

**INCIDENCIA DE LA PRACTICA DE LA NATACIÓN COMO ACTIVIDAD
EXTRAESCOLAR EN EL DESARROLLO DE LA MOTRICIDAD GRUESA EN
LOS ESTUDIANTES DEL GRADO SEGUNDO DE LA ESCUELA SAN JUDAS
TADEO DEL MUNICIPIO DE SAN PEDRO (V)**

JOHN JAIRO RODRIGUEZ BARRERA

**UNIDAD CENTRAL DEL VALLE
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACION
LICENCIATURA EN EDUCACION CON ENFASIS EN EDUCACION FISICA,
RECREACION Y DEPORTES
TULUA (V)
2013**

**INCIDENCIA DE LA PRACTICA DE LA NATACIÓN COMO ACTIVIDAD
EXTRAESCOLAR EN EL DESARROLLO DE LA MOTRICIDAD GRUESA DE
LOS ESTUDIANTES DEL GRADO SEGUNDO DE LA ESCUELA SAN JUDAS
TADEO DEL MUNICIPIO DE SAN PEDRO (V)**

JOHN JAIRO RODRIGUEZ BARRERA

**Trabajo de grado para optar al Título de Licenciado en Educación Básica con
Énfasis en Educación Física, Recreación y Deportes**

**DIRECTOR
Mónica Andrea Rosero Rosero
Magister**

**UNIDAD CENTRAL DEL VALLE
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACION
LICENCIATURA EN EDUCACION CON ENFASIS EN EDUCACION FISICA,
RECREACION Y DEPORTES
TULUA (V)
2013**

TABLA DE CONTENIDO

INCIDENCIA DE LA PRACTICA DE LA NATACIÓN COMO ACTIVIDAD EXTRAESCOLAR EN EL DESARROLLO DE LA MOTRICIDAD GRUESA DE LOS ESTUDIANTES DEL GRADO SEGUNDO DE LA ESCUELA SAN JUDAS TADEO DEL MUNICIPIO DE SAN PEDRO (V)	9
RESUMEN	9
SUMMARY	9
INTRODUCCION	11
1. MARCO REFERENCIAL	15
1.1 MARCO TEORICO	15
El desarrollo de la Motricidad Gruesa en los niños	15
Evaluación de la Praxia Global a través de la Batería Psicomotora de Vítor Da Fonseca	17
Coordinación Óculo - Manual	18
Coordinación Óculo - Pedal	18
Disimetría	18
Disociación	18
Desarrollo en la Edad Escolar Temprana	19
Las Habilidades Motrices Básicas en los niños	21
Habilidades Motrices Acuáticas	22
Familiarización	26
Equilibrio	27
Flotación	27

Respiración	28
Propulsión - Deslizamientos	29
Saltos	30
Lanzamientos - Recepciones	30
Ritmo	31
Coordinación	31
Juego	32
Tiempo libre y actividad extraescolar	33
Actividad Física	36
La Natación	37
2. DISEÑO METODOLOGICO	39
2.1 HIPOTESIS	39
2.1.1 Hipótesis Nula	39
2.1.2 Hipótesis Alternativa	39
2.2 Tipo de Estudio y Alcance	39
2.3 INSTRUMENTO DE VALORACION	40
2.3.1 Evaluación del factor psicomotor en la Batería de Vítor Da Fonseca	40
2.3.2 Test de Control y Seguimiento de la actividad acuática educativa, Test II ...	41
2.4 VARIABLES	41
Variable dependiente	41
Variable Independiente	41
Variable Interviniente	42
2.5 POBLACION Y MUESTRA	42
3.5.1 Criterio de selección de la Muestra	43

2.6 FUENTES	43
Primarias.....	43
3. RESULTADOS.....	44
PRUEBA DE HIPOTESIS TEST PRAXIA GLOBAL.....	50
4. ANALISIS Y DISCUSION	54
5. CONCLUSIONES	56
6. RECOMENDACIONES.....	57
7. IMPLICACIONES.....	58
8. SUGERENCIAS.....	59
9. BIBLIOGRAFIA.....	60
10. ANEXOS.....	64

LISTA DE TABLAS

	Pagina
Tabla 1. Modelo de los Niveles de desarrollo en la Infancia y la Juventud	20
Tabla 2. Listado de los Niños y Niñas del grupo experimental y grupo control de la Escuela San Judas Tadeo	42
Tabla 3. Estadísticos Test Subfactor Dismetría para Grupo Control y Experimental. Pruebas pre y post. Variable Cualitativa	44
Tabla 4. Estadísticos Test Subfactor Disociación Grupo Control y Experimental. Pruebas pre y post. Variable Cualitativa	47
Tabla 5. Estadístico prueba de hipótesis praxia global chi cuadrado grupo Control	50
Tabla 6. Estadístico prueba de hipótesis praxia global chi cuadrado grupo Experimental.	50
Tabla 7. Estadístico prueba Tau-b de Kendall.	50
Tabla 8. Estadísticos Test Control y seguimiento de la Actividad Acuática Grupo Control y Experimental Variable Cualitativa.	51

LISTA DE FIGURAS

	Pagina
Figura 1. Habilidades Motrices Acuáticas	26
Figura 2. Resultados Evaluación Pre y post para el subfactor Dismetría en la BPM de Vítor Da Fonseca Grupo Control	45
Figura 3. Resultados Evaluación Pre y post para el subfactor Dismetría en la BPM de Vitor Da Fonseca Grupo Experimental	46
Figura 4. Resultados Evaluación Pre y post para el subfactor Disociación en la BPM de Vitor Da Fonseca Grupo Control	48
Figura 5. Resultados Evaluación Pre y post para el subfactor Disociación en la BPM de Vitor Da Fonseca Grupo Experimental	49
Figura 6. Resultados Evaluación Pre y post para el Test de Control y seguimiento de la Actividad acuática. Grupo Control.....	52
Figura 7. Resultados Evaluación Pre y post para el Test de Control y seguimiento de la Actividad acuática. Grupo Experimental.....	53

LISTA DE ANEXOS

	Pagina
ANEXO A. Plan de Actividades	64
ANEXO B. Macrociclo de Intervención sobre las Habilidades Motrices Acuáticas	65
ANEXO C. Formato de Sesión de Clase	66
ANEXO C. Fotos de los niños de la Escuela San Judas Tadeo	68

RESUMEN

Esta investigación desarrollada en la Escuela San Judas Tadeo del Municipio de San Pedro, tiene como propósito determinar la incidencia de la práctica de la natación como actividad extraescolar en el desarrollo de la motricidad gruesa de los niños y niñas pertenecientes a esta institución, para lo cual recopilar información de diversos autores es de vital importancia, con el fin de sentar bases sólidas para estructurar y diseñar un plan de actividades que encuentre en las actividades lúdicas, es decir, en el juego una herramienta efectiva y eficaz de aprendizaje en el medio acuático y que refleje una mejora en la motricidad gruesa de los niños. Inicialmente se aborda el desarrollo en el niño explicando porque es considerado como un proceso de vital importancia que propende por la formación y preparación del niño para la vida y el papel importante que desempeña la familia en ese proceso, continua explicando la importancia que tiene el movimiento como el medio que lleva al niño a explorar el entorno que le rodea y que se concibe a través de la motricidad, la cual es clasificada por algunos autores en dos tipos, una de las cuales se constituye en el pilar fundamental de esta investigación la motricidad gruesa.

Posteriormente se hablará del desarrollo en la edad escolar temprana, una edad que se considera como la de mejor aprendizaje, y en la cual el desarrollo tiene una importancia trascendental tanto para la vida futura de una persona como para el grupo social al que pertenece. Implica la observancia de las conductas motrices, el cultivar el inicio de un deporte y la búsqueda del mejoramiento de las habilidades motrices acuáticas, las cuales también se mencionan como de gran relevancia para la supervivencia del ser humano y como decisivas para el desarrollo motriz. A continuación se habla de las habilidades Motrices acuáticas, y el papel que juegan las actividades extraescolares concebidas como causantes de aprendizajes significativos en las situaciones educativas de la Educación Física y provechosas, fructíferas y ampliamente recomendadas en el desarrollo de las habilidades y competencias que se quieren alcanzar.

La búsqueda de una posible solución al problema, conlleva la selección de una muestra dividida en grupo experimental y para fines de comparación una semejante la cual se denomina Grupo Control. Se realizan 2 evaluaciones, antes y después de la intervención propuesta; empleadas en cada uno de los niños y niñas utilizando un test en el medio terrestre a través de la BPM de Vítor da Fonseca enfocada principalmente hacia un área que es la de Praxia Global y uno en el medio acuático como mecanismo de control que se denomina Test de Control y seguimiento de la Actividad acuática de Moreno y Gutiérrez. En cuanto a los resultados se evidencian que el grupo control mejoró en algunos niveles a pesar de no contar con un programa dirigido de actividad extraescolar; aunque estas mejoras no fueron tan significativas. Por el contrario el grupo experimental registra aumentos notables que al terminar el proceso de intervención, lleva a concluir finalmente que la estimulación en el medio acuático ayuda a la mejora y el desarrollo de la motricidad gruesa.

ABSTRACT

This investigation developed in the School San Judas Tadeo of the Municipality of San Pedro, has as purpose to determine the incidence of the practice of the swimming like activity extraescolar in the development of the thick motricidad of the children and girls belonging to this institution, for that which to gather diverse authors' information is of vital importance, with the purpose of sitting down solid bases to structure and to design a plan of activities that finds in the activities lúdicas, that is to say, in the game an effective and effective tool of learning in the aquatic means and that it reflects an improvement in the thick motricidad of the children. Initially the development is approached in the boy explaining because it is considered as a process of vital importance that propende for the formation and the boy's preparation for the life and the important paper that it carries out the family in that process, continuous explaining the importance that has the movement like the means that it takes to the boy to explore the environment that surrounds him and that one conceives through the motricidad, which is classified by some authors in two types, one of those which is constituted in the fundamental pillar of this investigation the thick motricidad.

Later on it was spoken of the development in the early school age, an age that is considered as that of better learning, and in which the development has an importance momentous point for the future life of a person like for the social group to the one that belongs. It implies the observance of the motive behaviors, cultivating the beginning of a sport and the search of the improvement of the basic motive abilities, which are also mentioned as of great relevance for the human being's survival and as decisive for the motive development. Next it is spoken of the aquatic Motive abilities, and the paper that you/they play the activities extraescolares conceived as causing of significant learnings in the educational situations of the Physical and profitable, fruitful Education and broadly recommended in the development of the abilities and competitions that you/they love each other to reach.

The search of a possible solution to the problem, bears the selection of a sample divided in experimental group and it stops comparison ends a similar one which is denominated Group Control. They are carried out 2 evaluations, before and after the proposed intervention; employees in each one of the children and girls using a test in the terrestrial means through the BPM of Vitor gives Fonseca focused mainly toward an area that is that of Global Praxia and one in the aquatic means as control mechanism that is denominated Test of Control and pursuit of Moreno's aquatic Activity and Gutiérrez. As for the results they are evidenced that the group control improved in some levels in spite of not having a directed program of activity extraescolar; although these improvements were not so significant. On the contrary the experimental group registers remarkable increases that when finishing the intervention process, it takes to conclude finally that the stimulation in the means aquatic help to the improvement and the development of the thick motricidad.

INTRODUCCION

Desde el nacimiento el niño se encuentra en la búsqueda de alcanzar sus propios logros, en la conquista del mundo que tiene por delante. En la etapa de la gestación el niño lucha por sobrevivir durante 9 meses para luego enfrentar los desafíos del mundo y la era moderna. El movimiento es una actividad innata que le permite desplazarse de forma independiente y autónoma por el entorno que le es familiar y que primeramente es el hogar. Todas las conquistas y logros que pueda realizar (rodar, arrastrarse, gatear, etc.) se constituye en un proceso de aprendizaje. Es natural, que cada niño experimente su proceso, cuando ha logrado dominar su medio terrestre, dominar el medio acuático supone eventualmente una nueva conquista, en lo que se concibe como una actividad innata puesto que en la gestación este es el medio más cercano, él bebe se mantiene dentro de una bolsa que contiene el llamado líquido amniótico.

No obstante, no se puede obviar que el mundo moderno y la sociedad en la que vivimos se ha visto obligada a enfrentar grandes problemas sociales relacionados con la corrupción y especialmente con la proliferación de la violencia que no es ajena a nada ni a nadie. En Colombia, esa violencia es fruto del conflicto interno generado por los grupos armados al margen de la ley, la pobreza que cada día asciende a niveles inusitados y la falta de oportunidades que generan una inquietante preocupación por brindarles a nuestros niños las herramientas necesarias para hacer frente a la realidad que les ha tocado y buscar los medios precisos para hacerlo. Uno de esos medios es la educación, y por ende, la familia como primer agente formador y la escuela que ha sido pensada como un agente transformador de su entorno y ese formador integral del niño que complementa la labor de la familia, es así que su preocupación y suscitado interés se ha enfocado en el aprovechamiento del tiempo fuera del horario lectivo en busca de potencializar las habilidades y destrezas del niño y prepararlo para la vida que debe enfrentar a través de la actividad física y los programas que se han estructurado para tal fin.

A partir de lo anterior, se ha acrecentado la curiosidad y el interés por conocer cómo se lleva a cabo ese proceso de desarrollo del niño en cada etapa que conquista camino a la edad adulta. Una de esas etapas es la Edad Escolar que comprende una etapa donde el niño ingresa a la escuela y presenta grandes cambios a nivel físico, social y comportamental influenciados por el entorno que le rodea y las experiencias que vive.

DAVILA, A¹., Entrenabilidad en Edades Infantiles y Juveniles Plantea temáticas de gran discusión por diferentes autores, tratando de identificar sobre todo, ciertos criterios básicos que se deben tener en cuenta al iniciar un proceso de

¹ DAVILA, A., Entrenabilidad en Edades Infantiles y Juveniles. En Revista Atletas. Tuluá, Junio de 2009, pág. 1- 36

entrenamiento. Enfatiza en la Entrenabilidad de las diferentes capacidades motrices en edades infantiles y juveniles teniendo en cuenta su maduración biológica. El trabajo se construyó con base en la bibliografías de Dietrich M. et al, autores que plantean las características de las diferentes capacidades motrices durante estas edades, Así mismo en el año V., García M, et al. Autores que plantean como se comportan las capacidades condicionales en la infancia y la adolescencia. En relación a lo anterior se concluye, que la edad infantil es considerada por diversos autores la mejor edad para el aprendizaje, por lo tanto, debería aprovecharse dicha favorabilidad.

SALAZAR, Ciria Margarita, et, al²., Análisis Descriptivo del IMC, habilidad motriz y deporte extraescolar en niños y niñas de once años de la ciudad de Colima Plantea un análisis descriptivo del impacto que tiene un deporte extraescolar en el índice de masa corporal y el estado de habilidad motriz en niños de once años. Se trata de describir y evaluar ciertas características de una situación particular en uno o más puntos en el tiempo, la investigación centro su atención en una muestra intencionada de una población de 700 niños que asistieron de forma voluntaria a un programa de verano. Se concluyó que la práctica deportiva extraescolar intensa mayor a tres sesiones semanales influye en la adquisición de habilidad motriz, los varones que asistían a la práctica deportiva extraescolar (fútbol y natación) se vieron notables en el salto de longitud, la velocidad y la resistencia.

GARCIA MARQUEZ, Elena³. Iniciación a las Actividades Acuáticas en edades tempranas. Expone en el medio acuático, el desarrollo motor del niño/a pasa de lo reflejo y desorganizado a mostrar una motricidad adaptable y controlable. Las sensaciones y los patrones motores se modifican, por ello se debe desarrollar los conocimientos, destrezas y las capacidades del niño/a en este medio para una buena práctica acuática. La metodología del trabajo se centra en citar diversos autores que recogen la importancia de la práctica acuática en las primeras etapas del desarrollo. Al terminar, la autora concluye que las actividades acuáticas en edades tempranas tienen beneficios en el terreno orgánico, neuro-perceptivo-motor, emocional y socio afectivo.

La Constitución Política De Colombia 1991, reconoce el derecho de todas las personas a la práctica del deporte, la recreación y al aprovechamiento del tiempo libre. Estas actividades son parte esencial de la educación y son consideradas como un factor básico de formación integral de la persona. A su vez, la Ley 181 del 18 de

² SALAZAR, Ciria Margarita, et, al. Análisis Descriptivo del IMC, habilidad motriz y deporte extraescolar en niños y niñas de once años de la ciudad de Colima. Educación Física y Ciencia. Universidad Nacional de la Plata. Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación FaCHE. 2008, vol. 10, p. 125 – 138.

³ GARCIA MARQUEZ, Elena. Iniciación a las Actividades Acuáticas en edades tempranas. Diplomada en Educación Infantil España. En: Revista digital de Educación Física EmásF, issn; 1989-8304. Septiembre. Octubre de 201, Año 1, Num.6, pag.1-15

Enero de 1995⁴, Artículo 1, establece como objetivo general entre otros aspectos patrocinar, fomentar, masificar, divulgar, planificar, coordinar, ejecutar y asesorar la práctica del deporte, la recreación y el aprovechamiento del tiempo libre, la promoción de la educación extra escolar de la niñez y la juventud, en todos los niveles y estamentos sociales.

Esa formación integral, en la etapa de la infancia, permite concebir la actividad física como:

Parte inherente del proceso de aprendizaje y crecimiento manifestándose a través de conductas motrices como trepar, saltar, nadar, correr, etc. Por las características de esta etapa, la educación física en los primeros niveles no padece de falta de motivación y entusiasmo por parte de los niños y niñas, puesto que una de sus manifestaciones es el juego, caracterizado por la alegría y la espontaneidad. El juego proporciona a los niños la oportunidad de entender el mundo, interactuar con los demás, expresarse, explorar, descubrir, etc. Otro aspecto es que el niño aprende a manejar su cuerpo, controlar sus músculos y fortalecer el área psicomotriz. Constituye un requisito indispensable del normal desarrollo físico, mental y social⁵.

