

**UNIVERSIDAD NACIONAL
SISTEMA DE ESTUDIOS DE POSGRADO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA DE CIENCIAS DEL MOVIMIENTO HUMANO Y
CALIDAD DE VIDA
MAESTRÍA EN SALUD INTEGRAL Y MOVIMIENTO HUMANO**

**DISEÑO E IMPLEMENTACIÓN DE UN PROGRAMA DE
JUEGOS PREDEPORTIVOS ORIENTADO A ESTIMULAR LA
PSICOMOTRICIDAD Y LA CONVIVENCIA SOCIAL EN
ESCOLARES DE 9 A 12 AÑOS QUE NO RECIBEN
EDUCACIÓN FÍSICA EN LA PRIMARIA**

Jeimmy Yovanna Zamora Núñez

Práctica aplicada sometida a la consideración del Tribunal Examinador del
Posgrado en Salud Integral y Movimiento Humano con énfasis en Salud,
para optar al grado de Magister

Campus Presbítero Benjamín Núñez, Heredia, Costa Rica.

2020

Miembros del Tribunal Examinador

M.Sc. Luis Blanco Romero

Coordinador de la Maestría en Salud Integral y Movimiento Humano.

M.Sc. Gerardo Araya Vargas

Tutor

M.Sc. Harry Gonzales Barrantes

Asesor

M.Sc. Héctor Fonseca Schmidt

Asesor

Jeimmy Yovanna Zamora Núñez

Sustentante

Informe final de Maestría profesional sometida a la consideración del Tribunal Examinador del Posgrado en Salud Integral y Movimiento Humano con énfasis en Salud para optar al grado de Magister. Cumple con los requisitos establecidos por el Sistema de Estudios de Posgrado de la Universidad Nacional.

Resumen

Se diseña un programa de juegos predeportivos orientado a estimular la competencia físico- motriz, social y promover los estilos de vida saludable, se aplica durante ocho semanas, dos veces a la semana de 45 a 60 minutos la sesión.

La población beneficiada es de 22 estudiantes de 4º grado, 14 niños y 8 niñas de 8 a 11 años, quienes no han recibido educación física durante dos años y medio, aproximadamente, en los cuatro años cursados, e incluso algunos nunca lo recibieron, siendo este el caso de más de la mitad de los grupos de la institución.

Se utiliza la prueba TDMG-3 (Ulrich, 2016) modificada, para la evaluación de los movimientos coordinativos de caballito y galope, además se toma peso y talla para calcular el índice de masa corporal (IMC).

Luego de la intervención se observa los porcentajes de cambio positivos en los movimientos de galope y caballito. Lo anterior indica un mejor desempeño en la ejecución de estos, se puede relacionar con experiencias manifestadas y observadas en los infantes durante la intervención, en la cual tienen la oportunidad de jugar y aprender juegos predeportivos nuevos los cuales desconocen. Ello genera curiosidad, diversión, reflexión sobre los valores como, trabajo en equipo, el respeto a los demás, la autoconfianza y el convivir en grupo para la vida.

De acuerdo con la experiencia de implementación del programa, se puede concluir lo siguiente: aplicar un programa de juegos predeportivos con valores de convivencia contribuye a la estimulación física, emocional y social; pero esta intervención debe ser por más tiempo para generar un impacto mayor en la coordinación motora.

Palabras Clave: Juegos predeportivos, psicomotricidad, convivencia social, educación física.

Abstract

Designed a program of pre-sports games aimed at stimulating physical-motor and social competence and promoting healthy lifestyles, it was applied for 8 weeks, two times a week for 45 to 60 minutes per session.

The beneficiary population was 22 4th grade students, 14 boys and 8 girls between 8 and 11 years old, who had not received physical education for two and a half years, approximately, in the four years they had studied, and some had even never received, this being the case of more than half of the groups of the institution.

The modified TDMG-3 test (Ulrich, 2016) was used for the evaluation of the coordinative movements of the horse and gallop, in addition, weight and height were taken to calculate the body mass index (BMI).

After the intervention, the percentages of positive change in the gallop and horse movements were observed, which means that there was a better performance in the execution of these, which can be related to the experiences manifested and observed in the children during the intervention. , in which they had the opportunity to play and learn new pre-sports games that they did not know, which generated curiosity, fun, reflection on values such as teamwork, respect for others, self-confidence and living together in a group for life.

According to the experience of implementing the program, it can be concluded that applying a program of pre-sports games with coexistence values contributes to physical, emotional, and social stimulation, but this intervention should be for a longer time to generate a greater impact on motor coordination.

Key Words: *Pre-sport games, psychomotricity, social coexistence, physical education.*

Agradecimiento

Primeramente, a Dios quien me brindó las fuerzas para sacar adelante esta Maestría y este trabajo, a mi familia que me apoyó, a mi profesor Gerardo Araya Vargas quien creyó en mi trabajo, me apoyó y guío con paciencia, gracias a la Universidad Nacional por formarme como un ser humano integral y por la oportunidad de devolvérselo a la sociedad.

Dedicatoria

A mi hijo Carlos David Coto Zamora, quién es la luz de mi vida, sacrificamos tiempo juntos para superarnos como familia, él es mi fuerza y mi razón para crecer como persona, como profesional, hoy podemos ver nuestros sueños cumplidos con la conclusión de este trabajo, pues contribuye a su vez con estos niños para tener una mejor calidad de vida.

Índice

Miembros del Tribunal Examinador	I
Abstract.....	III
Agradecimiento.....	IV
Dedicatoria.....	V
Descriptores.....	IX
Capítulo I.....	1
INTRODUCCIÓN.....	1
Planteamiento y delimitación del problema.....	1
Justificación.....	3
Objetivos	7
Conceptos clave	8
Capítulo II	11
METODOLOGÍA.....	11
Participantes	11
Instrumentos y materiales.....	12
Procedimientos	13
Análisis estadístico de datos	15
Capítulo III	16
RESULTADOS	16
Capítulo IV	25
DISCUSIÓN.....	25
Capítulo V	29
CONCLUSIONES.....	29
Capítulo VI	31
RECOMENDACIONES	31
Referencias Bibliográficas.....	32
ANEXOS.....	37

Lista de tablas

Tabla 1. Taxonomía de habilidades sociales.....	6
Tabla 2. Siete valores más importantes para desarrollar las habilidades sociales.	10
Tabla 3 Frecuencia absoluta de niños y niñas sin recibir educación física, durante los cuatro años que cursaban al momento del eestudio	17
Tabla 4. Estado nutricional según género y promedio de edad	17
Tabla 5. Frecuencia absoluta del estado nutricional post test según género y promedio de edad	18
Tabla 6. Comparación entre la ejecución del caballito pre y post.	18
Tabla 7. Comparación entre la ejecución del galope pre y post.	19
Tabla 8. Frecuencia absoluta según nivel de ejecución de movimientos coordinativos pre y post intervención	20
Tabla 9. Emociones expresadas al finalizar cada clase	22
Tabla 10. Conductas observadas por la maestra durante las sesiones	23
Tabla 11. Cambios de conducta observados en el aula durante la intervención	23
Tabla 12. Importancia de la aplicación del programa	24

Lista de gráficos

Gráfico 1. Porcentaje de cambio en los movimientos coordinativos entre pre y post.....9

Gráfico 2. Valores que aprendieron al final del programa de juegos
.....21

Gráfico 3. Valores que se les dificultó poner en práctica durante el programa
.....21

.

Descriptorios

Juegos predeportivos, psicomotricidad, convivencia social, educación física.

Capítulo I

INTRODUCCIÓN

Planteamiento y delimitación del problema

Según el informe del Ministerio de Educación Pública (MEP) en el año 2016, en Costa Rica un 33% de la niñez no recibe educación física en la primaria, y el otro 70% solo recibe 80 minutos a la semana, son insuficientes según la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2016) que recomienda una hora de actividad física al día. Sumado a esto del año 2008 al 2016 el sobrepeso y obesidad aumentan un 13% en los escolares, lo cual significa un 34% de la población y se menciona, además, es urgente la necesidad de implementar estrategias intersectoriales y políticas públicas para detener el aumento de este problema de malnutrición (Alfaro, 2016; Censo Escolar Peso-Talla MEP, 2017).

A pesar de que La Sala Constitucional ordena al MEP cumplir con los artículos 17 y 18 de la Ley del Deporte, los cuales hablan de la obligatoriedad de la enseñanza de la educación física desde el kínder hasta la secundaria, incluyendo colegios y escuelas nocturnas, el gobierno de Costa Rica no cumple con esta orden, y no se imparte las lecciones en el 100% de esta población. Por ende, miles de niños no pueden acceder al derecho a la Educación Física, como lo menciona el artículo 33 de la Convención Iberoamericana de los Jóvenes, pero se da una situación un tanto incongruente por parte de los políticos: si bien promueven la cultura de la alimentación sana, equilibrada y la práctica de ejercicio físico para combatir los niveles de sobrepeso y obesidad, no se refleja en las horas destinadas a la educación física en los centros educativos (Fernández, 2015; Ravinet, 2005; Rivera, 2009).

En la Dirección Regional de San José Central (incluye Hatillo, Alajuelita, San Sebastián y un sector de Curridabat), solo un 9% de las escuelas públicas no reciben Educación Física. Sin embargo, ese pequeño porcentaje deja por fuera un 33% de alumnos, y hay escuelas en las cuales, por su modalidad de horario alterno,

no todos los grupos tienen acceso a la educación física. Tal es el caso de la Escuela de atención prioritaria de Tirrases, Curridabat, donde la población, por sus características de vulnerabilidad social, no goza de espacios seguros para realizar actividad física y deporte en su comunidad, siendo la escuela el espacio más seguro para esta práctica, y pertenecer a grupos de juegos estudiantiles que desarrollan el talento deportivo, la sana competencia, los valores de trabajo en equipo, usar la fuerza y la frustración para enfocarla en la competencia y obtener objetivos de realización personal, hace que se sueñe y se crea en un futuro más prometedor, y solo un 42 % de la población recibe esta materia, de más de mil niños y niñas de primer a sexto grado en la escuela de Tirrases (Alfaro, 2016; Equipo Técnico Nacional de Censo, 2017).

En 1996 la Asamblea Mundial de Salud declara la violencia como un problema creciente de salud pública en todo el mundo. La OMS (2003) indica: 1,6 millones de personas en el mundo pierde la vida a causa de la violencia, en la población entre 15 a 44 años. En Costa Rica la violencia se presenta en varios ámbitos, afecta a hombres, mujeres y menores en todos los escenarios, incluidos los centros educativos. La escuela tiene como fin formar e insertar las nuevas generaciones, pero no está exenta de los problemas sociales y el centro educativo se está convirtiendo en un lugar peligroso para los estudiantes, a nivel físico, emocional, psicológico y social, por lo tanto, se debe prestar atención a esta problemática para velar por la integridad y bienestar de ellos (Alfaro et al, 2010).

Según Fonseca et al. (2016) las conductas violentas y el acoso, pueden estar influenciados por ciertas situaciones en el ámbito familiar, como la violencia intrafamiliar, el consumo de drogas, un mal manejo de límites y, fuera del entorno familiar, aspectos como una supervisión deficiente en el ámbito escolar, así como reglas poco claras y un entorno comunitario conflictivo, el cual puede convertirse en marco para el desarrollo de la violencia. Es importante contemplar varios factores de influencia: familiares, ambientales, educativos y personales.

Ante esta problemática surge la interrogante: ¿Cómo contribuir con el desarrollo físico-motriz y social, así como con el aprendizaje de estilos de vida

saludables en escolares de una población en vulnerabilidad social que no recibe educación física en la primaria?

Justificación

Según el estudio de Goodway y Branta (2003) se demuestra la importancia de la intervención de los profesionales en educación física al trabajar las metodologías apropiadas de la disciplina, pues un grupo de estudiantes con dificultades motrices obtiene mejoras importantes después de la intervención con actividades para el desarrollo de la competencia motriz por doce semanas. De ahí la importancia de que los estudiantes en la primaria reciban la clase de educación física. Aumentar los niveles de actividad física, eleva el desempeño motor global, y por consiguiente las habilidades motrices locomotoras, de equilibrio y control de objetos (Pradenas et al. 2017).

En una investigación Mathisen (2016) aplica un programa de cuatro semanas, una hora al día de tareas básicas, como lanzar, escalar, saltar y los resultados indican que el grupo experimental mejora significativamente su rendimiento en comparación con el control y según estos hallazgos, el rendimiento de las habilidades motrices puede mejorarse a través de la práctica organizada específica de la tarea, en los programas de educación física en la escuela primaria.

Ericsson y Karlsson (2014) estudian los efectos de aumentar las lecciones de educación física sobre las habilidades locomotoras y el rendimiento escolar en una investigación durante nueve años, y al final del estudio se encuentra un 7% de déficit en el desarrollo motor en el grupo experimental en comparación de un 47% con el grupo control, y las calificaciones son más altas en el grupo con menor déficit motor, lo cual demuestra que la educación física diaria y la capacitación en habilidades motoras adaptadas durante los años de escolaridad obligatoria, son una forma factible de mejorar, no solo las habilidades motrices, sino también el rendimiento escolar y la proporción de alumnos quienes califican para la secundaria.

Por su parte Poblete et al. (2013) afirman, dos o tres horas a la semana de educación física, no son suficientes para compensar la falta de actividad física existente debido al ritmo de vida actual, y al uso de la tecnología. Lo anterior concuerda con la investigación de Luna et al. (2016) donde se aplica un programa de estimulación de juegos motrices por ocho semanas, una vez por semana 45 minutos, en escolares quienes, además, reciben educación física una vez por semana y se muestra mejorías significativas en el nivel de desarrollo motor, sin embargo, no logran compensar su déficit motor de acuerdo con su edad.

Poblete et al. (2013) comparan el desarrollo motor entre estudiantes que practican actividades extracurriculares deportivas con aquellos quienes solo reciben la lección semanal de educación física y de acuerdo con los resultados, se observa: de los estudiantes que participan de actividades extracurriculares, las mujeres presentan clasificaciones superiores a los varones para las edades evaluadas, y los estudiantes que no participan de estas actividades presentan un desarrollo motor grueso generalmente clasificado por debajo según la edad. Los participantes en talleres extra muestran un desarrollo motor grueso más elevado respecto de sus compañeros, quienes solo asisten a la clase regular de educación física y salud. Por lo tanto, se recomienda más de una lección a la semana de educación física y deporte para mostrar un desarrollo motor y condición física óptima.

