo, variaciones tónicas y reflejas.

Después de los tres meses se difuminan las reacciones a las estimulaciones en provecho de comportamiento voluntario de origen sensoriomotor. Los sistemas sensoriales activan su funcionalidad asociada a la corticalización progresiva del control.

La evolución ocular evoluciona al mismo tiempo que el desarrollo progresivo de circuitos nerviosos cada vez más sofisticados (Bronson. 1974). En el nacimiento el guiado visual resulta de la intervención de la visión periférica y requiere al sistema visual secundario, lo que permite la persecución lenta de un campo visual que se desplaza y la sacudida ocular que pone en visión central un estímulo importante del campo visual periférico.

Durante el segundo mes el sistema visual primario propio de la visión central se desarrolla y permite al niño concentrar su atención sobre los elementos de un estímulo particular y comenzar a codificar los componentes más característicos de diferentes modelos. La maduración del neo córtex del sistema visual primario favorece esta evolución y hace posible la utilización de experiencias anteriores para guiar su mirada y examinar un estímulo por fijaciones repetidas.

Las posibilidades motrices de un niño pequeño están igualmente condicionadas por el estado de sus músculos lo que determina la fuerza- La fuerza se desarrolla permitiendo las posiciones sentado después en pie y luego la marcha. Otros factores actúan igualmente sobre la calidad y el volumen de diferentes grupos musculares como la maduración, la herencia, la alimentación sana y la actividad física.

Tras haber tratado el tema de los movimientos de los recién nacidos vamos a tocar otro tema importante, que es la evolución del tono muscular.

El tono muscular de reposo constituye la contracción muscular de base sobre la que se superpone la actividad "clónica". Interviene además en el mantenimiento de las actitudes, y de su evolución en el curso de los primeros meses de vida depende la adquisición de las funciones motrices. El bebé en el primer mes no tiene musculada la zona del tronco por lo que no tiene control del equilibrio.

Este desequilibrio tónico produce la actitud característica del niño en reposo en la que los miembros están flexionados y en rotación externa.

Por otra parte, los miembros son solidarios del tronco pero la cabeza es independiente, lo que necesita su soporte cuando el niño es levantado. Más tarde, hacia los seis meses se produce lo inverso.

La evolución del tono axial, el largo de la columna vertebral, se termina en el niño por la adquisición de la posición de en pie. Las etapas progresivas siguen un orden céfalo-caudal. Hacia el tercer mes, el tono de 105 músculos del cuello es suficientemente elevado para permitir al niño controlar los movimientos de la cabeza y mantenerla en el mismo plano que su espalda cuando pasa, tirado por las manos, del decúbito dorsal a la posición de sentado. Alrededor del 80 mes el niño domina la posición sentado. Esta adquisición se acompaña del paso progresivo de la cifosis dorsal global al enderezamiento de la columna vertebral y a la aparición de la lordosis lumbar con un aumento del tono de los músculos paravertebrales. El tronco está inclinado aún hacia delante, la lordosis lumbar sigue todavía poco marcada, pero se endereza hacia los 10-12 meses. El niño se mantiene de pie y realiza algunos pasos que evoluciona hasta la marcha.

Stamback (1963) indica el papel fundamental que juega el tono muscular de las actividades motrices propioceptivas en relación con el mismo cuerpo, y exteroceptivas en relación con el mundo exterior.

Después de los tres años, la hiperextensibilidad característica del, niño pequeño disminuye progresivamente para alcanzar la normal hacia los siete años. La evolución del tono no está aún terminada.

La realización de un movimiento se acompaña de la aparición de movimientos parásitos, las sincinesias, provocados más cuando la mano no preferida ejecuta un movimiento activo. Las sincinesias tónicas resultan de un aumento del tono muscular en otros músculos; evoluciona muy poco entre los 6 y 10 años y pueden subsistir después. Las sincinesias cinéticas o de imitación acompañan un movimiento ipsolateral o contralateral: evolucionan entre los 6 y 10 años y desaparecen generalmente a continuación.

Por último para concluir con el desarrollo del niño desde antes de su nacimiento hasta su adolescencia, trataremos el tema de la evolución de la presión.

La presión representa una etapa capital en el desarrollo del niño. Permite la apropiación del mundo exterior mediante la manipulación y el descubrimiento.

La presión voluntaria supone, en el niño normal, la vista del objeto, que le permite localizarlo en el espacio así como percibir sus características; la vista provoca seguidamente el movimiento de aproximación de la mano y su pre colocación adaptada al tamaño del objeto.

Haiverson (1931) descompone el gesto de agarre en cuatro etapas; la localización visual del objeto, la aproximación de la mano o puntería, la presión y la explotación del objeto.

La mano que presenta la mayor actividad espontánea es también la que el niño utiliza para alcanzar los objetos (Giesecke, 1936), a pesar de que no tenga aún preferencia muy marcada en el curso del período postnatal (Young, 1977).

Landreth (1958) subraya la complejidad del proceso de evolución de la presión y distingue seis actividades coordinadas:

- La localización visual de un objeto que genera el intento de asirlo;
- La coordinación ojo-mano se establece;
- La movilización inicial máxima de la musculatura deja Sitio a la movilización mínima, reduciendo el esfuerzo;
- La actividad fina distal de los músculos de las manos reemplaza a la actividad global proximal de los músculos del brazo y del hombro;
- Los movimientos torpes y groseros de la mano para asir los objetos evolucionan hacia la gran precisión de la pinza digital;
- La utilización de la mano preferida sustituye a la simultánea de las dos manos.

3.9. EVOLUCIÓN DE LAS HABILIDADES MOTRICES BÁSICAS

Según Sánchez Bañuelos (1984), el desarrollo de las habilidades motrices se lleva a cabo en los niños siguiendo las siguientes fases:

1º FASE DE 4 A 6 AÑOS

- Desarrollo de las habilidades perceptivas a través de tareas motrices Habituales.
- Desarrollo de capacidades perceptivas tanto del propio cuerpo como a nivel espacial y temporal.
- Las tareas habituales incluyen: caminar, tirar, empujar, correr, saltar.
- Se utilizan estrategias de exploración y descubrimiento.
- Se emplean juegos libres o de baja organización.
- Para el desarrollo de la lateralidad se emplean segmentos de uno y otro lado para que el alumno descubra y afirme su parte dominante.

2º FASE DE 7 A 9 AÑOS

- Desarrollo de las habilidades y destrezas básicas mediante movimientos básicos que impliquen el dominio del propio cuerpo y el manejo de objetos.
- Estos movimientos básicos están referidos a desplazamientos, saltos, giros, lanzamientos y recepciones.
- En la actividad física se utiliza el componente lúdico-competitivo.

- Se busca el perfeccionamiento y una mayor complejidad de los Movimientos de la etapa anterior.
- Se siguen estrategias de búsqueda fundamentalmente, pero a veces será necesaria la instrucción directa por parte del profesor para enseñar algunos movimientos complejos.

3º FASE DE 10 A 13 AÑOS

- Se da una iniciación a las habilidades y tareas específicas que tienen un carácter lúdico-deportivo y se refieren a actividades deportivas o actividades expresivas.
- Se trabajan habilidades genéricas comunes a muchos deportes.
- Se inician habilidades específicas de cada deporte y técnicas para mejorar los gestos

4º FASE DE 14 A 17 AÑOS

Esta fase se sale de nuestro campo de Primaria, e incluye:

- Desarrollo de habilidades motrices específicas.
- Iniciación a la especialización deportiva.
- Trabajo de técnica y táctica con aplicación real.

3.10. CARACTERÍSTICAS DE LAS HABILIDADES MOTRICES BÁSICAS

Las características particulares que hacen que una habilidad motriz sea básica son:

- Ser comunes a todos los individuos.
- Haber permitido la supervivencia.
- Ser fundamento de aprendizajes motrices.

Consideramos habilidades motrices básicas a los desplazamientos, saltos, giros, lanzamientos y recepciones, todos ellos relacionados con la coordinación y el equilibrio.

El ser humano en el transcurso de su vida aprende distintas variedades de habilidades, sin embargo, las más resaltantes son a) Correr, b) Saltar, c) Lanzar y d) Rodar, las cuales se presentan a continuación:

a) correr

Correr es una parte del desarrollo locomotor humano que aparece a temprana edad. Slocum y James (1968), señala que correr es en realidad,

una serie de saltos muy bien coordinados, en los que el peso del cuerpo, primero se sostiene en un pie, luego /o hace en el aire, después vuelve a sostenerse en el pie contrario, para volver a hacerlo en el aire.

b) Saltar

Saltar es una habilidad motora en la que el cuerpo se suspende en el aire debido al impulso de una o ambas piernas y cae sobre uno o ambos pies. El salto requiere complicadas modificaciones de la marcha y carrera, entrando en acción factores como la fuerza, equilibrio y coordinación.

c) Lanzar

El desarrollo de la habilidad de lanzar ha sido un tema muy estudiado durante décadas. La forma, precisión, distancia y la velocidad en el momento de soltar el objeto se han empleado como criterios para evaluar la capacidad de lanzamiento de los niños.

d) Rodar

Es un desplazamiento corporal que se realiza alrededor de su eje vertical u horizontal sobre una superficie, en el cual interviene toda la estructura corporal como unidad. El concepto de habilidad motriz básica considera una serie de acciones motrices que aparecen conforme a la evolución humana, tales como marchar, correr, girar, saltar, lanzar,

repcionar. Las características particulares que hacen que una habilidad motriz sea básica son que son comunes a todos los individuos permiten la supervivencia y son el fundamento de aprendizajes motrices más complejos. Se consideran habilidades motrices básicas los desplazamientos, saltos, giros, lanzamientos y recepciones, todos ellos relacionados con la coordinación y el equilibrio.

3.11. IMPORTANCIA DE LAS HABILIDADES MOTRICES BÁSICAS

Los preescolares más jóvenes están aprendiendo a usar estas habilidades, y por eso muchos se ven extraños al desarrollarlas; sin embargo, a medida que progresan en sus años preescolares, los niños suelen aprender a dominar una variedad de actividades motrices.

Vásquez (2013) menciona que, para los niños y niñas preescolares, es indispensable la estimulación por medio de juegos y rondas, ya que ellos desarrollan las habilidades motrices que cada uno debe tener, la misma debe ser descubierta por el educador, esto ayuda a que los niños sientan lo agradable que es el ejercicio, todo esto combinado con bailes, canciones, rimas y toda clase de procedimientos lúdicos, por grupos o individual.

Es decir, trabajar las habilidades motrices básicas en educación

infantil de manera divertida y lúdica. Es principal para el niño puesto que no solo le ayuda a desarrollarse sano en el aspecto físico, sino además a desenvolverse cognitiva, emocional y afectivamente, reconocer y entender su cuerpo, las posibilidades que ofrecen, cómo expresarse y cómo relacionarse con el entorno.

3.12. ALTERACIONES DE LAS HABILIDADES MOTRICES BÁSICAS

Como ya sabemos las habilidades básicas son los cimientos de nuestra motricidad, es por ello que debemos intentar que las alteraciones no aparezcan o, por lo menos, si aparecen, hemos de intentar que desaparezcan.

Estas alteraciones, dejan de ser consideradas como tales cuando se dan en niños mayores de ocho años, entonces es cuando se consideran “insuficiencias en la coordinación”. Estas insuficiencias y alteraciones se manifiestan en problemas para la coordinación dinámica creando problemas en los desplazamientos, pérdidas de equilibrio, falta de tono, etc.

Estos trastornos crean varios tipos de problemas diferentes, como pueden ser las dificultades de coordinación entre el miembro superior y el miembro inferior y dificultades para fijar la atención y falta de disciplina motriz.

Así, los tres trastornos más frecuentes son:

- Los débiles motores: normalmente aunque no siempre, este trastorno va asociado a la debilidad mental.
- Inestable psicomotor: es aquel que padece de hiperactividad.
- Inhibido psicomotor: es la persona que sufre por su falta de seguridad.

Estos trastornos crean en el individuo un sentimiento de fracaso y de frustración que da lugar a importantes problemas psicológicos. De ahí que deducimos que problemas que, al parecer, no son tan graves, pueden desarrollar serias patologías, es aquí donde se ve la importancia de su buen tratado.

Por otro lado también vemos que problemas que en un principio tiene una apariencia tipo neurológico al final son problemas de esquema corporal que no son tan difíciles de resolver como pueden parecer en un primer momento.

Dos ejemplos muy claros de estas malformaciones son la paratonía y la sincinesia o sincinesia. La paratonía consiste en una alteración del tono muscular, que persiste en estado tónico cuando debería estar relajado. La sincinesia es un trastorno de la motricidad en que la persona afectada al realizar un movimiento, realiza obligatoriamente otros con la extremidad.

CAPÍTULO IV

METODOLOGÍA

4.1. ENUNCIACIÓN DE LA HIPÓTESIS

4.1.1. Hipótesis general

La aplicación del programa de psicomotricidad "Juego-Movimiento" permite mejorar significativamente las habilidades motrices básicas de los niños de 5 años en la I.E.I Santa María Goretti C.P.M. La Natividad en Tacna en el año 2016.

4.1.2. Hipótesis específicas:

- a) Los niveles de las habilidades motrices básicas que poseen los niños de 5 años en la I.E.I. Santa María Goretti C.P.M. La Natividad en Tacna en el año 2016 antes de la aplicación del programa de psicomotricidad "Juego –Movimiento", es bajo.
- b) Los niveles de las habilidades motrices básicas que poseen los niños de 5 años en la I.E.I. Santa María Goretti C.P.M. La Natividad en Tacna en el año 2016 después de la aplicación del programa de psicomotricidad "Juego -Movimiento", es alto.

- c) Existen diferencias significativas en los niveles de las habilidades motrices básicas de niños de 5 años en la I.E.I. Santa María Goretti C.P.M. La Natividad en Tacna en el año 2016 antes y después de la aplicación del programa de psicomotricidad "Juego-Movimiento".