Lo anterior, conlleva a emprender la siguiente investigación en el Municipio de San Pedro en la Institución Educativa San Judas Tadeo, que nos deja entrever una problemática en la que a la normatividad vigente le falta apropiación y un trabajo social profundo. Lo primero que se debe decir, es que los niños son de escasos recursos pertenecen a los estratos 1 y 2, el espacio es reducido y la cancha con que se cuenta es pequeña, el profesor encargado de cada grupo es responsable de impartir las clases de Educación Física y es repetitivo ver como se pone a los niños a jugar con un balón de fútbol o basquetbol sin un contenido a trabajar o en ocasiones sin una estructuración adecuada, las clases de Educación física y la intensidad horaria con que se trabaja es poca, a esto se suma que la mayoría de los niños luego de su horario de clase, no practican una actividad física relacionada con el deporte.

Fruto de lo que se pudo observar, se encontró que en muchos casos, lo que se ha plasmado en la normatividad no se cumple y que a pesar que se concibe la importancia que estas actividades tienen en el desarrollo integral del niño, en muchas ocasiones no se emprenden acciones para cambiarlo. Para este caso, se vislumbró la necesidad de intervenir esta población, diseñando y estructurando un plan de actividades extraescolares en el cual se propenda por el desarrollo de la

⁴ COLOMBIA. CONGRESO DE LA REPUBLICA, Ley 181 de 1995 (18, Enero, 1995). Por la cual se dictan disposiciones para el Fomento del Deporte, la recreación, el aprovechamiento del tiempo libre y la Educación Física y se crea el Sistema Nacional Del Deporte. Dada en Santa Fe De Bogotá D.C., 1995.

⁵ Cárdenas, Torre, E., D. & Girela, MJ. (1997). los hábitos deportivos extraescolares y su interrelación con el área de educación física en el alumnado de bachillerato. Departamento de Educación Física y Deportiva Facultad de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte. Universidad de Granada. En: Revista Motricidad, p. 109-129

motricidad gruesa de los niños, que lleva a formularnos el siguiente interrogante ¿Cuál es la incidencia de la práctica de la natación como actividad extraescolar en el desarrollo de la motricidad gruesa de los estudiantes del grado segundo de la Escuela San Judas Tadeo del Municipio de San Pedro?

Inicialmente se escogió en natación, ya que en la actualidad ha cobrado mucha importancia puesto que se ha demostrado ampliamente la multiplicidad de beneficios que trae para quien lo practica y llegar a ser considerado como uno de los deportes más completo que existe.

También se hace necesario abordarlo como una actividad extraescolar puesto, que hoy por hoy esta ha adquirido gran transcendencia, como el complemento a la clases de educación física proporcionada en el horario habitual de clase en las escuelas y que se hace insuficiente para las demandas del presente y el aprovechamiento tanto de las posibilidades motoras del niño y el tiempo libre del que se goza luego de las clases y que se ha convertido en una problemática tanto para los padres como para los educadores.

Buscando darle una solución a la problemática que nos ocupa, se establece el siguiente objetivo general: Determinar la incidencia de la práctica de la natación como actividad extraescolar en el desarrollo de la motricidad gruesa de los estudiantes del grado segundo de la escuela san judas Tadeo del municipio de San Pedro (v), y se plantean unos objetivos específicos que son: Identificar el desarrollo de la motricidad gruesa de los niños de segundo grado de la Escuela San Judas Tadeo del Municipio de San Pedro; Diseñar y aplicar un plan de actividades en las que se propenda por el desarrollo de las habilidades Motrices Acuáticas, mediante las actividades lúdicas; Determinar la incidencia del Plan de actividades extraescolares relacionado con la natación en el desarrollo de la motricidad gruesa de los niños objeto del tema de investigación.

1. MARCO REFERENCIAL

1.1 MARCO TEORICO

El desarrollo es un proceso considerado difícil y complejo que busca formar y preparar al niño para afrontar la vida y convertirlo en un ⁶miembro activo e integrado de la compleja sociedad que nuestra especie ha construido a lo largo de su historia cultural. A partir de esta etapa el niño vive diferentes experiencias fruto de su inclusión en otros escenarios que sumados a la familia constituirán el núcleo de la sociedad que lo rodea y que es la escuela y la comunidad que en ella se desenvuelve, buscando así satisfacer las necesidades de desarrollo que el entorno le exige.

EL DESARROLLO DE LA MOTRICIDAD GRUESA EN LOS NIÑOS

El desarrollo motor o motriz el cual debe ser entendido como algo que se va produciendo en el niño a través de su deseo de actuar sobre el entorno y de ser cada vez más competente⁷, su fin radica en conseguir el dominio y control del propio cuerpo, hasta obtener del mismo todas sus posibilidades de acción. Por su parte, ⁸Piaget, sostiene que mediante la actividad corporal el niño piensa, aprende, crea y afronta sus problemas, lo que lleva a Arnaiz, a decir que esta etapa es un período de globalidad irrepitable y que debe ser aprovechada por planteamientos educativos de tipo psicomotor

El niño al querer interactuar con el medio lo hace a través del movimiento, que determina su comportamiento motor y que se refleja a través de la motricidad, Concepto de vital importancia en la ⁹construcción de la personalidad y de los patrones de conducta del niño, constituida a su vez por una serie de ámbitos o dominios que se interrelacionan y que no pueden contemplarse sin la interacción con los otros:

- El dominio afectivo, relativo a los afectos, sentimientos y emociones.
- El dominio social, que considera el efecto de la sociedad, su relación con el ambiente, con sus compañeros y el adulto, instituciones y grupos en el

⁶HIDALGO, García, Ma Victoria. SANCHEZ, José. Et. Procesos y necesidades de desarrollo durante la infancia. Universidad de Sevilla. Fecha de recepción: 18-05-2008 Fecha de aceptación: 26-06-2008

⁷MARTÍNEZ, Justo, E. (2000): Desarrollo psicomotor en educación infantil. Bases para la intervención en psicomotricidad. Almería: Servicio de Publicaciones de la Universidad de Almería. Citado por: Gil Madrona Pedro. Onofre Ricardo. Contreras Jordán. Gómez Barreto Isabel. Habilidades Motrices en la Infancia y su Desarrollo desde una Educación Física Animada. Revista Iberoamericana de Educación. N.º 47 (2008), pp. 71-96.

⁸ Ibid., p. 77

⁹GIL MADRONA, Pedro. ONOFRE, Ricardo. Et al. Habilidades Motrices En La Infancia Y Su Desarrollo Desde Una Educación Física Animada. Revista Iberoamericana De Educación. No. 47, Año 2008, Pp. 77.

desarrollo de la personalidad, proceso por el cual cada niño se va convirtiendo en adulto de su sociedad.

- El dominio cognoscitivo, relacionado con el conocimiento, los procesos del pensamiento y el lenguaje.
- El dominio psicomotor, que alude a los movimientos corporales, su concienciación y control.

Para Rodríguez¹⁰, el término motricidad es considerado como el control que el niño o niña es capaz de ejercer sobre su propio cuerpo, entre tanto para Vargas, la motricidad es la capacidad del hombre de generar movimiento por sí mismos. Ambos autores concuerdan con Lingam, S. y Harvey, D¹¹. En clasificar la motricidad en fina y gruesa. Según Rodríguez, la Motricidad Fina es el Desarrollo, conciencia y control de la actividad muscular requerida para la coordinación de movimientos más finos y diferenciados, especialmente los requeridos en tareas donde se utilizan combinadamente el ojo, mano, dedos. Por su parte Vargas expone que se refiere a la destreza manual que se adquiere solo con la práctica aunque en casos específicos no solo se refiere al trabajo con las manos sino también con otras partes del cuerpo. Entre tanto, LINGAM Y Harvey exponen que es la que se relaciona con los movimientos finos coordinados entre ojos y manos.

A su vez la Motricidad Gruesa para Rodríguez, es el desarrollo, conciencia y control de la actividad muscular grande, especialmente la referida a la coordinación de movimientos amplios, como: rodar, saltar, caminar, correr, bailar, etc. La motricidad gruesa¹² se relaciona con el desarrollo cronológico del niño, referido principalmente en el crecimiento del cuerpo y las habilidades psicomotrices respecto al juego al aire libre y a las aptitudes motrices de manos, brazos, piernas y pies. Para Vargas esta se define como la destreza de los movimientos de todo el cuerpo como referencia para realizar trabajos de coordinación general.

A su vez para Lingam y Harvey, afirman que es aquella que tiene que ver con los cambios de posición del cuerpo y la capacidad de mantener el equilibrio. Para Vitor da Fonseca es considerada como ¹³La expresión de la información del córtex motor, como resultado de la recepción de muchas informaciones sensoriales, táctiles, kinestésicas, vestibulares y visuales. Es decir, como resultado integrado de los

¹⁰RODRIGUEZ, A. (2003). "Capítulo II: Psicomotricidad y motricidad fina y gruesa". En: <http://www.efdeportes.com>. Revista en línea efdeportes, Año 8, No. 46. Citador por: RODRIGUEZ PEÑA, Sergio José (2007). "Habilidades Motrices Básicas en los niños y niñas de cinco de edad del jardín de infancia Eloy Paredes". Memoria de Grado para optar al título de Licenciado en Educación Mención Educación Física. Mérida. Facultad de Humanidades y educación. Universidad de los Andes. República Bolivariana de Venezuela. Febrero de 2007. p.1 -107

¹¹ GARCIA BUITRAGO, Jefferson. El Medio Acuático Como Actividad Importante En El Desarrollo Motor En Los Niños. Area de Educación Física Y Deporte. Universidad Del Valle Instituto de Educación y Pedagogía. Santiago De Cali. 2012.p. 1-52

¹² Motricidad para el crecimiento del niño. Consultado el 27 de Octubre de 2013. Disponible en: <http://jugandomeejercito.blogspot.com/2010/04/tesis-parte-2.html>.

¹³VIDARTE CLAROS. Armando. Tesis: perfil psicomotor de los niños entre 5 y 12 años diagnosticados clínicamente con el Trastorno por déficit de la atención e hiperactividad en la ciudad de Manizales. Manual de Observación Psicomotriz, Da Fonseca, Vitor. Factores psicomotores y su relación con las tres unidades funcionales: Fundamentos psiconeurológicos de la batería psicomotora (BPM). Primera edición. Barcelona (España): editorial Inde, 1998. Pág. 107.

factores psicomotores. Encierra en sí la unidad de un pensamiento abstracto y supone cuatro condiciones: un proyecto, varios engramas, uniones proyecto-engramas e instrumentos neuromusculares de expresión, comandados en función del proyecto.

Entre tanto Luria¹⁴, expone que la praxia global se compone por la zona motora de la corteza (área 4 de Brodman) y por las zonas pre- motoras (áreas 6 y 8). Su principal misión es la realización y la automatización de los movimientos globales complejos, que se desarrollan en un cierto período de tiempo y que exigen la actividad conjunta de diversos grupos musculares.

Por otro lado Ajuriaguerra¹⁵, sugiere que la organización práxica, supone la coordinación de tres sistemas fundamentales: el somatograma, los engramas, y el ópticograma; este último entendido como función voluntaria y en el mismo orden los dos primeros como automáticos surgidos sin la transferencia de la conciencia, los cuales ayudaran a la recodificación del objetivo programado, pero todo esto solo se da cuando se da una programación anticipada; en esta programación el cerebelo va a tener que controlar armoniosa y automáticamente los movimientos (balísticos y fásicos) por medio de sistema de retroalimentación, que realizan la modulación y la sucesión de los movimientos a fin de permitir que ellos consigan su objetivo con previsión; simultánea y sincronizadamente.

Evaluación de la Praxia Global a través de la Batería Psicomotora de Vítor da Fonseca

La Batería psicomotora (BPM) propuesta por Vítor Da Fonseca¹⁶ es definida como:

Conjunto de situaciones o actividades que procuran analizar dinámicamente el perfil psicomotriz del niño (perfil intra-individual), procurando cubrir su integración psiconeurologica, en concordancia privilegiada con la organización funcional del cerebro propuesta por el psiconeurólogo Luria, para tratar de cuantificar la relación de tal perfil, con su potencial dinámico y su probabilidad de aprendizaje”.

El objetivo de la praxia global en la BPM, es no sólo evaluar el rendimiento motor, sino también la calidad de la integración sensorial y psicomotora que evidencia la integridad del cerebro; el cerebro dice a los músculos lo que tiene que hacer, pero

¹⁴ LURIA. Citado por Fonseca. “Manual de observación psicomotriz”. Inde publicaciones. Barcelona, España. 2008. p 233. Citado por: CARMONA GUTIERREZ, YuliJasmin. AREVALO ARIAS, Jenny Tatiana. “Conductas motrices de los niños de las principales escuelas del corregimiento de la florida, Pereira 2010”. Universidad Tecnológica de Pereira. Facultad de ciencias de la salud. Programa ciencias del deporte y la Recreación. Pereira, 2011.

¹⁵ AJURIAGUERRA. Citado por Fonseca. Manual de observación psicomotriz. Inde publicaciones. Barcelona, España. 2008. p 234. Citado por: CARMONA GUTIERREZ, Yuli Jazmín. AREVALO ARIAS, Jenny Tatiana. “Conductas motrices de los niños de las principales escuelas del corregimiento de la florida, Pereira 2010”. Universidad Tecnológica de Pereira. Facultad de ciencias de la salud. Programa ciencias del deporte y la Recreación. Pereira, 2011.

¹⁶ DA FONSECA, Vítor. Manual de observación psicomotriz. 5ta Edición. Barcelona: INDE, 2005. Citado por: BOLIVAR GUTIERREZ, Piedad Lorena. ARIAS PADILLA, Ianellen. “Perfil Psicomotriz de los niños en edades de 8 – 12 años de las Escuelas de Formación deportiva del Instituto Municipal del Deporte y la Recreación de Armenia (IMDERA). Universidad Autónoma de Manizales. Facultad de Salud. Maestría en intervención Integral en el Deportista. Manizales, Mayo de 2012.

las sensaciones venidas de los músculos y del cuerpo (propioceptividad) son las que permiten al cerebro hacer los que transmitió, pues de esta forma se pueden obtener señales que tienen importancia en su desarrollo y en su aprendizaje

La BPM está compuesta por “elementos psicomotores divididos en 7 factores psicomotrices: tonicidad, equilibrio, lateralidad, noción del cuerpo, estructuración espacio temporal, praxia global y praxia fina”, éstos factores según Luria están comprendidos por unidades básicas, “la primera unidad funcional incluye la tonicidad y el equilibrio; la segunda unidad funcional comprende los factores psicomotores: lateralidad, noción del cuerpo y estructuración espacio-temporal; y La tercera unidad funcional integra los factores de praxia global y praxia fina”.

Se encuentra dividida a su vez en cuatro sub factores los cuales son:

- Coordinación óculo - manual entendida como “la capacidad de coordinar movimientos manuales con referencias perceptivo-visuales”. El niño debe ser enfrentado a tareas sobre recepción, lanzamientos y manipulación de elementos pequeños, en donde se combine la rapidez y la precisión en las ejecuciones; no se trata sencillamente de que el niño lance o reciba un objeto con una o ambas manos, sino que los lanzamientos y las recepciones deben hacerse desde diferentes situaciones (después de una carrera, durante la carrera, después de un giro lanzamientos a un punto preciso)¹⁷. Para su observación, se le pide al niño que lance una bola de tenis dentro de una papelería situada sobre una silla a una distancia de 1,50m para los de edad infantil y de 2,50m para los niños de edad escolar. Durante los lanzamientos se observaran diversos factores: la postura, la orientación de la base, la calidad de la presión de la bola, el tipo de lanzamiento, las disimetrías, la velocidad, la fuerza, el autocontrol, las expresiones mímico-faciales, el nivel de control emocional, etc.
- Coordinación óculo-pedal: Comprende la capacidad de coordinar movimientos pedales con referencias perceptivo-visuales. La prueba consiste en que el niño en posición de pie, chute una bola de tenis para que pase entre las dos patas de una mesa, a una distancia igual que la prueba anterior.
- Dismetría: La disimetría que caracteriza la realización dispraxica traduce la inadaptación viso espacial y viso kinestésica de los movimientos orientados de cara a una distancia o a un objetivo. Este subfactor no constituye una actividad en sí, ya que es consecuencia de la observación de las dos tareas anteriores. La apreciación de este subfactor debe tener en cuenta la combinación de las dos coordinaciones apendiculares, tanto de los miembros inferiores como de los superiores.

¹⁷ Coordinación Óculo- manual, consultada el 30 de Octubre de 2013. Disponible en: <http://jhonda85-jhonatan.blogspot.com/2010/03/coordinacion-oculo-manual.html>

- **Disociación:** Comprende la capacidad de individualizar varios segmentos corporales que forman parte en la planificación y ejecución motora de un gesto o de varios gestos intencionales secuencializados. Se observa en los miembros superiores, inferiores y la coordinación entre ambos. En la subtarea de los miembros superiores se le pide al niño en posición de pie, que realice varios golpes sobre la mesa con las manos, de acuerdo con la siguiente estructura secuencial:

Dos golpes con la mano derecha, seguido de dos golpes con la mano izquierda.
 Dos golpes con la mano derecha seguido de un golpe de la mano izquierda.
 Un golpe de la mano derecha seguido de dos golpes con la mano izquierda.
 Dos golpes con la mano derecha seguido de tres golpes con la mano izquierda.

En la subactividad de los miembros inferiores se le pide al niño que realice varios golpes con los pies en el suelo, siguiendo exactamente las mismas estructuras de golpes indicados para las manos.

En la actividad de coordinación, que implica las cuatro extremidades, se le pide al niño que realice:

Un golpe de la mano derecha, seguido de dos golpes de la mano izquierda, seguido de un golpe del pie derecho y de dos golpes con el pie izquierdo.
 Dos golpes de la mano derecha, seguido de un golpe de la mano izquierda, seguido de dos golpes del pie derecho, y de un golpe con el izquierdo.
 Dos golpes de la mano derecha, seguido de tres golpes de la mano izquierda, seguido de un golpe del pie derecho y de dos golpes con el pie izquierdo.
 La prueba de agilidad consiste en saltar abriendo y cerrando las piernas, al mismo tiempo que debe batir palmas exactamente en el momento en que abre las piernas, sin interrumpir la secuencia de saltar.