Además la prevalencia de la obesidad infantil y las enfermedades asociadas son un problema global, investigaciones indican que el desarrollo de la competencia motriz puede ser un factor contribuyente importante en el desarrollo de la condición física en la infancia, y se demuestra una correlación inversa entre la competencia motriz y el peso corporal en ambos sexos, en consecuencia el desarrollo adecuado de la competencia motriz puede proporcionar un estilo de vida activo y proteger de la obesidad y enfermedades asociadas (D ' Hondt et al. 2011).

Las principales causas del sobrepeso y la obesidad son los estilos de vida, la alimentación, la genética, pero fundamentalmente la excesiva ingesta de

alimentos, falta de ejercicio físico y el sedentarismo, por lo cual, la práctica de la educación física mejora las actitudes en el juego y el deporte, además contribuye a adquirir estilos de vida saludables que previenen enfermedades como el sobre peso, la obesidad, y la diabetes (Fernández, 2015; Poblete et al., 2013).

La educación física contribuye al desarrollo y adquisición de la competencia motriz por medio de la percepción e interacción del cuerpo con el espacio, objetos y personas, juega un papel relevante sobre la condición física y la salud, pues fomenta los estilos de vida saludable, valores como la integración, respeto, cooperación, igualdad, tolerancia y trabajo en equipo; así como el seguimiento de normas y reglas que contribuyen a la vida en sociedad (Pérez y Antolín, 2008).

Según el exministro de educación Leonardo Garnier, “al ser humano le interesa más que ninguna cosa el afecto o simpatía de los demás, su aprecio, su respeto, su reconocimiento; además nos importa lo que piensan y sienten los demás sobre nosotros, pues solo ahí encontramos el sentido trascendente de nuestra vida, por ello debemos educar para la convivencia eficiente, útil y practica del mundo de trabajo, así como para la vida plena y trascendente que surge de la convivencia solidaria” (Ministerio de Educación Pública, 2013, p.7). Este es uno de los objetivos de la educación física y el juego en el programa de estudios para primaria en Costa Rica.

En el presente trabajo se hace enfoque en la taxonomía de las habilidades sociales de Kauffman y Kinnealey (2015), para trabajar los indicadores de comportamiento mediante el juego.

Tabla 1.*Taxonomía de habilidades sociales*

Categoría	Descripción Objetivo	Indicadores de comportamiento
Presentación verbal	Modificar el uso de palabras (contenido) que interfieran con la aceptación por otros.	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Evitar presumir. ✓ Hablar mal de los demás. ✓ Bromear. ✓ Interrumpir a otros, mintiendo, y divagando, ✓ hacer saludos inapropiados. ✓ Expresarse con precisión, clara y sucintamente; participar con reciprocidad verbal.
Presentación no verbal	Modificar el uso de comportamientos (psicomotores) que interfieren con aceptación por otros.	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Escuchar. ✓ Poner atención ✓ Contacto visual ✓ Respetar el espacio personal. ✓ usar voz bien modulada, y Abstenerse de golpear y empujar.
Respuesta emocional	Modificar las reacciones emocionales a frustrantes, nuevas, accidentales, u ocurrencias inesperadas.	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Abstenerse de hacer berrinches, llorar, gritar. ✓ Reaccionar exageradamente a los accidentes. ✓ Actuar. ✓ Discutir. ✓ Retirarse, amenazando y desafiando. ✓ Usar la resolución de problemas.
Juego	Modificar los comportamientos relacionados con jugar y trabajar con otros, buscar que el niño y niña se divierta, comparta, pierda con gracia, juegue con niños de igual edad.	<ul style="list-style-type: none"> ✓ En caso de los niños más pequeños tomar turnos, seguir instrucciones, reír, cooperar, comprometerse. ✓ Jugar actividades esperadas para la edad, y evitar la competencia inapropiada.

Alfaro et al. (2010) en una investigación con 142 docentes quienes laboran en las escuelas públicas del Circuito 03, de la Dirección Regional de San José, encuentran que la población de docentes no posee un conocimiento adecuado

sobre las causas de la violencia, ni el fenómeno *Bullying*, y desconocen cómo detectar e intervenir en situaciones de violencia escolar. Además, tan solo un 16% de las personas participantes del estudio han recibido algún tipo de capacitación sobre esta temática. También en el estudio se menciona lo siguiente: frente a los actos de violencia y acoso que suceden en las instituciones educativas, las autoridades no saben cómo actuar, no se presenta las herramientas necesarias o se minimiza los hechos, y por el tipo de fenómeno se requiere que las intervenciones no solo se dirijan a quien lo reciba, sino a quien lo ocasiona.

El 83% considera que el reglamento de evaluación de los aprendizajes del MEP no es efectivo en la práctica y a veces no se obtiene los resultados que se desea, no se abarca correcciones ni se endereza los malos hábitos adquiridos en el hogar, solo limitándose a rebajar puntos (Alfaro et al. 2010).

Pero se requiere ayudar y formar a los estudiantes, por lo tanto, existe la necesidad de desarrollar alternativas de formación de programas en los centros educativos para el manejo efectivo y afectivo de las conductas violentas, de ahí la importancia de implementar un programa el cual promueva por medio del juego el desarrollo de habilidades sociales para la convivencia, y con ello se impulse los estilos de vida saludable.

Objetivos

Objetivo general

1. Realizar una intervención de practica aplicada con niños escolares de 9 a 12 años pertenecientes a poblaciones de riesgo social que no reciben educación física sistematizada del centro educativo Quince de Agosto, Tirrases de Curridabat.

Objetivos específicos

1. Realizar una búsqueda de información teórico-bibliográfica que permita orientar científicamente la elaboración de un programa pedagógico de juegos predeportivos básicos para la estimulación de las competencias físico-

motrices y psicosociales, así como de la promoción de estilos de vida saludable en escolares en riesgo social.

2. Confeccionar un programa de juegos predeportivos básicos de atletismo infantil (athletics kids), fútbol base y Mini baloncesto, para la estimulación del desarrollo físico- motriz y psicosocial de escolares con edades entre de 9 y 12 años.
3. Aplicar desde la perspectiva lúdico- pedagógica, un programa de juegos predeportivos básicos que fortalezca, en los escolares, los modificadores de conducta para el desarrollo de habilidades físico- motrices y psicosociales como complemento a una convivencia armónica y sana entre ellos.
4. Sistematizar el programa de juegos predeportivos, mediante un manual que pueda ser utilizado por profesionales en educación física, así como docentes de I y II ciclos que deseen motivar a sus estudiantes a realizar ejercicio, fomentando la sana convivencia, especialmente en los grupos que no reciban educación física en la primaria y/o se encuentren en condiciones de riesgo social.

Conceptos clave

Juegos predeportivos: son juegos reglados lúdicos, pueden ser la base de iniciación a los deportes, e implican diversión, sentido de la curiosidad, son participativos, significativos y socialmente interactivos, contribuyen al aprendizaje y el desarrollo infantil, físico y social (Hassinger et al., 2017, p. 208).

Competencia motriz: es el conjunto de conocimientos, procedimientos, actitudes y sentimientos que intervienen al momento de realizar una acción motriz determinada, para dar sentido a su propia acción, orientarla y regular sus movimientos, comprender los aspectos perceptivos y cognitivos de la producción y control de sus respuestas motrices, relacionándolas con los sentimientos que se tiene y añade a estas, y la toma de conciencia de lo que se sabe se puede hacer y cómo es posible lograrlo.

Procedimientos tales como: saltar, girar, atrapar, hacer el pase, evadir un contrario, desmarcarse, patear una pelota, entre otros.

Las actitudes que se despliega cuando la emoción y el placer, por no ser capturados, se conjugan con las habilidades motrices básicas, al ser competente en el plano motriz se actualiza un conocimiento para saber hacer las cosas. Saber hacer, saber actuar y saber desempeñarse forman un sistema de actuación inteligente. Este se relaciona con otros procesos: la comunicación, imaginación, emoción y razonamiento (Ruiz, 1995).

La competencia motriz es un proceso dinámico. Se manifiesta a través del manejo que hace un sujeto de sí y de sus acciones en relación con los otros o con los objetos del medio. Evoluciona y cambia según la edad de la persona, sus capacidades y habilidades. La competencia motriz desarrolla la inteligencia operativa, la cual supone conocer qué hacer, cómo hacerlo, cuándo, con quién y en función de las condiciones cambiantes del medio (Ruiz, 1995).

Desarrollo motor: se refiere al desarrollo de las habilidades motrices básicas como; caminar, correr, saltar, balancear, girar, equilibrios y desequilibrios, mediante el control progresivo del propio cuerpo. Contribuye a la formación de una autoimagen positiva y el desarrollo de autoestima y autonomía, tiene relación con la higiene, la salud y los hábitos posturales, así como con habilidades sociales como la comunicación y la interacción positiva con sus pares (Viscarro et al. 2014).

Educación física: es una disciplina vivencial en donde el cuerpo y el movimiento son los ejes básicos en los cuales se centra su acción educativa, a través del cuerpo y el movimiento para adquirir competencias de carácter afectivo, de relación y la consolidación de hábitos de vida saludable (González y Lleixa, 2010).

Las Habilidades Locomotoras, son aquellas que involucran el desplazamiento en el espacio del cuerpo, la participación fluida y controlada del aparato locomotor. Por lo tanto, se requiere de un buen funcionamiento del sistema músculo esquelético y una precisa coordinación del sistema nervioso: marchar, correr, saltar, galopar, deslizarse, etc. (Aravena et al. 2016)

Las Habilidades de Recepción de objetos o visomotoras, son todas aquellas caracterizadas por el preciso control óculo- segmentario en el desprendimiento o interrupción de la trayectoria de objetos, ya sea con segmentos corporales como pie, manos u objetos controlados por estas, entre esas habilidades se tiene: lanzar, recepcionar, golpear, batear, botear, patear, etc. (Aravena et al. 2016).

Habilidades sociales

El Comité Español del ACNUR (2017) describe los siete valores más importantes para desarrollar las habilidades sociales.

Tabla 2.

Siete valores más importantes para desarrollar las habilidades sociales.

VALORES	HABILIDADES SOCIALES
1.Honestidad	Juego limpio
2.Sensibilidad	Empatía, apego
3.Humildad	Asertividad
4.Prudencia	Auto control, resolución de conflictos
5.Respeto	Comunicación, esperar su turno
6.Responsabilidad	Cooperación, trabajo en equipo
7.Gratitud	Detenerse y decir gracias

Capítulo II

METODOLOGÍA

Participantes

Población meta

Escolares de la comunidad de Tirrases de Curridabat, pertenecientes a una escuela de atención prioritaria del (MEP) urbano marginal.

Se trata de un centro educativo en una zona de riesgo social, por lo cual la institución tiene la particularidad de ser un centro de atención prioritaria, se acoge a las normas y presupuestos del MEP, presta servicios de apoyo en: conducta, problemas de lenguaje, problemas cognitivos, educación especial, aula edad, comedor escolar diario y en vacaciones. Además, se cuenta con un equipo interdisciplinario: psicóloga, trabajadora social y orientadora, quienes trabajan por los problemas sociales y de riesgo que enfrenta la población.

Población beneficiada directamente

Un grupo de 4º grado de 27 estudiantes, 16 varones y 11 niñas. Con promedio de edad masculino de 10,6 años, y promedio de edad femenino de 10,7 años. En el momento de la aplicación del programa no habían recibido educación física durante el último año escolar.

Debido al ausentismo, típico de la institución, sólo 22 de los estudiantes completaron el programa y realizaron el post test, incluye 8 mujeres y 14 varones.

Los varones presentaron seis casos de sobrepeso y dos de obesidad, seis de ellos tenían valores normales. Mientras las mujeres se encontraban dentro de los valores normales, con sólo un caso de obesidad entre ellas, tanto en el pretest como en el post test. Además, en el grupo de escolares participantes no se mostraron diferencias significativas de cambio en el IMC, además se reportó un caso de diabetes y dos con asma. También, se reportaron siete estudiantes con

adecuación no significativa, tres con adecuación significativa, y cinco estudiantes repitentes con sobre edad.

Instrumentos y materiales

1. Para la toma de peso se utilizó una báscula digital marca *Taylor Americans Leading Bath scale*.
2. Para la toma de talla se usó una cinta métrica flexible de 150 cm.
3. Para calcular el índice de masa corporal se utilizó la fórmula $IMC = \text{peso (kg)} / \text{estatura (m}^2\text{)}$.
4. Para la medición en la ejecución de los movimientos locomotores Caballito y Galope, se empleó el Test de Desarrollo Motor Grueso de Ulrich (2016) TGMD3. Este test consta de dos sub-pruebas, las cuales miden en cifras las habilidades de motora gruesa, en seis habilidades de locomoción y siete habilidades con balón, donde se valora el desarrollo de la coordinación motriz, dinámica general y viso-motriz, por un procedimiento cualitativo de observación y evaluación objetiva de la ejecución de la habilidad desarrollada en cada tarea y posee una confiabilidad de 0.91 y una validez de constructo, contenido y predictiva moderada.
5. Para esta prueba se tomó el protocolo de evaluación de los movimientos de caballito y galope con la siguiente modificación: nivel de ejecución alto tres puntos, medio dos puntos y bajo un punto, para generar tres categorías de ejecución. Esto con base en la teoría de Woodburn et al. (2002). Ella indica que el caballito es un movimiento locomotor y debe ejecutarse a la edad de seis años y medio, de lo contrario muestra una dificultad en el desarrollo motor de los niños y niñas. Esto es lo que se quiere corroborar en poco tiempo.
6. El manual de juegos predeportivos con los modificadores de conductas sociales, elaborado por la investigadora y aprobado por el comité técnico asesor.
7. Se elaboró un cuestionario con siete preguntas desarrolladas por la investigadora del trabajo y revisadas por el comité asesor, para conocer

cuánto tiempo no recibían educación física en primaria, valorar si practicaban algún deporte, y cómo era la convivencia dentro del aula (Ver anexo 2).

8. Al final la investigadora realizó dos preguntas generadoras para reflexionar sobre cuáles valores mencionan los sujetos haber ejercitado mediante la práctica y se anotó el nombre del valor y la cantidad de participantes que lo señalaron.
9. Materiales: cuatro balones de fútbol, 10 de baloncesto, 20 conos, 14 chalecos, planché de la escuela con marcos de fútbol y aros de baloncesto, silbato, tabla de anotación, lapicero.
10. Celular inteligente para grabar los videos.

