

El juego en el Desarrollo de la Coordinación Óculo Manual y Óculo Pédica en los Niños y Niñas
en Edad Escolar en el Colegio Portales del Rio de la ciudad de Tuluá

Lorena Correa Marulanda

Unidad Central del Valle del Cauca

Facultad de Ciencias de la Educación

Programa de Licenciatura en Educación Básica con Énfasis en Educación Física Recreación y

Deporte

Tuluá – Valle del Cauca

2017

El Juego en el Desarrollo de la Coordinación Óculo Manual y Óculo Pédica en los Niños y Niñas
en Edad Escolar en el Colegio Portales del Rio de la ciudad de Tuluá

Lorena Correa Marulanda

Trabajo presentado para optar al título de

Licenciado en Educación Básica con Énfasis en Educación Física Recreación y Deporte

Director

Mg. César Augusto Mazuera Quiceno

Unidad Central del Valle del Cauca

Facultad de Ciencias de la Educación

Programa de Licenciatura en Educación Básica con Énfasis en Educación Física Recreación y

Deporte

Tuluá – Valle del Cauca

2017

Nota de aceptación

Presidente del Jurado

Jurado

Jurado

Tuluá, 20 de noviembre 2017

Agradecimientos

Gracias al director del proyecto César Augusto Mazuera Quiceno que encaminó y ayudo a organizar la idea aceptando colaborar en el proyecto aportando todos sus conocimientos.

Gracias a los directivos del Colegio Portales del Río de la ciudad de Tuluá por permitirme realizar la práctica profesional docente en la Institución Educativa.

Dedicatoria

Dedicado a mis padres y pareja que han estado presente durante toda la carrera apoyando incondicionalmente todo el proceso de maduración humana y profesional sin importar mis errores y desaciertos.

.

Contenido

Resumen	9
Abstract	10
Introducción	11
1 El juego en el desarrollo de la coordinación óculo manual y óculo pédica en los niños y niñas en edad escolar	15
1.1 El juego y la lúdica origen y significado.....	15
1.2 Clasificación de los tipos de juegos	19
1.3 Las capacidades coordinativas	20
1.4 La coordinación óculo manual	24
1.5 La coordinación óculo pédica	26
2 Diseño metodológico	30
2.1 Hipótesis.....	30
2.1.1 Hipótesis de la investigación:	30
2.1.2 Hipótesis nula:	30
2.2 Enfoque y alcance	30
2.3 Diseño.....	30
2.4 Línea de investigación.....	31
2.5 Población y muestra	31
2.6 Variables:	31
2.6.1 Variable dependiente:	31
2.6.2 Variable independiente:	31
2.7 Criterios de inclusión:	34
2.8 Instrumentos de evaluación.....	34
2.8.1 Procedimiento de evaluación	34
2.9 Análisis estadísticos	35
3 Resultados	36
3.1 Resultados coordinación óculo manual.....	37
3.1.1 Prueba de hipótesis coordinación óculo manual.....	38
3.2 Resultados coordinación óculo pédica	40
3.2.1 Prueba de hipótesis coordinación óculo pédica.	41

4	Análisis y Discusión	43
5	Conclusiones	45
6	Recomendaciones	46
	Referencias	47
	Anexos	49

Lista de Tablas

Tabla 1. Programa de juego para el desarrollo de la coordinación óculo manual y óculo pédica	33
Tabla 2. Medidas de tendencia central y dispersión de las características antropométricas y de edad del grupo de investigación.....	36
Tabla 3. Contingencia pre-test coordinación óculo manual.....	37
Tabla 4. Contingencia pos-test coordinación óculo manual	38
Tabla 5. Prueba de Chi-cuadrado pos-test coordinación óculo manual	39
Tabla 6. Contingencia pre-test coordinación óculo pédica	40
Tabla 7. Contingencia pos-test coordinación óculo pédica.....	41
Tabla 8. Prueba de Chi-cuadrado pos-test coordinación óculo pédica	42

Resumen

La presente investigación evaluó el efecto que tiene la lúdica en el desarrollo de la coordinación óculo manual y óculo pédica en los niños y niñas en edad escolar de la Institución Educativa Colegio Portales del Rio del municipio de Tuluá; mediante el test de Vitor da Fonseca. El programa fue abordado con un enfoque cuantitativo, y un diseño cuasi experimental con pre y post prueba.