En la batería se utiliza una escala de puntuación que procura analizar cualitativamente las señales psicomotoras comparándolas con las funciones de los sistemas básicos del cerebro, esta calificación se da del 1 al 4, dando la calificación de 1 a un perfil apraxico (ausencia de respuesta, realización imperfecta), 2 un perfil dispraxico (débil, realización con dificultad), 3 un perfil eupraxico (realización completa, adecuada y controlada), y 4 para el perfil hiperpraxico (realización perfecta).

EL DESARROLLO EN LA EDAD ESCOLAR TEMPRANA

Weineck J. plantea que la edad infantil es considerada por diversos autores como la mejor edad para el aprendizaje, el niño depende de su corporalidad y precisa del movimiento para lograr un óptimo desarrollo motriz.

De todas las etapas evolutivas, ¹⁸la infancia constituye el periodo en el que tienen lugar más procesos de desarrollo y cambios de mayor intensidad. Aunque el

¹⁸ HIDALGO GARCIA. Op. cit., p. 86

desarrollo se prolonga a lo largo de toda la vida, sin duda, lo que ocurre durante los primeros años tiene una importancia trascendental tanto para la vida futura de una persona como para el grupo social al que pertenece. Por ello, el interés por la infancia, por comprender cómo se fragua el desarrollo durante estos años y, sobre todo, por defender y salvaguardar los derechos de los más pequeños a un crecimiento sano y adecuado constituyen, en la actualidad, pilares y valores fundamentales de nuestra sociedad.

En la etapa escolar, como expone Granda:

Es de gran importancia observar la gran riqueza de las conductas motrices, así como el aumento en el control motor. Y como un enfoque para mejorar y refinar las habilidades motrices básicas y cultivar el inicio de un deporte. En esta etapa el crecimiento del niño se hace más lento, se puede explicar, en parte, mejoran tanto sus habilidades para controlar el cuerpo durante estos años. Los niños que se encuentran en la etapa escolar pueden realizar cualquier actividad motriz, mientras no exija ni gran potencia ni cálculo de la velocidad y la distancia. Lógicamente, las habilidades concretas que domine el niño dependerán de las oportunidades y estímulos con los que se encuentre¹⁹.

Tabla 1. Modelo de los niveles de Desarrollo en la Infancia y la Juventud²⁰

Nivel de desarrollo	Chicas	Chicos
Edad Preescolar	3 – 7 años	3 – 7 años
Edad Escolar Temprana	7 – 10 años	7-10 años
Edad Escolar prepuberal (escolar avanzada o tardía)	10/11 años – 11/12 años	10/11 – 12/13 años
Primera Fase pubertad (Pubescencia)	11/12 – 13/14 años, periodo desde comienzo maduración sexual hasta menarquía	12/13 – 14/15 años periodo desde comienzo maduración sexual hasta eyaculación
Segunda Fase Pubertad (Adolescencia)	13/14 – 17/18 años periodo desde menarquía hasta madurez	14/15 – 18/19 años periodo desde eyaculación hasta madurez

¹⁹CARMONA GUTIERREZ, Yuli Jazmín. AREVALO ARIAS, Jenny Tatiana. "Conductas motrices de los niños de las principales escuelas del corregimiento de la Florida, Pereira 2010". Proyecto de grado para optar al Título de Profesional en Ciencias del Deporte y la Recreación. Facultad de ciencias de la salud. Programa ciencias del deporte y la Recreación Universidad Tecnológica de Pereira. Pereira, Julio de 2011, p. 1-97.

²⁰DAVILA. Op. Cit., p. 13.

Para el caso que nos ocupa, tomaremos la Edad Escolar Temprana²¹ como referencia, periodo del ingreso en la escuela (sexto o séptimo año de vida) hasta el décimo año de vida aproximadamente. Esta edad se caracteriza por un comportamiento motor al principio casi exagerado, que va cambiando hasta alcanzar unos hábitos normales al final de esta fase; dicho gusto por el movimiento, motiva al niño a pertenecer a algún club deportivo o practicar alguna modalidad deportiva.²²No se debe olvidar que esta edad, favorable para el aprendizaje motor, es apropiada sobre todo para el aprendizaje de habilidades motoras sencillas.

LAS HABILIDADES MOTRICES BÁSICAS EN LOS NIÑOS

Las Habilidades y Destrezas Motrices Básicas, son movimientos lo suficientemente complejos como para su correcta ejecución requiera una indispensable cantidad de práctica²³. Resultan básicas "porque son comunes a todos los individuos, porque, filogenéticamente hablando, han permitido la supervivencia del ser humano -y actualmente conservan su carácter de funcionalidad- y porque son fundamento de posteriores aprendizajes motrices (deportivos o no deportivos)"²⁴. Estas habilidades motoras básicas²⁵ han sido agrupadas a lo largo del tiempo con diferentes criterios según los autores. Ruiz Pérez, sintetiza los trabajos de Harrow y Seefeldt en:

- Habilidades motrices básicas cuya característica primordial es la locomoción.
- Habilidades motrices cuya característica principal es el manejo y dominio del cuerpo en el espacio, sin una locomoción comprobable.
- Habilidades motrices que se singularizan por la proyección, manipulación y recepción de móviles y objetos.

Las Habilidades motrices básicas se caracterizan²⁶ por: Ser comunes a todos los individuos, son decisivas para el desarrollo motriz, son el fundamento de todos los aprendizajes motores posteriores. Por lo anterior es necesario decir que el ser humano es terrestre su vida normalmente ocurre en el espacio terrestre y su motricidad se va conformando en base a las experiencias terrestres, permitiendo la aparición de las sucesivas adquisiciones características de los primeros años (gateo, marcha, carrera, etc.), olvidando el medio acuático por diversos motivos, por lo que se concibe la necesidad de utilizar el medio acuático, como un elemento más en la formación integral del individuo desde el punto de vista motriz²⁷.

²¹Ibíd., p.14

²² Ibíd., p. 23

²³ MORENO MURCIA, Juan Antonio. Et al. Aprendizaje de las Habilidades Acuáticas en el ámbito Educativo. Facultad de Educación. Universidad de Murcia.

²⁴ RUIZ PEREZ, L.M (1987). "Desarrollo Motor y actividades Físicas" (Madrid, Gymnos). p. 157. Citado por: CASTEJON OLIVA, Francisco Javier (1994). En: Memoria De Investigación "Diseño De Escalas Para La Evaluación De Las Habilidades Motrices Básicas En La Educación Primaria". Convocatoria De Ayudas A La Investigación Educativa.

²⁵ Ibíd., p.7

²⁶PRIETO BASCON, Miguel Ángel. (2010) "Habilidades Motrices Básicas". En: Revista Digital Innovación y Experiencias Educativas. No. 37, Diciembre de 2010, p. 1-10

²⁷GARCIA MARQUEZ. Op.cit., p. 3

HABILIDADES MOTRICES ACUÁTICAS

Una necesidad de relación con los otros para la vida en sociedad, la cooperación, el cuidado del compañero en las situaciones de riesgo controlado que ofrece el medio acuático como medio educativo, hace de la actividad acuática una práctica con altísimo valor pedagógico y generadora de aprendizajes significativos en las situaciones educativas de la Educación Física. Desde el punto de vista del desarrollo motriz el medio acuático satisface las necesidades de movimiento sin posibilidades de traumatismos para las posiciones invertidas y las volteretas. La ingravidez que se vivencia permite la creación de nuevas formas, exploraciones y conocimientos en forma individual y en relación con los otros.

Las ventajas²⁸ que brinda el medio acuático se cuentan en multiplicidad de beneficios que contribuyen al desarrollo integral que se busca en el niño, las cuales enumeraremos a continuación:

- Contribuir al desarrollo las capacidades físicas básicas (fuerza, velocidad, resistencia y flexibilidad) de acuerdo a la edad de los alumnos.
- Ídem en relación a las cualidades motrices: coordinación, equilibrio, agilidad y habilidades básicas.
- Favorecer el correcto y armónico desarrollo motor de los alumnos.
- Conseguir mejoras en diversos parámetros y elementos de organismo: construcción muscular, configuración y movilidad osteoarticular, engrosamiento de tendones, aumento de reservas energéticas, mejora de la respuesta cardiovascular al ejercicio (mejora la circulación sanguínea y de las funciones pulmonares)...
- Desarrollo de las funciones intelectuales: análisis, comprensión, decisión, memoria.
- Mejora de los aspectos volitivos: esfuerzo, voluntad, constancia.
- Desarrollo de las capacidades psico-motrices: lateralidad, ritmo, percepción espacial y temporal, desarrollo del propio esquema corporal, relajación, etc.

Estas ventajas no solo se enumeran en el medio acuático sino que hay que resaltar que generan beneficios²⁹ igual de importantes en el medio terrestre los cuales son

- Provoca vasodilatación con temperaturas en torno a los 28º, permitiendo un incremento del tono muscular y del consumo de oxígeno.
- A una temperatura superior a los 30º tiene un efecto calmante sobre el dolor y el espasmo muscular.

²⁸ MUÑOZ MARIN, Antonio. "Actividades acuáticas como contenido del área de educación física. Licenciado en Educación Física. Entrenador Superior de Natación. Director Técnico del club natación Lorca – Lorca. En: <http://www.efdeportes.com>. Revista Digital, Buenos Aires. Año 10. No 73. Junio de 2004. p. 1-26

²⁹Ibíd., p. 6

- Mejora la circulación sanguínea gracias, por un lado a la acción térmica del agua sobre el cuerpo que produce una activación del sistema circulatorio y, por otro a la presión del agua ejercida sobre el organismo que facilita el retorno venoso.
- Mejora de las funciones pulmonares. Además el aprendizaje y trabajo de la apnea ayuda a controlar los movimientos respiratorios y facilita el dominio pulmonar.
- Se pueden conseguir efectos relajantes o estimulantes en función de la temperatura.
- La actividad acuática mejora o mantiene los niveles de movilidad articular gracias a la presión del agua y su ingravidez.
- La resistencia ofrecida por el agua hace que cualquier movimiento necesite de grandes grupos musculares, proporcionando una tonificación general adecuada y evitando sobrecargas de trabajo en zonas concretas.
- En cambio es posible reeducar grupos musculares de forma localizada.
- En el medio acuático se favorecen los movimientos de deambulación y de otras actividades funcionales por su condición hipogravitatoria y la disminución de peso consecuente.
- En el agua mejora la circulación periférica y el estado trófico de la piel.
- Produce una sensación de bienestar.

Según Franco P. y Navarro F³⁰

Trabajar desde un punto de vista motriz en el medio acuático encontramos, al igual que en el medio terrestre, una inmensa cantidad de habilidades que son necesarias aprender antes de pasar al trabajo de las destrezas acuáticas. Con la intención de clarificar, en la medida de lo posible, las habilidades acuáticas más importantes en el campo acuático mencionaremos un tratamiento teórico y práctico de las mismas. Como principales habilidades acuáticas están: la respiración, flotación, propulsión, saltos e inmersión.

Siguiendo con Franco y Navarro a través de su obra "Habilidades acuáticas para todas las edades" engloban el proceso educativo en tres etapas (aprendizaje, iniciación y orientación o especialización). Para su puesta en práctica utilizan el juego, descomponiendo las acciones técnicas de los estilos de natación a través del método analítico/progresivo.

La aparición del método de la francesa Agnes Mantileri en 1984 y la argentina Cirigliano en 1989. Con la publicación de "Los niños y el agua"³¹ :

Propone una metodología basada en el juego donde pretende que el niño sea feliz, autónomo y que está a gusto en el agua. Propone un aprendizaje donde la experiencia del mundo acuático se realice sin tropiezo, motivado por la inquietud de expansión del alumno. Para ello es necesario crear un ambiente de juego y de

³⁰ GARCIA BUITRAGO., Op. Cit., p. 25

³¹ *Ibíd.*, p.25

alegría, donde el educador actúe como animador y los acompañantes se sitúen como un refuerzo de vigilancia, en el bordillo con ayuda individual, momentánea y totalmente ocasional.

Según Moreno J. A. Y Gutiérrez M³². Es imprescindible el aprendizaje de unas habilidades motrices previas a las habilidades deportivas para conseguir un posterior dominio del medio acuático. Lo anterior no coincide con las afirmaciones de algunos técnicos, puesto que aclaran que las Habilidades Motrices Acuáticas sobrevienen luego de habilidades deportivas acuáticas (waterpolo, natación)

Moreno J. A. y Rodríguez P. L³³. Mencionan que un planteamiento para la enseñanza de la natación parte de una familiarización con el medio acuático a través de juegos tanto de aproximación (terrestres) como en el vaso de agua (poco profundo), para pasar posteriormente al trabajo de las habilidades motrices acuáticas.

Cirigliano³⁴, por su parte indica que las prácticas acuáticas proporcionan al niño/a un mejor desarrollo en la motricidad gruesa, motricidad fina, cognitiva, comunicación y socialización. Permiten al niño/a vivir sus propias experiencias, sin imposiciones ajenas a su voluntad.

Por su parte, De Castillo; expone que la práctica en el medio acuático dota de nuevas posibilidades motrices al niño permitiéndole tener nuevas experiencias que le ayudaran a crecer, por ello la experiencia acuática debe ser paralela al crecimiento y estar presente de forma continuada, pero reconociendo que no por mucha cantidad o precocidad se van a adelantar ni la maduración ni el crecimiento. Ahora bien, si no existe sí que se va a perder la oportunidad de desarrollar unas habilidades motrices acuáticas al igual que se desarrollan las terrestres³⁵.

En esta edad escolar temprana los objetivos acuáticos generales son³⁶

- Conocer y valorar el propio cuerpo y sus posibilidades motrices en el medio acuático realizando de forma autónoma actividades físico-deportivas que exijan un nivel de esfuerzo, habilidad o destreza acorde con ellas, poniendo el énfasis en el esfuerzo.
- Tomar conciencia de la propia situación motriz en el espacio y en el tiempo en relación con los otros y con los objetos, así como conseguir un dominio corporal y postural en el medio acuático.

³² *Ibíd.*, p. 27

³³ *Ibíd.*, p. 27

³⁴ GARCIA MARQUEZ. *Op. Cit.*, p. 2

³⁵ I CONGRESO INTERNACIONAL DE ACTIVIDADES ACUATICAS. (Septiembre, 2003: Murcia, España) MORENO, Juan Antonio. Et al. El descubrimiento del medio acuático de 0 a 6 años.

³⁶ MUÑOZ MARIN. *Op. Cit.*, p. 7

- Valorar el juego acuático como un medio para realizar actividad física, como medio de disfrute, de relación y como recurso para aprovechar el tiempo libre.
- Utilizar, en la resolución de problemas motrices en el medio acuático, las capacidades físicas básicas y las destrezas motrices, teniendo en cuenta las posibilidades y limitaciones en dicho medio. Desarrollar la iniciativa individual y el hábito de trabajo en equipo, aceptando las normas y reglas que previamente se establezcan.
- Conocer y valorar los efectos beneficiosos y perjudiciales que la realización de actividades acuáticas tiene sobre la salud, así como la adquisición de hábitos, alimentación y ejercicio físico.
- Colaborar en juegos y actividades acuáticas deportivas, desarrollando actitudes de tolerancia y respeto a las posibilidades y limitaciones de los demás, actitudes que favorecen la convivencia y que contribuyen a la resolución de conflictos de forma pacífica.
- Realizar actividades en el medio natural de forma creativa y responsable, conociendo el valor del medio natural y la importancia de contribuir a su protección y mejora.
- Utilizar en el medio acuático de forma creativa y autónoma los recursos expresivos del cuerpo y del movimiento, valorando y realizando distintos tipos de actividades expresivas.
- Fomentar la comprensión lectora como medio de búsqueda e intercambio de información y comprensión de normas de juego.
- Utilizar las tecnologías de la información y la comunicación como recurso de apoyo al área.

Habilidades motrices y deportivas:

- Perfeccionar las habilidades acuáticas básicas: respiración, flotabilidad y propulsión.
- Desarrollar las habilidades acuáticas específicas: desplazamientos, saltos, giros, lanzamientos y recepciones como medio para el desarrollo de las habilidades psicomotrices: lateralidad, percepción espacial y temporal, coordinación dinámica general, ritmo, etc.
- Aprender y mejorar las principales habilidades y técnicas específicas en relación a los deportes acuáticos: técnicas de los estilos del deporte de la natación: crol, espalda y braza y sus correspondientes salidas y virajes, reglas y técnicas básicas del Waterpolo, sincro, salvamento...
- Participar en actividades deportivas acuáticas, con independencia del nivel de destreza alcanzado e insistiendo más en el proceso, desarrollando actitudes de cooperación y respeto y valorando los aspectos de relación que tienen.

Físico:

- Contribuir al desarrollo las capacidades físicas básicas (fuerza, velocidad, resistencia y flexibilidad) de acuerdo a la edad de los alumnos, aprovechando para ello las características especiales que presenta el medio acuático y los que recursos materiales utilizables.