4.2. VARIABLES

4.2.1. Variable independiente:

El programa de psicomotricidad "Juego – Movimiento"

Indicadores:

- Aceptabilidad
- Dinamismo
- Lúdico

4.2.2. Variable dependiente

Habilidades motrices básicas

Indicadores:

- Correr
- Saltar
- Lanzar
- Rodar

Escala

Buena habilidad motriz

Regular habilidad motriz

Mala habilidad motriz.

4.3. TIPO Y DISEÑO DE INVESTIGACIÓN

4.3.1. Tipo de investigación

Aplicada

4.3.2. Diseño de investigación

Cuasi experimental con un grupo con evaluación antes y después, representada por el siguiente esquema:

GE 01 X 02

Donde:

Ge = Grupo Experimental

01 = Evaluación de entrada

X = Aplicación del Programa de psicomotricidad "Juego -
Movimiento"

02 = Evaluación de salida

4.4. ÁMBITO DE LA INVESTIGACIÓN

Micro-regional: La aplicación del programa de psicomotricidad denominado “Juego – Movimiento” se realizó en alumnos del nivel inicial de 5 años de edad en la I.E.I. Santa María Goretti.

4.5. POBLACIÓN Y MUESTRA

4.5.1. Población

La población de estudio está constituida por 25 alumnos de educación inicial de 5 años de la I.E.I. Santa María Goretti.

4.5.2 Muestra

Para la aplicación del programa "Juego - Movimiento" se trabajó con todos los alumnos de 5 años de educación inicial de la I.E.I. Santa María Goretti, por lo tanto, no fue necesario seleccionar una muestra.

4.6. RECOLECCIÓN DE LA INFORMACIÓN

4.6.1. Procedimiento

La información se recopiló de primera fuente y en forma personal.

4.6.2. Técnicas

De aplicación

Dinámicas lúdicas, para trabajar las sesiones

De recolección

La observación, para recoger la información sobre el avance del aprendizaje de los niños y niñas.

4.6.3. Instrumentos

De aplicación

Para aplicar el Programa de psicomotricidad "Juego-Movimiento", se utilizó sesiones de aprendizaje.

De recolección

Para la recolección de información se aplicó una lista de cotejo.

CAPÍTULO V

LOS RESULTADOS

5.1. EL TRABAJO DE CAMPO

La elaboración de los instrumentos del trabajo de investigación se dio en el mes de enero del presente año 2016, tanto la prueba de entrada como la de salida respectivamente, así mismo las diversas actividades (programa de psicomotricidad "Juego - Movimiento") para evaluar las habilidades motrices básica y puedan ser aplicados a 25 niños de 5 años en la I.E.I. Santa María Goretti del C.P.M. La Natividad.

Se procedió a la coordinación con las autoridades pertinentes de la I.E.I. Santa María Goretti. Se solicitó el permiso de manera verbal a la directora y a la profesora de aula, quienes se mostraron dispuestos e interesados por la aplicación del programa, para la mejora de las habilidades motrices básicas.

La aplicación de las 20 sesiones del programa de psicomotricidad "Juego-Movimiento" se inició el 03 de marzo del 2016 hasta el 27 de mayo.

Se ejecutaron dos sesiones por semana los días jueves y viernes las dos últimas horas de clases, según lo acordado con la profesora de aula. A si mismo se desarrollaron las sesiones con la totalidad del alumnado, siendo una experiencia enriquecedora para los alumnos y la investigadora. Se pudo observar otros posibles problemas (desnutrición, obesidad, entre otras).

5.2. DISEÑO DE PRESENTACIÓN DE LOS DATOS.

La información procesada se presenta en el siguiente orden:

Información sobre los niveles de las habilidades motrices básicas que poseen los de 5 años en la I.E.I. Santa María Goretti C.P.M. La Natividad en Tacna en el año 2016 antes de la aplicación del programa de psicomotricidad "Juego-Movimiento".

Información sobre la aplicación del programa de psicomotricidad "Aprende-Jugando" en los niños de 5 años de la I.E.I. Santa María Goretti C.P.M. La Natividad en Tacna.

Información sobre los niveles de las habilidades motrices básicas de 5 años en la I.E.I. Santa María Goretti C.P.M. La Natividad en Tacna en el año 2016 después de la aplicación del programa de psicomotricidad

"Juego-Movimiento".

Información sobre las diferencias significativas en los niveles de las habilidades motrices básicas de los niños de 5 años en la I.E.I. Santa María Goretti C.P.M. La Natividad en Tacna en el año 2016 antes y después de la aplicación del programa de psicomotricidad "Juego-Movimiento".

5.3. PRESENTACIÓN E INTERPRETACION DE LOS DATOS.

5.3.1 Información sobre los niveles de las habilidades motrices básicas para correr, saltar, lanzar y rodar que poseen los niños de 5 años en la I.E. Santa María Goretti C.P.M. La Natividad en Tacna en el año 2016, antes y después de la aplicación del programa de psicomotricidad "Juego – movimiento".

Escalas valorativas:

POR HABILIDAD MOTRIZ YA SEA CORRER, SALTAR LANZAR O RODAR

BAJO

REGULAR

ALTO

1-2 PUNTOS

3 -4 PUNTOS

5-6 PUNTOS

PUNTAJE TOTAL ES: 6

HABILIDADES MOTRICES TODA LA PRUEBA ACTITUDINAL:

BAJO	REGULAR	ALTO
1-8 PUNTOS	9-16 PUNTOS	17-24 PUNTOS

PUNTAJE TOTAL DE TODO EL TEST ES: 24

Tabla N° 1.

Distribución de los niños de 5 años de la I.E.I. Santa María Goretti según habilidad motriz básica de correr en el C.P.M. La Natividad en Tacna, 2016.

NIVELES	NIÑOS Y NIÑAS DE 5 AÑOS			
	PRE TEST		POST TEST	
	Nº	%	Nº	%
BAJO	15	60,00	0	0,00
REGULAR	10	40,00	23	92,00
ALTO	0	0,00	2	8,00
TOTAL	25	100,00	25	100

Fuente: Ficha de observación: Pre test y post test

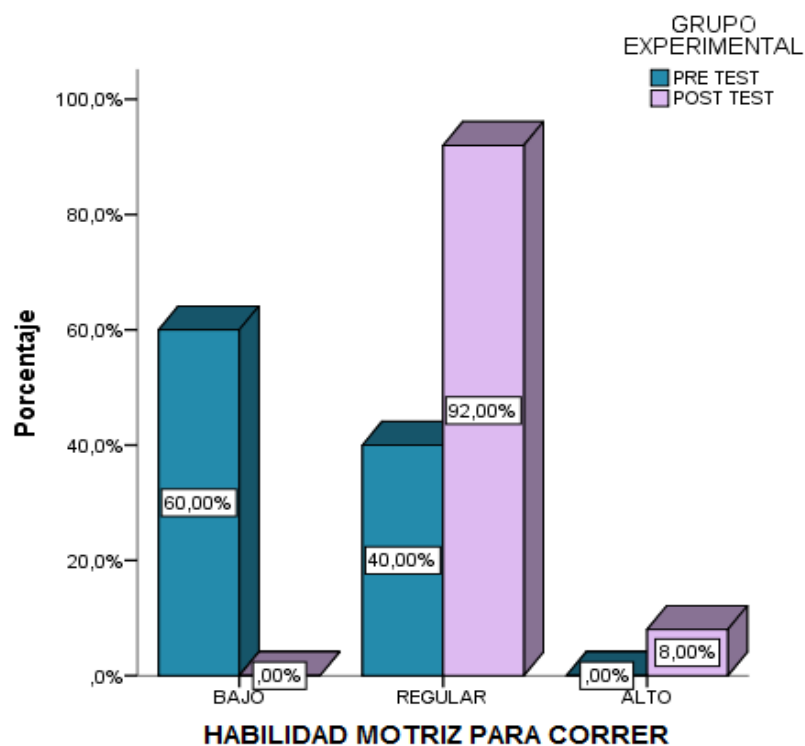


Figura 1: Distribución de los niños de 5 años de la I.E.I. Santa María Goretti según nivel de habilidad motriz básica de correr en el C.P.M. la natividad en Tacna, 2016.

Fuente: Tabla 1.

INTERPRETACIÓN

En la tabla 1 y figura N°1, se presenta la información relacionada a la distribución de los niños de 5 años según Pre Test en el nivel de habilidad motriz para correr; donde se aprecia que un 60,00% de los niños presentan un bajo nivel de habilidad motriz para correr, sin

embargo, un 40,00% de los niños muestran un regular nivel de habilidad motriz para correr, mientras que en el nivel alto de habilidad motriz no se ha registrado valores representativos. Por tanto, significa que existe bajo nivel de habilidad motriz en su mayoría para realizar actividades de carrera, para ello se debería reforzar actividades de movimiento durante su proceso de formación motriz en los niños.

Por otra parte, en los resultados obtenidos en el Post Test de habilidades motrices para correr, se puede observar que un 92,0% de los niños muestran un regular nivel de habilidad motriz para correr, sin embargo, un considerable porcentaje de un 8,0% de niños revelan un alto nivel de habilidad motriz para correr. Por tanto, podemos concluir que en la mayoría de los niños han mejorado regularmente en la habilidad motriz para correr, lo que significa que con la implementación del programa de psicomotricidad denominado “juego – movimiento” se mejorará significativamente las habilidades de carrera en los niños.

Tabla N° 2.

Distribución de los niños de 5 años de la I.E.I. Santa María Goretti según el nivel de habilidad motriz básica para saltar en el C.P.M. La Natividad en Tacna, 2016.

NIVELES	NIÑOS Y NIÑAS DE 5 AÑOS			
	PRE TEST		POST TEST	
	Nº	%	Nº	%
BAJO	15	60,00	3	12,00
REGULAR	10	40,00	19	76,00
ALTO	0	0,00	3	12,00
TOTAL	25	100,0	25	100,0

Fuente: Ficha de observación: Pre test y post test

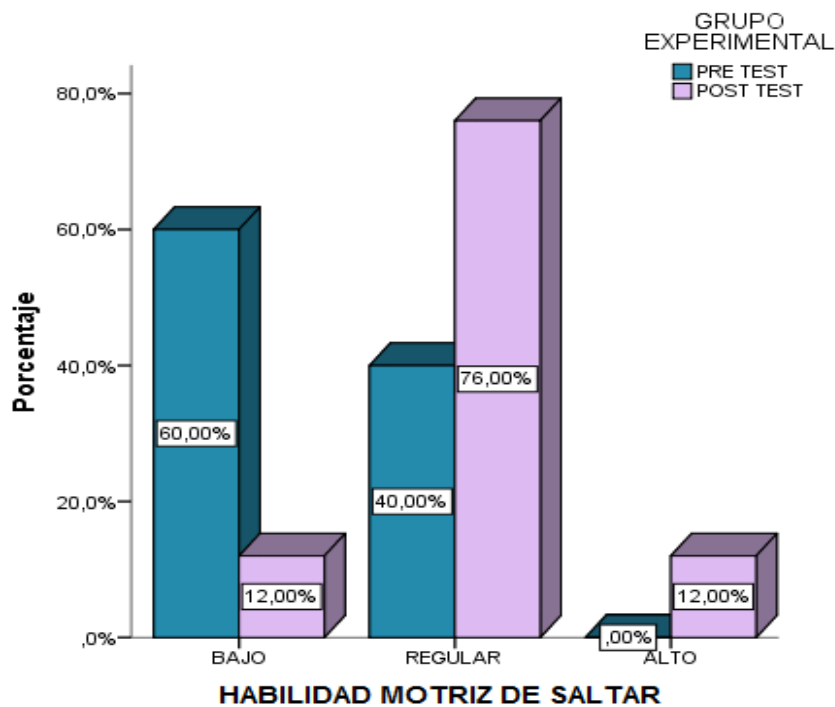


Figura 2:

Distribución de los niños de 5 años de la I.E.I. Santa María Goretti según nivel de habilidad motriz básica para Saltar en el C.P.M. la natividad en Tacna, 2016.

Fuente: Tabla 2.

INTERPRETACIÓN

En la tabla 2 y figura 2, se presenta la información relacionado a la distribución de los niños de 5 años de la I.E.I. Santa María Goretti según Pre Test de habilidad motriz básica de Saltar; donde se puede apreciar que el 60,0% de los niños muestran un bajo nivel de habilidad motriz para saltar, seguido de un porcentaje de 40,0% de niños revelan que tienen un regular nivel de habilidad motriz para saltar; puesto que en su mayoría de los niños, es notorio que existe una cantidad considerable con bajo nivel motriz y con problemas en las actividades de salto.

Y con respecto a los resultados obtenidos en Post Test de habilidades motrices para saltar; se aprecia que el 12,0% de los niños muestran bajo nivel de habilidad motriz para saltar, seguido de un 76,0% de los niños revelan que tienen regular nivel de habilidad motriz para saltar, mientras que un porcentaje considerable de 12,0% de los niños tienen un alto nivel de habilidad motriz para realizar la actividad de salto. Esto significa que la mayor parte de los niños han mejorado regularmente en su nivel de salto realizando diversos saltos y/o actividades que involucren despegue.

Tabla N° 3.

Distribución de los niños de 5 años de la I.E.I. Santa María Goretti según el nivel de habilidad motriz básica para lanzar en el C.P.M. La Natividad en Tacna, 2016.