Procedimientos

Proceso general

Se le envió una carta a la directora de la institución donde se explicó el objetivo de la investigación y su importancia. El permiso se formalizó a través de la firma de dicha solicitud. Se seleccionó un grupo de 4° grado el cual no recibió educación física en al menos el anterior año escolar y al momento de la intervención.

Se realizó una reunión con la docente del grupo, el fin fue informar el objetivo del estudio, el carácter anónimo y voluntario de la participación, y que las evaluaciones no presentaban ningún riesgo para la salud de los escolares. Posteriormente se tramitó el consentimiento y asentimiento (ver anexos 5 y 6) de los menores a quienes se les explicó en qué consistía el programa de juegos, pues no recibían lecciones de educación física.

Se realizó una búsqueda de información teórico-bibliográfica que permitió orientar científicamente la elaboración de un programa pedagógico de juegos predeportivos básicos para la estimulación de las competencias físico- motrices y psicosociales, así como de la promoción de estilos de vida saludable de los escolares en riesgo social. Se tomó en cuenta las características de la población beneficiada. Con base en la literatura revisada se elaboraron los juegos de: athletics

kids IAAF-FECO, fútbol base FIFA y basquetbol con énfasis en la puesta en práctica de valores sociales.

Se confeccionó un programa de juegos predeportivos básicos de atletismo infantil (atletics kids), fútbol base y Mini baloncesto, para la estimulación del desarrollo físico- motriz y psicosocial de escolares con edades entre de 9 y 12 años, que pasó por varias revisiones del tutor, para cada tema, se revisó la metodología de la aplicación de los juegos y la implementación de los valores, así como del rol activo de los participantes y el rol de reflexión constante que debe tener el docente y otros aspectos a considerar como las recomendaciones previas a los juegos y la seguridad de los participantes durante los juegos.

Antes de aplicar el programa de juegos se llevó a cabo un diagnóstico de peso y talla, se calculó el IMC, se realizaron las pruebas de los movimientos locomotores de caballito y galope, luego se trabajó por ocho semanas, dos veces por semana durante 60 minutos, los juegos planteados en el manual con los modificadores de conducta y se logró realizar cada juego al menos una vez.

Se aplicó desde la perspectiva lúdico- pedagógica, un programa de juegos predeportivos básicos que fortalezca, en los escolares, los modificadores de conducta para el desarrollo de habilidades físico- motrices y psicosociales como complemento a una convivencia armónica y sana entre ellos.

Después de la aplicación del programa se realizó el post test de peso y talla, se calculó el IMC, se realizaron las pruebas de los movimientos locomotores de caballito y galope de nuevo, se grabó con la cámara de un celular inteligente la ejecución de cada uno para analizar el nivel presentado al final.

Se planteó al final dos preguntas generadoras 1. ¿Cuáles valores sociales recuerdan que se practicaron en los juegos? 2. ¿Cuáles valores se les dificultó más y por qué? Y se reflexionó con los sujetos acerca de los valores y su importancia para la vida, así como la importancia de la actividad física para la salud y se anotaron todas las respuestas. Se interpretó el contenido de las respuestas y además se realizaron observaciones semiestructuradas durante las sesiones, y entrevistas

semi estructuradas a las maestras para tener otras fuentes de información con el fin de verificar su interpretación y complementarla. También con base en la interpretación de contenido, se procedió a elaborar un análisis narrativo de esa información, como complemento de los resultados cuantitativos que se examinaron.

Análisis estadístico de datos

Para el análisis descriptivo de datos se utilizó, la media y la desviación estándar.

Para cuantificar los cambios entre el diagnóstico y el pretest, se aplicó la fórmula de porcentaje de cambio $((\text{post} - \text{pre}) / \text{pre}) * 100$.

También se aplicó, como prueba inferencial el ANOVA de dos vías mixto (sexo vs. mediciones). Mediante el programa IBM SPSS 24.

Para la realización de las tablas y figuras se utilizó el programa computacional Microsoft Office Excel y Word 2013, para Windows 10.

Se realizó ajuste con procedimiento no paramétrico (L) ya que no se estaba cumpliendo con supuestos de normalidad del ANOVA (Thomas et al. 2015).

Capítulo III

RESULTADOS

A continuación, se presenta los resultados en el orden en el cual se recolectó la información. Primero se observó el tiempo que llevaban los niños y niñas participantes sin recibir educación física, el cual fue en promedio 2,6 años, posteriormente se describió el estado nutricional de los niños y las niñas, la valoración de la ejecución del caballito pre y post, la valoración de la ejecución del galope pre y post, el porcentaje de cambio pre y post test en la ejecución de los movimientos coordinativos, y también se pudo observar la frecuencia absoluta de los sujetos según el nivel de ejecución de esos movimientos, ya sea alto, medio o bajo en el pre y post test.

Como resultado de las valoraciones se observa un gráfico de los valores que los infantes muestran haber aprendido al finalizar del programa de juegos, un gráfico sobre los valores que se les dificulta poner en práctica durante el programa y también se puede observar cuáles son las emociones expresadas a nivel general después de cada clase.

Además, se presenta observaciones aportadas por la maestra del grupo, entre ellas: ¿cuáles fueron las conductas observadas en el desarrollo del programa?, ¿qué cambios de conducta considera se presentan al final de la aplicación del programa? y ¿cuál es la importancia de la aplicación del programa de juegos con habilidades sociales para su grupo?

Tabla 3

Frecuencia absoluta de niños y niñas sin recibir educación física, durante los cuatro años que cursaban al momento del estudio.

Años	Masculino	Femenino	Total
1	4	1	5
2	3	2	5
3	3	3	6
4	4	2	6
Total	14	8	22

Tabla 3 muestra el tiempo que llevan los niños y niñas participantes sin recibir educación física en los tres o cuatro años previos, para un promedio de 2,6 años.

Los que indican un año, no reciben lecciones de educación física en tercer grado, o sea el año anterior al momento del estudio, pero sí reciben en primero y segundo, quienes indican dos años, no reciben en segundo ni en tercer grado, solo en primer grado. Para los que indican tres años, no reciben en los tres años anteriores, ni en el momento del estudio. Los que indican cuatro años, son repitentes y no reciben educación física en ninguno de sus años de primaria.

Tabla 4.

Estado nutricional según género pre y post test.

SEXO	N	IMC PRE	<u>Ds</u>	IMC-POST	<u>Ds</u>	CLASIFICACION POST
Masculino	14	21,74	2,98	21,78	2,88	Sobrepeso
Femenino	8	20,67	1,73	20,74	1,76	Normal

La tabla 4 muestra los resultados para el IMC pre y post. El ANOVA aplicado muestra no haber cambios estadísticamente significativos entre mediciones ($F=0,41$ $p=0,527$). Tampoco hay diferencia según sexo ($F=0,85$ $p=0,368$), ni interacción entre ambas variables ($F=0,06$ $p=0,802$).

Tabla 5.

Frecuencia absoluta del estado nutricional post test según género y promedio de edad.

	Femenino	Masculino	Total
Normal	7	6	13
Sobrepeso	0	6	6
Obesidad	1	2	3

La tabla 5 muestra según el sexo la cantidad de sujetos quienes se encuentran dentro de los rangos normales, con sobrepeso o con obesidad, se observa que ocho varones presentan sobrepeso y obesidad y solo seis sujetos tienen valores normales. Mientras las mujeres, se encuentran dentro de los valores normales y solo se presenta un caso de obesidad (basado en las gráficas para IMC en niños y niñas de 5-19 años de la C.C.S.S, 2010).

Tabla 6.

Comparación entre la ejecución del caballito pre y post.

	<i>n</i>	Caballito pre	<u>Ds</u>	Caballito post	<u>Ds</u>
Masculino	14	1,43	0,65	2,29	0,47
Femenino	8	1,50	0,53	2,62	0,52
Total	22				

La tabla 6 muestra los resultados para la ejecución del caballito pre y post. El análisis no paramétrico muestra mejoras estadísticamente significativas ($L=16,86$ $p<0,05$), pero no hay diferencias según sexo ($L=0,71$ $p>0,05$) ni interacción entre ambas variables ($L=0,31$ $p>0,05$). Por tanto, niños y niñas mejoran de forma similar en la ejecución de este patrón coordinativo al finalizar el programa.

Tabla 7.

Comparación entre la ejecución del galope pre y post.

	n	Galope pre	Ds	Galope post	Ds
Masculino	14	1,79	0,58	2,64	0,63
Femenino	8	1,38	0,52	2,88	0,35
Total	22				

La tabla 7 muestra los resultados en la ejecución del galope en el pre y post test. El análisis no paramétrico muestra mejoras estadísticamente significativas ($L=10,75$ $p<0,05$), pero no se presenta diferencias según sexo ($L=0,06$ $p>0,05$) ni interacción entre ambas variables ($L=0,80$ $p>0,05$). Por tanto, al igual que en el caso del caballito, los infantes mejoran de forma similar en la ejecución de este patrón coordinativo al finalizar el programa.

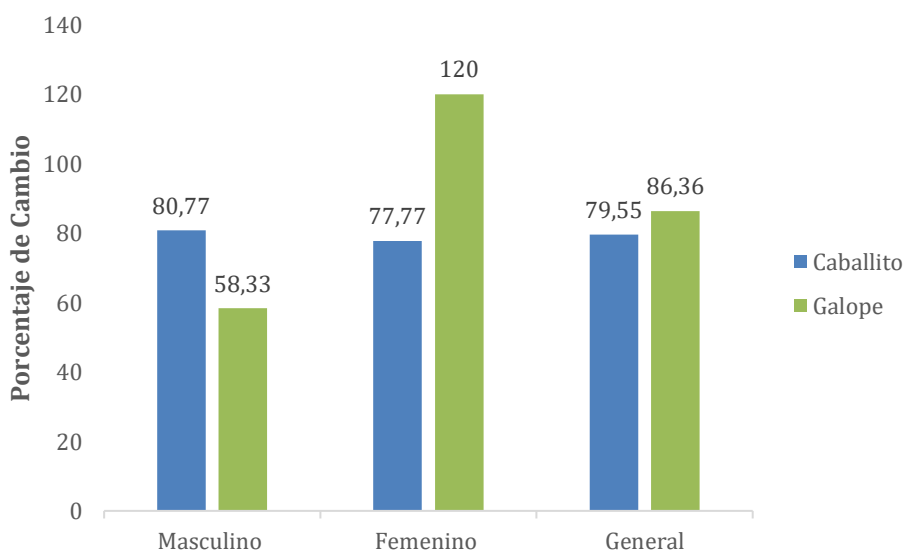


Gráfico 1. Porcentaje de cambio en los movimientos coordinativos entre pre y post.

Representa los porcentajes de cambio presentados en las variables donde se observa mejoras importantes en la ejecución de los movimientos

coordinativos. Los varones mejoran más en el caballito, las mujeres en galope, y a nivel general se mejora más en galope.

Tabla 8.

Frecuencia absoluta según nivel de ejecución de movimientos coordinativos pre y post intervención.

Nivel ejecución	Caballito		Galope	
	Pre	Post	Pre	Post
ALTO				
Masculino	1	5	1	11
Femenino	0	4	0	7
MEDIO				
Masculino	4	4	9	3
Femenino	4	9	2	0
BAJO				
Masculino	9	0	4	1
Femenino	4	0	6	0
Total	22	22	22	22

La tabla 8 muestra los cambios presentados en el nivel de ejecución en los movimientos coordinativos de caballito y galope. Se observa como en el post test, en ambos casos se presenta un mayor número de sujetos que los realizan a un nivel alto y medio, y una disminución en el nivel bajo de ejecución. La relevancia de estos resultados es demostrar que en poco tiempo los sujetos pueden presentar una ejecución motora a un mejor nivel si se practican juegos los cuales promuevan los movimientos coordinativos, dos veces por semana.

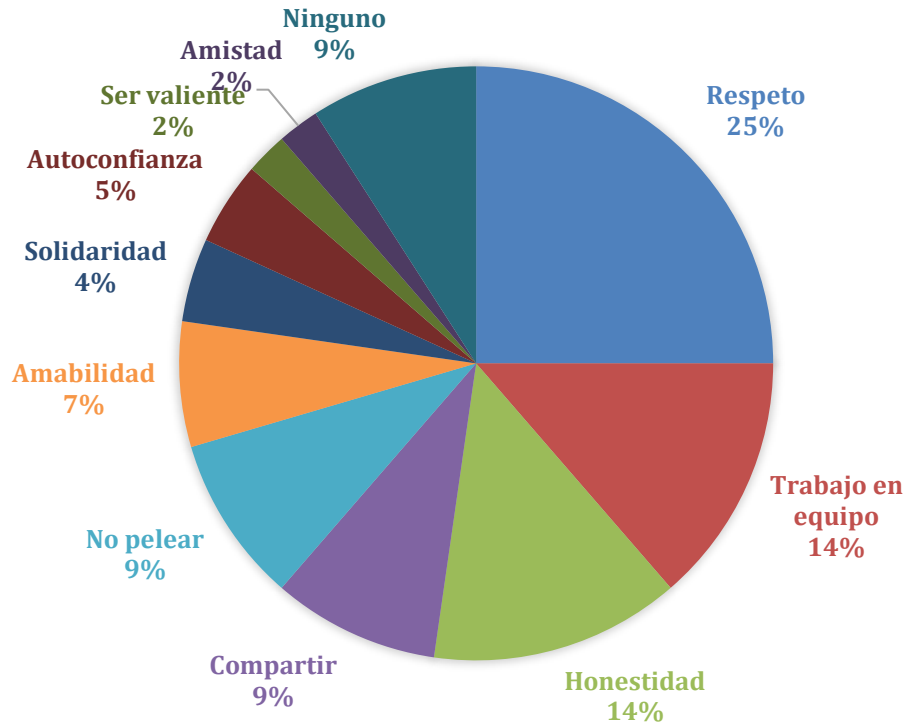


Gráfico 2. Valores que aprendieron al final del programa de juegos.

Representa cuáles valores recuerdan los sujetos haber aprendido mediante la aplicación de los juegos, estos se anotan las veces que los mencionaron. Los más citados son el respeto a los demás, el trabajo en equipo, la honestidad, el compartir entre otros. También algunos no contestan y no recuerdan ninguno.