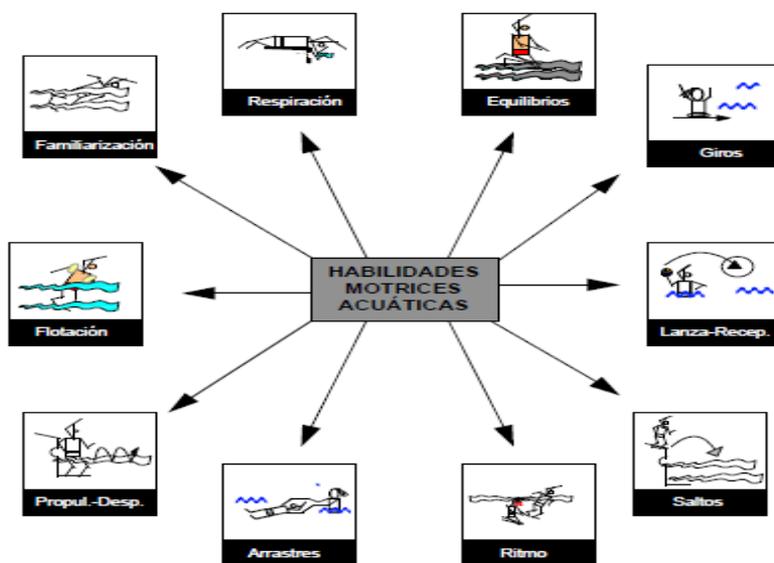
- Ídem en relación a las cualidades motrices: coordinación, equilibrio, agilidad y habilidades básicas.
- Favorecer el correcto y armónico desarrollo motor de los alumnos.
- Conseguir mejoras en diversos parámetros y elementos de organismo: construcción muscular, configuración osteoarticular, engrosamiento de tendones, aumento de reservas energéticas, mejora de la respuesta cardiovascular al ejercicio.....

Recreativo:

- Favorecer la utilización constructiva del tiempo libre, aprovechando las instalaciones existentes en el entorno.
- Aumentar la capacidad creativa e imaginativa del alumno en el diseño de actividades de ocio y tiempo libre en relación al medio acuático.

Para el caso que nos ocupa, se aborda las habilidades acuáticas descritas por Moreno Murcia, Juan Antonio³⁷, quien clasifica y define las habilidades de más importancia a trabajar en el medio acuático

Figura 1. Habilidades Motrices Acuáticas



✓ **Familiarización**

Los objetivos que se persiguen en la fase de familiarización son los de desarrollar la seguridad del niño y el dominio de sí mismo, asegurar la correcta aproximación del niño al nuevo medio y favorecer la comunicación del niño con el entorno (piscina,

³⁷ MORENO MURCIA, Op. Cit., p. 11

adulto y de los niños entre sí). Porque la evolución de las conductas motrices en el medio acuático, pasa de lo reflejo y desorganizado, a mostrar una motricidad adaptable, controlada y suficientemente organizada.

El repertorio de conductas que se pueden detectar va desde los movimientos del reflejo natatorio, donde las acciones espontáneas de las piernas son relevantes, a las inmersiones equilibratorias diversas y flotaciones ventrales o dorsales. De los movimientos de las extremidades, desorganizados al principio pero con carácter equilibrador y propulsor, a los cambios voluntarios de posición, chapoteos y conductas lúdicas, donde la presencia de objetos es importante.

Las conductas motrices del principiante en esta fase tienen como denominador común la presencia constante del adulto, ya sea padre, madre o educador o técnico que favorece el proceso de adquisición y hace que el niño pase del movimiento ayudado al automovimiento.

La relación adulto/niño es de vital importancia, la pedagogía del éxito es prioritaria, la capacidad para no transmitir los temores de los adultos a los niños también debe ser considerada. Luego, parece lógico pensar y sugerir que los juegos acuáticos sean lo más tempranos posibles para que la adaptabilidad al medio se desarrolle de forma adecuada y progresiva sin traumas ni inconvenientes.

✓ **Equilibrio**

Por ser el agua un medio ingrávido, el cuerpo del ser humano flota, en su gran mayoría. Las sensaciones de apoyo (propioceptivas), en relación al medio terrestre se suprimen, y se cambian por nuevas sensaciones visuales.

La posición de equilibrio en el medio acuático está relacionada con la flotación y la situación de equilibrio está determinada por la posición relativa del centro de gravedad y del centro de flotación. Por centro de gravedad se entiende el punto donde se origina la fuerza peso resultante de todas las fuerzas peso del cuerpo humano y por centro de flotación se entiende el centro del volumen del cuerpo sumergido, siendo el punto donde se suman todas las fuerzas de flotación (Arellano, 1992). El cambio de posición de los segmentos corporales provoca un cambio de la posición del centro de gravedad.

✓ **Flotación**

Para determinar el concepto de esta habilidad es necesario decir que cuando un cuerpo se encuentra en el agua en posición estática está sometido a dos fuerzas: *el peso y el empuje*. El peso es la fuerza gravitatoria que tira hacia abajo del cuerpo y el empuje es la fuerza que actúa hacia arriba, contrarrestando el peso. La magnitud de la fuerza de empuje es igual al peso del agua que ha sido desalojada por el cuerpo parcial o totalmente (Principio de Arquímedes). Tras este

apostillamiento conceptual, se puede decir que cuando la fuerza de empuje es mayor que la del peso el cuerpo flota.

El ser humano flota, más o menos, en el agua según el peso de algunos componentes de su cuerpo (huesos, músculos, etc.), por ello aquellos que tengan un peso específico mayor que el agua se hundirán. Es necesario matizar que se flota más en el mar que en un río o una piscina porque el agua salada es ligeramente más densa que el agua dulce.

Otro elemento a considerar en la flotación es la cantidad de aire que el ser humano puede tener en los pulmones, a mayor capacidad pulmonar mayor flotación. Según esto, y apoyándonos en Navarro (1978, 1990) y Whitting (1963, 1965) podemos decir que:

- ✓ Las mujeres tienden a flotar mejor que los hombres por su mayor proporción en tejido adiposo.
- ✓ La mayoría de los jóvenes tienden poco a flotar por la escasez relativa en tejido graso y por el mayor peso de las piernas ocasionado por su musculatura.
- ✓ El ser humano flota en el agua en inspiración máxima.
- ✓ La mayoría de los varones, mayores de 15 años, se hunden en espiración y en flotación horizontal, mientras que las mujeres tienen una tendencia menor a ello.
- ✓ La flotabilidad disminuye en los varones a partir de los 13 años.
- ✓ Las mujeres entre 10 y 13 años y entre 15 y 17 tienen una máxima capacidad de flotación horizontal.

La mejora de la flotación en el principiante implica una inmersión de la cabeza, siendo ello uno de los principales problemas en la familiarización con el medio acuático y un elemento de elevada importancia en un inicio. Es por ello necesario empezar por la flotación vertical pasar a la flotación dorsal y de forma sucesiva a la flotación ventral, terminando con la flotaciones donde se modifica la posición de las extremidades, dedicando el tiempo suficiente para que la flotación quede lo suficientemente concienciada en el alumnado. Una forma de facilitar el aprendizaje de esta habilidad es iniciar al alumno a la flotación a través de la ayuda de material auxiliar (fijo o móvil).

- **Respiración**

Es la habilidad por la cual el ser humano puede subsistir en el medio terrestre y en el medio acuático. La función respiratoria tiene un papel fisiológico relacionado con el cuerpo, es decir, es necesario tomar oxígeno del aire para poder movernos en cualquier medio. Pero si a esto le unimos el problema del agua durante el movimiento encontramos un verdadero dilema para desplazarnos. En el agua, la

respiración está invertida respecto al medio terrestre, por ello es necesario adquirir un nuevo automatismo (la espiración es activa y la inspiración pasiva).

El aprendizaje de la respiración requiere haber adquirido con anterioridad una fase en la que se desarrollara la inmersión, es por ello que el trabajo de inmersión y respiración estén muy relacionados. El alumno debe vivenciar cuál es la respiración más apropiada y debe saber diferenciar entre dos fases respiratorias: inspiración (toma de aire) y espiración (expulsión del aire). En la fase de inspiración es necesario matizar que se utilizará la boca preferiblemente para la toma de aire y en la fase de espiración la expulsión del aire se realizará indistintamente por boca o nariz.

En su aprendizaje es importante trabajar en el principiante los diferentes tipos de apneas, tanto inspiratorias como espiratorias, incidiendo sobre todo en el juego de ritmos respiratorios.

- **Propulsión-Desplazamiento**

La propulsión es la fuerza que impulsa al ser humano hacia delante, atrás, arriba o abajo provocada por la acción de los brazos y las piernas. Estas fuerzas son explicadas a través del Principio de acción y reacción, que dice lo siguiente *"a toda acción le corresponde una reacción igual y de sentido opuesto"* y por el Principio de Bernoulli que afirma que *"la forma de la mano y una inclinación adecuada producirán una mayor velocidad en el flujo de agua que pasa por el dorso de la mano que por la palma"*. Estas acciones propulsivas favorecerán al principiante su movimiento en el medio acuático de una forma rudimentaria al principio y que posteriormente serán perfeccionadas a través de diferentes técnicas.

El desplazamiento en el medio acuático se produce principalmente por los brazos, quedando las piernas como equilibradoras, siempre que no exista apoyo en el suelo. Se entiende por desplazamiento aquellos movimientos realizados con nuestro cuerpo para trasladarlo de un lugar a otro en el espacio acuático.

En la habilidad de desplazamiento incluimos otras tantas que posibilitan dicha acción: voltear-girar, arrastrar, gatear, andar, correr y deslizar. Desde el inicio y marcados por la ley céfalo caudal y próximo distal podemos desplazarnos en agua poco profunda a través del volteo, arrastrado y gateo. Los primeros giros se producen sobre el eje longitudinal pasando al eje anteroposterior y al eje transversal, siendo las volteretas un ejemplo sobre el grado de dificultad a que pueden llegar los volteos. Hay que tener presente que los giros pueden representar un objetivo específico importante a la hora de desarrollar las habilidades del dominio acuático.

Posteriormente, seguirá el arrastrado por el cual nos podemos trasladar de un lugar a otro reptando. Poco a poco se irá elevando el tronco y coordinando brazos y piernas aparecerá el gateo. A continuación, los primeros pasos en esta posición va

a dar lugar a la marcha y más tarde a la carrera. Tras el control de todos estos patrones motrices, aparecerá el deslizamiento que irá unido a un dominio mucho más amplio del medio acuático. La adquisición del deslizamiento se aprende en varias fases (Lewin, 1983): *en primer lugar hay que aprender a adoptar una buena posición dentro del agua* (flotación estática) *y en segundo lugar, es necesario abordar la flotación dinámica*. Bajo un proceso de aprendizaje el niño aprende la posición más apropiada del cuerpo para deslizarse en posición de total extensión.

- **Salto**

Los saltos unidos a las caídas son considerados como una de las formas más importantes de introducirse en el agua. Las variaciones de los saltos y las caídas vendrán dadas por el tipo de piscina, el material auxiliar y por las posiciones y movimientos del propio cuerpo. Saltar es una habilidad, en la que desde parados o en movimiento, tomamos impulso con una o ambas piernas para despegar el cuerpo del suelo ya sea en altura, en longitud o en ambos a la vez y posteriormente caer.

Si nos regimos a la clasificación que establece la Escuela Nacional de Entrenadores (1992) encontramos que las caídas al agua pueden ser realizadas de la siguiente forma: *sentados, arrodillados, de pie, en cuclillas, y los saltos se pueden clasificar atendiendo a la batida* (con una o con dos piernas), *la fase de vuelo* (elemental, con movimientos e aire, con distancia, con altura, con lanzamiento, imitación) *y la entrada* (de pie, de cabeza, otros).

- **Lanzamientos-Recepciones**

Los lanzamientos y recepciones son habilidades que desarrollan principalmente la coordinación ojo-mano y ojo-pie. El lanzamiento es la acción de lanzar, echar o arrojar un objeto, con o sin precisión, es decir, el lanzamiento puede tener como finalidad alcanzar con el móvil un punto concreto o no. La acción evoluciona desde un movimiento rígido de flexo-extensión del codo (6 meses) lentamente, hasta incorporarla rotación corporal y la colocación del pie opuesto al brazo que lanza (si está tocando suelo). Para realizar un lanzamiento en piscina profunda es necesario tener un dominio previo de sustentación autónoma o en su lugar, la ayuda de algún tipo de material auxiliar. Los lanzamientos se pueden realizar golpeando con el propio cuerpo (manos, pies, cabeza, etc.) o por medio de un instrumento (palo, tabla, raqueta, etc.).

Cuando lanzamos hacia otra persona que recibe el objeto lo denominamos pase o acción de pasar. La recepción es la acción de recibir un objeto. El tamaño, la trayectoria y la velocidad del móvil, así como el que el receptor esté parado o en desplazamiento, son aspectos que influyen sobre la dificultad de la recepción. Su evolución en el niño empieza con una recepción con brazos extendidos y rígidos delante del cuerpo, reaccionando con cierto miedo ante el móvil. Pero no será hasta

los 6 años aproximadamente cuando el niño sea capaz de dejar los brazos relajados junto al cuerpo y logre recibir con éxito un móvil absorbiendo y controlando su fuerza. Posteriormente, recibir o interceptar el movimiento del vuelo de un móvil son habilidades que se irán aprendiendo con la práctica.

- **Ritmo**

Desde los 11 días, los niños sumergidos en el agua hacen movimientos rítmicos acuáticos que recuerdan a los de los demás vertebrados. Estos movimientos son controlados a un nivel subcortical por los núcleos grises de la base (cuerpo estriado). Hacia los 2 meses, cuando los reflejos arcaicos, bajo la influencia inhibitoria del córtex que comienza a madurarse, los movimientos acuáticos son reemplazados por reacciones desordenadas.

Desde este período hasta que el niño sale de la etapa de 3-4 años se produce una adquisición de una motricidad global organizada temporalmente (Le Boulch, 1995). El carácter rítmico del movimiento espontáneo le confiere su armonía y su coordinación. El primer trabajo de ritmo consiste en dejar que el niño exprese su propio tempo en los juegos espontáneos y actividades de expresión libre. Por lo tanto, el objetivo del trabajo en el medio acuático es el de favorecer la expresión de la motricidad natural del niño cuya característica esencial es la rítmica.

- **Coordinación**

Cuando una tarea acuática se ejecuta de forma precisa, se manifiesta una buena organización entre diversos grupos musculares, y a su vez, una graduación adecuada de la magnitud de fuerza que se presenta en cada uno de dichos grupos.

Estas consideraciones nos llevan a hablar de la denominada “*coordinación motriz*”, que es sumamente importante dentro de las cualidades que debe poseer el individuo para la realización de tareas acuáticas o terrestres. Todos nuestros sistemas actúan sincronizadamente para conseguir un funcionamiento eficaz y fluido con el mínimo esfuerzo. Álvarez del Villar (1987) define la coordinación como “*la capacidad neuromuscular de ajustar con precisión lo querido y pensado, de acuerdo con la imagen fijada por la inteligencia motriz, a la necesidad del movimiento o gesto deportivo concreto*”.

En resumen, y según Moreno y Rodríguez (1995) podemos señalar que en toda buena coordinación ha de existir una adecuada interacción entre el sistema nervioso central y la musculatura esquelética. En este sentido, hemos de considerar que dadas las relaciones fundamentales con el sistema nervioso, la coordinación dependerá en gran medida del estado de fatiga del mismo y del medio donde se desarrolle (terrestre o acuático).

La coordinación en el medio acuático tiene la misma estructura que en el medio terrestre. Weineck (1988) establece dos tipos de coordinación:

- *Coordinación general*. Es aquella capacidad de coordinación que se observa en el niño en actuaciones y movimientos de tipo general y polivalente. Es el resultado del aprendizaje de movimientos que pueden ser empleados en diferentes situaciones de iniciación acuática.

- *Coordinación específica*. Es aquel tipo de coordinación que muestra el desarrollo de movimientos específicos y concretos, como por ejemplo la técnica de crol, el viraje en los estilos de natación, etc.

Todas las habilidades acuáticas que acaban de ser descritas pueden ser combinadas de múltiples formas para la consecución de los objetivos planteados al inicio de cualquier programa acuático educativo.

JUEGO

Es importante referirse al juego puesto que se consolida como el instrumento del desarrollo motriz, es la forma más natural de aprender, en definitiva, es la primera actividad creadora del niño: la imaginación que nace y se desarrolla en el juego y viene a desembocar en la creatividad citando a Gil Madrona³⁸, por otra parte, López y Moreno (2000)³⁹, exponen que el juego en sí, supone un recurso metodológico natural que aporta motivación y eficacia a los procesos de enseñanza-aprendizaje.

El juego representa un aspecto fundamental en la vida del niño. El juego contribuye no solo a desarrollar sus destrezas motoras y sus habilidades individuales. Además es importante dejar que el niño juegue de acuerdo a su nivel evolutivo⁴⁰. Se considera como una forma de aprendizaje espontáneo que facilita el desarrollo motriz, constituyendo un medio pedagógico que facilita el componente lúdico de la educación física. Los juegos son “una forma organizada de la actividad motriz, tanto reglada como espontánea”. Su evolución se inicia con las formas más naturales en el primer ciclo, hasta las formas más regladas y más especializadas de la última etapa. El niño ha de disfrutar moviéndose, a la vez que desarrolla su habilidad y destreza, adoptando una actitud positiva frente a la actividad física⁴¹.

³⁸ GIL MADRONA. Op. Cit., p. 88

³⁹ MORENO, Juan Antonio. Et al. “Juegos Acuáticos Educativos”. Universidad de Murcia.

⁴⁰ CARMONA GUTIERREZ. Op. Cit., p. 35

⁴¹ ALVAREZ DEL PALACIO, Eduardo. “Las actividades físicas organizadas en la escuela”.

TIEMPO LIBRE Y ACTIVIDAD EXTRAESCOLAR

La actividad extraescolar es entendida como la define ⁴²La Afterschool Alliance (2004) “*programa que habitualmente da asistencia a la infancia que proporciona un entorno enriquecedor supervisado después de que la jornada escolar haya terminado*”, así mismo, Gómez, J. y García, J. (1993)⁴³ se refieren a toda actividad físico deportiva realizada por niños jóvenes en edad escolar, dentro y fuera del centro educativo, incluso la desarrollada en el ámbito de los clubes o de cualquier otra entidad pública o privada, que contribuya al perfeccionamiento de la habilidad motriz y genere hábitos saludables.

La Constitución Política de Colombia⁴⁴, en su Artículo 52, reconoce el derecho de todas las personas a la práctica del Deporte y al aprovechamiento del tiempo libre. El Estado fomentara estas actividades e inspeccionara las organizaciones deportivas cuya estructura y propiedad deberán ser democráticas.