NIVELES	NIÑOS Y NIÑAS DE 5 AÑOS			
	PRE TEST		POST TEST	
	Nº	%	Nº	%
BAJO	14	56,00	1	4,00
REGULAR	10	40,00	20	80,00
ALTO	1	4,00	4	16,00
TOTAL	25	100,0	25	100,0

Fuente: Ficha de observación: Pre test y post test

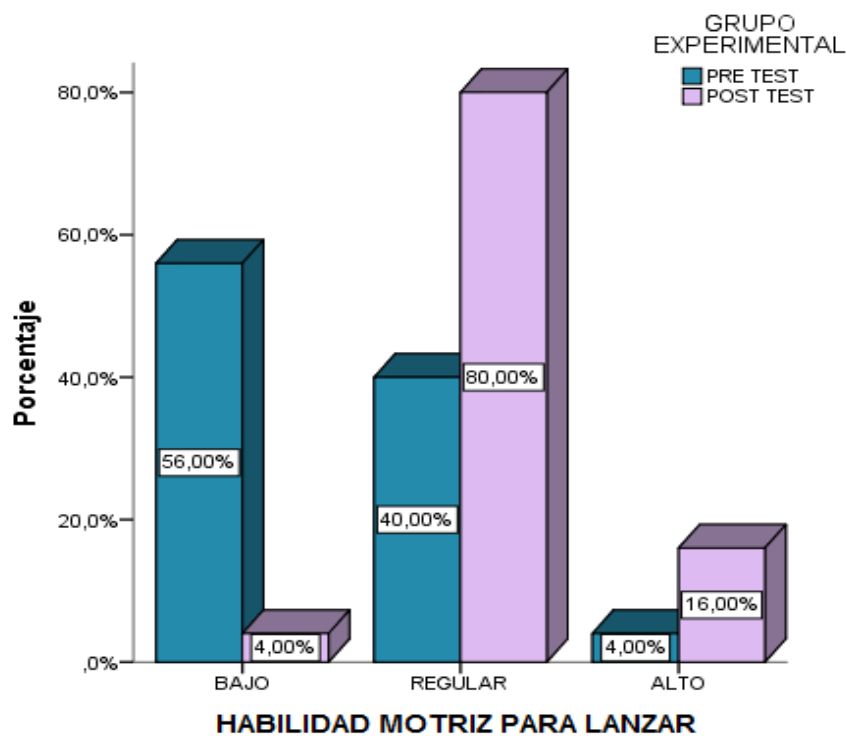


Figura 3: Distribución de los niños de 5 años de la I.E.I. Santa María Goretti según nivel de habilidad motriz básica para lanzar en el C.P.M. la natividad en Tacna, 2016.

Fuente: Tabla 3.

INTERPRETACIÓN

En la tabla 3 y figura 3, se presenta resultados en relación a la distribución de los niños de 5 años de la I.E.I. Santa María Goretti según Pre Test de habilidad motriz básica para lanzar; donde se observa que el 56,0% de los niños muestran un bajo nivel de habilidad motriz para lanzar, seguido de un 40,0% de niños revelan que tienen un regular nivel de habilidad motriz para lanzar; mientras que solo un porcentaje mínimo de 4,0% de niños muestran un alto nivel de habilidad motriz para lanzar. Por tanto, se concluye que en su mayoría los niños muestran bajo nivel de habilidad motriz para lanzar, lo que significa que los niños tienen dificultades notorias para realizar diversos tipos de lanzamiento.

Y con respecto a los resultados obtenidos en Post Test de habilidades motrices para lanzar; se aprecia que el 80,0% de los niños muestran regular nivel de habilidad motriz para lanza, mientras que solo un porcentaje mínimo de 4,0% de niños revelan que tienen bajo nivel de habilidad motriz para lanzar, sin embargo, que un porcentaje considerable de 16,0% de los niños tienen un alto nivel de habilidad motriz para realizar la actividad de lanzamiento. Esto significa que la mayor parte de los niños presentan una mejoría en su nivel de habilidad motriz para lanzar, no obstante, se debe hacer énfasis en reforzar los diversos lanzamientos.

Tabla N° 4.

Distribución de los niños de 5 años de la I.E.I. Santa María Goretti según el nivel de habilidad motriz básica para rodar en el C.P.M. La Natividad en Tacna, 2016.

NIVELES DE HABILIDAD	NIÑOS Y NIÑAS DE 5 AÑOS			
	PRE TEST		POST TEST	
	Nº	%	Nº	%
BAJO	17	68,00	0	0,00
REGULAR	8	32,00	16	64,00
ALTO	0	0,00	9	36,00
TOTAL	25	100,0	25	100,0

Fuente: Ficha de observación: Pre test y post test

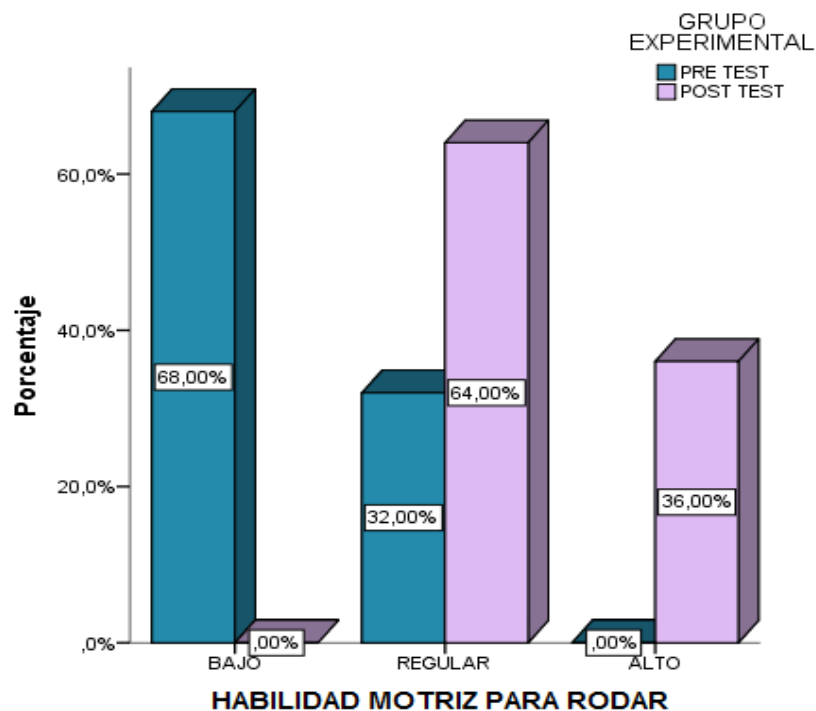


Figura 4: Distribución de los niños de 5 años de la I.E.I. Santa María Goretti según nivel de habilidad motriz básica para rodar en el C.P.M. la natividad en Tacna, 2016.

Fuente: Tabla 4.

INTERPRETACIÓN

En la tabla 4 y figura 4, se presenta información relacionada a la distribución de los niños de 5 años de la I.E.I. Santa María Goretti según Pre Test de habilidad motriz básica para rodar; donde se aprecia que el 68,0% de los niños muestran un bajo nivel de habilidad motriz para rodar, seguido de un 32,0% de los niños revelan que tienen regular nivel de habilidad motriz para rodar; mientras que en el nivel alto de habilidad motriz no se registraron ningún valor. Por tanto, se concluye que la mayoría de los niños presentan bajo nivel de habilidad motriz; lo que significa que existe una cantidad considerable de niños que presentan problemas en los ejercicios de rodamiento.

Y en relación a los resultados obtenidos en Post Test de habilidades motrices para rodar; donde se aprecia que el 64,0% de los niños muestran un regular nivel de habilidad motriz para rodar, mientras que un porcentaje mínimo de 36,0% de niños revelan que tienen alto nivel de habilidad motriz para rodar. De lo observado se concluye que la mayor parte de los niños presentan una mejoría en su nivel de habilidad motriz para rodar, a través de la aplicación del programa “Juego-movimiento”. Ya que un mínimo porcentaje de niños requieren ser reforzados y buscar nuevas estrategias de aprendizaje para aquellos niños que no ejecuten debidamente los rodamientos.

Tabla N° 5.

Distribución de los niños de 5 años de la I.E.I. Santa María Goretti según el nivel de habilidad motriz básicas en el C.P.M. La Natividad en Tacna, 2016; antes y después de la aplicación del programa de psicomotricidad “Juego-movimiento”.

NIVELES DE HABILIDAD	NIÑOS Y NIÑAS DE 5 AÑOS			
	PRUEBA DE ENTRADA		PRUEBA DE SALIDA	
	Nº	%	Nº	%
BAJO	15	60,00	2	8,00
REGULAR	10	36,00	9	35,00
ALTO	1	4,00	14	56,00
TOTAL	25	100,0	25	100,0

Fuente: Ficha de observación: Pre test y post test

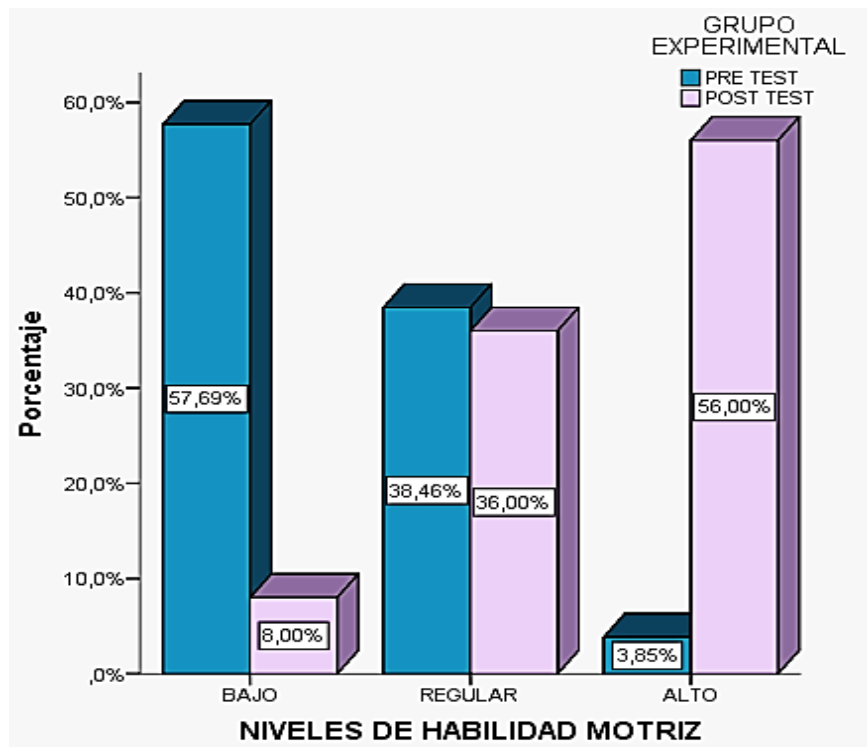


Figura 5: Distribución de los niños de 5 años de la I.E.I. Santa María Goretti según nivel de habilidad motriz básicas en el C.P.M. la natividad en Tacna, 2016; antes y después de la aplicación del programa “Juego-movimiento”.

Fuente: Tabla 5.

INTERPRETACIÓN

En la tabla y figura 5, nos muestra resultados obtenidos con respecto a la distribución de los niños y niñas de 5 años de la I.E.I. Santa María Goretti según Prueba de entrada (Pre Test) de habilidades motrices básicas, antes de la aplicación del programa “juego – movimiento”; donde se aprecia que un 60,0% de los niños y niñas muestran bajo nivel de habilidades motrices,

seguido de un 36,6% de los niños revelan un regular nivel de habilidades motrices, mientras que solo un 4,0% de los niños muestran buena o alto nivel de habilidad motriz. Por tanto, se concluye que, a través de la aplicación del Pre-Test, los resultados nos muestran que en su mayoría de los niños presentan bajo nivel de habilidad motriz, antes de la aplicación del programa “Juego-movimiento”.

Y en relación a los resultados obtenidos de la prueba de entrada (Post Test) de habilidades motrices básicas, después de la aplicación del programa “Juego – movimiento”; nos muestra que el 56,0% de los niños revelan un alto o buen nivel de habilidades motrices, seguido de un porcentaje de 35,0% de niños muestran un regular nivel de habilidades motrices básicas; mientras que sólo un porcentaje mínimo de 8,0% de los niños revelan bajo o mal nivel de habilidades motrices. Por tanto, se concluye entonces que la mayoría de los niños y niñas, a través de la aplicación de la prueba de salida (Post Test), los resultados nos muestran que los niños presentan un alto nivel de habilidades motrices, después de la aplicación del programa “Juego –movimiento”. De allí se deduce que existe un progreso significativo, una mejora en la formación de las principales habilidades motrices básicas, sin olvidar que los niños requieren otros contenidos para que su aprendizaje siga evolucionando y no se estanque en lo genérico.

CUADRO E INTERPRETACIÓN DE MEDIDA DESCRIPTIVA

MEDIDA DESCRIPTIVA	NIÑOS	
	PRE TEST	POST TEST
MEDIA	9,36	14,84

INTERPRETACIÓN

La valoración promedio del post test es 14,84, mientras que en el pre test es 9,36. Por lo tanto, el nivel de habilidades motrices en los niños ha mejorado con la aplicación del programa de psicomotricidad “Juego-movimiento”.

5.3.2 Validación y contraste de las hipótesis

5.3.2.1 Hipótesis general:

A) Verificar la Normalidad

1) Formular la hipótesis:

H_0 : Los puntajes proceden de una población con función de Distribución Normal

H_1 : Los puntajes no proceden de una población con función de Distribución Normal.

2) Nivel de significancia

$$\alpha = 5\% = 0.05$$

3) Estadístico de prueba: prueba de normalidad

Pruebas de normalidad						
	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Estadístico	gl	Sig.	Estadístico	gl	Sig.
Di	0,137	25	0,200*	0,968	25	0,583

*. Esto es un límite inferior de la significación verdadera.

a. Corrección de significación de Lilliefors

4) Decisión

$$P=0,583 > \alpha = 5\% = 0,05 \quad \text{entonces se acepta } H_0$$

5) Conclusión

Nos muestra resultados en el que se observa, que la hipótesis nula, se acepta; por lo tanto, al nivel del 5% de significancia y se concluye los puntajes proceden de una población con función de Distribución.

B) VERIFICAR LA HIPÓTESIS GENERAL:

Para la comprobación de la hipótesis general se utilizó la prueba paramétrica "t de student" para la diferencia pareada.

1) Formular la hipótesis:

H_0 : La aplicación del programa de psicomotricidad "Juego-Movimiento" no permite mejorar significativamente las habilidades motrices básicas de los niños y niñas de 5 años en la I.E.I Santa María Goretti C.P.M. La Natividad en Tacna en el año 2016.