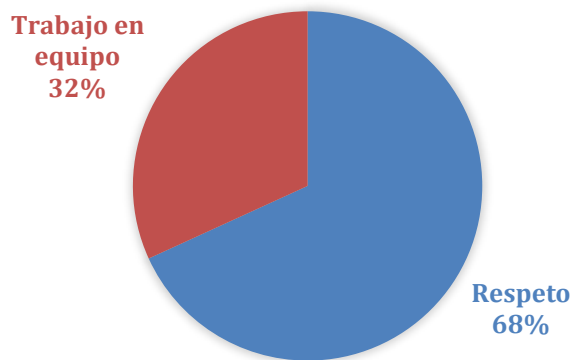


Gráfico 3. Valores que se les dificultó poner en práctica durante el programa.

Representa cuáles valores consideran los sujetos son los que más se les dificultó poner en práctica y se anotó las veces que los mencionan, siendo el respeto considerado como el de mayor dificultad para aplicar, pues todos quieren ganar y se olvidan del respeto e incluso golpean o botan a otros en el juego, y el segundo es el trabajo en equipo, porque por el motivo de ganar y apresurarse, olvidan dar el pase a los demás, e incluir a las mujeres entre otros.

Tabla 9.

Emociones expresadas al finalizar cada clase.



	
Increíble	Cansada
Divertido	Enojada
Alegre	
Con energía	

Tabla 9. Muestra las emociones expresadas a nivel general por los sujetos, lo cual es muy importante de reflejar al ser producto de la interacción social mediante el juego. Al final de la clase se pregunta: ¿cómo se sintieron en la clase? Es importante destacarlo debido, por cuanto ellos se sienten muy felices al realizar juegos y ejercicio físico, pero se nota cómo la convivencia social genera emociones, entre ellas enojo, debido a la interacción de los sujetos de forma individual en un grupo. Unos solo piensan en ganar, no pueden controlar su cuerpo y golpean a otros, a veces hasta chocan y se caen, de ahí la importancia de generar una convivencia para que los infantes tengan la oportunidad de practicar habilidades sociales mediante el juego. Esto les ayuda a la vida en sociedad adulta.

Tabla 10.

Conductas observadas por la maestra durante las sesiones prácticas.

Negativas	Positivas
- Golpes por accidente y adrede.	-En ocasiones logran trabajar en equipo.
- Falta de comunicación.	- Se dan porras
- Dificultad para mantener el orden.	-Cumplen la meta grupal.
- Dificultad para seguir instrucciones.	-Prestan atención a las instrucciones.
	-Se divierten

Tabla 10. Observaciones aportadas por la maestra de grupo, ella está presente en todas las lecciones y anota las conductas presentadas, lo cual es de suma importancia, pues brinda retroalimentación a los sujetos y lo aplican en el salón de clases también.

Tabla 11.

Cambios de conducta observados en el aula durante la intervención.

Se observan más conscientes acerca de
✓ Sus actos y las consecuencias al interactuar con sus compañeros.
✓ Llevarse mejor entre ellos.
✓ Tener sensibilidad sobre su salud y hacer ejercicio para crecer sanos y fuertes.
✓ Conocerse mejor, pues tuvieron tiempo y espacio para compartir.

Tabla 11. Muestra los cambios reportados por la maestra del grupo, producto de la aplicación del programa de juegos, cambios positivos que tienen los estudiantes con la interacción social, reflejada en el salón de clases y en la convivencia escolar en general.

Tabla 12.

Importancia de la aplicación del programa.

Importancia de la aplicación del programa
✓ Los motiva mucho.
✓ Se les enseña a practicar varios valores y pasos para lograr el trabajo en equipo.
✓ La integración, autoconfianza, autoestima perseverancia, el esfuerzo.
✓ La interacción entre compañeros y la resolución de conflictos en forma positiva.
✓ Corregirse cuando se comete una falta.
✓ La solución de problemas.
✓ Genera curiosidad sobre los temas deportivos desconocidos.

Tabla 12. Muestra según la maestra del grupo cuál es la importancia de realizar este programa, y comenta la necesidad de que sus estudiantes tengan el acceso y el derecho a recibir lecciones de educación física, pues genera una sana convivencia en una comunidad con mayor necesidad de herramientas para el aprendizaje de habilidades sociales.

Capítulo IV

DISCUSIÓN

Se determinó que en promedio los sujetos tenían dos años y seis meses sin recibir educación física, durante los cuatro años de primaria cursados, incluso algunos no la recibieron desde primer grado, y este es el caso de más de la mitad de los grupos de la institución, lo cual se reflejó al consultar a los estudiantes si conocían los dos movimientos locomotores básicos vistos desde preescolar. No sólo no sabían qué era, sino a la hora de ejecutarlos la mayoría presentaron dificultad motriz, sobre todo en el movimiento de caballito. Según Woodburn et al. (2002) es un movimiento locomotor y debe ejecutarse a la edad de seis años y medio, de lo contrario muestra una dificultad en el desarrollo motor de los infantes, en ese caso el promedio de edad es de 10 años, por lo tanto, se podría decir que los estudiantes presentaban un nivel bajo de desarrollo motor para su edad.

Con respecto del promedio de IMC, se encontró: los varones presentaron seis casos de sobrepeso y dos de obesidad, seis de ellos mostraron valores normales. Las mujeres, se encontraban dentro de los valores normales y solo se presentó un caso de obesidad, tanto en el pretest como en el post test, además en el transcurso del programa no se presentaron diferencias significativas de cambio en el IMC, lo cual concuerda con las estadísticas del Censo Escolar Peso-Talla (MEP, 2016), en Costa Rica se estimó para el 2016 un 34% de obesidad.

Con respecto del nivel de ejecución en los movimientos coordinativos de caballito y galope no se encontraron diferencias estadísticamente significativas. Ello concuerda con lo mencionado en el estudio de Poblete et al. (2013) que indicó que dos o tres horas a la semana de educación física no son suficientes para compensar la falta de actividad física presente debido al ritmo de vida actual y al uso de la tecnología.

Sin embargo, se observó un porcentaje de cambio importante en la ejecución de los movimientos coordinativos de caballito y galope, con la prueba no paramétrica sí se observó mejoras estadísticamente significativas en caballito y galope. Se observó como el post test, en ambos casos, presentaron un mayor número de sujetos quienes lo realizaron a un nivel alto y medio, y una disminución en el nivel bajo de ejecución. Esto concuerda con la investigación de Luna et al. (2016) donde se aplica un programa de estimulación de juegos motrices por ocho semanas, una vez por semana 45 minutos, en escolares quienes además reciben educación física una vez por semana, se muestran mejorías significativas en el nivel de desarrollo motor, sin embargo, no logran compensar su déficit motor de acuerdo con su edad.

En una investigación Mathisen, (2016) aplicó un programa de cuatro semanas, una hora al día de tareas básicas, lanzar, escalar y saltar. Los resultados indicaron que el grupo experimental mejora significativamente su rendimiento en comparación con el control y parece que el rendimiento de las habilidades motrices puede mejorarse a través de la práctica organizada específica de la tarea en los programas de educación física, en la escuela primaria.

Se encontró evidencia de problemas de aprendizaje, los cuales en promedio presentaba la comunidad estudiantil, donde este grupo de 27 estudiantes presentó: siete adecuaciones no significativas, tres adecuaciones significativas, cinco repitentes, de ellos tres con sobre edad, 12-14 años, lo cual se podría explicar por el bajo nivel de desempeño motor, que se puede apoyar en la investigación realizada por Ericsson y Karlsson (2012), donde estudian los efectos de aumentar las lecciones de educación física sobre las habilidades locomotoras y el rendimiento escolar, en una investigación por nueve años, al final del estudio se encuentra un 7% de déficit en el desarrollo motor del grupo experimental en comparación de un 47% con el grupo control, y las calificaciones resultaron más altas en el grupo con menor déficit motor. Lo anterior demuestra que la educación física diaria y la capacitación en habilidades motoras adaptadas durante los años de escolaridad obligatoria, son una forma factible de mejorar, no solo las habilidades motrices, sino

también el rendimiento escolar y la proporción de alumnos quienes califican para la secundaria.

Con respecto de la práctica de valores y habilidades sociales se encontró: un 25% de los sujetos reportaron que aprendieron sobre el respeto a los demás, el 14% sobre el trabajo en equipo, 14% sobre honestidad, 9% compartir con los demás, 7% no pelear y en menos porcentaje mencionaron valores como, solidaridad, autoconfianza, ser valientes, la amistad, además reportaron que los valores que más se les dificultó poner en práctica, fueron el respeto (68%) y el trabajo en equipo (32%), pues todos querían ganar y “hacían trampa”, golpeaban a otros, jugaban de forma individual, algunos no incluían a las mujeres, se decían palabras ofensivas, sin embargo la mayoría procuró cumplir con las normas de valores que requerían los juegos, de ahí la importancia de la educación física, pues no solo contribuye al desarrollo y adquisición de la competencia motriz, además promueve la práctica de valores como la integración, el respeto, la cooperación, la igualdad, la tolerancia y el trabajo en equipo; así como el seguimiento de normas y reglas las cuales contribuyen a la vida en sociedad. Se demostró que las habilidades sociales pueden ser aprendidas mediante el juego, los individuos se vieron expuestos a manejar sus emociones, para contribuir al trabajo en equipo, los niños y niñas reflexionaron sobre la importancia del respeto al otro, de no hacer lo que no me gusta que me hagan, los niños y niñas tienen igual derecho a la práctica del deporte, todos pueden tener habilidades sin importar su género, la violencia no es el camino para ser aceptado por los demás como a veces lo observan en su comunidad (Pérez y Antolín, 2008).

Se demuestra la importancia de la intervención de los profesionales en educación física al trabajar las metodologías apropiadas de la disciplina, donde se aumenta los niveles de actividad física, se eleva el desempeño motor global, se trabaja el seguimiento de instrucciones, reglas de convivencia, trabajo en equipo, práctica del respeto propio y del respeto a los demás, esto genera por medio del

juego conductas apropiadas para vivir más armoniosamente en sociedad (Pradenas et al., 2017; Luarte et al., 2014).

Capítulo V

CONCLUSIONES

Los resultados en las pruebas de movimientos coordinativos post test, evidencian que los participantes mejoraron su nivel de ejecución en caballito y galope, de acuerdo con el porcentaje de cambio, que para los hombres fue de 80,77% en caballito, 58,33% en galope, para las mujeres fue de 77,77% en caballito y 120% en galope, a nivel general fue de 79,55% en caballito y 86,36% en galope luego de las ocho semanas de practicar los juegos predeportivos propuestos.

Los participantes disfrutaron mediante los juegos, se divirtieron y mencionaron no considerar justo que unos grupos sí recibieran la lección y otros no, pues todos los niños y niñas aman el juego y la clase de educación física en la que se distraen, comparten, practican el trabajo en equipo y tienen la oportunidad de hacer más amigos.

Los participantes presentaron en el pre y post test un desarrollo motor por debajo del promedio de acuerdo con su edad, lo cual se demuestra en el nivel de ejecución del caballito y galope, los cuales deben ser aprendidos desde los seis años y medio, y en este caso los participantes tenían en promedio 10 años y en promedio su nivel de ejecución se valora en dos, lo cual significa que estaba aún en proceso.

Algunos participantes presentaron dificultades de aprendizaje, lo cual se evidencia en la cantidad de adecuaciones curriculares presentadas, el ausentismo y la repitencia.

Los participantes mostraron al inicio del programa problemas de conducta, vocabulario soez, dificultad para respetar a los demás, trabajar en equipo, baja tolerancia a frustración, así como incluir a las mujeres en los juegos.

Por medio del programa de juegos predeportivos con valores de convivencia, se generó la estimulación física, emocional y social, pues los participantes reflexionaron en valores como: el trabajo en equipo, el respeto a los demás, la

autoconfianza y el convivir en grupo para la vida y la diversión, además observaron las conductas no apropiadas para la convivencia social y reflexionaron sobre ello.

Los participantes necesitan la práctica de estos juegos para generar un desarrollo integral como seres individuales y en sociedad.

Capítulo VI

RECOMENDACIONES

El MEP debe velar porque todos los infantes de las escuelas públicas del país tengan acceso a la educación física, debido a la necesidad evidenciada en esta investigación, pues la educación física no solo estimula el desarrollo físico, sino también el cognitivo y social.

En esta línea de investigación se hace necesario evidenciar el impacto a nivel cognitivo que tiene el movimiento humano en la niñez, por medio de otras investigaciones.

Los directores de estos centros educativos deben luchar por abrir los códigos, acondicionar espacios, modificar horarios, para que dentro del currículo escolar tengan acceso a todas las materias complementarias a las cuales los niños y niñas tienen derecho, y así minimizar la brecha social entre estas comunidades con las más favorecidas del país, pues la educación es la principal herramienta de estos niños y niñas para salir de la pobreza extrema y la ignorancia, e inclusive ayudar a sus familias.

Los asesores de educación física deben conocer estas investigaciones para poder generar al MEP junto con los docentes de educación física, propuestas como el presente trabajo, para que todos los infantes en condición de vulnerabilidad tengan este derecho.

Se recomienda: los grupos que no reciban las lecciones de educación física cuenten con que las docentes de grado los saquen al menos una vez por semana a practicar los juegos propuestos.

Además, este programa de juegos se puede poner en práctica en otras instituciones con características similares, lo ideal es que sea aplicado por un profesional en educación física, pero si no lo hay, la maestra de grado podría implementar algunos juegos en el patio para motivar a los estudiantes.