La Ley 181 del 18 de Enero de 1995⁴⁵, considerada como la Ley del Deporte establece disposiciones para el fomento del deporte, la recreación, el aprovechamiento del tiempo libre y la Educación Física y crea el sistema nacional del deporte". El Artículo 1, establece como objetivo general entre otros aspectos patrocinar, fomentar, masificar, divulgar, planificar, coordinar, ejecutar y asesorar la práctica del deporte, la recreación y el aprovechamiento del tiempo libre, la promoción de la educación extra escolar de la niñez y la juventud, en todos los niveles y estamentos sociales”

Dentro de sus objetivos también se crea el Sistema Nacional del Deporte, la Recreación y El Aprovechamiento del Tiempo Libre; la Educación Extraescolar y la Educación Física para garantizar el acceso de todos los habitantes a este derecho

El Título II, establece en el Artículo 6, que es función obligatoria de todas las instituciones públicas y privadas de carácter social, patrocinar, promover, ejecutar, dirigir y controlar actividades de recreación, para lo cual elaborarán programas de desarrollo y estímulo de esta actividad, de conformidad con el plan nacional de recreación. La mayor responsabilidad en el campo de la recreación le corresponde al Estado y a las cajas de compensación familiar. Igualmente, con el apoyo de

⁴²Alliance, A. ((2004)). *American After 3 pm: A household survey on*. EEUU. SALAZAR, Ciria Margarita; MEDINA VALENCIA, Rossana Tamara; VARGAS ELIZONDO, Martin Gerardo; DEL RIO VALDIVIA, José. Análisis Descriptivo del IMC, habilidad motriz y deporte extraescolar en niños y niñas de once años. En: Revista Educación Física y Ciencia. Universidad Nacional de la Plata. Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación FaCHE. 2008, vol. 10, p. 125 – 138.

⁴³ *Ibíd.* p. 128

⁴⁴Constitución Política de Colombia, Año 1991.

⁴⁵COLOMBIA. CONGRESO DE LA REPUBLICA Ley 181 de 1995 (18, Enero, 1995). Por la cual se dictan disposiciones para el Fomento del Deporte, la recreación, el aprovechamiento del tiempo libre y la Educación Física y se crea el Sistema Nacional Del Deporte. Dada en Santa Fe De Bogotá D.C., 1995.

Coldeportes impulsarán y desarrollarán la recreación, las organizaciones populares de recreación y las corporaciones de recreación popular.

El Artículo 7, Los entes deportivos departamentales y municipales coordinarán y promoverán la ejecución de programas recreativos para la comunidad, en asocio con entidades públicas o privadas, que adelanten esta clase de programas en su respectiva jurisdicción.

Artículo 8 - Los organismos deportivos municipales ejecutarán los programas de recreación con sus comunidades, aplicando principios de participación comunitaria. Para el efecto, crearán un comité de recreación con participación interinstitucional y le asignarán recursos específicos.

Artículo 9 - El Ministerio de Educación Nacional, Coldeportes y los entes territoriales propiciarán el desarrollo de la educación extraescolar de la niñez y de la juventud. Para este efecto:

1. Fomentarán la formación de educadores en el campo extraescolar y la formación de líderes juveniles que promuevan la creación de asociaciones y movimientos de niños y jóvenes que mediante la utilización constructiva del tiempo libre sirvan a la comunidad y a su propia formación.
2. Dotarán a las comunidades de espacios pedagógicos apropiados para el desarrollo de la educación extraescolar en el medio ambiente o sitios diferentes de los familiares y escolares, tales como casas de la juventud, centros culturales especializados para jóvenes, o centros de promoción social, además, de las instalaciones deportivas y recreativas.
3. Las instituciones públicas realizarán, directamente o por medio de entidades privadas sin ánimo de lucro, programas de educación extraescolar. Para este efecto se celebrarán contratos que podrán financiarse por medio de los dineros destinados a los fines de que trata la presente ley.

En un estudio de Mendoza et al.; Torre; Casimiro; Guerrero, Ruiz, García Montes y Hernández; Huebner y Manzini; Hutchinson, Baldwin y Caldwell; Nuviala et al.; García Ferrando; Mollá,; Molinuevo⁴⁶; señalan la influencia de los agentes de socialización, considerando la familia como el primer y más potente agente socializador en las primeras edades, transmisor de valores, comportamientos y normas, en la ocupación del tiempo libre de la población escolar. Según Guilman, Meyers y Pérez ⁴⁷, Las actividades extraescolares podrían considerarse como actividades constructivas y recomendables para ocupar parte del tiempo fuera del horario lectivo escolar siendo potencialmente beneficiosas por las características

⁴⁶HERMOSO vega, Yolanda. Estudio de la ocupación del tiempo libre de la población escolar y su participación en actividades extraescolares. Departamento de Didáctica de la expresión Musical, Plástica y Corporal. Universidad de Málaga. pág. 37. Año 2009.

⁴⁷ Ibíd., pág. 62.

de: voluntariedad, estructuración y organización, esfuerzo y desafío, redes sociales de apoyo, desarrollo de habilidades y competencias. Por otra parte Torre (1998)⁴⁸, expone sobre la actividad física extraescolar, la posibilidad de motivar a los alumnos hacia la práctica de este tipo de actividades a través de las experiencias positivas que reciben en las clases de Educación Física. En contraste, las malas experiencias pueden provocar frustraciones, desánimos y condicionar la adquisición de unos hábitos poco saludables en el futuro.

En la actualidad⁴⁹ son muchos los centros educativos que incluyen dentro del área de Educación física sesiones en el medio acuático. Sin embargo, en la mayoría de ocasiones están orientadas exclusivamente en la enseñanza de los estilos de natación, llevándonos al error de creer que el medio acuático es únicamente el deporte de la natación. Desde el área de Educación Física debemos llegar mucho más allá y utilizar el medio acuático en toda su magnitud y aprovechar todas las posibilidades que nos ofrece para el desarrollo integral de la persona.

Por otro lado, el currículo atribuye al área de educación física una multiplicidad de funciones que permite alcanzar una formación integral de los alumnos. Dichas funciones son perfectamente asumibles por las actividades acuáticas en el contexto educativo dentro del área de Educación física

- F. Conocimiento: el movimiento como instrumento cognitivos fundamental de la persona, tanto para conocerse a sí misma como para explorar y estructurar su entorno inmediato. Por medio de la organización de sus percepciones sensomotrices (situación espacial, propia y de los otros: compañeros y/o adversarios, materiales, etc.) el alumno tiene conciencia de su cuerpo y del mundo que le rodea.
- F. Anatómico - funcional: mejorando e incrementando, mediante el movimiento, la propia capacidad físico-motriz en diferentes situaciones y para distintos fines y actividades.
- F. Estética y Expresiva: se dan manifestaciones y situaciones que, a partir de gestos, movimientos, tienen una clara intención expresiva.
- F. Comunicativa y de relación, en tanto que el alumno utiliza su cuerpo y su movimiento corporal para relacionarse con otras personas.
- F. Higiénica, relativo a la conservación y mejora de la salud y el estado físico, así como la prevención de determinadas enfermedades y disfunciones.
- F. Agonista, en tanto que la persona puede demostrar su destreza, competir y superar dificultades a través del movimiento corporal.
- F. Catártica y Hedonista, en la medida en que las personas a través de las actividades acuáticas, se liberan de tensiones, restablecen su equilibrio psíquico, realizan actividades de ocio y, gracias a todo ello disfrutan de su propio movimiento y de su eficacia corporal.

⁴⁸ Ibíd. pág. 99.

⁴⁹MUÑOZ MARIN. Op. cit., p. 3

- F. Compensación, en cuanto que el movimiento compensa las restricciones del medio y el sedentarismo habitual de la sociedad actual.

Por todo ello, el área de educación física debe recoger todo el conjunto de prácticas corporales que tratan de desarrollar en los alumnos sus actitudes y capacidades psicomotrices, físicomotrices y sociomotrices⁵⁰.

Actividad Física

La actividad física ⁵¹, debe ser concebida como una práctica positiva y absolutamente necesaria a partir de la infancia, implica el aprovechamiento de las posibilidades y la exploración y descubrimiento de las habilidades y destrezas del niño. Esto se logra a través del movimiento y la disposición al aprendizaje fundamentado específicamente en un gran número de ejercicios elementales y la oferta de oportunidades de enseñanza

En este orden de ideas, las políticas desarrolladas deben estar orientadas a la manera como se deben adelantar los procesos de investigación aplicada, la capacitación del recurso humano, la organización de eventos deportivos, la dotación con implementos deportivos para los organismos de deporte aficionado, la construcción y mantenimiento de la infraestructura, etc. Las políticas estatales (Instituto Colombiano del Deporte, 2003) para el sector están orientadas a cubrir la totalidad de la población.

El Estado fomentará dichas actividades e inspeccionará las organizaciones deportivas cuya estructura y propiedad deberán ser democráticas. A partir de lo anterior, la responsabilidad de liderar procesos de planeación relacionados con el deporte, la recreación y el aprovechamiento del tiempo libre y la Educación escolar y extraescolar recae en las entidades de nivel nacional, departamental y municipal y particularmente los entes municipales de deporte

Y es este sentido, que las escuelas han entrado a jugar un papel de enorme trascendencia, como agente formador y transformador del entorno que lo rodea propendiendo principalmente por el mejoramiento y aprovechamiento no solo del tiempo libre de los niños sino también como potencializador de sus capacidades innatas. Las horas a la semana que se dedican a la clase de educación física se tornan insuficientes para inculcar en el niño el hábito de realización de actividad física y para lograr corregir problemas físicos que impiden el normal desarrollo y rendimiento deportivo adecuado, puesto que se encuentran en una etapa de crecimiento y formación que les garantice una buena calidad de vida.

⁵⁰Ibid., p. 3

⁵¹TORO BUENO, Salvador. BUENO MARTIN, Manuel. La Actividad Física Como Elemento Fundamental Para La Adquisición De Una Adecuada Autonomía

La Natación

Una de estas actividades físicas es la natación que se manifiesta a través del movimiento y/o desplazamiento a través del agua mediante el uso de las extremidades corporales y por lo general sin utilizar ningún instrumento artificial. La natación es una actividad que puede ser útil y recreativa y de gran influencia en tres aspectos fundamentales:

En el desarrollo físico:

- Mejora la coordinación, el equilibrio y el conocimiento del espacio.
- Beneficioso para la condición cardiovascular, mejoran la resistencia del niño.
- Incrementa la fuerza gracias a los ejercicios musculares, favoreciendo que se produzca un temprano desarrollo de habilidades psicomotrices.
- Los ejercicios suaves, combinados con el agua, relajan al niño y estimulan su apetito, consiguiendo que coma y duerma mejor. En consecuencia, mejorará su carácter y su comportamiento.
- Amplía la capacidad de su sistema respiratorio y la regulación adecuada a su circulación sanguínea.

En el desarrollo psicológico

- El niño se siente más seguro y disfruta mucho aprendiendo a nadar al sentir que sus padres tienen su atención concentrada en él.
- Incrementa el sentimiento de independencia y de autoconfianza del niño. Y eso puede favorecer el despertar de su inteligencia.
- El niño aprende a nadar de una forma divertida y saludable. Y saber nadar también es una medida de seguridad. No hay que olvidar de que existe un gran porcentaje de accidentes por ahogamiento de niños.
- Estimula la confianza en uno mismo y por lo tanto mejora la comunicación con los demás.

En el desarrollo social

- Ayuda al niño a iniciar la socialización sin traumas.
- Amplía el horizonte de los juegos compartidos.
- Activa la diversión y el espíritu de juego.
- Consolida los vínculos de afecto con sus familiares.
- Introduce conductas de auto-cuidado, convirtiéndolas en hábitos sumamente necesarios.
- La convivencia les ayudará a relacionarse mejor y compartir actividades junto a otras personas.

Por su parte, Suarez⁵² afirma que la actividad acuática, en cualquiera de sus manifestaciones, utilitaria, rehabilitación, terapéutica, preventiva, deportiva (nado - wáter polo – nado sincronizado - saltos ornamentales- buceo - natación equipada, aguas abiertas, etc.), recreativa, social, es un medio por el cual todo docente puede y debe tratar de cumplir los objetivos generales inherentes a la Educación Física, como ser hábitos de higiene, orden, conducta social cooperativa, respeto a las normas, conciencia ecológica, comunión y conocimiento con el medio ambiente, etc. y los objetivos específicos referidos al desarrollo de competencias para el dominio y desenvolvimiento óptimo en distintas situaciones y circunstancias en el medio acuático.

⁵² SUAREZ, RUBEN ALBERTO. Et al., Natación Nivel Profundización, Natación Nivel Especialización. Orientación Natación. Cátedra De Natación. Universidad Nacional De Tucumán – Facultad De Educación Física.

2. DISEÑO METODOLOGICO

2.1 HIPOTESIS

2.1.1 HIPOTESIS NULA

La aplicación de un plan de actividades encaminado a la práctica de la natación como actividad extraescolar, no favorece el desarrollo de la motricidad gruesa, de los estudiantes del grado segundo de la Escuela San Judas Tadeo.

2.1.2 HIPOTESIS ALTERNATIVA

La aplicación de un plan de actividades encaminado a la práctica de la natación como actividad extraescolar, si favorece el desarrollo de la motricidad gruesa, de los estudiantes del grado segundo de la Escuela San Judas Tadeo.

2.3 TIPO DE ESTUDIO Y ALCANCE

En la búsqueda de una posible solución al problema que nos ocupa, la investigación será desarrollada bajo un enfoque cuantitativo y un diseño cuasiexperimental, definido puesto que la población que está sujeta a la intervención no es aleatorizada, sino que es un grupo ya constituido y que obedece a razones muy diversas y sobre las cuales no se tiene ninguna influencia. A su vez, para fines de comparación se seleccionó otra población semejante la cual se denominara Grupo Control. A la par, es importante señalar que la población objeto de estudio fue escogida bajo un tipo de muestreo no probabilístico, el cual dependió de las condiciones que permitieron hacer el muestreo (acceso o disponibilidad, conveniencia, etc.); son dirigidos a poblaciones y grupos muy específicos donde interesa una cuidadosa y controlada selección de sujetos con determinadas características.

El alcance del estudio será de tipo explicativo, en donde se espera determinar una relación causa – efecto entre las variables que intervienen en la investigación.

El estudio se traza bajo un corte longitudinal, puesto que se llevaran a cabo mediciones en dos momentos específicos, una antes que será llamada la pre-prueba y la otra después de la intervención que llamaremos la post-prueba.

Los análisis estadísticos que se realizan a los resultados obtenidos en la intervención son procesados a través del programa estadístico denominado SPSS Statistics V20⁵³

⁵³ PALMA PULIDO, Luis Hebert. Spss statistics V20.0.0 multilenguaje (español) win/Linux. Software de análisis estadístico

2.4 INSTRUMENTO DE VALORACIÓN

Se realizarán 2 evaluaciones, antes y después de la intervención propuesta; las cuales serán empleadas en cada uno de los niños y niñas utilizando un test en el medio terrestre y uno en el medio acuático como mecanismo de control.

2.3.1 EVALUACION DEL FACTOR PSICOMOTOR EN LA BATERIA DE VITOR DA FONSECA⁵⁴

PRAXIA GLOBAL:

COORDINACIÓN OCULO MANUAL	4 3 2 1
COORDINACIÓN OCULO PEDAL	4 3 2 1
DISMETRIA	4 3 2 1
DISOCIACIÓN:	
MMSS	4 3 2 1
MMII	4 3 2 1
AGILIDAD	4 3 2 1

Escala de puntuación:

1. Realización imperfecta, incompleta y descoordinada (débil) perfil apraxico (Ausencia respuesta, realización imperfecta del movimiento)
2. Realización con dificultades de control (satisfactorio) perfil dispraxico (Débil, realización con dificultad del movimiento)
3. Realización controlada y adecuada (buena) perfil eupraxico (Realización completa, adecuada y controlada del movimiento)
4. Realización perfecta, controlada, armoniosa y bien controlada (excelente) perfil hiperpraxico (Realización perfecta del movimiento)

⁵⁴ VIDARTE CLAROS. Armando. Tesis: perfil psicomotor de los niños entre 5 y 12 años diagnosticados clínicamente con el Trastorno por déficit de la atención e hiperactividad en la ciudad de Manizales. Manual De Observación Psicomotriz, Da Fonseca, Vítor. Factores psicomotores y su relación con las tres unidades funcionales: Fundamentos psiconeurológicos de la batería psicomotora (BPM). Primera edición. Barcelona (España): editorial Inde, 1998.

2.3.2 TEST DE CONTROL Y SEGUIMIENTO DE LA ACTIVIDAD ACUATICA EDUCATIVA, TEST II (MORENO Y GUTIERREZ, 1994)⁵⁵

CONTROL DE HABILIDADES			
FLOTACION	R	B	MB
Mantiene la flotación dorsal durante 5 segundos	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mantiene la flotación ventral durante 5 segundos	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mantiene la flotación medusa durante 5 segundos	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
FAMILIARIZACIÓN	R	B	MB
Baja por la escalerilla al agua sin ningún problema	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Se desplaza agarrado al borde	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Tiene miedo al lanzarse al agua	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
DESLIZAMIENTOS	R	B	MB
Con impulso en la pared se desliza tendido supino	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Con impulso en la pared se desliza tendido prono	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
PROPULSIÓN	R	B	MB
Es capaz de desplazarse con corcho en las manos	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Es capaz de desplazarse en PP sin ayuda de material	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Es capaz de nadar mediante alguna técnica deportiva	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
INMERSIÓN-RESPIRACIÓN	R	B	MB
Se sumerge cogido al rebosadero en apnea inspiratoria	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Recoge una anilla del fondo, a 2 metros de profundidad	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
ACTITUD	R	B	MB
Realiza lo que se le indica	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Tiene una actitud de trabajo positiva	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Está integrado en el grupo	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

R: Regular, B: Bien, MB: MUY Bien

2.4 VARIABLES

Las variables que intervienen en esta investigación son:

- Variable dependiente:
Desarrollo de la motricidad gruesa
- Variable Independiente:
El plan de actividades extraescolares propuesto en la natación

⁵⁵ MORENO MURCIA, Juan Antonio. RODRIGUEZ, Pedro Luis. JIMENEZ, José Antonio. Actividades Acuáticas Educativas a través de Sistema Experto. Facultad de Educación. Universidad de Murcia.