H_1 : La aplicación del programa de psicomotricidad "Juego-Movimiento" permite mejorar significativamente las habilidades motrices básicas de los niños y niñas de 5 años en la I.E.I Santa María Goretti C.P.M. La Natividad en Tacna en el año 2016.

2) Nivel de significancia

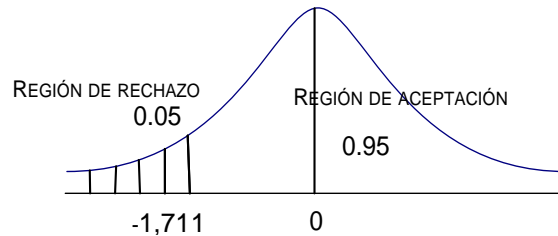
$$\alpha = 5\% = 0,05$$

3) Estadístico de prueba

$$t_c = \frac{\bar{d} - \mu_0}{\sqrt{\frac{S_d^2}{n}}} \sim t_{n-1}$$

$$t_c = -17,015$$

4) Región crítica



5) Decisión

$-17,015 \in$ a la región de rechazo, entonces se rechaza H_0 y se acepta la hipótesis Alternativa H_1 .

6) Conclusión

Se observa los resultados obtenidos en el que se rechaza la hipótesis nula, y se acepta la hipótesis Alternativa; por lo tanto, al nivel del 5% de significancia, se concluye que la aplicación del programa de psicomotricidad "Juego-Movimiento" mejora significativamente las habilidades motrices básicas de los niños y niñas de 5 años en la I.E.I Santa María Goretti C.P.M. La Natividad en Tacna en el año 2016.

C) VERIFICACIÓN DE LA HIPÓTESIS ESPECÍFICAS

Hipótesis específica (a) dice:

Los niveles de las habilidades motrices básicas que poseen los niños y niñas de 5 años en la I.E.I. Santa María Goretti C.P.M. La Natividad en Tacna en el año 2016, antes de la aplicación del programa de psicomotricidad "Juego -Movimiento", es bajo.

Para la comprobación de la presente hipótesis se recurre a los resultados del Tabla N° 05 donde apreciamos que un 60,0% de los niños y niñas muestran bajo nivel de habilidades motrices básicas, antes de la aplicación del programa "Juego-movimiento"; en el análisis de la habilidad motriz para correr de la tabla n° 1 permite conformar que un 60,0% de los niños presentan bajo nivel de habilidad motriz, así mismo en los resultados de la tabla n° 2, nos permite reforzar que el 60,0% de los niños también muestran un bajo nivel de habilidad motriz para saltar; así como también en la tabla n° 4 nos muestra que el 68,0% de los niños tienen un bajo nivel de habilidad motriz para rodar, Por tanto se concluye que la mayoría de los niños presentan bajo nivel de habilidad motriz; lo que significa que existe una cantidad considerable de niños que presentan problemas en las habilidades motrices básicas.

Hipótesis específica (b) dice:

Los niveles de las habilidades motrices básicas que poseen los niños y niñas de 5 años en la I.E.I. Santa María Goretti C.P.M. La Natividad en Tacna en el año 2016, después de la aplicación del programa de psicomotricidad "Juego -Movimiento", es alto.

Los resultados de la tabla N° 5 permiten comprobar que del 100 % de los niños y niñas de 5 años, el 56,0% de los niños revelan un alto o buen nivel de habilidades motrices básicas, después de la aplicación del programa de psicomotricidad "Juego – movimiento", así mismo los resultados de la tabla N°3 y 4, permite aclarar que el 16,0% y 36,0% de niños revelan que tienen alto nivel de habilidad motriz para lanzar y rodar. Esto significa que la mayor parte de los niños presentan una mejoría significativa en sus niveles de habilidades motrices de correr, saltar, lanzar y rodar; después de la aplicación del programa juego-movimiento. De allí se deduce que existe un progreso significativo, una mejora en la formación de las principales habilidades motrices básicas, sin olvidar que los niños requieren otros contenidos para que su aprendizaje siga evolucionando y no se estanque en lo genérico.

Hipótesis específica (c) se plantea que:

Existen diferencias significativas en los niveles de las habilidades motrices básicas de niños y niñas de 5 años en la I.E.I. Santa María Goretti C.P.M. La Natividad en Tacna, en el año 2016; antes y después del programa de psicomotricidad “Juego-movimiento”.

Así mismo habiendo comprobado significativamente las hipótesis específicas “A” y “B”; por consiguiente, queda automáticamente comprobado que la hipótesis específica “C” existe una diferencia significativa en los niveles de habilidades motrices básicas de correr, saltar, lanzar y rodar; antes y después de la aplicación del programa de psicomotricidad “Juego-movimiento”.

CAPITULO VI

CONCLUSIONES Y SUGERENCIAS

6.1. CONCLUSIONES

Primera

Se ha comprobado que al iniciar la aplicación del programa de psicomotricidad “Juego-movimiento”, el nivel que mostraron los niños y niñas de 5 años en la I.E.I. Santa María Goretti C.P.M. La Natividad en Tacna, en el año 2016; antes del programa, eran bajas las habilidades motrices.

Segunda

Se ha comprobado que los niños del nivel inicial de 5 años en la I.E.I. Santa María Goretti C.P.M. La Natividad en Tacna, en el año 2016; una mejoría significativa en sus habilidades motrices básicas después de haber participado activamente en el programa de psicomotricidad “Juego-movimiento”, poniendo en evidencia de la eficacia de las sesiones de trabajadas.

Tercera

Se ha podido establecer que durante la aplicación del programa “Juego- movimiento”, el nivel de habilidades motrices se fue incrementándose considerablemente y mejorando aspectos específicos tal como se puede observar en los resultados de la tabla y figura N° 5.

Cuarta

Se ha podido comprobar que la aplicación del programa de psicomotricidad “Juego –movimiento” tuvo gran aceptabilidad, dinamismo y lúdico por los niños de 5 años, logrando así resultados favorables en su proceso de aprendizaje y en relación a sus habilidades motrices básicas.

6.2. SUGERENCIAS

Primera

Habiéndose comprobado que el programa de psicomotricidad " Juego-Movimiento" mejora los niveles de habilidades motrices básicas sería prudente que la institución educativa promueva su aplicación, dándole énfasis y dosificando las sesiones según la edad del niño.

Segunda

Se deberá tomar en cuenta la ampliación del programa de psicomotricidad " Juego-Movimiento", para que sirva como inicio a una posterior implementación de nuevos ejercicios o sesiones debidamente estructuradas. Así se podrá presentar como una propuesta a las autoridades del sector educación, para que este sea difundido.

Tercera

Se debería difundir la práctica de la psicomotricidad, como herramienta fundamental en la educación inicial, este programa de psicomotricidad " Juego-Movimiento" podría servir de modelo a un nuevo enfoque educativo.

BIBLIOGRAFÍA

- Alarcon (2006). *Las habilidades motrices básicas en Primaria. Programa de intervención*, España.
- Batalla, Albert (2000). *Habilidades motrices*, pág. 08, España.
- Barruezo P. (1996) *La Psicomotricidad en España: de un pasado de incomprensión a un futuro de esperanza*. *Psicomotricidad. Revista de estudios y experiencias*, Volumen 2 N°53 p. 57.64
- Capllonch, M. (2005). *Unidades didácticas para primaria III*, 3r* Edición, España.
- Da Fonseca, V. (2000). *Estudio y génesis de la psicomotricidad*, 2º Edición, pág. 427., España.
- Díaz, J. (1999). *La enseñanza y aprendizaje de las habilidades y destrezas motrices básicas*, pág. 133., España.
- Fernández, E. Gardoqui, L. & Fernando S. (2007). *Evaluación de las habilidades motrices básicas*, pág. 15., España.
- García, J. & Berruezo P. (2013). *Psicomotricidad y Educación infantil*, 9"ª Edición, España.
- Jiménez, J.; Velázquez, J. & Jiménez (2003). *Psicomotricidad: Cuentos y juegos programados*, 2** Edición, pág. 142., España.

Morales, I. (2008). *Las Habilidades Motrices Básicas y sus Juegos en Primaria*.

Oña A, Martínez M, Moreno F, Ruiz L. (1999). *Control y aprendizaje motor*. Madrid: Síntesis. p.62.

Pérez, R. (2005). *Psicomotricidad: Teoría y Praxis del desarrollo psicomotor en la infancia*, pág. 2, España.

Panez R. (1989). *Bajo el sol de la infancia*. Lima-Perú: Auspicio CONCYTEC.

Velázquez, N. Prieto, M. Fernández, J. (2013). *El desarrollo de Habilidades Motrices*. Revista digital Efdeportes.com, Volumen (No. 181).

ANEXOS

MATRIZ DE CONSISTENCIA

TITULO: TITULO: **EL PROGRAMA DE PSICOMOTRICIDAD "JUEGO- MOVIMIENTO" Y LAS HABILIDADES MOTRICES BASICAS DE LOS NIÑOS DE 5 AÑOS EN LA I.E.I. SANTA MARIA GORETTI C.P.M. LA NATIVIDAD – TACNA, 2016.**

PROBLEMAS	OBJETIVOS	HIPOTESIS	VARIABLES	INDICADORES	POBLACION Y MUESTRA
<p>Problema general: ¿La aplicación del programa de psicomotricidad "Juego-movimiento" permitirá mejorar las habilidades motrices básicas de los niños de 5 años en la "I.E.I. Santa María Goretti" C.P.M. La Natividad en Tacna en el año 2016?</p>	<p>Objetivo general: Demostrar que el programa de psicomotricidad "Juego-Movimiento" permite mejorar las habilidades motrices básicas de los niños y niñas de 5 años en la I.E.I. Santa María Goretti C.P.M. La Natividad en Tacna en el año 2016.</p>	<p>Hipótesis general: La aplicación del programa de psicomotricidad "Juego-Movimiento" permite mejorar significativamente las habilidades motrices básicas de los niños y niñas de 5 años en la I.E.I. Santa María Goretti C.P.M. La Natividad en Tacna en el año 2016.</p>	<p>Variable Independiente: Programa de psicomotricidad "Juego - Movimiento"</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Aceptabilidad. • Dinamismo. • Lúdico. 	<p>Población: Está constituida por 25 alumnos de E.I. de 5 Años.</p> <p>Muestra: Para la obtención de la muestra se trabajó con todo el alumnado de 25 personas.</p> <p>Tipo de investigación: Aplicada.</p> <p>Diseño de investigación: Cuasi experimental. Siendo un grupo con evaluación antes y después, representada por el siguiente esquema:</p> <p align="center">GE 01 X 02</p> <p><i>GE= Grupo experimental</i></p> <p><i>01= Evaluación de entrada</i></p> <p><i>X= Aplicación del Programa de psicomotricidad "Juego - Movimiento".</i></p> <p><i>02= Evaluación de entrada.</i></p>
<p>Problema específicos:</p> <p>a) ¿Cuáles son los niveles de las habilidades motrices básicas que poseen los niños y niñas de 5 años en la I.E.I. Santa María Goretti, C.P.M. La Natividad en Tacna en el año 2016 antes de la aplicación del programa de psicomotricidad "Juego - Movimiento"?</p> <p>b) ¿Cuáles son los niveles de las habilidades motrices básicas que poseen los niños y niñas de 5 años en la I.E. Santa María Goretti, C.P.M. La Natividad en Tacna en el año 2016 después de la aplicación del programa de psicomotricidad "Juego - Movimiento"?</p> <p>c) ¿Existen diferencias significativas en los niveles de las habilidades motrices básicas de los niños y niñas de 5 años en la I.E.I. Santa María Goretti, C.P.M. La Natividad en Tacna en el año 2016 antes y después de la aplicación del programa de psicomotricidad "Juego- Movimiento"?</p>	<p>Objetivos específicos:</p> <p>a) Determinar los niveles de las habilidades motrices básicas que poseen los niños y niñas de 5 años en la I.E.I. Santa María Goretti C.P.M. La Natividad en Tacna en el año 2016 antes de la aplicación del programa de psicomotricidad "Juego-Movimiento".</p> <p>b) Determinar los niveles de las habilidades motrices básicas de los niños y niñas de 5 años en la I.E.I. Santa María Goretti C.P.M. La Natividad en Tacna en el año 2016 después de la aplicación del programa de psicomotricidad "Juego-Movimiento".</p> <p>c) Establecer diferencias significativas en los niveles de las habilidades motrices básicas de los niños y niñas de 5 años en la I.E.I. Santa María Goretti C.P.M. La Natividad en Tacna en el año 2016 antes y después de la aplicación del programa de psicomotricidad "Juego-Movimiento".</p>	<p>Hipótesis específica:</p> <p>a) Los niveles de las habilidades motrices básicas que poseen los niños y niñas de 5 años en la I.E.I. Santa María Goretti C.P.M. La Natividad en Tacna en el año 2016 antes de la aplicación del programa de psicomotricidad "Juego - Movimiento", es bajo.</p> <p>b) Los niveles de las habilidades motrices básicas que poseen los niños y niñas de 5 años en la I.E.I. Santa María Goretti C.P.M. La Natividad en Tacna en el año 2016 después de la aplicación del programa de psicomotricidad "Juego -Movimiento", es alto.</p> <p>c) Existen diferencias significativas en los niveles de las habilidades motrices básicas de niños y niñas de 5 años en la I.E.I. Santa María Goretti C.P.M. La Natividad en Tacna en el año 2016 antes y después de la aplicación del programa de psicomotricidad "Juego-Movimiento".</p>	<p>Variable Dependiente: Habilidades motrices básicas</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Correr • Saltar • Lanzar • Rodar 	

Escala: HABILIDADES MOTRICES BASICAS

Resumen del procesamiento de los casos

		N	%
Casos	Válidos	25	100,0
	Excluidos ^a	0	,0
	Total	25	100,0

a. Eliminación por lista basada en todas las variables del procedimiento.