Referencias Bibliográficas

- Alfaro, I.; Kenton, K. y Leiva, V. (2010). Conocimientos y percepciones del profesorado sobre violencia en los centros educativos públicos. *Rev. Enfermería Actual en Costa Rica*, N°.18 disponible en: <<http://www.revenf.ucr.ac.cr/violencia.pdf>> issn 1409-4568. DOI: 10.15517/REVENF.V0I18.3620
- Alfaro, J. (2016). Más de 117.000 niños no reciben educación física en la escuela. *La Nación*. Costa Rica. Recuperado de: <https://www.nacion.com/puro-deporte/otros-deportes/mas-de-117-000-ninos-no-reciben-educacion-fisica-en-la-escuela/T6SLA6GMBBYYJMRQCMSZCZOFMY/story/>
- Antolín, J. y Pérez, J. (2008). Las competencias básicas en educación física: una valoración crítica. Facultad de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte, Valencia. Recuperado de: <http://ccd.ucam.edu/index.php/revista/article/view/200/187>
- Bosschini, C. Fernández, S. y Woodburn, S. (2002). *El perfil perceptual motor de nuestros niños de 5 ½ a 8 ½* (1 ed.) San José C.R: Editorial de la Universidad Nacional
- Branta, F., Goodway, J. (2003). Influence of a Motor Skill Intervention on Fundamental Motor Skill Development of Disadvantaged Preschool Children. *Pudmed. Research quarterly for exercise and sport* 74(1):36-46 DOI: 10.1080/02701367.2003.10609062
- Bustos, S., Flores, C. y Poblete, F. (2013). Desarrollo motor grueso en alumnos de 8, 9 y 10 años de edad en clases de educación física y talleres extracurriculares. *Revista de Ciencias de la Actividad Física UCM*. 14 (2) 21-30. Recuperado de: <http://www.faced.ucm.cl/revief/wp-content/uploads/2013/12/03-desarrollo-motor.pdf>

- Cachón, J. Cañabate, D. Güell, R. Martínez, M. A y Viscarro, I. (2014). Psychomotor content and its contribution to the healthy habits' formation in childhood. *Journal of Sport and Health Research*.6 (1), 99-106.
- Campos, M. Contreras, M Luna, P. Pradenas, X. Puentes, D. (2017). Comparación del desarrollo motor en escolares de 9 y 10 años de edad en clases de educación física y talleres deportivos extracurriculares. *Revista Ciencias de la Actividad Física UCM. jul-dec2017, Vol. 18. Issue 2, p11-18. 8p.* <http://dx.doi.org/10.29035/rcaf.18.2.1>
- Comité Español del ACNUR. (2017). *Lista de los 7 valores humanos más importantes.* recuperado desde: <https://eacnur.org/blog/valores-humanos-lista-los-7-mas-importantes/>
- D'Hondt, E., Deforche, B., Bourdeaudhuij, I., Gentier, I., Tanghe, A., Shultz, S., Lenoir, M. (2011). Postural balance under normal and altered sensory conditions in normal-weight and overweight children. PMID: 20850213 DOI: 10.1016/j.clinbiomech.2010.08.007
- Equipo Técnico Nacional de Censo. (2017). *Informe Ejecutivo Ministerio de Salud, Ministerio de Educación Pública. Costa Rica.* Recuperado de: <http://www.mep.go.cr/sites/default/files/page/adjuntos/informe-ejecutivo-censo-escolar-peso-cortofinal.pdf>
- Ericsson, I., & Karlsson, M. K. (2014). Motor skills and school performance in children with daily physical education in school - a 9-year intervention study. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, 24(2), 273-278 doi: 10.1111/j.1600-0838.2012. 01458.x
- Fernández, I. (2015). *Importancia de la educación física en la escuela.* Instituto oficial de formación profesional. Málaga. Recuperado de: <https://medac.es/articulos-deporte/la-importancia-de-la-educacion-fisica-en-la-escuela/>
- Fonseca, S., Ortega, M. A., Cubillo, F. y Bejarano, J. (2016). *Estudio sobre consumo de drogas y acoso escolar entre cursantes de la enseñanza primaria en Costa Rica.* 1(2), 171-190. Recuperado de:

https://www.researchgate.net/publication/306047017_Estudio_sobre_consumo_de_drogas_y_acoso_escolar_entre_cursantes_de_la_ensenanza primaria_en_Costa_Rica

- González, C y Leiva, T. (2010). *Didáctica de la educación física*. (Vol. II). Editorial Grao, España. Recuperado de: https://books.google.es/books?id=BF9BAwAAQBAJ&pg=PA1&hl=es&source=gbs_selected_pages&cad=2#v=onepage&q&f=false
- Hassinger, B, Toub, T, Zosh, J, Michnick, J, Golinkoff, R, & Hirsh, K. (2017). More than just fun: A place for games in playful learning / Más que diversión: el lugar de los juegos reglados en el aprendizaje lúdico. *Infancia y Aprendizaje*. 40(2), 191-218. Recuperado de: DOI: 10.1080/02103702.2017.1292684
- Kauffman, N.A., & Kinnealey, M. (2015). Comprehensive Social Skills Taxonomy: Development and Application. *The American Journal of Occupational Therapy*. 69(2):6902220030p1-10. Recuperado desde: DOI: 10.5014/ajot.2015.013151
- Leiva, V. (2007). *Agresividad en niños y niñas de Kinder y primer ciclo, del área metropolitana*. *Rev. Ciencias Sociales*, 117-118: 117-127 / 2007 (III-IV) DOI:10.15517/RCS.V0I117-118.11017
- López, V. Stodden, D. Rodríguez, L. (2017). Effectiveness of physical education to promote motor competence in primary school children, *Physical Education and Sport Pedagogy*. Recuperado de: <http://dx.doi.org/10.1080/17408989.2017.1341474>
- Luarte, C. Poblete, F. Flores, C. (2014). Nivel de desarrollo motor grueso en preescolares sin intervención de profesores de Educación Física, Concepción, Chile. *Revista Ciencias de la Actividad Física UCM*, 15 (1), 7-16. Recuperado de: <http://revistacaf.ucm.cl/index.php/RCAF/article/view/51/47>
- Luna, P. Aravena, J. Contreras, D. Fabres, C. & Faundez, F. (2016). Efectos en el desarrollo motor de un programa de estimulación de habilidades motrices básicas en escolares de 5° año básico de colegios particulares subvencionados de Concepción. *Revista Ciencias de la Actividad Física UCM*. 17 (1), 29-38.

- Mathisen, G. E. (2016). Effects of school-based intervention program on motor performance skills. *Journal of Physical Education & Sport*, 16(3), 737-742. DOI:10.7752/jpes.2016.03119
- Ministerio de Educación Pública (2013). Programas de estudio de educación física, primero y segundo ciclo de la educación general básica. Costa Rica. Recuperado de: <https://www.mep.go.cr/programa-estudio/educacion-fisica>
- Ministerio de Salud, Caja Costarricense del Seguro Social. (2010). Parámetros de peso, talla, IMC, en niños de 5 a 19 años. Costa Rica. Tomado de: libro de carnet de salud
- Ravinet, E. (2005). *Convención iberoamericana de los derechos de los jóvenes*. Recuperado de: <http://www.crin.org/en/docs/FileManager/cidjpdf.pdf>
- Rivera, J. (2009). *Fallo de la Sala IV, Educación Física debe ser para todos*. Costa Rica. Recuperado de: http://www.nacion.com/ln_ee/2009/noviembre/07/deportes2150940.html
- Ruiz, L. M. (1995). Elementos para comprender el aprendizaje motriz en la educación física escolar. Editorial Gymnos. España. Recuperado de: <https://glosarios.servidor-alicante.com/educacion-fisica/competencia-motriz>
- Sala Constitucional de la Corte Suprema de Justicia. (2009). Recuperado de: <https://vlex.co.cr/vid/-499433262>
- Thomas, J. R., Nelson, J. K., & Silverman, S. J. (2015). Research methods in physical activity (7 ed.). Human Kinetics
- Ulrich, D A. (2016) *Test de Desarrollo Motor Grueso (TDMG-3). Formulario Normalizado de Registro del Evaluador Versión en Castellano*. Recuperado de: file:///C:/Users/USUARIO/Downloads/7%20TGMD-3-Spanish-final.pdf

- Viscarro, I.; Cañabate, D.; Güell, R; Martínez, M.A.; & Cachón, J. (2014). Psychomotor content and its contribution to the healthy habits' formation in childhood. *Journal of Sport and Health Research*. 6(1), 99-106.
- Woodburn, S; Boschini, C; y Fernández, S (2002). *El perfil perceptual motor de nuestros niños de 5 ½ a 8 ½* (1 ed). San José C.R: Editorial de la universidad Nacional.

ANEXOS

ANEXO 1

CRONOGRAMA DE TRABAJO

FECHA	HORAS	ACTIVIDAD	ENCARGADO	RECURSOS
Febrero 2019	24	Búsqueda de artículos para fundamentación teórica de la aplicación del programa de juegos.	Estudiante	Biblioteca Virtual, google académico, libros, revistas virtuales.
2-9 marzo	10	Búsqueda del instrumento TDM3 y escalas de clasificación, revisión de la literatura.	Estudiante	Biblioteca, Tesis y artículos científicos.
9-16 marzo	10	Revisión de literatura sobre juegos y actividades para habilidades locomotoras	Estudiante	Biblioteca Virtual, google académico, libros, revistas virtuales.
17-24 marzo	10	Planeamiento de actividades Locomotoras predeportivos al atletismo	Estudiante	Manual de athletics kids MEP, 2019 Cuadro de habilidades sociales de (Kauffman y Kinnealey, 2015).
Abril	10	Planeamiento de juegos y actividades predeportivos al mini basquetbol.	Estudiante	Manual de athletics kids MEP, 2019 Cuadro de habilidades sociales de (Kauffman y Kinnealey, 2015).

Mayo	10	Revisión de literatura sobre juegos y actividades para dominio del balón con los pies, diseño de juegos y actividades pre-deportivas al fútbol base	Estudiante	Manual de fútbol base de FIFA Cuadro de habilidades sociales de (Kauffman y Kinnealey, 2015).
21-27 abril	6	Revisión general y aprobación del programa de juegos predeportivos.	Tutor y estudiante	
29-11 mayo	8	Revisión de literatura de habilidades sociales	Estudiante	Biblioteca Virtual, google académico, libros, revistas virtuales.
13-31 mayo	10	Entrelazar juegos con modificadores de conductas sociales	Estudiante	
17-28 Junio	8	Revisión general del manual	Tutor y estudiante	Computador, internet.
Julio	10	Elaboración de minutas de trabajo.	Estudiante	
Agosto	3	Elección del grupo, ajuste de horarios para aplicar intervención	Docente del grupo y estudiante	
9-12 Setiembre	8	Etapa de sensibilización, solicitud de permisos en dirección, coordinación de horarios y recursos materiales, presentación del	Dirección. Maestra de grupo Estudiantes Docente de educación física	Cartas, horarios, disposición de las áreas de juego.

		programa al grupo y motivación a participar		
17-19 setiembre	4	Diagnóstico, toma de talla, peso.	Docente de educación física	Báscula, tallímetro Conos, hoja de apuntes, lapicero, espacio de 15m.
	5	Evaluación de la coordinación: caballito y galope.		
24-26 setiembre	3	Inicio intervención con predeportivos al mini – atletismo, (atletics kids).	Docente de educación física	Conos, planché, silbato, baños. Tomaderos de agua.
1-3 octubre	3	mini – atletismo, (atletics kids).	Docente de educación física	Conos, planché, silbato, baños. Tomaderos de agua.
7-10 octubre	3	Tema fútbol base	Docente de educación física	Conos, planché, silbato, baños. Tomaderos de agua. *4 bolas de fútbol N°4 *15 chalecos, (7 verdes, 7 naranjas).
14-17 octubre	3	Tema fútbol base	Docente de educación física	20 conos, planché, silbato, baños. Tomaderos de agua. *4 bolas de fútbol N°4 *15 chalecos, (7 verdes, 7 naranjas).

21-25 octubre		CONGRESO DE ANDE		
28 octubre -8 noviembre	4	Tema mini baloncesto	Docente de educación física	8 conos, planché, silbato, baños. Tomaderos de agua *10 balones de baloncesto *15 chalecos, (7 verdes, 7 naranjas).
11-14 noviembre	4 5	Post test. toma de talla, peso. Evaluación de la coordinación: caballito y galope.	Docente de educación física	Conos, planché, silbato Cinta métrica, bascula
Diciembre -enero 2019	10	Tabulación de resultados	Estudiante	Computador, internet, programa SPSS, EXCEL
Febrero 2019	24	Trabajo en interpretación de resultados	Estudiante y tutor	Computador, internet, programa SPSS, EXCEL
Marzo- abril 2019	24	Trabajo en conclusiones y recomendaciones	Estudiante y tutor	
Total, horas	220			

ANEXO 2.

Cuestionario 1.

Aplicado antes de iniciar el programa

Fecha _____ Género: _____ Edad: _____

1. ¿Desde cuándo no recibes educación física en la escuela? R/
 2. ¿Cuál crees es el motivo? R/
 3. ¿Te gusta la educación física? Si X NO X ¿por qué? R/
 4. ¿Practicas algún deporte o ejercicio, cuántas veces por semana y cuál?
R/ _____
 5. ¿Te hacen bullying en tu grupo? SI NO ¿Cuándo fue la última vez? ¿Qué te dicen o hacen?

 6. ¿Te gusta venir a la escuela? SI NO, ¿Por qué?

 7. ¿Tienes amigos en tu grupo, cuántos?

-

ANEXO 3.

Cuestionario 2.

Aplicado al finalizar el programa.

1. ¿Qué juegos predeportivos aprendí?
2. ¿Qué valores aprendí en los juegos?
3. ¿Qué valores se me dificultó más poner en practica
4. ¿Cómo me sentí en las clases?
5. ¿Qué fue algo que no me gustó?

ANEXO 4.

Manual de juegos predeportivos que estimulan la psicomotricidad y la convivencia social en escolares de 9 a 12 años.

Índice

1. Recomendaciones previas a los juegos	43
2. Juegos predeportivos al mini atletismo (atletics kids)	44
3. Juegos predeportivos al fútbol base.....	50
4. Juegos predeportivos al mini basquetbol.....	56
5. Referencias bibliográficas.....	61

Recomendaciones generales antes de realizar los juegos

1. Explicar el juego y dar las indicaciones en el aula, reglas de seguridad y objetivos de la actividad, mostrar ilustraciones si es necesario.
2. Iniciar con actividades de calentamiento suaves, trote, movimientos locomotores coordinativos.
3. Las actividades fuertes en medio de la sesión y terminar con algo más suave.
4. Iniciar en formación grupal circular en el área de juego para repasar la actividad, y consultar dudas antes de iniciar.
5. Los grupos de juego se formen de manera mixta (femenino y masculino), para generar inclusión de género, tolerancia y trabajo en equipo.
6. Que el área de juego no tenga obstáculos con los cuales puedan chocar los niños y niñas al correr, y no haya materiales peligrosos cerca, el piso no esté mojado o resbaloso.
7. Que las bolas y materiales sean seguros, no golpeen fuerte, sean acorde con las actividades.
8. Como los juegos buscan motivar y generar cambios en la conducta, si no se está cumpliendo el objetivo por parte de los estudiantes, se recomienda, parar el juego, retroalimentar las conductas esperadas, y continuar en otro momento.
9. Al final de cada sesión hacer una reflexión acerca de si se logran los objetivos de convivencia, y cómo hacer para trabajarlos más en la próxima sesión.
10. Preguntar cómo se sintieron y anotar todas las conductas observadas.