- Variable Interviniente:
El maestro, el entorno, padres de familia

2.5 POBLACIÓN Y MUESTRA

La población que se seleccionó son los niños y niñas de la escuela San Judas Tadeo, conformada por más o menos 250 niños, de los cuales se tomó una muestra de 36 estudiantes en edad escolar temprana, pertenecientes al grado segundo de la institución educativa, la cual representa una etapa sensible en la apropiación de hábitos de vida activa y la nueva conducta hacia la realización de una actividad extraescolar deportiva como la natación.

La muestra se dividió en dos grupos de 18 estudiantes cada uno, que fueron denominados Grupo Control y Grupo Experimental. El grupo Control no tuvo intervención, tan solo asistieron a las clases habituales de Educación Física. El grupo Experimental estuvo sujeto a un proceso de 10 semanas de actividad extraescolar en natación estructurado a través de un Plan de actividades.

Tabla No. 2 Listado de los Niños y Niñas del Grupo Experimental y grupo control de la Escuela San Judas Tadeo

Grupo Experimental

NOMBRE	GRADO	EDAD
Niñas		
Martha Isabel Arias Quintero	2	9
Erik Valeria Bedoya Bartolo	2	8
Kairen Lisbet Vallejo Muelas	2	7
Mariana Martínez Mora	2	7
Valentina Ríos Cañas	2	8
Lizeth Aguirre Mejía	2	7
Karina Barrera Sánchez	2	7
TOTAL NIÑAS	7	

NOMBRE	GRADO	EDAD
Niños		
Jhoan Steban Portilla Florez	2	8
Camilo Portilla Florez	2	8
Juan David Trochez Gomez	2	7
Juan Daniel Moreno Franco	2	8
Juan Pablo Diaz Correa	2	7
Andres Felipe Morales Morales	2	8
Juan David Cardenas Gomez	2	7
Angel Salazar Ochoa	2	9
Fabian Andres Castro Cuartas	2	9
Alejandro Quintero Aguirre	2	9
Yorman Gabriel Bedoya Henao	2	9
TOTAL NIÑOS	11	

Grupo Control

NOMBRE	GRADO	EDAD	NOMBRE	GRADO	EDAD
Niñas			Niños		
Alejandra Gómez soto	2	7	Jhordy Bedoya Escobar	2	7
Daniela Bedoya Bartolo	2	7	Jean Franco Pérez Gómez	2	8
Valentina flores morales	2	9	Adrián morales Aguirre	2	8
Oriadna rodríguez bedoya	2	7	Juan manual Mendoza		9
Natalia Barrera Mendoza	2	8	Brayan Montoya Rodríguez	2	7
Karolain rodríguez rodríguez	2	7	Adrián rodríguez Ortiz	2	8
Karen Daniela Montoya	2	9	Andrés Mauricio rodas	2	7
			Gustavo moreno Martínez	2	9
			Manuel Alejandro Ruiz	2	9
			Jesús David rodríguez Mendoza	2	7
			Mauricio trochez hincapié	2	9

2.5.1 CRITERIO DE SELECCIÓN DE LA MUESTRA

Los niños deben pertenecer a la escuela San Judas Tadeo

Los niños se encuentran cursando el grado segundo

Los niños tienen una edad promedio que oscila entre los 7 y 9 años de edad

2.6 FUENTES

PRIMARIAS: Entrevistas personales a la comunidad perteneciente a la Escuela San Judas Tadeo (Docentes, alumnos, padres de Familia)

3. RESULTADOS

Finalizado el trabajo de campo, se procede a analizar la información recolectada a través de la Batería psicomotriz definida por Vítor da Fonseca, donde se tuvo en cuenta uno de los 7 factores descritos por la BPM (Batería Psicomotriz) el cual corresponde a la praxia global. De igual forma se analiza la información igualmente recolectada a través del test de control que se realizó en el medio acuático.

Es importante anotar que el subfactor dismetría no se constituye como actividad sino como el resultado de la observación de las tareas de coordinación óculo – manual y coordinación óculo – pedal que se realizaron, y que en el análisis se trabajan bajo la dismetría.

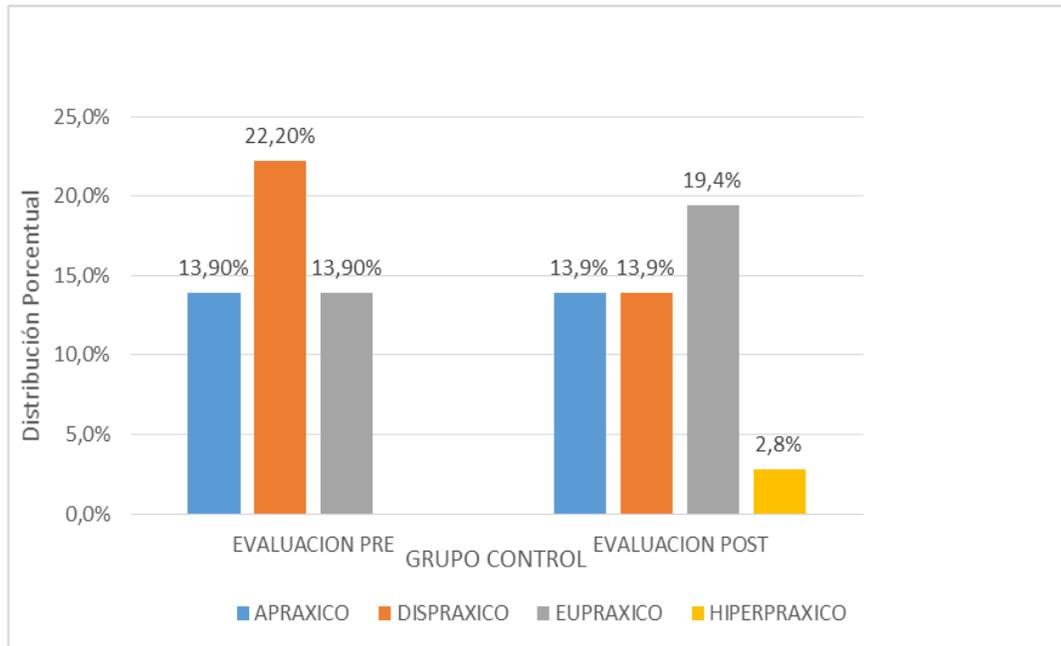
Tabla 3. Estadísticos Test Subfactor Dismetría para Grupo Control y Experimental. Pruebas pre y post. Variable Cualitativa

GRUPO DE INVESTIGACION		EVALUACIÓN PRE		EVALUACIÓN POST	
		FRECUENCIA	PORCENTAJE	FRECUENCIA	PORCENTAJE
CONTROL	APRAXICO	5	13,9%	5	13,9%
	DISPRAXICO	8	22,2%	5	13,9%
	EUPRAXICO	5	13,9%	7	19,4%
	HIPERPRAXICO			1	2,8%
EXPERIMENTAL	APRAXICO	1	2,8%	1	2,8%
	DISPRAXICO	9	25,0%	1	2,8%
	EUPRAXICO	8	22,2%	9	25,0%
	HIPERPRAXICO			7	19,4%
	Total	36	100,0%	36	100,0%

En la Tabla 3, se observan los valores obtenidos entre el pre test y post test de la dismetría del grupo control y experimental. Estos resultados evidencian que el grupo control mejoró en algunos niveles a pesar de no contar con un programa dirigido de actividad extraescolar; aunque estas mejoras no fueron tan significativas ya que

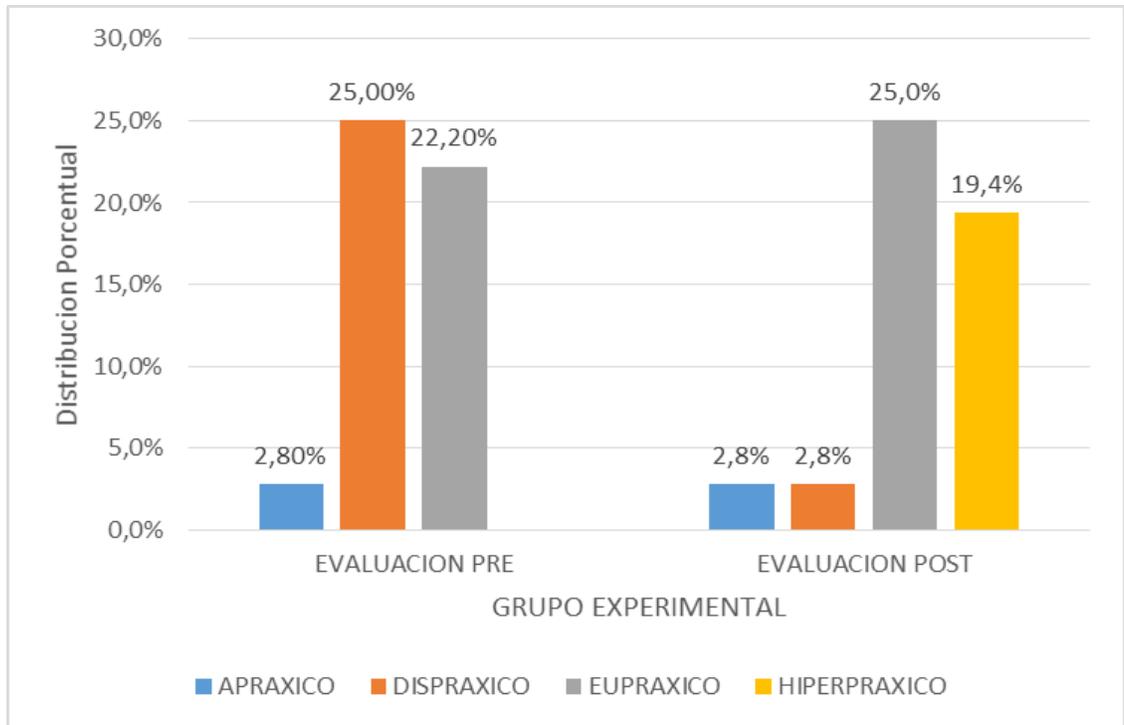
solo se pasó de un nivel del 0,0% en el pre test perteneciente a la clasificación de hiperpráxico a un 2,8% en el post test. Por el contrario el grupo experimental pasa de un 0,0% en el pre test a un 19,4% en el post test del nivel hiperpráxico, lo cual indica que el desarrollo de un programa de natación como actividad extraescolar mejora el desarrollo de la motricidad gruesa.

Figura 2. Resultados Evaluación Pre y post para el subfactor Dismetría en la BPM de Vitor Da Fonseca Grupo Control



La Figura 2, muestra los resultados que corresponden a la evaluación pre y post del Grupo Control respecto al subfactor dismetría en el área de la Praxia Global en la BPM de Vitor Da Fonseca. Es importante señalar que en la evaluación pre el nivel dispraxico fue el que más predominó con un 22.20%, es decir, que la gran mayoría alcanzó la realización con dificultad del movimiento. Posteriormente en la evaluación post, se observa una pequeña variación, el nivel hiperpraxico aumentó del 0.0% en la evaluación pre al 2.8% en la evaluación post, el perfil que más predomina es el Eupraxico, es decir, que la mayoría de los niños alcanzaron la realización completa y adecuada del movimiento.

Figura 3. Resultados Evaluación Pre y post para el subfactor Dismetría en la BPM de Vitor Da Fonseca Grupo Experimental



La Figura 3, muestra los resultados correspondientes a la evaluación pre y post del Grupo Experimental respecto al subfactor dismetría en el área de la Praxia Global en la BPM de Vitor Da Fonseca, se nota una evolución significativa y muy importante en la evaluación Post con respecto a la evaluación realizada antes de efectuar la intervención. Se exceptúa 1 solo niño que no cumplió con las expectativas que se habían planteado en el plan de actividades que se ejecutó, producto de algunos problemas de comportamiento y su poco interés hacia la tarea que se le indica hacer.

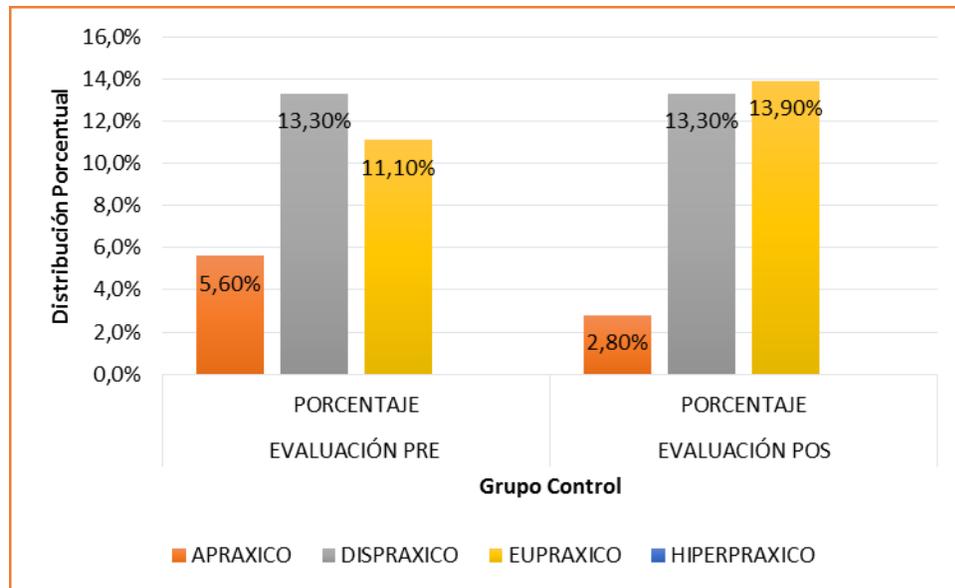
En el análisis de los resultados el subfactor Disociación agrupa los miembros superiores, inferiores y la coordinación entre ambos segmentos

Tabla 4. Estadísticos Test Subfactor Disociación Grupo Control y Experimental. Pruebas pre y post. Variable Cualitativa

GRUPO DE INVESTIGACION		EVALUACIÓN PRE		EVALUACIÓN POS	
		FRECUENCIA	PORCENTAJE	FRECUENCIA	PORCENTAJE
CONTROL	APRAXICO	2	5,6%	1	2,8%
	DISPRAXICO	12	13,3%	12	13,3%
	EUPRAXICO	4	11,1%	5	13,9%
	HIPERPRAXICO				
Experimental	APRAXICO	3	38,3%	0	,0%
	DISPRAXICO	8	22,2%	3	8,3%
	EUPRAXICO	7	19,4%	10	27,8%
	HIPERPRAXICO			5	13,9%
	Total	18	100,0%	18	100,0%

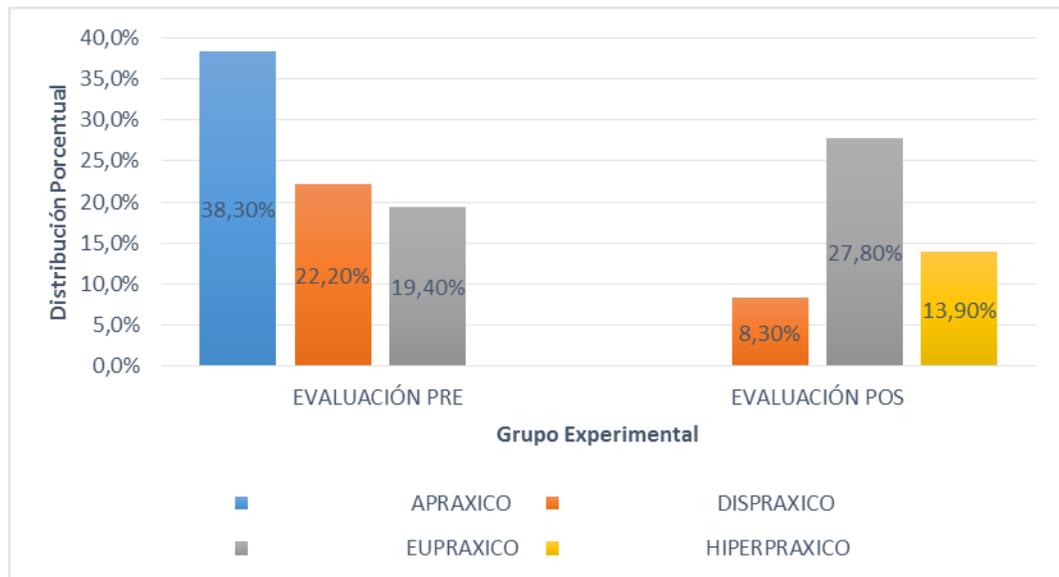
La Tabla 4, señala los resultados de la variable cualitativa disociación. Se puede observar que el grupo control pasa de un nivel eupraxico del 11,1% en el pre test a un 13,9% en el post test, demostrando así una mejora poco significativa, en cuanto al nivel hiperpráxico el grupo control no registró ningún cambio con relación a los resultados en el pre test y post test de la prueba. Por otra parte el grupo experimental en el nivel eupraxico registró un aumento considerable pasando de 19,4% en el pre test a 27,8% en los resultados del post test; además de estos se presentó un incremento en el nivel hiperpráxico al terminar el proceso de intervención pasando de un nivel 0,0% a 13,9% de éste nivel, corroborando una vez más que la estimulación en el medio acuático ayuda a la mejora y el desarrollo de la motricidad gruesa.

Figura 4. Resultados Evaluación Pre y post para el subfactor Disociación en la BPM de Vitor Da Fonseca Grupo Control



La figura 4, muestra los resultados correspondientes a la evaluación pre y post del Grupo Control respecto al subfactor disociación en el área de la Praxia Global en la BPM de Vitor Da Fonseca. Se observa como en la evaluación Pre, la gran mayoría alcanzó el perfil dispraxico, es decir, la realización con dificultad del movimiento que se ve reflejada en un 13.30%. En la evaluación post se observa una mejora poco significativa, el perfil hiperpraxico no se presenta, hubo un leve aumento en el perfil eupraxico, es decir, en la realización adecuada y controlada del movimiento, que pasa a ser el de mayor predominancia, el perfil dispraxico se mantiene con un 13.30% con respecto a la evaluación pre y el nivel apraxico presentó una pequeña disminución en relación con la prueba Pre pasa del 5.6% a un 2.80%.