Estadísticos de fiabilidad

Alfa de Cronbach	Alfa de Cronbach basada en los elementos tipificados	N de elementos
0,815	0,800	10

Matriz de correlaciones inter-elementos

	HABILIDAD DE CORRER	HABILIDAD DE SALTAR	HABILIDAD DE LANZAR	HABILIDAD DE RODAR	HABILIDAD DE CORRER	HABILIDAD DE SALTAR	HABILIDAD DE LANZAR	HABILIDAD DE RODAR	TOTAL PRE	TOTAL POST
HABILIDAD DE CORRER.	1,000	0,308	-0,039	0,218	0,027	0,388	0,087	0,033	0,640	0,275
HABILIDAD DE SALTAR.	0,308	1,000	0,096	0,337	0,282	0,689	-0,122	0,175	0,696	0,489
HABILIDAD DE LANZAR.	-0,039	0,096	1,000	0,047	0,222	0,014	0,704	0,329	0,509	0,630
HABILIDAD DE RODAR.	0,218	0,337	0,047	1,000	0,195	0,458	-0,037	-0,034	0,575	0,278
HABILIDAD DE CORRER.	0,027	0,282	0,222	0,195	1,000	-0,058	0,285	0,058	0,292	0,537
HABILIDAD DE SALTAR.	0,388	0,689	0,014	0,458	-0,058	1,000	-0,267	-0,162	0,609	0,277
HABILIDAD DE LANZAR.	0,087	-0,122	0,704	-0,037	0,285	-0,267	1,000	0,320	0,314	0,662
HABILIDAD DE RODAR.	0,033	0,175	0,329	-0,034	0,058	-0,162	0,320	1,000	0,230	0,600
TOTAL PRE	0,640	0,696	0,509	0,575	0,292	0,609	0,314	0,230	1,000	0,711
TOTAL POST	0,275	0,489	0,630	0,278	0,537	0,277	0,662	0,600	0,711	1,000

Decisión: dichos instrumentos de pre-test y post-test de habilidades motrices básicas, tienen un nivel de fiabilidad óptimo de 0,81; Por tanto, los instrumentos de Test aplicados, como muestra piloto a 10 niños quedan validados.

PROTOCOLO INSTRUMENTAL

1. DENOMINACION DEL INSTRUMENTO

El instrumento utilizado en la presente investigación es: La lista de cotejos.

2. OBJETIVO DEL INSTRUMENTO

El presente instrumento busca recopilar información sobre el nivel de las habilidades motrices básicas de los niños de 5 años de la I.E. "Santa María Goretti".

3. MATRIZ INSTRUMENTAL

VARIABLE

HABILIDADES MOTRICES BASICAS

INDICADORES	ITEMS	VALORACION	
		SI	NO
Corriendo	Realiza el recorrido aumentado la velocidad?	1	0
	A) SI B) NO		
	Recorre el trayecto sin dificultades o distracciones?	1	0
	A) SI B) NO		
	Corre de manera coordinada entre brazos y piernas?	1	0
	A) SI B) NO		
	Realiza combinaciones entre caminar y correr?	1	0
	A) SI B) NO		
	Culmina el recorrido corriendo?	1	0
	A) SI B) NO		
Saltando	Al correr presenta descoordinaciones?	1	0
	A) SI B) NO		
	Presenta complicaciones al despegue?	1	0
	A) SI B) NO		
	Presenta complicaciones en la caída?	1	0
	A) SI B) NO		
	Realiza saltos continuos, sin pausas?	1	0
	A) SI B) NO		
	Su coordinación es adecuada en entre brazos y piernas?	1	0
	A) SI B) NO		
Lanzando	Ejecuta los diversos saltos con precisión?	1	0
	A) SI B) NO		
	Realiza la totalidad de los saltos impuestos?	1	0
	A) SI B) NO		
	Lanza la pelota por encima del hombro con una sola mano?	1	0
	A) SI B) NO		
	Lanza la pelota hacia un punto específico?	1	0
	A) SI B) NO		
	Lanza la pelota con ambas manos en dirección a un punto específico?	1	0

	A) SI	B) NO		
	¿Presenta descoordinaciones en los lanzamientos?		1	0
	A) SI	B) NO		
	Ejecuta los lanzamientos a una intensidad prudente?		1	0
	A) SI	B) NO		
	Lanza y recepciona la pelota en su mismo lugar?		1	0
	A) SI	B) NO		
Rodando	Realiza los rodamientos hacia adelante en forma recta?		1	0
	A) SI	B) NO		
	Realiza los rodamientos con dificultades o desviaciones?		0	1
	A) SI	B) NO		
	Ejecuta los rodamientos de manera armoniosa, (brazos y piernas)?		1	0
	A) SI	B) NO		
	Realiza los rodamientos con apoyo?		1	0
	A) SI	B) NO		
	Realiza los rodamientos cumpliendo las fases?		1	0
	A) SI	B) NO		
	Realiza la totalidad de los rodamientos impuestos?		1	0
	A) SI	B) NO		

ESCALA ACTITUDINAL

(Prueba de entrada)

Nombre Del Niño: _____

FINALIDAD: El instrumento que se presenta a Continuación tiene como finalidad a recopilación de información sobre las habilidades motrices básicas, que presentan los niños de 05 años de la I.E. Santa María Goretti.

INDICACIONES Una vez observado e interactuado con el niño, el investigador selecciona la respuesta de cada ítem establecido marcando con una 'X' en la columna que corresponda.

Nº	ITEMS	SI	NO
1	Realiza el recorrido aumentado la velocidad?		
2	Recorre el trayecto sin dificultades o distracciones?		
3	Corre de manera coordinada entre brazos y piernas?		
4	Realiza combinaciones entre caminar y correr?		
5	Culmina el recorrido corriendo?		
6	Al correr presenta descoordinaciones?		
7	Presenta complicaciones al despegue?		
8	Presenta complicaciones en la caída?		
9	Realiza saltos continuos, sin pausas?		
10	Su coordinación es adecuada en entre brazos y piernas?		
11	Ejecuta los diversos saltos con precisión?		
12	Realiza la totalidad de los saltos impuestos?		
13	Lanza la pelota por encima del hombro con una sola mano?		
14	Lanza la pelota hacia un punto específico?		
15	Lanza la pelota con ambas manos en dirección a un punto específico?		
16	Presenta descoordinaciones en los lanzamientos?		
17	Ejecuta los lanzamientos a una intensidad prudente?		
18	Lanza y recepciona la pelota en su mismo lugar?		
19	Realiza los rodamientos hacia adelante en forma recta?		
20	Realiza los rodamientos con dificultades o desviaciones?		
21	Ejecuta los rodamientos de manera armonía, (brazos y piernas)?		
22	Realiza los rodamientos con apoyo?		
23	Realiza los rodamientos cumpliendo las fases?		
24	Realiza la totalidad de los rodamientos impuestos?		

PRE TEST DE HABILIDADES MOTRICES BASICAS

Nº	APELLIDOS Y NOMBRES	EDAD	CORRER	SALTAR	LANZAR	RODAR
1	ACEVEDO VILCA, Ibrahim	5 años	3	2	1	1
2	ARCE IBAÑEZ, Vlad	5 años	2	1	2	2
3	CARAZAS VIZCARRA, Alejandro	5 años	3	1	3	3
4	CCALLO VILCA, Brandon	5 años	3	2	2	3
5	CHACHAQUE JALIXTO, Jhon	5 años	2	2	3	2
6	CHAMBILLA MACHACA, Varek	5 años	3	2	2	2
7	CHINO JARA, Orhyanna	5 años	3	4	4	2
8	CRUZ CALDERON, Diedo	5 años	3	2	2	2
9	FERNANDEZ ALVARADO, Alison	5 años	2	2	3	2
10	FLORES TICONA, Thiago	5 años	4	4	4	2
11	HUANCA CONDORI, Samira	5 años	4	2	1	2
12	HUAYCHO MAMANI, Hafid Alfredo	5 años	2	3	4	2
13	LLANOS TACO, Saul	5 años	1	3	2	3
14	LLUTARI FERNANDEZ, Mayte	5 años	4	4	3	4
15	MAMANI CLEMENTE, Elva Milagros	5 años	1	2	4	3
16	PACOTICONA CHIPANA, Diego	5 años	1	3	2	2
17	PANIAGUA MAMANI, Estefani	5 años	1	1	5	1
18	PAUCAR FLORES, Annette	5 años	1	2	2	3
19	QUISBERT MAMANI, Estefani	5 años	2	3	3	3
20	RAMOS AGUILAR, James	5 años	1	2	2	1
21	SALAZAR GONZALO, Fernando	5 años	2	3	1	2
22	SANTA CULQUI, Escarlet	5 años	3	4	2	3
23	VALENCIA REYES, Thalia	5 años	1	2	3	2
24	VELIZ LOJA, Kiara	5 años	1	3	2	2
25	VILCA AYCA, Ariana	5 años	1	2	1	2

POST TEST DE HABILIDADES MOTRICES BASICAS

Nº	APELLIDOS Y NOMBRES	EDAD	CORRER	SALTAR	LANZAR	RODAR
1	ACEVEDO VILCA, Ibrahim	5 años	4	3	3	3
2	ARCE IBÁÑEZ, Vlad	5 años	3	3	3	3
3	CARAZAS VIZCARRA, Alejandro	5 años	4	3	4	4
4	CCALLO VILCA, Brandon	5 años	3	4	3	4
5	CHACHAQUE JALIXTO, Jhon	5 años	3	4	4	3
6	CHAMBILLA MACHACA, Varek	5 años	4	3	3	3
7	CHINO JARA, Orhyanna	5 años	3	5	4	4
8	CRUZ CALDERON, Diedo	5 años	3	3	4	4
9	FERNANDEZ ALVARADO, Alison	5 años	4	3	4	5
10	FLORES TICONA, Thiago	5 años	5	3	5	5
11	HUANCA CONDORI, Samira	5 años	3	3	5	5
12	HUAYCHO MAMANI, Hafid Alfredo	5 años	3	4	4	5
13	LLANOS TACO, Saul	5 años	4	4	3	4
14	LLUTARI FERNANDEZ, Mayte	5 años	4	5	4	4
15	MAMANI CLEMENTE, Elva Milagros	5 años	4	3	5	5
16	PACOTICONA CHIPANA, Diego	5 años	4	3	3	5
17	PANIAGUA MAMANI, Estefani	5 años	4	2	6	5
18	PAUCAR FLORES, Annette	5 años	4	2	4	4
19	QUISBERT MAMANI, Estefani	5 años	4	3	4	4
20	RAMOS AGUILAR, James	5 años	3	2	3	5
21	SALAZAR GONZALO, Fernando	5 años	3	4	2	5
22	SANTA CULQUI, Escarlet	5 años	4	5	3	4
23	VALENCIA REYES, Thalia	5 años	3	3	4	3
24	VELIZ LOJA, Kiara	5 años	5	4	4	3
25	VILCA AYCA, Ariana	5 años	3	3	3	3

PROGRAMA DE
PSICOMOTRICIDAD
JUEGO-MOVIMIENTO

SALTAR

LANZAR

CORRER

RODAR



Bach. Flores Gomez, Diana



INTRODUCCIÓN

Basado en una visión global de la persona, el término *psicomotricidad* que manejamos integra las interacciones cognitivas, emocionales, simbólicas y sensorio motrices en la capacidad de ser y de expresarse en un contexto psicosocial. La psicomotricidad, así definida, desempeña un papel fundamental en el desarrollo armónico de la personalidad.

Por ello presento el programa para ayuda a los docentes para poder desarrollar las habilidades motrices básicas, con sesiones que contribuyan en la enseñanza y aprendizaje de los menores de 5 años.

OBJETIVOS GENERAL:

Demostrar que con el programa **JUEGO Y MOVIMIENTO** podemos los docentes mejorar las habilidades motrices básicas de los niños de 5 años.

EL PRESENTE MANUAL BUSCA ALCANZAR LOS SIGUIENTES OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- ❖ Promover el desarrollo integral del niño.
- ❖ Establecer las bases y orientar el desarrollo de la personalidad del niño.
- ❖ Procurar su socialización temprana
- ❖ Detectar en el niño anomalías de orden físico.

PROCESO A DESARROLLAR:

- ❖ Conocimiento y comprensión de personas, animales, situaciones y emociones.
- ❖ Habilidad de comunicación e intercambio de ideas, sentimientos y expresiones.
- ❖ Habilidad para distinguir palabras ruidos y ritmos.
- ❖ Actitud frente a los problemas Experiencias a situaciones nuevas.
- ❖ Actitud de solidaridad, respeto y cortesía hacia los niños, adultos y ancianos.
- ❖ Actitud de independencia gradual y progresiva de la ayuda del adulto.
- ❖ Habilidad y destreza de control y coordinación neuro-muscular.

SESIÓN N°01
“CORREMOS COMO TORTUGAS Y PANTERAS”

OBJETIVOS:

- Realizamos carreras individuales a diferentes ritmos tanto lento como rápido, según la diferenciación de animales
- Realizamos carreras individuales con delimitación de zona de juego

DURACION:

- La duración de la sesión tiene un aproximado de 60 minutos

RECURSOS:

- Material humano : Docente y niños
- Materiales : Conos, cinta, platillos, aros, y latas.