A. Juegos predeportivos al mini atletismo (atletics kids).¹

Juego 1.

Objetivos psicomotrices:

- ✓ Estimular la carrera, correr por el espacio general.
- ✓ Trabajar la condición física.
- ✓ Discriminación para perseguir y esquivar.

Objetivos de convivencia

- ✓ Trabajar el respeto por los demás.
- ✓ Seguimiento reglas de juego grupal.
- ✓ Velar por la seguridad propia y de los demás.
- ✓ Convivir en armonía con su entorno.

Ubicación: En un planché o espacio abierto, área de 15X10 m mínimo.

Materiales: una o dos bolas de goma suave.

Aspectos de seguridad

- ✓ Delimitar la zona para que no se salgan del área de juego, ya sea con líneas o conos.
- ✓ Si alguien es golpeado en una parte del cuerpo no permitida, se recomienda parar el juego, y recordar la importancia del respeto para que el juego sea divertido. Queda a criterio del docente si lo continúa o lo retoma después.



Tiempo: 6 minutos

Cantidad de participantes: de 10 a 25 estudiantes

DESARROLLO: el juego consiste en correr por un espacio delimitado y esquivar al participante que lleva una bola en la mano, para evitar ser tocado por la bola, si lo alcanzan y lo tocan, este cambia su puesto a perseguir.

Rol del docente: indicar a los participantes que en este juego se practicará el respeto por los demás, pues se debe tirar el balón para que el compañero sea tocado, lo cual se hace con cuidado de que no salga lastimado, ni golpear partes del cuerpo donde sea vulnerable.

Los estudiantes:

- ✓ Plantean dos reglas, eligen en qué partes del cuerpo se permite golpear con el balón y eligen una regla para trabajar el respeto a los demás, durante el juego.

¹ Imagen tomada de: <https://listas.20minutos.es/lista/juegos-populares-y-tradicionales-de-toda-la-vida-cual-es-tu-favorito-348249/>

Juego 2. Nombre: “Quemados”

Objetivos psicomotrices:

- ✓ Lanzar, atrapar
- ✓ Saltar
- ✓ Esquivar balones y personas
- ✓ Correr



Objetivos de convivencia:

- ✓ Trabajar el respeto por los demás.
- ✓ Seguir reglas de juego grupal.
- ✓ Velar por la seguridad propia y de los demás.
- ✓ Convivir en armonía con su entorno.

Ubicación: En un planché o espacio abierto, área de 15X10 m mínimo.

Materiales: cuatro bolas de goma suave, o de reciclaje desinflados.

Tiempo: 10 minutos

Aspectos de seguridad: delimitar la zona para que no se salgan del área de juego, ya sea con líneas o conos.

Tiempo: seis minutos

Cantidad de participantes: de 10 a 25 estudiantes

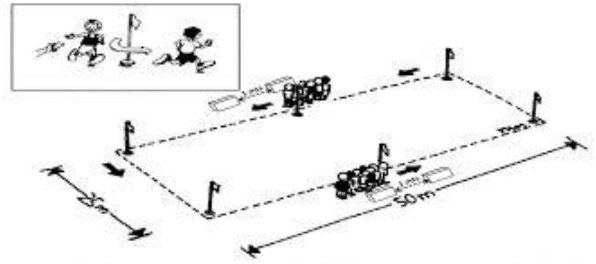
DESARROLLO: el juego consiste en correr de un extremo al otro del planché, y pasar por el centro sin ser tocado por los balones que van a estar lanzando dos participantes a cada lado, en el centro del planché, estos participantes lanzadores se ubican en una posición fija y a una distancia la cual permita el paso de los participantes que corren. Cuando uno o más participantes se toca con los balones lanzados, cambia a la posición de lanzador.

Rol del docente: indicar a los participantes que en este juego se practica el respeto por los demás, pues se debe tirar el balón para que el compañero sea tocado, lo cual se hace con cuidado, y así no se lastime, ni se golpee partes del cuerpo vulnerables.

Los estudiantes

- ✓ Ellos plantean dos reglas para velar por la seguridad de todos en el juego.

Juego 3. Nombre: “Carrera de resistencia”



Objetivos psicomotrices:

- ✓ Trabajar la resistencia aeróbica mediante actividades locomotoras como carrera, trote o caminata.

Objetivos de convivencia:

- ✓ Trabajo en equipo.
- ✓ Cooperación para alcanzar metas en grupo.
- ✓ Autoconfianza, “pensar sí puedo” y dar lo mejor.

Desarrollo: Cada equipo tiene que correr alrededor de un circuito de 150 m (ver figura) desde un punto de partida determinado. Cada miembro de equipo intenta correr alrededor del circuito cuantas veces le sea posible en 8 minutos. La orden de partida es para todos los equipos a la vez (silbato o sonido afín). Cada miembro del equipo comienza con una pelota, trozo de papel, corcho o algo similar, lo cual debe depositar luego de completar una vuelta al circuito, y antes de comenzar nuevamente, toma una nueva pelota o similar, y así sucesivamente.

Después de siete minutos se anuncia el último minuto con otro silbato. Después de los ocho minutos se indica la finalización de la carrera con una última señal.

Puntaje

Después de finalizar, se cuenta todas las pelotas depositadas. Las pelotas que los niños o niñas no logran depositar en la caja al finalizar el tiempo reglamentario no cuentan en la sumatoria final.

Rol del docente: indicar a los estudiantes que lo más importante será terminar la prueba juntos y dar lo mejor de cada uno, si ven a un compañero cansado animarlo a terminar.

Los estudiantes

Los estudiantes se juntan y conversan ¿cómo lograr esa meta de llevar la mayor cantidad de bolas posibles?

4.Nombre: “**Relevo con Ula, Ula**”

Objetivos psicomotrices:

- ✓ Correr con un objeto en la mano.
- ✓ Ubicación espacial.
- ✓ Pasar a otro el objeto, y que este no se caiga.

Objetivos de convivencia:

- ✓ Seguir reglas de juego grupal.
- ✓ Cooperación para conseguir una meta grupal.

Ubicación: En un planché o espacio abierto, área de 15X10 m mínimo.

Materiales: cuatro conos y dos ula-ula.

Tiempo: 10 minutos

Aspectos de seguridad: delimitar la zona para que no se salgan del área de juego, ya sea con líneas o conos.

Tiempo: seis minutos

Cantidad de participantes: de 10 a 25 estudiantes

DESARROLLO: Se forma dos equipos mixtos, con igual cantidad de participantes.

Cada equipo se coloca en hilera detrás de un cono, a la señal el primer participante de cada equipo sale corriendo con un ula-ula en la mano, llega al otro extremo del planché o cancha donde se encuentra otro cono, al que le dará la vuelta, corre de regreso y le da el ula-ula al siguiente participante que deberá esperar en el cono de salida, y repite lo hecho hasta que el último participante debe colocar el ula sobre el cono inicial, y así el equipo termine su participación.

El equipo que termina primero, y todos sus participantes hayan realizado el juego de forma ordenada, gana el juego.

Rol del docente: el docente les indica que lo más importante es el trabajo en equipo, la colaboración entre todos para conseguir completar el juego.

Los estudiantes: el docente elige dos líderes, ellos eligen los participantes de cada grupo de manera mixta, primero una mujer, luego un varón hasta completarlos. Cada equipo se reúne y planea el orden en que van a participar, y conversan acerca de cómo lograr la meta grupal.

Nombre: "Relevo con obstáculos"

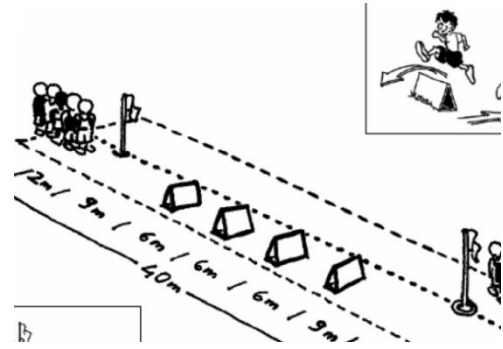
2

Objetivos Psicomotrices:

- ✓ Correr y saltar obstáculos
- ✓ Ubicación espacial.
- ✓ Resistencia a la velocidad

Objetivos de convivencia:

- ✓ Cooperación para conseguir una meta grupal.
- ✓ Responsabilidad



Ubicación: En un planché o espacio abierto, área de 15X10 m mínimo.

Materiales: 10 conos, vallas de PVC u otro material.

Tiempo: 10 minutos

Aspectos de seguridad: utilizar un material suave para los obstáculos

Tiempo: 6 minutos

Cantidad de participantes: de 10 a 25 estudiantes

DESARROLLO: Se forma dos equipos mixtos, con igual cantidad de participantes.

Cada equipo se coloca en hilera detrás de un cono o línea de salida, a la señal el primer participante de cada equipo corre, salta las 4 vallas o conos, le da la vuelta a otro cono situado al final de los obstáculos, se regresa corriendo a velocidad, sin pasar por los obstáculos de vuelta. Le toca la mano al siguiente participante hasta que todos sus participantes hayan realizado la carrera, el juego termina cuando cruza la meta el último participante de cada equipo.

Rol del docente: el docente les indica que se va a trabajar el valor de la responsabilidad con el equipo, y que se va a motivar a los participantes con una porra.

Los estudiantes: el docente elige dos líderes, luego ellos eligen los participantes de cada grupo de manera mixta, primero una mujer, luego un varón hasta completarlos. Cada equipo se reúne y planea el orden en que van a participar, y conversan acerca de cómo lograr la meta grupal.

² Juego adaptado e imagen tomada del manual de athletics kids Mep, 2016.

B. Juegos predeportivos al fútbol base.³

1. Juego el gavilán

Objetivos psicomotrices:

- ✓ Conducción de balón
- ✓ Marcar al oponente

Objetivos de convivencia:

- ✓ Honestidad
- ✓ Autocontrol
- ✓ Marcar al otro con respeto

Ubicación: En un planché o espacio abierto, área de 15X10 m mínimo.

Materiales: cinco balones de fútbol basen

Tiempo: 10 minutos

Aspectos de seguridad: delimitar la zona de juego

Desarrollo: por el área delimitada cinco estudiantes conducen un balón de fútbol libremente en el espacio, los demás participantes son “gavilanes”, estos no tienen balón e intentan robarle a los que conducen. Si el balón es robado, el participante que conducía toma la posición de gavilán.

³ Imagen tomada de: <https://listas.20minutos.es/lista/juegos-populares-y-tradicionales-de-toda-la-vida-cual-es-tu-favorito-348249/>

2. Juego de pases

Objetivos psicomotrices:

- ✓ Pases
- ✓ Recepción
- ✓ Marcar al oponente

Objetivos de convivencia:

- ✓ Cooperación para conseguir una meta grupal.
- ✓ Responsabilidad.

Ubicación: En un planché o espacio abierto, área de 15X10 m mínimo.

Materiales: dos balones de fútbol N°4

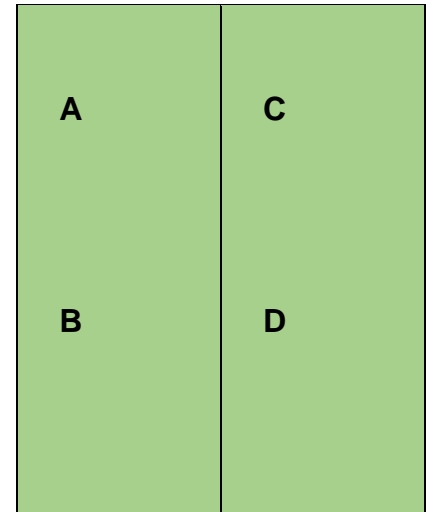
Tiempo: 10 minutos

Aspectos de seguridad: se puede utilizar chalecos o camisas que distingan los integrantes de los equipos para que no se confundan a la hora de realizar pases.

Desarrollo: Se divide la cancha a la mitad con conos o conchas.

Se forman cuatro equipos mixtos

El objetivo es hacer la mayor cantidad de pases entre los integrantes del equipo; cada vez que se llega a 10 pases es un punto para el equipo, los participantes del otro equipo marcan para interceptar el balón e intentan realizar pases, cada vez que se recupera el balón el conteo inicia de cero.



3. Relevo de conducción

Objetivos psicomotrices:

- ✓ Conducción de balón
- ✓ Recepción de balón
- ✓ Control del balón

Objetivos de convivencia:

- ✓ Honestidad
- ✓ Autocontrol
- ✓ Marcar al otro con respeto



Ubicación: En un planché o espacio abierto, área de 15X10 m mínimo.

Materiales: 12 conos, dos balones de fútbol N°4

Tiempo: 10 minutos

Aspectos de seguridad: delimitar la zona de juego

Desarrollo: Se forman dos equipos mixtos, con igual cantidad de participantes. Cada equipo se coloca en hilera detrás de un cono o línea de salida, a la señal el primer participante de cada equipo conduce la bola en línea recta por 10 metros, da la vuelta al cono situado al final de la zona de juego, se regresa conduciendo y le pasa la bola al siguiente participante, quien recibe la bola, y repite la acción hasta que todos sus participantes hayan realizado el ejercicio. Se puede repetir para que los participantes practiquen, y tiene la variante de realizarlo con conos, por ejemplo, cuatro conos en el camino para conducir con obstáculos.

Rol del docente: el docente les indica que se va a trabajar el valor de la responsabilidad con el equipo, y se va a motivar a los participantes con una porra.

Los estudiantes: el docente elige dos líderes, luego ellos eligen los participantes de cada grupo de manera mixta, primero una mujer, luego un varón hasta completarlos. Cada equipo se reúne y planea el orden en que van a participar, y conversan acerca de cómo lograr la meta grupal.

4. 7 contra 7

Objetivos psicomotrices:

- ✓ Conducción, recepción de balón
- ✓ Pases
- ✓ Defensa y ofensiva.

Objetivos de convivencia:

- ✓ Trabajo en equipo.
- ✓ Respeto a las reglas del juego.
- ✓ Honestidad

Ubicación: En un planché o espacio abierto, área de 15X10 m mínimo, o cancha de fútbol 7.