Figura 5. Resultados Evaluación Pre y post para el subfactor Disociación en la BPM de Vitor Da Fonseca Grupo Experimental



La Figura 5, muestra los resultados correspondientes a la evaluación pre y post del Grupo Control respecto al subfactor disociación en el área de la Praxia Global en la BPM de Vitor Da Fonseca. Estos valores demostraron una mejoría muy significativa y de gran relevancia con respecto a la intervención que se realizó. En la evaluación Pre, se observa como el perfil apraxico era el de mayor predominancia con un 38.30%, es decir, que se alcanzó la realización con dificultad del movimiento en la gran mayoría de los niños. Ya en la evaluación post, se observa como que el perfil apraxico desaparece completamente, el perfil dispraxico presenta una importante disminución pues pasa del 22.2% al 8.30%. Los perfiles Eupraxico y Apraxico presentaron un aumento respecto a la Evaluación Pre, demostrando incrementos importantes frente a las tareas que se presentaron a los niños.

PRUEBA DE HIPÓTESIS TEST PRAXIA GLOBAL

Tabla 5. Estadístico prueba de hipótesis praxia global chi cuadrado grupo control

Pruebas de chi -cuadrado			
Chi- cuadrado Pearson	Valor	gl	Sig. asintótica (bilateral)
	2.571 ^a	2	.276

Tabla 6. Estadístico prueba de hipótesis praxia global chi cuadrado grupo experimental.

Pruebas de chi -cuadrado			
Chi- cuadrado Pearson	Valor	gl	Sig. asintótica (bilateral)
	12.141 ^a	3	.000

En las Tablas 5 y 6, se obtiene la prueba de hipótesis de la praxia global por medio de Chi cuadrado, evidenciando que el grupo control no consiguió resultados significativos $p > 0,05$, mientras que el grupo experimental obtuvo una $p < 0,05$ dando a entender que el realizar un programa de natación enfocado a las habilidades motrices acuáticas durante un periodo de 10 semanas incide positivamente sobre la praxia global.

Tabla 7. Estadístico prueba Tau-b de Kendall.

Medidas Simétricas					
Ordinal por ordinal	Tau-b de Kendall	Valor	Error típ. asint. ^a	T aproximada ^b	Sig. aproximada
		.521	.013	4.493	.000

La Tabla 7, presenta la prueba Tau-b de Kendall que muestra el nivel de asociación entre el programa de intervención sobre las habilidades motrices acuáticas y el efecto de la praxia global, mostrando un $p < 0,05$ indicando así que existe un alto nivel de asociación entre la intervención en el medio acuático y la praxia global.

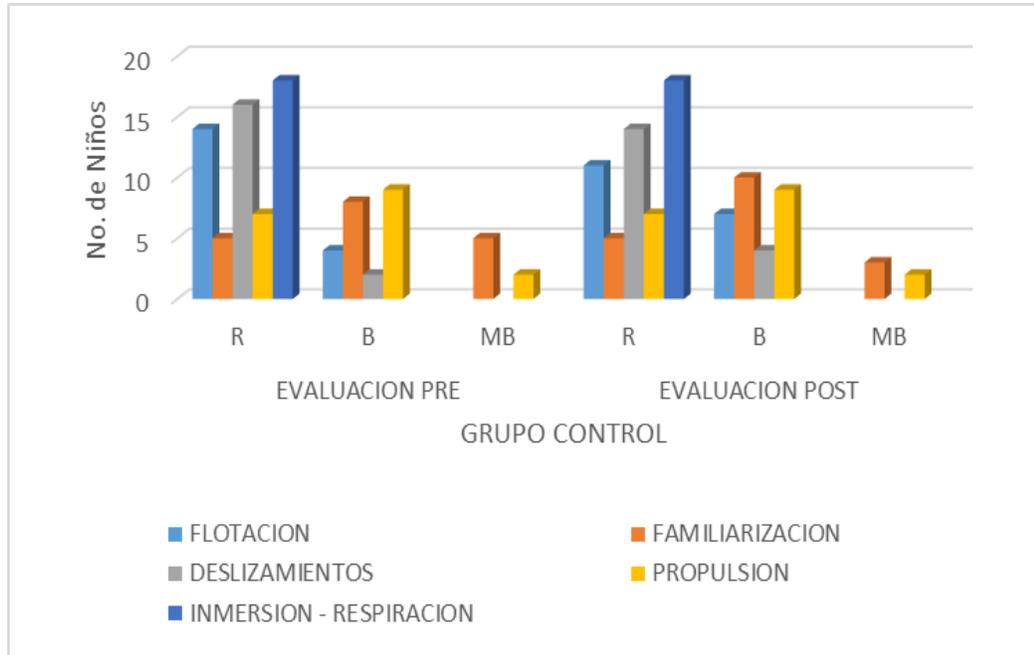
Tabla 8. Estadísticos Test Control y seguimiento de la Actividad Acuática Grupo Control y Experimental Variable Cualitativa

GRUPO DE INVESTIGACION		EVALUACIÓN PRE			EVALUACIÓN POS		
		R	B	MB	R	B	MB
CONTROL	FLOTACION	14	4		11	7	
	FAMILIARIZACION	5	8	5	5	10	3
	DESLIZAMIENTOS	16	2		14	4	
	PROPULSION	7	9	2	7	9	2
	INMERSION- RES	18			18		
EXPERIMENTAL	FLOTACION	15	2	1	6	10	2
	FAMILIARIZACION	9	5	4	2	14	3
	DESLIZAMIENTOS	14	4		3	10	5
	PROPULSION	9	9			17	1
	INMERSION- RES	18			5	9	4

R: Regular; B: Bien; MB: Muy Bien

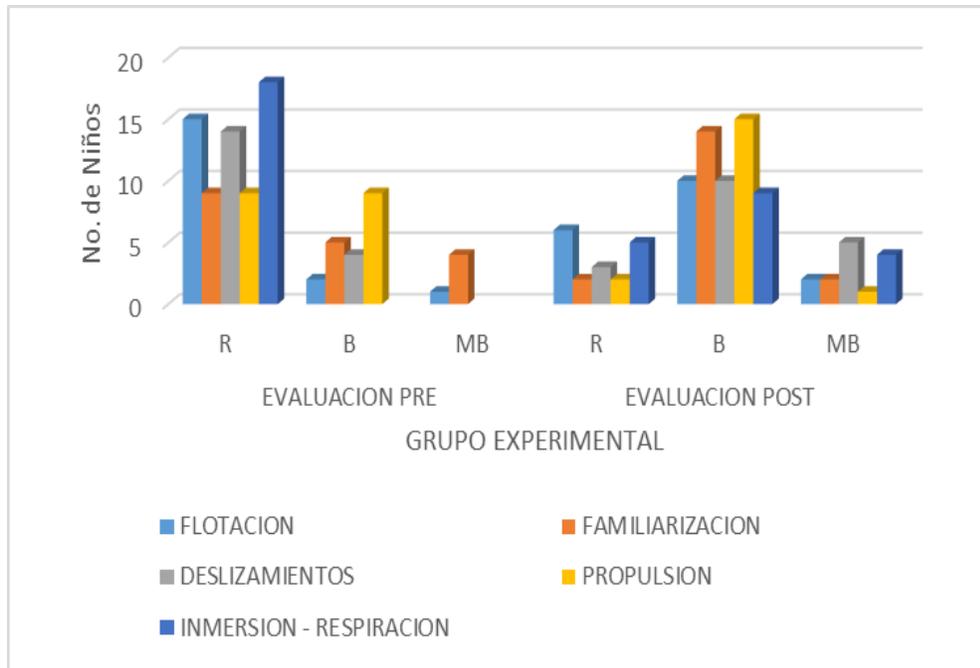
La Tabla 8, señala los resultados de la variable cualitativa control y seguimiento de la actividad acuática. Se puede observar que el grupo control registro en las actividades de flotación, familiarización y deslizamientos una leve mejoría respecto al pre test, demostrando así una mejora poco significativa, en cuanto a las actividades de propulsión e inmersión – respiración el grupo control no registró ningún cambio con relación a los resultados en el pre test y post test de la prueba. Por otra parte el grupo experimental registró un aumento considerable pasando en la flotación de 2 niños en el pre test a 10 niños que en el post test realizaron bien la actividad, en la familiarización también se observa un aumento pasa de 5 en el pre test a 14 niños que realizan bien la actividad en el post test; además de estos se presentó unos niveles significativos de incremento en cuanto a las actividades de deslizamiento, propulsión e inmersión-respiración reflejado en lo bien que se realiza el ejercicio además del aumento de la calificación MB que se presenta en el post test respecto al pre test donde ningún niño alcanzó esta calificación, corroborando una vez más que la estimulación en el medio acuático ayuda a la mejora y el desarrollo de la motricidad gruesa.

Figura 6. Resultados Evaluación Pre y post para el Test de Control y seguimiento de la Actividad acuática. Grupo Control.



La Figura 6, muestra los resultados correspondientes a la evaluación pre y post del Grupo Control respecto al test de Control y seguimiento de la Actividad Acuática. En la evaluación pre, se observa como las actividades que se les asignaron a los niños fueron realizadas según la calificación de forma regular, la gran mayoría presentaron dificultad para ejecutar las actividades. En el post test se observa una leve mejoría, a pesar de que el Grupo control no fue intervenido, sigue registrándose las actividades en su gran mayoría de forma regular. Hay un leve incremento en lo bien que se realiza las actividades de flotación y familiarización, además de una leve reducción de la actividad de familiarización que pasa de 5 niños en el pre test a 3 niños en el post test, que se debe a que algunos niños no realizan la actividad puesto que les parece poco interesante y carece de sentido.

Figura 7. Resultados Evaluación Pre y post para el Test de Control y seguimiento de la Actividad acuática. Grupo Experimental



En la Figura 7, se observan los valores obtenidos entre el pre test y post test del test de Control y seguimiento de la actividad acuática del grupo experimental. Estos resultados evidencian que el grupo experimental registra en el post test una evolución en todas las actividades que se realizaron durante la intervención, se observa como en el post test la mayoría de los niños evolucionaron positivamente realizando bien las actividades que se les asignaron, además de aumentar la forma MB en que los niños realizaron las tareas de deslizamientos, propulsión e inmersión – respiración que en el pre test no se presentó, esto reafirma que el desarrollo de un programa de natación como actividad extraescolar mejora el desarrollo de la motricidad gruesa.

4. ANALISIS Y DISCUSION

Referirse al objetivo principal del proyecto, incidencia de la práctica de la natación como actividad extraescolar en el desarrollo de la motricidad gruesa de los niños del grado segundo de la Escuela San Judas Tadeo del Municipio de San Pedro, relacionándolo a su vez con los datos estadísticos que se obtuvieron al iniciar y procesar la información recolectada, permite corroborar la hipótesis alternativa que se planteó, analizando los aspectos de mayor relevancia que influyeron sobre los resultados que se lograron.

Para iniciar, se tendrá en cuenta la etapa que corresponde a la Edad Escolar Temprana expuesta por Asmas⁵⁶, según el cual esta edad se caracteriza por un comportamiento motor al principio casi exagerado, que va cambiando hasta alcanzar unos hábitos normales, además de que dicho gusto por el movimiento, motiva al niño a pertenecer a algún club deportivo o practicar alguna modalidad deportiva y lo que expone Weineck J. al plantear que la edad infantil es considerada como la mejor edad para el aprendizaje, es decir como una edad para desarrollar un tipo de actividades que pueden provocar o desarrollar un mejor desempeño en la parte motora como se evidenció en los resultados que se obtuvieron luego de un proceso de intervención de 10 semanas con tres sesiones semanales se puede adquirir un desempeño en la praxia global. Lo anterior, supone que el desarrollo en esta edad le brinda las herramientas necesarias al niño para afrontar la vida con los obstáculos y adversidades que esta sobrelleva y aprender a desenvolverse e interactuar con el entorno que le rodea.

Como abordar el desarrollo de la motricidad gruesa es un gran interrogante que se despeja cuando Guilman, Meyers y Pérez⁵⁷, exponen que las actividades extraescolares podrían considerarse como actividades constructivas y recomendables para ocupar parte del tiempo fuera del horario lectivo escolar. lo cual es cierto, puesto que iniciar este proceso se vislumbró una gran problemática del cómo y en que utilizan los niños ese tiempo llamado libre y en la que no es difícil adivinar que frente a la computadora, el celular o los amigos la actividad deportiva lleva las de perder. Por eso se hace tan importante ejecutar planes y procesos divertidos, innovadores y motivadores en los cuales al deporte se le dé protagonismo.

Ahora bien, Elena García Márquez⁵⁸, al referirse al medio acuático, no desconoce que la vida del ser humano normalmente ocurre en el espacio terrestre y su motricidad se va conformando en base a las experiencias terrestres, olvidando el

⁵⁶ DAVILA, A., Entrenabilidad en Edades Infantiles y Juveniles. En Revista Atletas. Tuluá, Junio de 2009, pág. 1- 36

⁵⁷ Ibíd., pág. 62.

⁵⁸ GARCIA MARQUEZ, Elena. Iniciación a las Actividades Acuáticas en edades tempranas. Diplomada en Educación Infantil España. En: Revista digital de Educación Física EmásF, issn: 1989-8304. Septiembre. Octubre de 201, Año 1, Num.6, pag.1-15

medio acuático por diversos motivos, por lo que se concibe la necesidad de utilizar el medio acuático, como un elemento más en la formación integral del individuo desde el punto de vista motriz.

Por una parte, como se detalló en las gráficas de resultados aquellos que presentaron un mayor variación relacionada con el incremento de los perfiles para el área de praxia global del BPM DE Vítor Da Fonseca son quienes pertenecieron al grupo experimental y que hicieron parte de un plan de actividades regularizado. No obstante se presentaron algunas excepciones, las cuales se pudieron observar puesto que no presentaron avances y/o ninguna variación esto debido a la dificultad que representaba para muchos el desplazamiento hasta los sitios de entrenamiento y la falta de motivación y atención al momento de llevar a cabo las tareas propuestas.

Por otra parte, dentro del grupo de control se presentaron algunas evoluciones notables de leve relevancia, una de ellas relacionada con el nivel hiperpraxico que en la Tabla 3, paso de 0.0% en el pre test a un 2.8% en el post test, una pequeña mejora en relación con el grupo experimental que en el pre test pasó de un 0.0% a un 19.4% en el post test, demostrando un incremento realmente significativo en el grupo experimental, esto se debe a que algunos de los participantes pertenecen a clubes deportivos y/o practican con regularidad un deporte alterno.

También es importante señalar el aumento que continuo presentando los perfiles en el grupo experimental, el perfil hiperpraxico (Tabla 4). Que pasó en el pre test de un 0.0% a un 13.9% en el post test, al igual que el aumento en el nivel eupraxico que pasó de un 19.4% a un 27.8% en el post test respecto al pre test. Esto reafirma que el programa de natación como actividad extraescolar mejora el desarrollo de la motricidad gruesa y nos permite corroborar los que menciona Cirigliano, al indicar que las prácticas acuáticas proporcionan al niño/a un mejor desarrollo en la motricidad gruesa, motricidad fina, cognitiva, comunicación y socialización o de Castillo, al exponer que la practica en el medio acuático dota de nuevas posibilidades motrices al niño permitiéndole tener nuevas experiencias que le ayudarán a crecer.

En definitiva, con este trabajo hemos pretendido obtener información necesaria que nos permitiera dotarnos de una serie de conocimientos valiosos referentes a la motricidad gruesa en las clases de Natación extraescolares, ayudándonos, así, a una mayor comprensión de las habilidades motrices acuáticas en la etapa escolar, persiguiendo la finalidad de poder ser utilizados en futuras investigaciones en distintos contextos.

5. CONCLUSIONES

- La coordinación óculo manual, óculo pedal, las disimetrías y la disociación de los miembros superiores, inferiores y las pruebas de agilidad diseñados en la BPM de Vítor da Fonseca, estuvieron asociadas con el desarrollo y las mejoras producidas en la motricidad gruesa de los niños
- La estructura y el contenido del plan de actividades permitió apropiarse del juego como la herramienta para el desarrollo de cada una de las actividades realizadas en el medio acuático conociéndolas, experimentándolas y permitiendo su influencia e interacción con el medio terrestre.
- El plan de actividades para el trabajo de investigación reflejó la interacción entre el medio acuático y el medio terrestre, en las pruebas pre y post los resultados revelaron un incremento en la capacidad de llevar a cabo el ejercicio indicado para cada subfactor y estos a su vez permitieron que la praxia global se viera afectada por el plan de actividades diseñado.
- El realizar un programa de natación enfocado a las habilidades motrices acuáticas un periodo corto también incide positivamente sobre la praxia global.

6. RECOMENDACIONES

- El juego siempre debe ser considerada como una herramienta importante para el aprendizaje del niño, en él el niño se desenvuelve interactúa con el medio que lo rodea y le brinda seguridad.
- Generalizar este tipo de estudios en la población perteneciente a las escuelas de la cabecera Municipal del municipio de San Pedro, puesto que los programas de educación física son deficientes, los niños solo juegan fútbol, o baloncesto y los programas educativos no contemplan las actividades extraescolares.
- Se propone seguir trabajando sobre el plan de actividades propuesto, adaptándolo a otros deportes y al currículo oficial de clases de Educación física que se imparten en la escuela.
- Se propone que la natación como actividad extraescolar sea abordada por personal capacitado en el tema con experiencia, el cual tenga claro cómo deben trabajarse los contenidos y el momento ideal para hacerlo.
- Plantear la necesidad de adecuar y apropiarse de los escenarios deportivos, ya que presentan deterioro y abandono.