Fueron conformados dos grupos, un grupo control (n=16) y un grupo experimental (n=16) a los que se le evaluó la coordinación óculo manual y óculo pédica. El grupo experimental llevó a cabo el trabajo de coordinación durante 16 semanas las cuales buscaron desarrollar y optimizar la coordinación óculo manual y óculo pédica enfocado dicho trabajo con ejercicios desde una baja dificultad hasta la más alta. El grupo de investigación presentó una edad promedio de $9,72 \pm 0,729$ años, presentaron una mediana en la talla 135,50 cm y un peso corporal de $29,606 \pm 4,5952$ Kg.

Después de efectuar el programa de trabajo se presentaron diferencias estadísticamente significativas a nivel de coordinación óculo manual ($p=0,032$) y óculo pédica ($p=0,011$) en el grupo experimental.

Un programa que estimule la capacidad coordinativa óculo manual y óculo pédica en las clases de educación física estipuladas en el P.E.I de la institución educativa, arroja efectos positivos ya que estimula en su defecto el desarrollo de estas capacidades en el espacio y el tiempo adecuado.

Palabras clave: Coordinación, óculo pédica, óculo manual, juego lúdico.

Abstract

The present investigation evaluated the effect that a playful game program has on the development of the oculi manual and oculica pédica coordination in the children of school age of the Educational Institution Portales del Rio School of the municipality of Tuluá; through the Vitor da Fonseca test. The program was approached with a quantitative approach, and a quasi-experimental design with pre and post test.

Two groups were conformed, a control group (n = 16) and an experimental group (n = 16) to which the coordination of the oculus manual and the oculus pédica was evaluated. The experimental group carried out the coordination work for 16 weeks, which sought to develop and optimize the coordination of the oculi manual and oculica pédica focused on this work with exercises from low difficulty to the highest. The research group presented an average age of 9.72 ± 0.779 years, presented a median size of 135.50 cm and a body weight of 29.606 ± 4.5952 kg.

After carrying out the work program, there were statistically significant differences at the level of manual eye coordination ($p = 0.032$) and pedicle oculus ($p = 0.011$) in the experimental group.

A program that stimulates the coordination capacity oculculo manual and oculica pédica in the classes of physical education stipulated in the P.E.I of the educational institution, throws positive effects since it stimulates in his defect the development of these capacities in the space and the ideal time.

Key words: Pedic Accu Coordination, manual oculus coordination, playful game.

Introducción

Al realizar la práctica profesional docente en el Colegio Portales del Río de la ciudad de Tuluá, se observó que los niños y niñas del Colegio Portales del Río de los grados 4 y 5 de básica primaria presentan un nivel deficiente, el cual fue medido por medio del pre test de Vitor Da Fonseca con respecto a su coordinación óculo manual y óculo pédica, esto se puede deber a que en años anteriores no fueron direccionados por un licenciado en educación física en la básica primaria, es por ello que sus fases sensibles entendidas como “intervalos de tiempo limitados en los procesos de desarrollo de los seres vivos, en los que estos reaccionan a determinados estímulos del entorno con mayor intensidad que en otros periodos temporales y con los correspondientes efectos para el desarrollo” Thiess, Schnabel y Bauman, 1978 (como se citó en Martin , Nicolaus, Ostrowski, & Rost, 2004) no fueron desarrolladas y estimuladas adecuadamente. Autores como Winter y Weineck (como se citó en Lorenzo Camillero, 2009) plantean que existe un periodo o fases sensibles para desarrollar la coordinación.

Para alcanzar el objetivo se realizó un diagnóstico de los niveles de la coordinación óculo manual y óculo pédica de los estudiantes que participaron de la investigación. Se planificó, estructuró y empleó un programa de juego de 16 semanas en el cual se orientó al desarrollo de las capacidades coordinativas.

En la educación física de la básica primaria, tenemos una herramienta de trabajo muy valiosa que ayuda a la dinámica de grupo, para que así los estudiantes afiancen sus fases sensibles y su estancia en la clase sea más agradable, a esta herramienta se le conoce como Juego, el cual se define como “una acción u ocupación libre, que se desarrolla dentro de unos límites temporales y espaciales determinados, según reglas absolutamente obligatorias, aunque libremente aceptadas,

acción que tiene su fin en sí misma y va acompañada de un sentimiento de tensión y alegría y de la conciencia de ser de otro modo que en la vida corriente” (Huizinga, 2007, p. 28).