APRENDIZAJE ESPERADO:

MOMENTOS	ACTIVIDAD	TIEMPO
INICIO	<p>Se entra al campo en columna de 2, cantando la canción "MARCHA SOLDADO", llevando en mano su botella de agua, con separación adecuada para no crear desorden.</p> <p>En línea recta los niños formaran frente a la docente, quien dará el saludo y las indicaciones de las reglas de juego durante la clase, seguido de la canción motivadora, "LA TORTUGITA"</p> <p>De forma frontal activaran su cuerpo a través de imitación, la docente hará activación de sus articulaciones, empezando desde sus extremidades superiores e inferiores, 8 rep. Por lado.</p>	15
DESARROLLO	<p>A través de la canción de la "BATALLA DEL CALENTAMIENTO" empezaran a mover su cuerpo sobre el sitio sin material.</p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ Elevación de rodillas ❖ Elevación de talones ❖ Corriendo sobre el sitio lento – rápido, sobre el sitio <p>En línea recta se les indicara que recorran hacia el cono caminando y retrocedan caminando</p> <p>En línea recta se les indicara que troten y regresen trotando</p> <p>Se presentará al grupo de alumnos un rectángulo delimitado por cinta de 15mts x 8</p> <p>En línea recta los niños deben desplazarse primero corriendo lento luego tendrán que caminar, seguido correr rápido y finalmente caminar y así terminar el circuito.</p>	30
SALIDA	<p>Finalizamos haciendo carreras grupales</p> <p>De 5 por 4 donde los alumnos sepan respetar correr lento y rápido y respeten los cambios de ritmo, sin buscar ganar el circuito solo por rapidez sino por concretar respetando las zonas.</p>	15

Gráfico n° 1



SESIÓN N°02
“CORREMOS EN DIFERENTES DIRECCIONES”

OBJETIVOS:

- Realizamos carreras individuales en diferentes direcciones
- Realizamos carreras individuales con líneas delimitadas, luego sin delimitación

DURACION:

- La duración de la sesión tiene un aproximado de 60 minutos

RECURSOS:

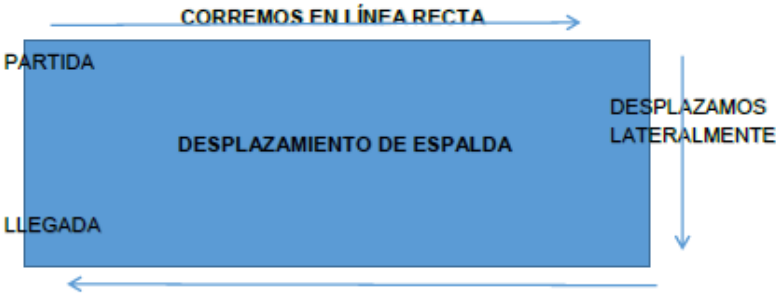
- Material humano : Docente y niños
- Materiales : Conos, cinta, platillos, aros, y pelotas de futbol

APRENDIZAJE ESPERADO:

MOMENTOS	ACTIVIDAD	TIEMPO
INICIO	<p>Se entra al campo en columna de 2, cantando la canción "MARCHA SOLDADO", llevando en mano su botella de agua, con separación adecuada para no crear desorden.</p> <p>En línea recta los niños formaran frente a la docente, quien dará el saludo y las indicaciones de las reglas de juego durante la clase, seguido de la canción motivadora, "COMO ESTAN LOS NIÑOS COMO ESTAN"</p> <p>De forma frontal activaran su cuerpo a través de imitación, la docente hará activación de sus articulaciones, empezando desde sus extremidades superiores e inferiores, 8 rep. Por lado.</p>	15
DESARROLLO	<p>En línea recta los niños formaran frente a la docente, quien dará el saludo y las indicaciones de las reglas de juego durante la clase, seguido de la canción motivadora, "COMO ESTAN LOS NIÑOS COMO ESTAN....."</p> <p>De forma frontal activaran su cuerpo a través de imitación, la docente hará activación de sus articulaciones, empezando desde sus extremidades superiores e inferiores, 8 rep. Por lado.</p> <p>A través de la canción de la "BATALLA DEL CALENTAMIENTO" empezaran a mover su cuerpo sobre el sitio sin material.</p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ Elevación de rodillas ❖ Elevación de talones ❖ Corriendo sobre el sitio lento – rápido, sobre el sitio <p>Seguido pasamos a delimitar la zona de juego</p> <p>Primer circuito que pasaran los alumnos acompañados de la docente, primero haremos un recorrido grupal, y caminando para reconocer el terreno de juego.</p> <p>Segundo circuito que pasaran los alumnos acompañados de la docente, primero caminando de forma grupal para reconocer el terreno</p>	30
SALIDA	Finalizamos con el juego de la colita de ratón, todos los niños tendrán su colita y pierde quien se deja quitar, este juego permitirá que los	15

	niños se desplacen de la manera que van aprendiendo tanto lento como rápido y de forma frontal o espaldas.	
--	--	--

PRIMER CIRCUITO



SEGUNDO CIRCUITO

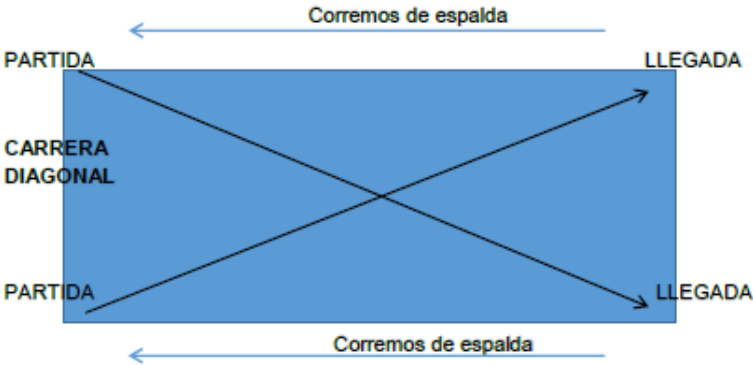


Gráfico n° 2



SESIÓN N°03
“CORREMOS DE FRENTE Y DE ESPALDA”

OBJETIVOS:

- Realizamos carreras individuales de forma frontal y de espalda
- Realizamos carreras individuales con delimitación de zona de juego para el cambio de carreras

DURACION:

- La duración de la sesión tiene un aproximado de 60 minutos

RECURSOS:

- Material humano : Docente y niños
- Materiales : Conos, cinta, platillos, aros, y panderetas.

APRENDIZAJE ESPERADO:

MOMENTOS	ACTIVIDAD	TIEMPO
INICIO	<p>Se entra al campo en columna de 2, cantando la canción "MARCHA SOLDADO", llevando en mano su botella de agua, con separación adecuada para no crear desorden.</p> <p>En línea recta los niños formaran frente a la docente, quien dará el saludo y las indicaciones de las reglas de juego durante la clase, seguido de la canción motivadora, "las panderetas suenan"</p> <p>De forma frontal activaran su cuerpo a través de imitación, la docente hará activación de sus articulaciones, empezando desde sus extremidades superiores e inferiores, 8 rep. Por lado.</p>	15
DESARROLLO	<p>Se forma al grupo en círculo alrededor de la docente, y se canta la canción de la batalla del calentamiento para activar las articulaciones tanto extremidades superiores e inferiores, seguido sobre el sitio realizaremos salto con pies juntos y separados, pie adelante y otro atrás y hacemos el intercambio, salto pies juntos hacia delante y hacia atrás, para terminar, realizamos carreras con cambio de ritmo todo ello sobre el sitio.</p> <p>Luego pasamos a realizar el juego de colita de ratón, los niños buscaran quietar la colita de cada compañero, gana quien quita más listones.</p> <p>Primer circuito que pasaran los alumnos acompañados de la docente, primero haremos un recorrido grupal, y caminando para reconocer el terreno de juego.</p>	30
SALIDA	<p>Finalizamos con un juego de equipos 5x4 realizamos carreras de reacción, con partida de cubito ventral, dorsal y de rodillas. Juego por competencia donde todos participan</p>	15

Gráfico n° 3



SESIÓN N°04
“CORREMOS EN PAREJA Y GRUPOS”

OBJETIVOS:

- Realizamos carreras en pareja y formando grupos
- Realizamos carreras en pareja y con obstáculos.

DURACION:

- La duración de la sesión tiene un aproximado de 60 minutos

RECURSOS:

- Material humano : Docente y niños
- Materiales : Conos, cinta, platillos, aros, y platillos.

APRENDIZAJE ESPERADO:

MOMENTOS	ACTIVIDAD	TIEMPO
INICIO	Se entra al campo en columna de 2, cantando la canción "MARCHA SOLDADO", llevando en mano su botella de agua, con separación adecuada para no crear desorden. Se forma al grupo en círculo alrededor de la docente, y se canta la canción de la batalla del calentamiento para activar las articulaciones tanto extremidades superiores e inferiores, seguido sobre el sitio realizaremos salto con pies juntos y separados, pie adelante y otro atrás y hacemos el intercambio, salto pies juntos hacia delante y hacia atrás, para terminar, realizamos carreras con cambio de ritmo todo ello sobre el sitio. Luego pasamos a realizar el juego de colita de ratón, los niños buscaran quietar la colita de cada compañero, gana quien quita más listones.	15
DESARROLLO	Jugamos al salvavidas Formamos grupos de 4 columnas por 5 alumnos, los primeros de cada columna serán los salvavidas, que buscarán salvar a sus tripulantes agarrándolos de las manos y trasladándolos a una isla corriendo ambos, gana quien los traslade más rápido siempre y cuando ambos estén corriendo tomados de la mano. Trasladando la isla Formados por grupos el salvavidas de cada columna, pasará por obstáculos antes de llegar a salvar a su tripulación, este saltará una vallita, raptará 3 metros, y correrá en zigzag, el salvado también tendrá que pasar por el circuito igual que el salvavidas. Gana quien logre salvar a toda su tripulación	30
SALIDA	Finalizamos con el juego de la red, donde 2 niños tomados de la mano buscaran atrapar a sus compañeros los cuales corren por una zona delimitada, quien salga de esa zona automáticamente pasara a ser parte de la red.	15

Gráfico n° 4



SESIÓN N°05
“CARRERA DE CARROS CHOCONES”

OBJETIVOS:

- Realizamos carreras individuales sin chocarnos
- Realizamos carreras en grupo por circuitos con obstáculos

DURACION:

- La duración de la sesión tiene un aproximado de 60 minutos

RECURSOS:

- Material humano : Docente y niños
- Materiales : Conos, cinta, platillos, aros, y pelotas de futbol

APRENDIZAJE ESPERADO:

MOMENTOS	ACTIVIDAD	TIEMPO
INICIO	Se entra al campo en columna de 2, cantando la canción "EL TRENCITO DE MADERA", llevando en mano su botella de agua, con separación adecuada para no crear desorden. En línea recta los niños formaran frente a la docente, quien dará el saludo y las indicaciones de las reglas de juego durante la clase, seguido de la canción motivadora, "COMO ESTAN LOS NIÑOS COMO ESTAN" De forma frontal activaran su cuerpo a través de imitación, la docente hará activación de sus articulaciones, empezando desde sus extremidades superiores e inferiores, 8 rep. Por lado.	15
DESARROLLO	Luego pasamos a realizar el juego de POLICIAS Y LADRONES, un niño quien será policía buscara atrapar a los ladrones y sentarlos para que se queden quietos, los ladrones tendrán que buscar la llave que estará debajo de un cono y liberar a los ladrones atrapados, los niños deberán correr sin chocarse, en diferentes direcciones escapándose y a la vez fijándose en no chocarse y rescatar a sus compañeros.	30
SALIDA	Realizaremos un circuito con materiales y en grupo donde no solo buscaras llegar rápido sino también no botar los materiales en tu participación.	15

Gráfico n° 5



SESIÓN N°06
“LANZAMIENTOS AL CIELO”

OBJETIVOS:

- Realizamos lanzamientos con dos manos individualmente hacia el cielo y hacia el frente.

DURACION:

- La duración de la sesión tiene un aproximado de 60 minutos

RECURSOS:

- Material humano: docente y niños
- Materiales: conos, cinta, platillos, aros, y pelotas de futbol

APRENDIZAJE ESPERADO:

MOMENTOS	ACTIVIDAD	TIEMPO
INICIO	<p>Se entra al campo en columna de 2, cantando la canción "EL TRENCITO DE MADERA", llevando en mano su botella de agua, con separación adecuada para no crear desorden..</p> <p>En línea recta los niños formaran frente a la docente, quien dará el saludo y las indicaciones de las reglas de juego durante la clase, seguido de la canción motivadora, "COMO ESTAN LOS NIÑOS COMO ESTAN"</p> <p>De forma frontal activaran su cuerpo a través de imitación, la docente hará activación de sus articulaciones, empezando desde sus extremidades superiores e inferiores, 8 rep. Por lado.</p>	15
DESARROLLO	<p>De forma frontal hacia la docente todos los niños formaran con su pelota entre piernas.</p> <p>Agarraran la pelota calentaran sus extremidades moviéndola, primero extremidades superiores, luego inferiores. Hacia arriba hacia abajo hacia los lados</p> <p>Realizara, saltos sobre la pelota, dejara caer un bote y la agarrara, lanzara con dos manos hacia la altura de su cabeza y la agarrara. Posteriormente hará desplazamiento con balón. llevarla con los dedos al ras del piso</p> <p>Luego dejar caer un bote, luego hacia el cielo sin caer balón.</p> <p>Jugara el juego atrapando pokemones: Con dos manos buscara lanzar al frente y luego al cielo siempre agarrando con manos el balón.</p>	30
SALIDA	<p>Juagamos a matagente:</p> <p>En un rectángulo delimitado colocaremos 4 niños que lancen el balón desde las cuatro esquinas, los niños de adentro buscaran esquivarlos y si pueden agarrar el balón sin que se caiga.</p>	15

Gráfico n° 6



SESIÓN N°07
“LANZAMIENTOS EN PAREJA CON DOS MANOS”

OBJETIVOS:

- Realizamos lanzamiento sin dejar caer el balón en pareja a corta distancia
- Realizamos lanzamiento con bote en pareja a corta distancia

DURACION:

- La duración de la sesión tiene un aproximado de 60 minutos

RECURSOS:

- Material humano: docente y niños
- Materiales: conos, cinta, platillos, aros, y pelotas de futbol

APRENDIZAJE ESPERADO:

MOMENTOS	ACTIVIDAD	TIEMPO
INICIO	Se entra al campo en columna de 2, cantando la canción "MARCHA SOLDADO", llevando en mano su botella de agua, con separación adecuada para no crear desorden. En línea recta los niños formaran frente a la docente, quien dará el saludo y las indicaciones de las reglas de juego durante la clase, seguido de la canción motivadora, "COMO ESTAN LOS NIÑOS COMO ESTAN" De forma frontal activaran su cuerpo a través de imitación, la docente hará activación de sus articulaciones, empezando desde sus extremidades superiores e inferiores, 8 rep. Por lado.	15
DESARROLLO	De forma frontal hacia la docente todos los niños formaran con su pelota entre piernas. Agarraran la pelota calentaran sus extremidades moviéndola, primero extremidades superiores, luego inferiores. Hacia arriba hacia abajo hacia los lados Realizara saltos sobre la pelota, dejara caer un bote y la agarrara, lanzara con dos manos hacia la altura de su cabeza y la agarrara. Posteriormente hará desplazamiento con balón. Llevarla con los dedos al ras del piso Luego dejar caer un bote, luego hacia el cielo sin caer balón. Jugara ahora con el compañero ubicación frontal ambos, sentado piernas estiradas, se pasarán el balón al ras del piso con ambas manos, luego con una. Variante pasara el balón con bote Pasará el balón sin bote	30
SALIDA	Juego de la bomba: Ubicados en forma circular, se pasarán el balón sin dejarlo caer, al que se le cae bailara en el medio	15

Gráfico nº 7



SESIÓN N°08
“LANZAMIENTOS AL CIELO”

OBJETIVOS:

- Realizamos lanzamientos individuales con dos manos de espalda
- Realizamos lanzamientos en pareja con dos manos

DURACION:

- La duración de la sesión tiene un aproximado de 60 minutos

RECURSOS:

- Material humano : Docente y niños
- Materiales : Conos, cinta, platillos, aros, y ligas.