7. IMPLICACIONES

Iniciar el proceso de corroborar la incidencia que tiene la natación como actividad extraescolar en el desarrollo de la motricidad gruesa conlleva las siguientes implicaciones:

Reconocer que el niño se comunica a través del movimiento de su afán por conocer el medio que lo rodea y de lograr en él un óptimo desenvolvimiento

La edad infantil es una etapa muy importante en el crecimiento de los niños, son como esponjas, todo lo que les rodea les causa curiosidad, observan, son independientes y aprenden de lo que se les enseña

Las actividades extraescolares implican no solo inculcar en el niño conductas de realización de actividad física, de hacer deporte, y de los beneficios que esto implica para la salud y el mejoramiento de la calidad de vida sino también que se constituyen como herramientas para combatir los problemas sociales en el que el tiempo fuera de la escuela se desaprovecha frente a la televisión, el celular o en el andar por la calle con los amigos.

Reconocer que la natación es un deporte en el que se involucra todo el cuerpo, que al ser abordado de forma adecuada a través de un programa de actividades para niños les genera beneficios, se les brinda mayor seguridad para afrontar el mundo que le rodea, les permite moverse constantemente puesto que las actividades que allí se desarrollan implican moverse de un lado a otro, sumergirse involucrando el sistema respiratorio y gran concentración y trabajo de las destrezas y habilidades para que no paso de ser una experiencia placentera y constructiva a un riesgo y peligro para la integridad del niño.

8. SUGERENCIAS

Un plan de actividades de 10 semanas en natación corrobora que si se pueden lograr una resultados positivos, por lo tanto, se vislumbra la necesidad de adaptarlo al currículo oficial de clases de Educación física.

Abordar el trabajo en el agua como una actividad extraescolar, apropiarse de estas actividades puesto que en la actualidad han adquirido gran importancia, la escuela y los padres pueden interactuar y se hace más presencia a través de ellas en la vida del niño.

No brindar al niño la posibilidad de realizar una actividad como la natación lo condena a desconocer sus posibilidades motoras, las habilidades y destrezas que puede desarrollar, por lo tanto, es importante que tanto el padre como el educador motiven al niño no obligándolo a hacerlas sino acompañándolo, viviendo el proceso celebrando sus logros y apoyándolo en sus fracasos.

El trabajo que se debe iniciar en la escuela, debe lograrse a través de un programa divertido, motivador e interesante para el niño, en el que todos los días se innove, que no caiga en la rutina y en que el educador trabaje con esmero y paciencia.

9. BIBLIOGRAFIA

Alliance, A. ((2004)). *American Alter 3 pm: A houseehold survey on*. EEUU. Citador por SALAZAR, Ciria Margarita; MEDINA VALENCIA, Rossana Tamara; VARGAS ELIZONDO, Martin Gerardo; DEL RIO VALDIVIA, José. Análisis Descriptivo del IMC, habilidad motriz y deporte extraescolar en niños y niñas de once años. Educación Física y Ciencia. Universidad Nacional de la Plata. Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación FaCHE. 2008, vol. 10, p. 125 – 138.

ALVAREZ DEL PALACIO, Eduardo. “Las actividades físicas organizadas en la escuela”.

Cárdenas, Torre, E., D. & Girela, MJ.. (1997). los hábitos deportivos extraescolares y su interrelación con el área de educación física en el alumnado de bachillerato. REVISTA MOTRICIDAD ,109-129. Departamento de Educación Física y Deportiva Facultad de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte. Universidad de Granada

CARMONA GUTIERREZ, Yuli Jazmín. AREVALO ARIAS, Jenny Tatiana. “Conductas motrices de los niños de las principales escuelas del corregimiento de la florida, Pereira 2010”. Proyecto de grado para optar al Título de Profesional en Ciencias del Deporte y la Recreación. Facultad de ciencias de la salud. Programa ciencias del deporte y la Recreación Universidad Tecnológica de Pereira. Pereira, Julio de 2011, p. 1-97.

CASTAÑO, Ruiz Javier. Profesor de Educación Física en el Sagrado Corazón de Murcia. La actividad deportiva Extraescolar, una aproximación histórica.

CASTEJON, OLIVA. Francisco Javier. Et, al. Memoria de Investigación “Diseño De Escalas Para La Evaluación De Las Habilidades Motrices Básicas en la Educación Primaria”. Convocatoria de Ayudas a la Investigación Educativa. Año 1994.

CIRIGLIANO, P.M. (1989). Iniciación acuática para bebés. Fundamentos y metodología. Buenos aires. Paidós. Citador Por: EmásF, Revista Digital de Educación Física. Año 1, Núm. 6 (septiembre-octubre de 2010) ISSN: 1989-8304 Depósito Legal: J 864-2009.

COLOMBIA. CONGRESO DE LA REPUBLICA, Ley 181 de 1995 (18, Enero, 1995). Por la cual se dictan disposiciones para el Fomento del Deporte, la recreación, el aprovechamiento del tiempo libre y la Educación Física y se crea el Sistema Nacional Del Deporte. Dada en Santa Fe De Bogotá D.C., 1995.

I CONGRESO INTERNACIONAL DE ACTIVIDADES ACUATICAS. (Septiembre, 2003: Murcia, España) MORENO, Juan Antonio. Et al. El descubrimiento del medio acuático de 0 a 6 años

Constitución Política de Colombia, Año 1991.

DA FONSECA, Vitor. Manual de observación psicomotriz. 5ta Edición. Barcelona: INDE, 2005. Citado por: BOLIVAR GUTIERREZ, Piedad Lorena. ARIAS PADILLA, Ianelleen. "Perfil Psicomotriz de los niños en edades de 8 – 12 años de las Escuelas de Formación deportiva del Instituto Municipal del Deporte y la Recreación de Armenia (IMDERA). Universidad Autónoma de Manizales. Facultad de Salud. Maestría en intervención Integral en el Deportista. Manizales, Mayo de 2012.

DAVILA, A., Entrenabilidad en Edades Infantiles y Juveniles. En Revista Atletas. Tuluá, Junio de 2009, pág. 1- 36

GARCIA BUITRAGO, Jefferson. El Medio Acuático Como Actividad Importante En El Desarrollo Motor En Los Niños. Area de Educación Física Y Deporte. Universidad Del Valle Instituto de Educación y Pedagogía. Santiago De Cali. 2012. p. 1-52

GARCIA MARQUEZ, Elena. Iniciación a las Actividades Acuáticas en edades tempranas. Diplomada en Educación Infantil España. En: Revista digital de Educación Física EmásF, issn; 1989-8304. Septiembre. Octubre de 201, Año 1, Num.6, pag.1-15

GARCIA VALDES, Leonardo. Et al. (2010). "Problemas de la Educación y la Pedagogía". En: Escuela Nacional del Deporte. Nivel II. Unidad 1.

GIL MADRONA, Pedro. ONOFRE, Ricardo. Et al. Habilidades Motrices En La Infancia Y Su Desarrollo Desde Una Educación Física Animada. Revista Iberoamericana De Educación. N.º 47 (2008), Pp. 71-96

GIL Restrepo, Jhon Bladimir. Proyecto Club de la Institución Educativa Maestro Pedro Nel Gómez. Licenciatura en Educación Física del Instituto Universitario de Educación Física. Universidad de Antioquia. Medellín, Colombia. Septiembre de 2006

HERMOSO vega, Yolanda. Estudio de la ocupación del tiempo libre de la población escolar y su participación en actividades extraescolares.

Departamento de Didáctica de la expresión Musical, Plástica y Corporal. Universidad de Málaga. 2009.

HIDALGO, García, Ma Victoria. SANCHEZ, José. Et. Procesos y necesidades de desarrollo durante la infancia. Universidad de Sevilla. Fecha de recepción: 18-05-2008 Fecha de aceptación: 26-06-2008

INSTITUTO COLOMBIANO DE NORMAS TÉCNICAS Y CERTIFICACION. Trabajos escritos: presentación y referencias bibliográficas. Sexta actualización. Bogotá: ICONTEC, 2008 110 p.

MARTÍNEZ, Justo, E. (2000): Desarrollo psicomotor en educación infantil. Bases para la intervención en psicomotricidad. Almería: Servicio de Publicaciones de la Universidad de Almería. Citado por: Gil Madrona Pedro. Onofre Ricardo. Contreras Jordán. Gómez Barreto Isabel. Habilidades Motrices en la Infancia y su Desarrollo desde una Educación Física Animada. Revista Iberoamericana de Educación. N.º 47 (2008), pp. 71-96.

MORENO, Juan Antonio. Et al., “Juegos Acuáticos Educativos”. Entrenador Superior de Natación y Waterpolo. Universidad de Murcia.

MORENO MURCIA, Juan Antonio. Et al. Aprendizaje de las Habilidades Acuáticas en el ámbito Educativo. Facultad de Educación. Universidad de Murcia.

MORENO, Juan Antonio. RODRIGUEZ, Pedro Luis. JIMENEZ, José Antonio. Actividades Acuáticas Educativas a través de Sistema Experto. Facultad de Educación. Universidad de Murcia

PALMA PULIDO, Luis Hebert. Spss statistics V20.0.0 multilenguaje (español) win/Linux. Software de análisis estadístico

PRIETO BASCON, Miguel Ángel. (2010) “Habilidades Motrices Básicas”. En: Revista Digital Innovación y Experiencias Educativas. No. 37, Diciembre de 2010, p. 1-10

RODRIGUEZ, A. (2003). “Capítulo II: Psicomotricidad y motricidad fina y gruesa”. En: <http://www.efdeportes.com>. Revista en línea efdeportes, Año 8, No. 46. Citador por: RODRIGUEZ PEÑA, Sergio José (2007). “Habilidades Motrices Básicas en los niños y niñas de cinco de edad del jardín de infancia Eloy Paredes”. Memoria de Grado para optar al título de Licenciado en Educación Mención Educación Física. Mérida. Facultad de Humanidades y educación. Universidad de los Andes. República Bolivariana de Venezuela. Febrero de 2007. p.1 -107

SABARIS, Gerardo. Investigación sobre adolescentes, tiempo libre y deportes en las zonas más vulnerables de Colombia.

SALAZAR, Ciria Margarita, MEDINA VALENCIA, Rossana Tamara; VARGAS ELIZONDO; Martín Gerardo; DEL RIO VALDIVIA, José. Análisis Descriptivo del IMC, habilidad motriz y deporte extraescolar en niños y niñas de once años de la ciudad de Colima. Educación Física y Ciencia. Universidad Nacional de la Plata. Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación FaCHE. 2008, vol. 10, p. 125 – 138.

SUAREZ, RUBEN ALBERTO. Et al, Natación Nivel Profundización, Natación Nivel Especialización. Orientación Natación. Cátedra De Natación. Universidad Nacional De Tucumán – Facultad De Educación Física.

TORO BUENO, Salvador. BUENO MARTIN, Manuel. La Actividad Física Como Elemento Fundamental Para La Adquisición De Una Adecuada Autonomía

VIDARTE CLAROS. Armando. Tesis: perfil psicomotor de los niños entre 5 y 12 años diagnosticados clínicamente con el Trastorno por déficit de la atención e hiperactividad en la ciudad de Manizales. Manual De Observación Psicomotriz, Da Fonseca, Vítor. Factores psicomotores y su relación con las tres unidades funcionales: Fundamentos psiconeurológicos de la batería psicomotora (BPM). Primera edición. Barcelona (España): editorial Inde, 1998. Pág. 107.

Motricidad para el crecimiento del niño. Consultado el 27 de Octubre de 2013. Disponible en: <http://jugandomeejercito.blogspot.com/2010/04/tesis-parte-2.html>.

Coordinación Óculo- manual, consultada el 30 de Octubre de 2013. Disponible en: <http://jhonda85-jhonatan.blogspot.com/2010/03/coordinacion-oculo-manual.html>

10. ANEXOS

Anexo A. Plan de Actividades

ESCUELA SAN JUDAS TADEO NO 11																																	
SAN PEDRO - GUAYABAL																																	
PLAN DE ACTIVIDADES																																	
No. De Semanas	1			2			3			4			5			6			7			8			9			10					
Mes	Septiembre									Octubre									Noviembre														
DIAS	M	V	D	M	V	D	M	V	D	M	V	D	M	V	D	M	V	D	M	V	D	M	V	D	M	V	D	M	V	D	M	V	D
NUMERO DE SESIONES	3			3			3			3			3			3			3			3			3								
ACTIVIDADES																																	
Test de Praxia Global	P.G																																
Control y seguimiento A.A	CSA																																
Motricidad en campo				MC						MC						MC						MC											
TRABAJO ACUATICO																																	
Familiarización	↓																																
Flotación - Equilibración	↓																																
Inmersión - Respiración	↓																																
Propulsión - Deslizamiento	↓																																
Saltos - Giros	↓																																
Lanzamiento	↓																																
Ritmo	↓																																
Control y seguimiento A.A																											CSA						
Test de Praxia Global																											P.G						

PG. Praxia Global

CSA. Control y Seguimiento de la Actividad Acuática

MC. Motricidad en Campo

Anexo B. Macro ciclo de intervención sobre las Habilidades Motrices Acuáticas

ESCUELA SAN JUDAS TADEO NO 11										
SAN PEDRO - GUAYABAL										
MACROCICLO DE INTERVENCION										
Fase	ADAPTACION				ACUMULACION			MEJORAMIENTO		
Mes	Septiembre				Octubre			Noviembre		
Fecha	4-6-8	11-13-15	18 - 20 - 22	25 -27 -29	2 - 4 - 6	9 - 11 - 13	16 - 18 - 20	23 - 25 -27	30 - 1 - 3	6 - 8 - 10
Semanas	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Numero de Sesiones	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
Duración de la sesión	120'	120'	120'	120'	120'	120'	120'	120'	120'	120'
Duración total sesiones	360'	360'	360'	360'	360'	360'	360'	360'	360'	360'
TRABAJO EN TIERRA				120'			120'		120	
Motricidad Global (HMB de Locomoción)		80'		80'			80'		80'	
Motricidad Global (HMB de proyección y recepción)		40'		40'			40'		40'	
TRABAJO ACUATICO (H. M. A)	360'	240'	360'	240'	360'	360'	240'	360'	240	360'
Familiarización	50'	40'	50'	40'	30'	20'	10'	20'	10'	20'
Flotación	50'	30'	50'	30'	50'	30'	30'	30'	30'	30'
Equilibración	30'	30'	30'	30'	50'	30'	40'	30'	40'	30'
Inmersión	40'	20'	40'	20'	50'	40'	20'	40'	20'	40'
Propulsión	30'	20'	30'	20'	30'	60'	20'	60'	20'	60'
Respiración	50'	40'	50'	40'	40'	60'	40'	60'	40'	60'
Saltos	20'	20'	20'	20'	30'	40'	20'	40'	20'	40'
Giros	30'	20'	30'	20'	30'	30'	20'	30'	20'	30'
Lanzamiento	30'	10'	30'	10'	20'	30'	10'	30'	10'	30'
Ritmo	30'	10'	30'	10'	30'	20'	10'	20'	10'	20'

Anexo C. Formato de Sesión de Clase

DURACION SESION 60 MINUTOS. FECHA: SEPTIEMBRE 04/ 2013

NÚMERO DE SESION: 001 NÚMERO DE SEMANA: 1

DEPORTE: NATACION Methodologies: Mando Directo

TEMA: FAMILIARIZACION EN EL MEDIO ACUATICO

MATERIALES:

Piscina poco profunda

Tablas de natación

INTERVENCION: La sesión se dividirá en 2 periodos de 60" para cada grupo (primer grupo 9 niños, segundo grupo 9 niños)

El componente Preparatorio. (Tiempo: 5 Minutos)

Fase Inicial. Explicación del tema de la clase.

Fase Central. Estiramientos.

El niño se ubica frente al borde de la piscina. Se le pide que flexione un poco las piernas y empuñe las manos ubicándolas a la altura de la cadera. Lentamente levante ambos brazos hacia los lados, manteniendo las palmas de las manos hacia abajo. Eleve sólo hasta el nivel de los hombros

Fase Final. Calentamiento general y específico.

Párese derecho en la piscina. Separe los pies uno del otro Separe los brazos de su cuerpo y flexiónelos un poco Suavemente salte cerrando y abriendo los pies Repita el ejercicio. Realice el ejercicio lentamente.

El componente de Desarrollo.

Fase Inicial. Desarrollo de la temática central. (Duración 50')

1. Familiarización (Duración 15')

Actividades:

- Desplazarse dentro de la piscina poco profunda, caminando, gateando, saltando, corriendo
 - Perseguir a los compañeros para mojarse
 - Buscar objetos que flotan o que se encuentran hundidos dentro de la piscina poco profunda
2. Flotación (Duración 5')
 - Flotar en la piscina con ayuda de materiales
 - En flotación ventral, realizar desplazamientos con los brazos
 - A la señal, cambiar la posición de flotación ventral a flotación dorsal
 3. Equilibración (Duración 5')
 - Imitar el recorrido de un tren, detrás del educador
 - Seguir el trayecto, apoyándose siempre en alguna superficie
 4. Inmersión (Duración 5')
 5. Propulsión (Duración 4')
 6. Respiración (Duración 4')
 7. Saltos (Duración 3')
 8. Giros (Duración 3')
 9. Lanzamiento (Duración 3')
 10. Ritmo (Duración 3')

El componente final.

Fase inicial. Proceso de recuperación estiramientos. (Duración 5')

El profesor dispuso que se realizara un estiramiento de forma libre durante unos Cuantos minutos.

Fase central. Juegos pre deportivos o ejercicios a la temática central. (Duración3')

Estatuas: En la piscina poco profunda, un niño elegido al azar será el que convierta a los demás en estatuas, mientras sus compañeros se desplazan por toda la piscina evitando ser tocados. Si son tocados quedaran inmóviles hasta que otro compañerito pase por debajo de sus pies en forma de gateo

ANEXO D: FOTOS DE LOS NIÑOS DE LA ESCUELA SAN JUDAS TADEO DEL MUNICIPIO DE SAN PEDRO