Es por estas razones se tiene la iniciativa de utilizar al juego como herramienta para desarrollar la coordinación óculo manual y óculo pédica en los estudiantes de cuarto grado del colegio portales del río en la ciudad de Tuluá. La importancia de desarrollar esta investigación se fundamenta como el juego puede mejorar el desarrollo de las capacidades coordinativas en la institución educativa colegio portales del río en la ciudad de Tuluá, en donde los estudiantes demuestran una clara evidencia de la necesidad de trabajo enfocada a las habilidades motrices básicas.

Es por ello que se optimizó el trabajo motor en los estudiantes de cuarto grado en edad escolar ya que al trabajar en dichas habilidades tuvieron progresos más relevantes y de esta manera incrementaron procesos de trabajo formativos ya que algunas capacidades fundamentales no fueron desarrolladas y potenciadas correctamente debido a que los tiempos de estimulación no fueron aprovechados correctamente, como fue evidente en el test desarrollado al inicio de la intervención, el cual buscó mejorar los procesos motores por medio del juego y que las posibilidades motoras de esta población en edad escolar mejoren.

Es evidente los problemas motores en los estudiantes tales como, la dificultad para patear un balón, tirar una pelota por encima de la cabeza o problemas de atención generalizados y enfocados al desinterés, de allí radica la importancia de trabajar las etapas sensibles en los tiempos estimados para que el desarrollo de cada individuo sea óptimo y se llegue a un fin promisorio para el niño y como la base del proyecto es el juego se hizo de una manera agradable y divertida buscando no ejercer en el estudiante presión u opresión. De allí radica la necesidad

de realizar este tipo de intervenciones y procesos con los estudiantes de edad escolar temprana y enfocarnos con la ayuda de docentes calificados y cualificados para llevarlos a cabo.

De ante mano es de resaltar que los niños se benefician motriz y socialmente, ya que en la actualidad es evidente el deterioro de las relaciones interpersonales entre los estudiantes en edades escolares; de ahí podemos objetar la importancia de educar con armonía y el respeto, y que mejor acto que desde la educación física.

Recientes investigaciones como la de Marimon y Marimon (2015) han planteado propuestas lúdicas como estrategia pedagógica, utilizando el juego como herramienta para la mejora de la lectoescritura, llamada JUGUEMOS CON ABC, en este estudio se evidencia como el juego es una herramienta facilitadora del aprendizaje de los niños mejorando la dinámica de las clases con la aplicación del juego.

Por otra parte para Suárez y Parrado, (2016) la capacidad óculo pédica fue primordial para realizar su programa de intervención la cual se fundamentó en el trabajo de la coordinación visopédica y el control orientado en la edad de 14 años en futbolistas de la escuela Dortmund en la ciudad de Bogotá. La cual dio como resultado después de doce semanas de trabajo, que el 30 % de la muestra alcanzó su menor tiempo en el primer intento, mientras que en el 3 intento el 20% y en el 4 y último intento se evidencio que el 50% llego a su menor tiempo en el test, además de esto se presentó que en el segundo intento ningún participante de la muestra alcanzó su menor registro.

De lo anterior se puede verificar que un programa de juego fundamentado y ejecutado correctamente puede dar como resultados cambios significativos en los niveles de la capacidad óculo manual y óculo pédica.

Al ser implementado en las clases de Educación Física es de gran beneficio en el ámbito profesional ofreciendo al instructor tácticas y técnicas pedagógicas, al trabajar las capacidades coordinativas en las fases ideales para su desarrollo a gran escala, en su vida cotidiana y en sus destrezas deportivas.

De lo anteriormente expuesto surgió la siguiente pregunta de investigación:

¿Qué efectos tiene un programa de juego en el desarrollo de la coordinación óculo manual y óculo pédica en los niños y niñas en edad escolar de la Institución Educativa Colegio Portales del Rio del municipio de Tuluá?