APRENDIZAJE ESPERADO:

MOMENTOS	ACTIVIDAD	TIEMPO
INICIO	<p>Se entra al campo en columna de 2, cantando la canción "MARCHA SOLDADO", llevando en mano su botella de agua, con separación adecuada para no crear desorden.</p> <p>En línea recta los niños formaran frente a la docente, quien dará el saludo y las indicaciones de las reglas de juego durante la clase, seguido de la canción motivadora, "COMO ESTAN LOS NIÑOS COMO ESTAN"</p> <p>De forma frontal activaran su cuerpo a través de imitación, la docente hará activación de sus articulaciones, empezando desde sus extremidades superiores e inferiores, 8 rep. Por lado.</p>	15
DESARROLLO	<p>En forma dispersa cada alumno con su balón, pasarán a trotar dejándolo caer y sentados se quedarán con su balón a la voz de la docente.</p> <p>Puede que sea echado, con pie encima, colocando la cabeza, colocando la espalda, en fin, todas las partes del cuerpo para que los alumnos puedan reconocer más sus distintas partes del cuerpo.</p> <p>Seguido lanzaran hacia arriba, y buscaran agarrar el balón después que este de unos botes.</p> <p>Luego buscaran que solo de un bote, y al final que no de ninguno ambas manos tienen que lanzar hacia el cielo y ambas manos tienen que agarrar.</p> <p>Pasaran luego hacer el juego en grupos de tres donde haya desplazamiento.</p> <p>Sin dejar caer el balón. Se podrán poner conos para que haya un desplazamiento con obstáculos</p>	30
SALIDA	<p>JUGAMOS AL HUEVITO:</p> <p>En grupos de cuatro jugamos a cuidar al balón como si fuera nuestro huevito sin dejarlo caer.</p>	15

Gráfico n° 8



SESIÓN N°09
“LANZAMOS CON UNA MANO”

OBJETIVOS:

- Ejecutamos lanzamientos con una mano libremente
- Ejecutamos lanzamientos con desplazamiento y en parejas

DURACION:

- La duración de la sesión tiene un aproximado de 60 minutos

RECURSOS:

- Material humano : Docente y niños
- Materiales : Conos, cinta, platillos, aros, y pelotas de futbol

APRENDIZAJE ESPERADO:

MOMENTOS	ACTIVIDAD	TIEMPO
INICIO	<p>Se entra al campo en columna de 2, cantando la canción "MARCHA SOLDADO", llevando en mano su botella de agua, con separación adecuada para no crear desorden.</p> <p>En línea recta los niños formaran frente a la docente, quien dará el saludo y las indicaciones de las reglas de juego durante la clase, seguido de la canción motivadora, "COMO ESTAN LOS NIÑOS COMO ESTAN"</p> <p>De forma frontal activaran su cuerpo a través de imitación, la docente hará activación de sus articulaciones, empezando desde sus extremidades superiores e inferiores, 8 rep. Por lado.</p>	15
DESARROLLO	<p>Juego de la estatua: Los niños se moverán por el terreno rectangular delimitado, luego cuando la docente diga estatuas ellos se quedarán inmóviles, luego empezaran a moverse más rápido trotando corriendo saltando.</p> <p>Juego de soldado: El alumno tendrá pelotas de trapo las cuales deberán lanzar con una mano al cielo e intentar agarrarla con dos manos. Luego hará lanzamiento a la pared con una mano. Luego pasara a lanzaren pareja sin dejar que se caiga</p>	30
SALIDA	<p>Juego de la olimpiada quien lanza más lejos será el campeón al cual le cantaremos una canción</p>	15

Gráfico n° 9



SESIÓN N°10 "LANZAMOS PARA ENCESTAR"

OBJETIVOS:

- Lanza con dos manos sin desplazamiento para encestar individualmente
- Lanza con dos manos con desplazamiento para encestar

DURACION:

- La duración de la sesión tiene un aproximado de 60 minutos

RECURSOS:

- Material humano : Docente y niños
- Materiales : Conos, cinta, platillos, aros, y pelotas de futbol

APRENDIZAJE ESPERADO:

MOMENTOS	ACTIVIDAD	TIEMPO
INICIO	<p>Se entra al campo en columna de 2, cantando la canción "MARCHA SOLDADO", llevando en mano su botella de agua, con separación adecuada para no crear desorden.</p> <p>En línea recta los niños formaran frente a la docente, quien dará el saludo y las indicaciones de las reglas de juego durante la clase, seguido de la canción motivadora, "COMO ESTAN LOS NIÑOS COMO ESTAN"</p> <p>De forma frontal activaran su cuerpo a través de imitación, la docente hará activación de sus articulaciones, empezando desde sus extremidades superiores e inferiores, 8 rep. Por lado.</p>	15
DESARROLLO	<p>Empezaremos con el juego de la batalla del calentamiento: La cual el docente los hará moverse sobre el sitio y con desplazamiento elevando rodillas, realizando saltos laterales, desplazamiento lento y rápido.</p> <p>Juego de ladrones y policías: Los niños se dividen en dos grupos los cuales podrán capturar al grupo de ladrones con ayuda de un aro.</p> <p>Juego de encestar el balón: Los niños buscaran hacer un lanzamiento con dos manos a un punto específico. Formados en columnas luego pasaran a hacerlo en un aro.</p>	30
SALIDA	<p>Balón mano, pero con la finalidad de encestar después de dar 3 pases como mínimo por equipo para poder encestar y jugar en forma grupal.</p>	15

Gráfico nº 10



SESIÓN N°11
“SALTAMOS ADOPTANDO POSTURAS”

OBJETIVOS:

- Saltamos adoptando posturas y sonidos de animales
- Saltamos libre e individualmente

DURACION:

- La duración de la sesión tiene un aproximado de 60 minutos

RECURSOS:

- Material humano : docente y niños
- Materiales : conos, cinta, platillos, aros, y pelotas de futbol

APRENDIZAJE ESPERADO:

MOMENTOS	ACTIVIDAD	TIEMPO
INICIO	<p>Se entra al campo en columna de 2, cantando la canción "MARCHA SOLDADO", llevando en mano su botella de agua, con separación adecuada para no crear desorden.</p> <p>En línea recta los niños formaran frente a la docente, quien dará el saludo y las indicaciones de las reglas de juego durante la clase, seguido de la canción motivadora, "COMO ESTAN LOS NIÑOS COMO ESTAN"</p> <p>De forma frontal activaran su cuerpo a través de imitación, la docente hará activación de sus articulaciones, empezando desde sus extremidades superiores e inferiores, 8 rep. Por lado.</p>	15
DESARROLLO	<p>La docente indicara animalitos, y los niños deberán adoptar la postura de los diferentes animalitos y quedarse inmóviles.</p> <p>Luego haremos un juego de competencia con la postura de los animales, ya se caminar como pato, rodar como chanco, saltar como rana, saltar como conejo, como canguro.</p> <p>Luego jugaremos a la granja, cantando atraparemos a los animales que digan los niños, saldremos por turnos.</p> <p>Gana quien logre atrapar más animalitos.</p>	30
SALIDA	<p>Juego de la red, los pescadores serán dos niños que tomados de la mano atraparán a los demás niños que serán pescaditos.</p>	15

Gráfico n° 11



SESIÓN N°12 "SALTAMOS CON MATERIALES"

OBJETIVOS:

- Salto entre aros individualmente
- Salto entre aros grupalmente

DURACION:

- La duración de la sesión tiene un aproximado de 60 minutos

RECURSOS:

- Material humano: docente y niños
- Materiales: conos, cinta, platillos, aros, y pelotas de futbol

APRENDIZAJE ESPERADO:

MOMENTOS	ACTIVIDAD	TIEMPO
INICIO	<p>Se entra al campo en columna de 2, cantando la canción "MARCHA SOLDADO", llevando en mano su botella de agua, con separación adecuada para no crear desorden.</p> <p>En línea recta los niños formaran frente a la docente, quien dará el saludo y las indicaciones de las reglas de juego durante la clase, seguido de la canción motivadora, "COMO ESTAN LOS NIÑOS COMO ESTAN"</p> <p>De forma frontal activaran su cuerpo a través de imitación, la docente hará activación de sus articulaciones, empezando desde sus extremidades superiores e inferiores, 8 rep. Por lado.</p>	15
DESARROLLO	<p>Jugamos cantando la batalla del calentamiento.</p> <p>La docente se desplazará de diferentes maneras hacia delante, atrás lateralmente, los niños cantando deberán desplazarse.</p> <p>Jugamos con balón:</p> <p>El balón se colocará entre las piernas la docente indicará el traslado saltando.</p> <p>o saltos de caballito sobre el balón, primero con un pie luego con dos separando las piernas.</p> <p>Juego de saltos con aros y balón.</p> <p>La docente indicara saltos con pies juntos dentro del aro y luego salto caballito sobre el balón todo ello individualmente.</p> <p>Luego solo saltaran aros juntando y separando las extremidades inferiores.</p>	30
SALIDA	<p>Circuito con aros y balón los cuales deberán hacerlo por equipos grupos de 5 por 5 y deberán saltar juntando pies, separando de forma frontal y lateral, al final deberá patear el balón al arco quien lo haga de forma rápida y bien ganará puntos para su equipo.</p>	15

Gráfico nº 12



SESIÓN N°13
“SALTANDO OBSTACULOS DE VALLITAS”

OBJETIVOS:

- Salto individualmente entre vallitas luego se pasara hacer de forma grupal.

DURACION:

- La duración de la sesión tiene un aproximado de 60 minutos

RECURSOS:

- Material humano : Docente y niños
- Materiales : Conos, cinta, platillos y aros.

APRENDIZAJE ESPERADO:

MOMENTOS	ACTIVIDAD	TIEMPO
INICIO	<p>Se entra al campo en columna de 2, cantando la canción "MARCHA SOLDADO", llevando en mano su botella de agua, con separación adecuada para no crear desorden.</p> <p>En línea recta los niños formaran frente a la docente, quien dará el saludo y las indicaciones de las reglas de juego durante la clase, seguido de la canción motivadora, "COMO ESTAN LOS NIÑOS COMO ESTAN"</p> <p>De forma frontal activaran su cuerpo a través de imitación, la docente hará activación de sus articulaciones, empezando desde sus extremidades superiores e inferiores, 8 rep. Por lado.</p>	15
DESARROLLO	<p>Jugamos cantando la batalla del calentamiento.</p> <p>La docente se desplazará de diferentes maneras hacia delante, atrás lateralmente, los niños cantando deberán desplazarse.</p> <p>Jugamos con aros:</p> <p>Cada niño tendrá un aro el cual lo tomará con ambas manos como un timón y pasará sus pies uno tras otro.</p> <p>Luego jugará ser carrito cuando diga semáforo, el niño deberá pararse y pasar por dentro del aro con sus pies y seguir corriendo.</p> <p>Juego con vallitas:</p> <p>El niño realizará saltos alternando los pies, de forma individual, luego lo hará por grupos respetando cada pie de salida y caída.</p> <p>Se hará un circuito de saltos y carreras de velocidad donde el niño exponga lo aprendido</p>	30
SALIDA	<p>Se hará un circuito de saltos y carreras de velocidad donde el niño exponga lo aprendido</p> <p>Respetando el salto con el pie que diga la docente.</p> <p>El juego será de forma grupal y por competencia ante aros y vallitas</p>	15

Gráfico nº 13



SESIÓN N°14 "SALTANDO CON CUERDA"

OBJETIVOS:

- Salto con cuerda individualmente, luego lo hago en forma grupal en competencia por grupos.

DURACION:

- La duración de la sesión tiene un aproximado de 60 minutos

RECURSOS:

- Material humano : Docente y niños
- Materiales : Conos, cinta, platillos, aros, y pelotas.