Materiales: dos balones de fútbol N°4

Tiempo: tres tiempos de 10 minutos.

Aspectos de seguridad: delimitar la zona de juego, utilizar chalecos distintivos u/o uniforme.

Desarrollo: Se forman equipos mixtos de siete integrantes.

Se enfrentan dos equipos (portero y sustitutos), se promueve juego libre, donde el entrenador- educador interviene lo menos posible. Si son más de dos equipos se hace triangular o cuadrangular según cantidad de participantes.

Rol del docente: el docente les indica que se va a trabajar el valor de la responsabilidad con el equipo, y que se va a motivar a los participantes con una porra.

Los estudiantes: el docente elige dos líderes, luego ellos eligen los participantes de cada grupo de manera mixta, primero una mujer, luego un varón hasta completarlos. Cada equipo se reúne y planea el orden en que van a participar, y conversan cómo lograr la meta grupal.

5. El rey del penalti

Objetivos psicomotrices:

✓ Acciones locomotoras y no locomotoras de coordinación vista-pie, para el lanzamiento a marco.

Objetivos de convivencia:

✓ Autoconfianza

✓ Compañerismo, aplaudir y apoyar a los demás compañeros cuando lanzan.

Ubicación: En un planché o espacio abierto, área de 15X10 m mínimo, o cancha de fútbol 7.

Materiales: dos balones de fútbol N°4

Tiempo: 10 minutos.

Aspectos de seguridad: delimitar la zona de juego, utilizar chalecos distintivos u/o uniforme.

Desarrollo: Se forman dos grupos

Se realiza una serie eliminatoria de penales, el jugador que marca gol pasa a la siguiente ronda, los dos ganadores son los reyes del penalti. Se pueden ir cambiando los porteros y evitar se formen filas.

Rol del docente: el docente les indica que se va a trabajar el valor de la responsabilidad con el equipo, y se va a motivar a los participantes con una porra.

Los estudiantes: el docente elige dos líderes, luego ellos eligen los participantes de cada grupo de manera mixta, primero una mujer, luego un varón hasta completarlos. Cada equipo se reúne, planea el orden en el cual van a participar, y conversan acerca de cómo lograr la meta grupal.

C. Juegos predeportivos al mini baloncesto

1. Jugar a rebotar y picar el balón.

Objetivos psicomotrices:

- ✓ Acciones no locomotoras y manipulativas para el rebote de balón con mano derecha, izquierda y alternar.
- ✓ Control de balón
- ✓ Control corporal.
- ✓ Ubicación espacial

Objetivos de convivencia:

- ✓ Respeto
- ✓ Autosuperación

Ubicación: En un planché o espacio abierto, área de 15X10 m mínimo, o cancha de fútbol 7.

Materiales: 12 balones de mini baloncesto.

Tiempo: cuatro minutos

Aspectos de seguridad: delimitar la zona, he de pedirles que miren al frente para evitar choques.

Desarrollo: En parejas los participantes tendrán un balón de baloncesto, se alternan la bola para practicar rebotando y picando la bola por todo el espacio, experimentando con la mano derecha, con la izquierda y alternando.

Rol del docente: el docente los motiva a picar la bola con la yema de los dedos, a no empujarla, sino rebotarla, les recuerda que pueden lograr lo que se propongan, trabajen con respeto y eviten los choques durante el juego.

2. Juego de los 10 pases

Objetivos psicomotrices:

- ✓ Acciones no locomotoras, manipulativas, de coordinación vista-mano, para pasar el balón.
- ✓ Marcar al oponente
- ✓ Coordinación vista-mano
- ✓ Ubicación espacial

Objetivos de convivencia:

- ✓ Honestidad
- ✓ Trabajo en equipo

Ubicación: En un planché o espacio abierto, área de 15X10 m mínimo, o cancha de fútbol 7.

Materiales: dos balones de mini baloncesto.

Tiempo: cinco minutos

Aspectos de seguridad: delimitar la zona, he de indicarles que deben estar atentos a los balones para evitar golpes.

Se divide la cancha por la mitad, dos grupos de un lado, dos del otro para evitar aglomeración en el juego.

Desarrollo: Los participantes forman cuatro grupos mixtos (femenino y masculino), el objetivo es realizar diez pases entre los participantes del equipo, el otro equipo marca al oponente para tener posesión de la bola e iniciar el conteo de los pases, cada vez que el grupo pierde la bola el conteo inicia de cero.

Rol del docente: el docente recuerda la importancia del trabajo en equipo, de contar los pases, de ser honestos, y de observar el balón para evitar golpes.

3. Juego 2 contra 2

Objetivos psicomotrices:

- ✓ Rebotar o picar el balón
- ✓ Pasar el balón
- ✓ Marcar al oponente
- ✓ Coordinación vista-mano
- ✓ Ubicación espacial

Objetivos de convivencia:

- ✓ Divertirse
- ✓ Trabajo en equipo

Ubicación: En un planché o espacio abierto, área de 15X10 m mínimo, o cancha de fútbol 7.

Materiales: 12 balones de mini baloncesto.

Tiempo: cinco minutos

Aspectos de seguridad: delimitar la zona, he de indicarles que deben estar atentos a los balones para evitar golpes.

Se divide la cancha por la mitad, dos grupos de un lado, dos del otro para evitar aglomeración en el juego.

Desarrollo: Los participantes forman parejas, y juegan contra otra pareja a robarles o quitarles el balón, deben picar la bola con una mano o alternando las manos, nunca con ambas manos a la vez, marcar al oponente y evitar los pases entre la pareja contraria, si caminan o corren con la bola más de dos pasos, deben dar el balón a la otra pareja, pues es considerado una falta, o “doble”.

Rol del docente: el docente recuerda marcar al oponente, a rebotar la bola durante el juego y evitar hacer doble.

4. Juego de lanzamientos al aro.

Objetivos sicomotrices:

- ✓ Lanzar la bola al aro, encestar

Objetivos de convivencia:

- ✓ Autosuperación
- ✓ Autoconfianza
- ✓ Disfrutar
- ✓ Motivar a los demás

Ubicación: En un planché o espacio abierto, área de 15X10 m mínimo, o cancha de fútbol 7.

Materiales: cuatro balones de mini baloncesto.

Tiempo: cinco minutos

Aspectos de seguridad: delimitar la zona, he de indicarles que deben estar atentos a los balones para evitar golpes.

Desarrollo: lanzar, tratar de encestar, si encesta gana un punto, el que llega a 10 puntos primero gana.

Rol del docente: muestra cómo se lanza la bola al aro.

5. “Partido” 5 contra 5

Objetivos sicomotrices:

- ✓ Rebotar o picar el balón
- ✓ Pasar el balón
- ✓ Marcar al oponente
- ✓ Coordinación vista-mano
- ✓ Ubicación espacial
- ✓ Lanzar y encestar

Objetivos de convivencia:

- ✓ Divertirse
- ✓ Trabajo en equipo

Ubicación: En un planché o espacio abierto, área de 15X10 m mínimo, o cancha de fútbol 7.

Materiales:

- dos balones de mini baloncesto.
- 10 chalecos de dos colores diferentes

Tiempo: cinco minutos

Aspectos de seguridad: delimitar la zona, ha de indicarles que deben estar atentos a los balones para evitar golpes. Se divide la cancha por la mitad, dos grupos de un lado, dos del otro para evitar aglomeración en el juego.

Desarrollo: Los participantes forman grupos mixtos de cinco integrantes (femenino y masculino) juegan un partido aplicando todo lo aprendido, rebotar la bola, pases, marcar al oponente, y lanzar al aro. Ellos definen las reglas del juego por aplicar.

Rol del docente: el docente vela por la seguridad y el orden, les ayuda a formar los grupos, e interviene lo menos posible en el partido.

Referencias bibliográficas del Manual de juegos.

Costa Rica. Ministerio de Educación Pública. (2013). Programas de estudio de educación física, primero y segundo ciclo de la educación general básica. Costa Rica. Recuperado de: <https://www.mep.go.cr/programa-estudio/educacion-fisica>

Federación Internacional de Fútbol Asociación. (2017). *Manual de fútbol base*. Disponible en: https://www.academia.edu/41886931/Ebook_grassroots_fútbol_base_fifa

Ministerio de Educación Pública. (2019). *Manual de athletics kids*. Disponible en <http://juegosdeportivosestudiantiles.com/wp-content/uploads/2019/03/manual-kids-athletic-2019.pdf>

Anexo. 5

Minutas de trabajo

Estrategias de Mediación					
Sesión	I momento Explicación y Calentamiento	II momento Actividades de mediación	III momento Tiempo de compartir	IV Momento Reflexión: ¿cómo se sintieron?	Observaciones de conducta
1ª 17 set 19	Se les explica que se les tomaría el peso y la talla de manera individual, se les explica que deben pasar uno por uno y quitarse los zapatos.	Toma de peso y talla			
2ª 19 set 19	Se brinda la explicación de en qué consiste la ejecución de los movimientos.	Evaluaciones de galope y caballito Pasan en grupos de tres, se les ejemplifica cada movimiento, lo realizan en el pabellón frente a su aula uno contra al otro en una distancia de 12 metros.			Se muestran tímidos, inseguros, y se esfuerzan por hacerlo bien.

N° Sesión	I momento Explicación y Calentamiento	II momento Actividades de mediación	III momento Tiempo de compartir	IV Momento Reflexión ¿cómo se sintieron?	Observaciones de conducta
3ª 24 set 19	<p>1. Lo docente practicante llega al aula del grupo, pasa lista, se brinda la explicación de las actividades deportivas, se introduce el tema del atletismo para niños y en qué consisten algunos de sus juegos, y se les explica los objetivos de convivencia y de trabajo en equipo.</p> <p>2. Se traslada el grupo al planché.</p> <p>3. Se realiza un <u>calentamiento dirigido</u>: en formación de fila, se les indica con una señal "pito" salir:</p> <p>1. Trotar de un lado del planché al otro, 2. desplazarse de manera lateral, 3. Trotar tocándose las</p>	<p>Se aplica los juegos 1 y 2 de atletics kids del manual, Con sus objetivos motores y de convivencia. (Ver anexo Manual de juegos).</p> <p>Juego 1. #La Anda bola".</p> <p>Juego 2. "Quemados".</p>	<p>Se les brindó 20 minutos de tiempo para que ellos con los materiales disponibles, elijan juegos a su gusto, jugaron, fútbol, carreras con unos conos, y algunos otros cuerda.</p>	<p>Se les preguntó ¿cómo se sintieron? Contestaron que se sintieron muy felices, cansados, enojados porque se golpeaban y algunos no esperaban turnos. Mal, golpeados. Enojada porque se cayó</p> <p>¿Qué les pareció la clase? Divertida, les gustó hacer ejercicios.</p>	<p>Se les dificultó seguir instrucciones, permanecer en fila.</p> <p>No estaban acostumbrados a correr juntos, chocaban, al jugar quemados se tropezaron, hubo caídas, y golpes.</p> <p>Disfrutaban de los juegos y del tiempo libre, algunos se muestran tímidos y con temor a equivocarse en los juegos.</p>

	rodillas al frente, 3. Trotar tocándose los talones, 4. Trotar tocando rodillas y Talones alternados contando,1,2,3,4, 5. Desplazarse realizando caballito, 6. Desplazarse realizando galope, 7. Carreritas de un lado al otro del planché con los compañeros según género.				
N° Sesión	I momento Explicación y Calentamiento	II momento Actividades de mediación	III momento Tiempo de compartir	IV Momento Reflexión ¿cómo se sintieron?	Observaciones de conducta
4ª 26 set 19	1.La docente practicante llega al aula del grupo, pasa lista, se brinda la explicación de las actividades deportivas, se les explica los objetivos de los juegos y los valores de autosuperación y trabajo en equipo. 2. Se traslada el grupo al planché.	Se aplicaron los juegos 3 y 4 de athletics kids del manual, Con sus objetivos motores y de convivencia. (Ver anexo Manual de juegos). Juego 3. “Carrera de resistencia”. Juego 4. “Relevo con Ula, Ula”.	Se les brinda 20 minutos de tiempo para que ellos con los materiales disponibles, elijan juegos a su gusto, juegan, fútbol, carreras con conos, y algunos otros, cuerda.	Se les pregunta: ¿cómo se sintieron? Se sintieron: Increíble, cansada divertidos, perfecto, alegre, muy bien enojados porque algunos hacían trampa. Con energía.	Se presenta desorden en las filas donde esperan su turno. Dificultad para seguir instrucciones. Se dicen apodos, insultos por no hacer bien el juego. Intentan hacer trampa saliendo antes o entregando antes el ula ula, Trabajo en equipo, algunos se ayudan,

	<p>3. <u>Se realiza un calentamiento dirigido</u>: en formación de fila, se les indica con una señal “pito” salir:</p> <p>1. Trotar de un lado del planché al otro, 2. desplazarse de manera lateral, 3. Trotar tocándose las rodillas al frente, 3. Trotar tocándose los talones, 4. Trotar tocando rodillas y Talones alternados contando, 1,2,3,4, 5. Desplazarse realizando caballito, 6. Desplazarse realizando galope, 7. Carreritas de un lado al otro del planché con los compañeros según género.</p>			<p>¿Qué les pareció la clase? Se divirtieron mucho con las carreras. Recordaban creer en sí mismos yo puedo.</p>	<p>otros no, otros empujan. Un grupo en el relevo de ula dura 1.54 minutos, el otro 1.57 En la carrera de resistencia un grupo recoge 62 bolitas y el otro 72. Valor superación: aunque algunos están cansados, dan porras unos a otros ¡vamos! Y dicen sus nombres. Recuerdan creer en sí mismos, yo puedo.</p>
N° Sesión	I momento Explicación y Calentamiento	II momento Actividades de mediación	III momento Tiempo de compartir	IV Momento Reflexión ¿cómo se sintieron?	Observaciones de conducta
5ª 01 oct 19	1. La docente practicante llega al aula del grupo, pasa lista, se brinda la explicación de las	Se aplica el juego 5 de atletics kids del manual, Con sus objetivos motores y de convivencia. (Ver	Se les brinda 20 minutos de tiempo para que ellos con los	Se les pregunta: ¿cómo se sintieron?	Se presenta desorden en las filas donde esperan su turno.