1 El juego en el desarrollo de la coordinación óculo manual y óculo pédica en los niños y niñas en edad escolar

1.1 El juego y la lúdica origen y significado

El juego es un derecho legítimo de la infancia, y representa un aspecto crucial del desarrollo físico, intelectual y social de cada persona. El juego es un fenómeno masivo y un derecho de la infancia. Es espontáneo, satisfactorio y divertido, y tiene varios beneficios tales como: educar, aprender, desarrollar habilidades cognitivas y sociales. Por medio del juego interactúan y socializan con sus pares; además posee beneficios terapéuticos brinda a los niños y niñas la oportunidad de expresar aspectos familiares que generan conflicto en su ser (Huertas, 1999).

El juego es una actividad que se encuentra presente en todas las sociedades desde tiempos remotos, y hasta hace muy poco tiempo el juego era considerado una pérdida de tiempo, visto como una manifestación de ocio y de mal uso de la administración del tiempo, algunos escritores e investigadores como Huizinga (1987) plantea que el juego es una acción u ocupación del tiempo libre que se desarrolla en un tiempo limitado y con unas reglas específicas (como se citó en Mauriera & Mauriera, 2011).

Como seres sociales nuestras acciones son fortalecidas mediante aspectos sensibles que se encuentran en el interior y el exterior del medio que nos rodea, y su realización con respecto a cualquier actividad. Esto lo podemos evidenciar desde el nacimiento y por esta razón el juego se convierte en un recreo que motiva e influencia al niño o niña para la construcción del saber. Para Vender (1999): “El juego es cualquier actividad que se hace por sí misma sin atender a las consecuencias” (como se citó en Otálvaro, 2016, p. 27).

Para Otálvaro (2016) el juego se presenta como:

Una herramienta útil y recurrente en los procesos de aprendizaje, que proviene de una dialéctica inherente a cada sujeto y propia de él y que se desarrolla en la medida en que los humanos interactuamos con el ambiente (p. 26).

Para Freud (como se citó en Ortí, 2004) el juego constituye una forma natural y realista de los niños y niñas expresarse, que ha sido investigada desde varios enfoques. El juego es objeto de estudio, por ser importante en el ánimo de los niños, y en la terapia psicológica, al igual que en el desarrollo de la motricidad; esto se puede observar en estudios como el realizado por Castro, Marimon y Marimon (2015) quienes plantearon una propuesta lúdica como estrategia pedagógica, utilizando el juego como herramienta para la mejora de la lectoescritura, en niños y niñas en edades entre los cinco y siete años; estos autores plantearon una estrategia lúdica llamada JUGUEMOS CON ABC y utilizaron el juego como estrategia de enseñanza para que los niños aprendieran las vocales, el abecedario, la pronunciación y la escritura de letras y consonantes; cambiando la perspectiva monótona del papel, el lápiz y el tablero. En este estudio se evidencia como el juego es una herramienta facilitadora del aprendizaje de los niños mejorando la dinámica de las clases con la aplicación del juego, la aceptación de la estrategia lúdica tuvo admisión por parte de los docentes del 100% y por parte de los estudiantes de un 89%.

Freud (1929) enfatiza también que el juego es una actividad cercana al ser humano desde sus primeras horas de vida. El niño empieza a jugar sin que se le invite u obligue a hacerlo, lo cual genera una pregunta, ¿cual es la necesidad de realizar actividades que generen alegría y empatía con su entorno?. Una de las teorías de Freud manifiesta o establece que el juego produce una sensación liberadora de emociones reprimidas, dejando al niño aliviado para expresarse como

deseo y libremente. Por último para Freud, a través del juego el niño consigue controlar los sucesos, iniciando en una actitud desinteresada o pasiva a controlador.

Meneses y Monge (2001) plantean que el juego infantil:

Está constituido por las actividades lúdicas en las que el niño representa algún papel e imita aquel aspecto más significativo de las actividades adultas y de su contacto con ellas. La evolución del niño y el juego está relacionada con el medio en que se desenvuelva, el cual va a mediar en el desarrollo de las habilidades y destrezas. El juego resulta de una actividad creativa natural, sin aprendizaje anticipado, que proviene de la vida misma. Tanto para el ser humano como para el animal, el juego es una función necesaria y vital. La acción de jugar es auto motivada de acuerdo con los intereses personales o impulsos expresivos. El juego natural tolera todo el rango de habilidades de movimiento, las normas o reglas son autodefinidas, la actividad es espontánea e individual. Es en parte un reflejo del entorno que rodea al individuo; una actividad necesaria, ya que contribuye al desarrollo integral del infante. Diversos autores, como los que se mencionan a continuación, emiten sus criterios acerca del juego. Díaz (1993) lo caracteriza como una actividad pura, donde no existe interés alguno; simplemente el jugar es espontáneo, es algo que nace y se exterioriza. Es placentero; hace que la persona se sienta bien (p. 114).