APRENDIZAJE ESPERADO:

MOMENTOS	ACTIVIDAD	TIEMPO
INICIO	<p>Se entra al campo en columna de 2, cantando la canción "MARCHA SOLDADO", llevando en mano su botella de agua, con separación adecuada para no crear desorden.</p> <p>En línea recta los niños formaran frente a la docente, quien dará el saludo y las indicaciones de las reglas de juego durante la clase, seguido de la canción motivadora, "COMO ESTAN LOS NIÑOS COMO ESTAN"</p> <p>De forma frontal activaran su cuerpo a través de imitación, la docente hará activación de sus articulaciones, empezando desde sus extremidades superiores e inferiores, 8 rep. Por lado.</p>	15
DESARROLLO	<p>Se formarán en media luna, cada niño tendrá en sus manos cuerdas las cuales deberán agarrar con cuidado para no lastimarse.</p> <p>Primero el recorrido de pasarla será caminando libremente.</p> <p>Juego por equipos:</p> <p>El juego consiste en tomar bien la cuerda y pasarla caminando el retorno ya es con carrera saltando sobre una vallita.</p> <p>Segundo ya es corriendo y saltando la cuerda, pero primero en forma libre, sin equipos donde indiquemos a los niños que salten como los caballitos y no pies juntos.</p> <p>Seguido pasamos a hacerlo por equipos y competencia.</p>	30
SALIDA	<p>Terminamos con el juego de vaqueros:</p> <p>Donde el menor se traslade con su cuerda saltando y cuando atrape lo haga con su cuerda a sus compañeros. Habrá solo un vaquero por 10 niños.</p>	15

Gráfico nº 14



SESIÓN N°15
“RECORRIDO DE SALTOS CON PIES JUNTOS Y ALTERNADO”

OBJETIVOS:

- Salto con materiales, recorriendo el circuito con aros, cuerda, vallitas y adoptando diferentes posturas de animales

DURACION:

- La duración de la sesión tiene un aproximado de 60 minutos

RECURSOS:

- Material humano : Docente y niños
- Materiales : Conos, cinta, platillos, aros, y pelotas de futbol

APRENDIZAJE ESPERADO:

MOMENTOS	ACTIVIDAD	TIEMPO
INICIO	En línea recta los niños formaran frente a la docente, quien dará el saludo y las indicaciones de las reglas de juego durante la clase, seguido de la canción motivadora, "COMO ESTAN LOS NIÑOS COMO ESTAN" De forma frontal activaran su cuerpo a través de imitación, la docente hará activación de sus articulaciones, empezando desde sus extremidades superiores e inferiores, 8 rep. Por lado.	15
DESARROLLO	Primero jugamos a la batalla del calentamiento Segundo jugamos a saltar por aros según el color que indique la docente. Los niños deberán entrar saltando con pies juntos como conejos, seguido como caballitos. Luego metiendo un pie y luego el otro, trabajaremos con la coordinación en saltos con los niños tanto frontal como lateralmente. Juego con escalera: Los niños formados en dos alumnos pasaran saltando pies juntos sin caerse y sin salir de los cuadrados de la escalera. Luego saltaran con los dos pies adentro y afuera alternando en cada salto. Luego saltaran con un solo pie y luego con dos (todo de forma frontal) Luego harán desplazamiento lateral en los saltos. Luego lo harán lateralmente, pero de un pie en un pie respetando cada cuadrado de la escalera.	30
SALIDA	Se terminará con circuito de competencia entre salto de aro y de escaleras polimétricas, gana quien lo haga sin perder el equilibrio, y rápidamente llegando antes que otros grupos. El equipo que pierda bailara.	15

Gráfico nº 15



SESIÓN N°16
“RODAMOS LIBREMENTE COMO CHANCHITOS”

OBJETIVOS:

- Rodamos en posición cubito ventral, sin orientación, a la voz de la docente.

DURACION:

- La duración de la sesión tiene un aproximado de 60 minutos

RECURSOS:

- Material humano : Docente y niños
- Materiales : Conos, cinta, platillos, aros, y pelotas de futbol

APRENDIZAJE ESPERADO:

MOMENTOS	ACTIVIDAD	TIEMPO
INICIO	<p>Se entra al campo en columna de 2, cantando la canción "MARCHA SOLDADO", llevando en mano su botella de agua, con separación adecuada para no crear desorden.</p> <p>En línea recta los niños formaran frente a la docente, De forma frontal activaran su cuerpo a través de imitación, la docente hará activación de sus articulaciones, empezando desde sus extremidades superiores e inferiores, 8 rep. Por lado.</p>	10
DESARROLLO	<p>FORMAMOS SENTADOS EN CÍRCULO ALREDEDOR DE LA DOCENTE.</p> <p>Se pasará hacer movimiento articular desde las extremidades superiores e inferiores</p> <p>Pasamos a movernos sobre el sitio a imitación de la docente, elevación de rodillas, polichinelas, saltos hacia delante, atrás, imitaciones de animalitos en salto.</p> <p>Juego de Simón manda:</p> <p>Nos desplazamos libremente caminando de puntas luego de talón, al silbato colocarse echado, grana quien se echa más rápido.</p> <p>La docente será Simón y ordena tocar cabeza entre todos.</p> <p>Terminaremos diciendo que Simón manda colocarse en posición echada boca arriba, boca abajo. (Cubito ventral – Cubito dorsal).</p> <p>JUEGO DE CHANCHITOS</p> <p>Rodar hacia delante sin chocar con los niños todo ello libremente.</p> <p>VARIANTE:</p> <p>Juego de rodamiento formados por columnas y filas, lo niños primero rodaran luego pasaran hacer una carrera frontal y regresar con carrera de espalda.</p> <p>Luego rodaran en competencia sin chocarse y luego intentaran patear un balón para meter gol.</p>	40
SALIDA	<p>Para finalizar jugaremos un partido de futbol con 6 niños por equipo, incentivando el juego con material e insertando a los niños a respetar reglas.</p>	10

Gráfico nº 16



SESIÓN N°17
“ESCAPEMOS DEL LOBO”

OBJETIVOS:

- Rodamos de forma horizontal buscando la casa, escapándonos del lobo.

DURACION:

- La duración de la sesión tiene un aproximado de 60 minutos

RECURSOS:

- Material humano : Docente y niños
- Materiales : Conos, cinta, platillos, aros, y pelotas de futbol

APRENDIZAJE ESPERADO:

MOMENTOS	ACTIVIDAD	TIEMPO
INICIO	<p>Se entra al campo en columna de 2, cantando la canción "MARCHA SOLDADO", llevando en mano su botella de agua, con separación adecuada para no crear desorden.</p> <p>En línea recta los niños formaran frente a la docente, quien dará el saludo y las indicaciones de las reglas de juego durante la clase, seguido de la canción motivadora, "COMO ESTAN LOS NIÑOS COMO ESTAN"</p> <p>De forma frontal activaran su cuerpo a través de imitación, la docente hará activación de sus articulaciones, empezando desde sus extremidades superiores e inferiores, 8 rep. Por lado.</p>	15
DESARROLLO	<p>FORMAMOS SENTADOS EN CÍRCULO ALREDEDOR DE LA DOCENTE.</p> <p>Se pasará hacer movimiento articular desde las extremidades superiores e inferiores</p> <p>Pasamos a movernos sobre el sitio a imitación de la docente, elevación de rodillas, polichinelas, saltos hacia delante, atrás, imitaciones de animalitos en salto.</p> <p>JUEGO DE SIMÓN MANDA:</p> <p>Nos desplazamos libremente caminando de puntas luego de talón, al silbato colocarse echado, grana quien se echa más rápido.</p> <p>La docente será Simón y ordena tocar cabeza entre todos.</p> <p>Terminaremos diciendo que Simón manda colocarse en posición echada boca arriba, boca abajo. (Cubito ventral – Cubito dorsal).</p> <p>JUEGO DE CHANCHITOS Y LOS LOBOS</p> <p>Rodar hacia delante sin chocar con los niños todo ello libremente.</p> <p>Luego pasamos a rodar con dirección ya sea norte, sur, este y oeste.</p> <p>VARIANTE:</p> <p>Juego de rodamiento formados por columnas y filas, lo niños primero rodaran con una dirección.</p> <p>Luego rodaran en competencia escapándose porque habrá un lobo que los persiga y ellos buscaran ir a su casa</p>	30
SALIDA	<p>Para finalizar jugaremos un partido de futbol con 6 niños por equipo, incentivando el juego con material e insertando a los niños a respetar reglas.</p>	15

Gráfico n° 17



SESIÓN N°18
“RODAMIENTO COMO LLANTAS”

OBJETIVOS:

- Rodamos hacia delante, con ayuda del docente y de la colchoneta inclinada

DURACION:

- La duración de la sesión tiene un aproximado de 60 minutos

RECURSOS:

- Material humano : Docente y niños
- Materiales : Conos, cinta, platillos, aros, y pelotas de futbol

APRENDIZAJE ESPERADO:

MOMENTOS	ACTIVIDAD	TIEMPO
INICIO	<p>Se entra al campo en columna de 2, cantando la canción "MARCHA SOLDADO", llevando en mano su botella de agua, con separación adecuada para no crear desorden.</p> <p>En línea recta los niños formaran frente a la docente, quien dará el saludo y las indicaciones de las reglas de juego durante la clase, seguido de la canción motivadora, "COMO ESTAN LOS NIÑOS COMO ESTAN"</p> <p>De forma frontal activaran su cuerpo a través de imitación, la docente hará activación de sus articulaciones, empezando desde sus extremidades superiores e inferiores, 8 rep. Por lado.</p>	15
DESARROLLO	<p>Los niños formaran frontal a la docente. Realizaran movimiento articular, luego estiramiento.</p> <p>Pasaran a jugar quitarse las colitas, ganando quien más colitas tenga.</p> <p>Luego la docente le presentará la colchoneta la cual servirá para hacer el rodamiento hacia delante.</p> <p>Con ayuda de la docente uno a uno pasara a dar su rodamiento con colchoneta inclinada.</p> <p>Cantando una canción los niños lo harán de forma tranquila.</p> <p>Luego pasaremos a hacerlos libremente los que no puedan pasaran a estar con la docente.</p>	30
SALIDA	<p>Juego de las llantas en la ciudad:</p> <p>Los niños pasaran a hacer rodamiento por grupos simulando ser llantas y llegar a completar un circuito, donde exponga el rodamiento con colchoneta inclinada y luego sin ella.</p>	15

Gráfico n° 18



SESIÓN N°19
“RODAMOS COMO RUEDAS”

OBJETIVOS:

- Rodamos individualmente sin ayuda del docente y sin colchoneta inclinada
- Rodamos en forma grupal

DURACION:

- La duración de la sesión tiene un aproximado de 60 minutos

RECURSOS:

- Material humano : Docente y niños
- Materiales : Conos, cinta, platillos, aros, y pelotas de futbol

APRENDIZAJE ESPERADO:

MOMENTOS	ACTIVIDAD	TIEMPO
INICIO	Se entra al campo en columna de 2, cantando la canción "CANCION DE LA BURRITA ESTEFANI", llevando en mano su botella de agua, con separación adecuada para no crear desorden. En línea recta los niños formaran frente a la docente, quien dará el saludo y las indicaciones de las reglas de juego durante la clase, seguido de la canción motivadora, "COMO ESTAN LOS NIÑOS COMO ESTAN" De forma frontal activaran su cuerpo a través de imitación, la docente hará activación de sus articulaciones, empezando desde sus extremidades superiores e inferiores, 8 rep. Por lado.	15
DESARROLLO	Los niños formaran frontal a la docente. Realizaran movimiento articular, luego estiramiento. Pasaran a jugar quitarse las colitas, ganando quien más colitas tenga. Luego la docente le presentará la colchoneta la cual servirá para hacer el rodamiento hacia delante. Con ayuda de la docente uno a uno pasara a dar su rodamiento con colchoneta inclinada. Cantando una canción los niños lo harán de forma tranquila. Luego pasaremos a hacerlos libremente los que no puedan pasaran a estar con la docente JUEGO DE CARROS DE CARRERA En grupos de 5 por 5 los niños pasaran realizar la carrera con los siguientes ejercicios: Correr frontal- rodamiento hacia delante- slalong y regreso con el timón que en este caso es un aro. Seguidamente le doy la posta a mi compañero. Variante el rodamiento puede ser con desplazamiento posición parada.	30
SALIDA	Juego de balón mano donde los alumnos puedan meter gol, pero con sus extremidades superiores cuando festeje deberá dar un rodamiento hacia delante para valga el gol.	15

Gráfico n° 19



SESIÓN N°20
“EXPONGO A TRAVÉS DEL JUEGO MIS MOVIMIENTOS”

OBJETIVOS:

- Demostrar las habilidades motrices básicas que desarrollo con el manual

DURACION:

- La duración de la exposición tiene un aproximado de 30 minutos

RECURSOS:

- Material humano : Docente y niños
- Materiales : Conos, cinta, platillos, aros, y pelotas de futbol

APRENDIZAJE ESPERADO:

MOMENTOS	ACTIVIDAD	TIEMPO
INICIO	Entrará de forma ordenada, con el mix del soldado marchando hacia el tren en parejas con su botella de agua En línea recta los niños formaran frente a la docente, quien dará el saludo y las indicaciones de las reglas de juego durante la clase, seguido de la canción motivadora, "COMO ESTAN LOS NIÑOS COMO ESTAN" De forma frontal activaran su cuerpo a través de imitación, la docente hará activación de sus articulaciones, empezando desde sus extremidades superiores e inferiores, 8 rep. Por lado.	15
DESARROLLO	Cantando la batalla del calentamiento moverá el alumno sus articulaciones y activará su cuerpo para para la competencia. PRIMERA EXPOSICION: SALIERON LOS FORMULA 1 En grupos de 5 realizarán carreras de forma frontal, lateral y de espaldas LANZAR LA GRANADA: Se trasladarán haciendo lanzamientos al cielo sin dejar caer la bomba, trotando, lanzara lo más lejos y cogerán una pelota trasladando con bote y pasando al compañero a través de un lanzamiento. SALTAN LOS CONEJITOS: El circuito consta en salir con su cuerda, pasar por aros saltando con pies juntos y separados y regresar saltando por vallitas para finalizar con rodamiento hacia delante.	30
SALIDA	Los niños terminaran cantando la canción de la burrita ESTEFANI, tocando su balón como si fuese un cajón y dando palmadas para generar más sonido y ritmo a la canción.	15

Gráfico n° 20