	<p>actividades deportivas, se les explica los objetivos de los juegos y los valores de: autosuperación y trabajo en equipo.</p> <p>2. Se traslada el grupo al planché.</p> <p>3. <u>Se realiza un calentamiento dirigido</u>: en formación de fila, se les indica con una señal “pito” salir:</p> <p>1. Trotar de un lado del planché al otro, 2. desplazarse de manera lateral, 3. Trotar tocándose las rodillas al frente, 3. Trotar tocándose los talones, 4. Trotar tocando rodillas y Talones alternados contando, 1,2,3,4, 5. Desplazarse realizando caballito, 6. Desplazarse realizando galope.</p>	<p>anexo Manual de juegos).</p> <p>Carreritas de un lado al otro del planché con los compañeros según género.</p> <p>Juego 5 “Relevo con obstáculos”</p>	<p>materiales disponibles, elijan juegos a su gusto, juegan, fútbol, carreras con conos, y algunos otros, cuerda.</p>	<p>Se sintieron: divertidos enojados porque algunos hacían trampa. Con energía.</p> <p>¿Qué les parece la clase? Se divirtieron mucho con las carreras.</p>	<p>Dificultad para seguir instrucciones.</p> <p>Intentan hacer trampa saliendo antes o entregando.</p> <p>Trabajo en equipo, algunos se ayudan, otros no, otros empujan.</p>
--	---	---	---	---	--

N° Sesión	I momento Explicación y Calentamiento	II momento Actividades de mediación	III momento Tiempo de compartir	IV Momento Reflexión ¿cómo se sintieron? ¿Qué aprendieron?	Observaciones de conducta
<p>6ª</p> <p>08 oct 19</p>	<p>1. La docente practicante llega al aula del grupo, pasa lista, se brinda la explicación de las actividades deportivas, se les explica los objetivos de los juegos y los valores de: la honestidad</p> <p>2. Se traslada el grupo al planché.</p> <p>3. <u>Se realiza un calentamiento dirigido</u>: en formación de hilera, se les indica con una señal "pito" salir:</p> <p>1. Trotar de un lado del planché al otro llevando la bola con los pies.</p> <p>2. Llevar la bola con el borde interno del pie derecho.</p>	<p>Se aplica los juegos de fútbol base del manual, Con sus objetivos motores y de convivencia. (Ver anexo Manual de juegos).</p> <p>1. Juego el gavilán</p> <p>2. Juego de pases</p>	<p>Se les brinda 20 minutos de tiempo para que ellos con los materiales disponibles, elijan juegos a su gusto, se divide la cancha a la mitad y juegan fútbol en grupos, dos grupos.</p>	<p>Felices, les gusta el fútbol.</p> <p>Enojados con los que empujan y no hacen caso.</p> <p>Aprende a conducir el balón y a pasar la bola a otro.</p>	<p>Se cambian de turno, se ponen a discutir del desempeño de los compañeros.</p> <p>Se empujan, unos respetan, el orden del juego y las filas.</p> <p>Algunos no siguen las instrucciones.</p> <p>Botan una compañera</p>

	<p>3. llevar la bola con el borde interno del pie izquierdo.</p> <p>4. llevar la bola con el borde externo del pie derecho y luego con el izquierdo.</p>				
N° Sesión	I momento Explicación y Calentamiento	II momento Actividades de mediación	III momento Tiempo de compartir	IV Momento Reflexión ¿cómo se sintieron? ¿Qué aprendieron?	Observaciones de conducta
<p>7ª</p> <p>22 oct 19</p>	<p>1.La docente practicante llega al aula del grupo, pasa lista, se brinda la explicación de las actividades deportivas, se les explica los objetivos de los juegos y los valores de: respeto, autocontrol.</p> <p>2. Se traslada el grupo al planché.</p> <p>3.<u>Se realiza un calentamiento dirigido</u>: en formación de hilera, se les indica con una señal “pito” salir:</p>	<p>Juegos</p> <p>4.7 contra 7</p> <p>5.El rey del penalti</p>	<p>Se les brinda 20 minutos para que ellos, con los materiales disponibles, elijan juegos a su gusto, juegan fútbol en toda la cancha en grupos, dos grupos.</p>	<p>Muy bien, felices Las chicas con vergüenza.</p> <p>Les gusta mucho jugar partido y lanzar penales.</p> <p>Aplican todo lo visto en los ejercicios de fútbol y a lanzar penales.</p>	<p>Vergüenza de una compañera porque tiene piojos y no quiere participar.</p> <p>Se emocionan, hablan muy fuerte e interrumpen a la docente.</p> <p>Hablan entre ellos mientras se dan instrucciones.</p> <p>Algunos compañeros se burlan de quienes no lo hacen bien. Un compañero le dijo a una niña “usted no puede ser más mala”.</p>

	<p>1. Trotar de un lado del planché al otro llevando la bola con los pies.</p> <p>2. Llevar la bola con el borde interno del pie derecho.</p> <p>3. Llevar la bola con el borde interno del pie izquierdo.</p> <p>4. Llevar la bola con el borde externo del pie derecho y luego con el izquierdo.</p>				
N° Sesión	I momento Explicación y Calentamiento	II momento Actividades de mediación	III momento Tiempo de compartir	IV Momento Reflexión ¿cómo se sintieron? ¿Qué aprendieron?	Observaciones de conducta
8ª 05 nov 19	<p>1. La docente practicante llega al aula del grupo, pasa lista, se brinda la explicación de las actividades deportivas, se les explica los objetivos de los juegos y los valores de: trabajo en equipo, cooperación, responsabilidad.</p> <p>2. Se traslada el grupo al planché.</p>	<p>Se aplica los Juegos predeportivos al mini baloncesto del manual, Con sus objetivos motores y de convivencia. (Ver anexo Manual de juegos).</p>	<p>Se les brinda 20 minutos para que jueguen con los balones de baloncesto con sus compañeros y compañeras.</p>	<p>Se divierten, se sienten bien, solo tres enojados porque no les gusta perder.</p> <p>Aprenden a rebotar la bola, y a pasarla a los compañeros.</p>	<p>Un compañero agarra a patadas a otro.</p> <p>Las mujeres se enojan porque los hombres no les pasan la bola.</p> <p>Querían jugar fútbol, tiempo libre y no hacer la clase.</p> <p>Un compañero toma la botella a otro y se la escupe.</p>

	<p>3. <u>Se realiza un calentamiento dirigido</u>: en formación de hilera, se les indica con una señal “pito” salir:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Picando el balón con la mano derecha. 2. Picar la bola con la mano izquierda. 3. Picar la bola intercambiando la bola de la mano derecha a izquierda. 3. Practicar a robar la bola uno contra uno, marcar al compañero y tratar de quitarle el balón. 4. Unos pican el balón por el espacio general, los que no tienen balón intentan robar a los que sí tienen. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Jugar a rebotar y picar el balón. 2. Juego de los 10 pases 			
--	--	--	--	--	--

N° Sesión	I momento Explicación y Calentamiento	II momento Actividades de mediación	III momento Tiempo de compartir	IV Momento Reflexión ¿Cómo se sintieron? ¿Qué aprendieron?	Observaciones de conducta
<p>9ª 7 nov 19</p>	<p>1.La docente practicante llega al aula del grupo, pasa lista, se brinda la explicación de las actividades deportivas, se les explica los objetivos de los juegos y los valores de: trabajo en equipo, divertirse. 2. Se traslada el grupo al planché.</p> <p>3.<u>Se realiza un calentamiento dirigido:</u> en formación de hilera, se les indica con una señal “pito” salir: 1. Picando el balón con la mano derecha. 2. Picar la bola con la mano izquierda. 3. Picar la bola intercambiando la bola de la mano derecha a izquierda.</p>	<p>3.Juego 2 contra 2 4.Juego de lanzamientos al aro.</p>	<p>Se les brinda 20 minutos para que jueguen con los balones de baloncesto con sus compañeros y compañeras.</p>	<p>Se divierten, se sienten bien. Aprenden cómo marcar a un compañero con respeto, y cómo se lanza al aro.</p>	<p>Se sienten felices juegan tranquilos, no pelean tanto como otros días.</p>

	<p>3. Practicar a robar la bola uno contra uno, marcar al compañero y tratar de quitarle el balón.</p> <p>4. Unos pican el balón por el espacio general, los que no tienen balón intentan robar a los que sí tienen.</p>				
N° Sesión	I momento Explicación y Calentamiento	II momento Actividades de mediación	III momento Tiempo de compartir	IV Momento Reflexión ¿cómo se sintieron?	Observaciones de conducta
10^a 14 nov 19	El grupo llega al planché con la maestra, se les explica que pueden elegir su juego favorito visto en las lecciones.	Festival deportivo Se divide la cancha y se les brinda material para que elijan qué juegos jugar. Juegan baloncesto y carreras.	Ellos forman sus grupos mixtos, se les brinda chalecos y balones de baloncesto y todos juegan por turnos.	Muy bien, felices, Desean que el otro año les den educación física.	Comparten, unos son líderes, ellos ponen sus reglas, la mayoría participa.
11^a 16 nov 19	La docente practicante llega al aula, se conversa con el grupo, y se le da las gracias por la participación en el programa.	Post test: Toma de peso y talla Segunda Evaluación de los movimientos			

12 ^a 20 nov 19	Se les realiza un cuestionario semiestructurado sobre los valores aprendidos y los que se les dificulta poner en práctica, se anota todas las respuestas.	coordinativos de forma individual.			
------------------------------	---	---	--	--	--

Anexo 6.

CONSENTIMIENTO PARA LA EVALUACIÓN DEL DESARROLLO MOTOR EN LOS ESTUDIANTES DE 4° GRADO Y LA PARTICIPACIÓN EN UN PROGRAMA DE JUEGOS CON SU GRUPO EN LA ESCUELA QUINCE DE AGOSTO.

Se ha invitado a su hijo/a de cuarto grado a participar en un programa de juegos por realizarse en la escuela de su hijo/a. A nosotros/as nos interesa examinar el desarrollo motor y las habilidades sociales.

Los instrumentos de evaluación que se utilizarán incluyen: Toma de peso y talla, una prueba de Desarrollo Motor Grueso de Ulrich (2016) TGMD3. La prueba consta de dos subpruebas que mide en cifras las habilidades de motora gruesa, en 6 habilidades de locomoción y 7 habilidades con balón.

La información descriptiva incluye la estatura, el peso de su hijo/a. La estatura será medida con una cinta métrica estándar. Al niño/a se le pedirá que permanezca de espalda contra una pared, seguidamente la altura será registrada en centímetros. Posteriormente, él o la niña se subirá en una balanza sin medias, ni calzado para medir su peso en kilos, el índice de masa corporal que es una medida utilizada para calcular el sobrepeso y la obesidad en las personas. Este índice será calculado para cada niño/a, a partir de la fórmula altura al cuadrado dividida entre el peso del niño/a.

Las evaluaciones de desarrollo motor: En esta prueba se le pedirá a su hijo/a que realice movimientos locomotores, carrera, galope, caballito.

Inicialmente se le ofrece al niño/a una buena demostración de la habilidad, que incluya todos los criterios de rendimiento, se le ofrece un intento de práctica seguido de los dos intentos que se evalúa, los cuales serán grabados para luego analizar los resultados.

Luego participarán en un programa de 8 semanas, dos veces por semana, donde se realizará juegos predeportivos que les ayudarán a tener una convivencia social con sus compañeros y serán evaluados al final para confirmar el aprendizaje adquirido.

Para conservar la confidencialidad en el rendimiento de los/as niños/as y las respuestas entregadas, los resultados se presentarán únicamente de manera grupal. A menos que usted me notifique lo contrario los resultados de esta investigación podrían ser divulgados en medios de comunicación y en actividades o eventos científicos. Así como publicarse en revistas científicas.

En cualquier presentación o publicación, los datos recolectados permanecerán en el anonimato.

Deseo comunicarle, que su decisión de permitir participar o no a su hijo/a, no afectará en sus calificaciones, ni en sus clases normales.

Asimismo, el desempeño o las respuestas que su hijo/a obtengan de ninguna manera afectarán la situación de él o ella en su escuela. Si usted tiene alguna pregunta o desea más información, comuníquese con la Licda. Jeimmy Zamora Núñez al tel.: 8920-3507.

Habiendo leído la información proporcionada anteriormente, usted **DEBE DECIDIR SI PERMITE O NO LA PARTICIPACIÓN DE SU NIÑO (A). SU FIRMA NOS INDICA QUE DA LA AUTORIZACIÓN PARA QUE SU HIJO (A) PARTICIPE EN ESTE ESTUDIO.**

Nombre completo de su hijo/a _____

Firma del padre/madre/encargado/a _____

Número de cédula _____ Fecha _____

Número de teléfono _____

Firma del Investigador/a _____ Fecha _____

Anexo 7.

ASENTIMIENTO PARA LA EVALUACIÓN DEL DESARROLLO MOTOR EN LOS ESTUDIANTES DE 4° GRADO Y LA PARTICIPACIÓN EN UN PROGRAMA DE JUEGOS CON SU GRUPO EN LA ESCUELA QUINCE DE AGOSTO.

Tú estás invitado(a) a participar en este programa para ayudarnos a evaluar el desarrollo motor y la competencia percibida en los niños/as. También hemos invitado a tu padre/madre o encargado/a para participar de esta investigación.

Si decides que quieres participar en este estudio, se te pedirá realizar movimientos locomotores, también él o la investigadora medirá tu estatura, peso, estas actividades tendrán una duración de una o dos lecciones.

Si decides durante el proceso que no quieres seguir participando, puedes parar en cualquier momento. Simplemente tienes que comunicar que no quieres participar más, ya sea a tu padre/madre o encargado/a, maestras/os o investigadores/as.

Nadie se enojará contigo si decides no participar. Si tienes alguna pregunta acerca de lo que vas a hacer o qué va a pasar durante las pruebas, por favor, pregunta a tu padre/madre o encargado/a, maestras/os o solicitarles información a los investigadores/as.

Si tienes alguna pregunta mientras estás participando, por favor, no dudes en preguntar. Si has decidido participar, por favor firma y escribe tu nombre completo en la línea de abajo.

Firma de niño/a	Nombre completo	Fecha
Firma de Padre/Madre/Encargado(a)	Nombre completo	Fecha

(Padre/Madre/Encargado (a) debe firma también el formulario de consentimiento)

Investigador/a que obtiene	Nombre completo	Fecha
----------------------------	-----------------	-------

Anexo 8.

Prueba TDM3 (se ADJUNTA PDF DE PRUEBA).