La definición de juego planteada por Huizinga, Cagigal y Motta ayuda a entender el concepto de juego, ya que proponen el juego como una acción lúdica que genera gratitud, armonía y placer para el niño, adulto y ser humano en general:

Huizinga: el juego es una acción u ocupación libre, que se desarrolla dentro de unos límites temporales y espaciales determinados, según reglas absolutamente obligatorias, aunque libremente aceptadas, acción que tiene fin en sí misma y va acompañada de un

sentimiento de tensión y alegría y de la conciencia de -ser de otro modo- que en la vida corriente.

Cagigal: acción libre, espontánea, desinteresada e intrascendente que se efectúa en una limitación temporal y espacial de la vida habitual, conforme a determinadas reglas, establecidas o improvisadas y cuyo elemento informativo es la tensión.

Motta: es el juego una manifestación externa del impulso lúdico (como se cito en Posada, 2014, p. 23).

Como se ve en la investigación de Echarri (2014) se planteó una serie de ejercicios que potenciaban la capacidad motriz viso-manual, los cuales se orientaron en el ejercicio de esta capacidad específica, en el resultado de esta intervención no hubo avance ya que el tiempo del que presumieron fue muy corto menor al de las doce semanas recomendadas normalmente, pero subjetivamente pudieron manifestar que con el tiempo adecuado la investigación arrojaría un resultado superior.

Por consiguiente la lúdica es una herramienta importante en el desarrollo de la personalidad en los niños y niñas en edad escolar temprana. Como veremos a continuación.

La lúdica proviene del latín ludus, dicese de lo perteneciente o relativo al juego. El juego es lúdico, pero no todo lo lúdico es juego. El concepto de la *lúdica* es sumamente amplio y complejo, pues se refiere a la necesidad del ser humano, de expresarse de variadas formas, de comunicarse, de sentir, de vivir diversas emociones, de disfrutar vivencias placenteras tales como el entretenimiento, el juego, la diversión, el esparcimiento, que nos llevan a gozar, reír, gritar, a vivir, siendo una verdadera fuente generadora de emociones, que nos lleva inclusive a llorar. La Lúdica fomenta el desarrollo psico-social, la conformación de la personalidad, evidencia valores, puede orientarse a la adquisición

de saberes, y encerrando una amplia gama de actividades donde interactúan el placer, el gozo, la creatividad y el conocimiento (Yturralde, 2017).

Para Jiménez (2003) la lúdica, es una práctica cultural y social que involucra también una extensión del ser que se ve obligado a practicarla a lo largo de la vida, no son actividades, no es una ciencia, ni una disciplina, ni mucho menos una nueva moda, por lo contrario es algo innato en el ser humano. Desde esta representación la lúdica está sujeta al día a día del individuo, ya que le da sentido a la vida misma. Las prácticas lúdicas son un conjunto de cualidades y de preferencias que surcan todo el cuerpo humano hablando literalmente. Son métodos y técnicas intelectuales, orgánicas y subjetivas que proceden a través del desarrollo humano. En resumidas cuentas son encuentros emotivos que generan una cadena de invenciones al socializar naturalmente con el otro.

1.2 Clasificación de los tipos de juegos

Caillois (1986) considera que el juego y la vida normal son campos opuestos y compatibles, dado que entre juegos, hábitos y comunidades existen relaciones de acuerdo, reciprocidad y armonía. Resalta de los juegos la característica de permanencia y continuidad de lo singular y lo particular, es decir, tienen consecuencias en el tiempo, cambian y se adecúan con premura y habilidad en disímiles sociedades y es por esto que realizó una clasificación de los tipos de juegos las cuales se caracteriza por ser:

Libre: nadie puede obligarte a jugar, es una actividad libre y voluntaria.

Separada de la realidad: se separa de la vida cotidiana en un espacio y tiempo determinados.

Incierta: la conclusión del juego no está determinada, la duda tiene un papel fundamental ya que está sujeta a la iniciativa del jugador.

Improductiva: no se crea bienes ni riquezas fuera del juego, cuando se termina, las cosas vuelven a empezar como la primera vez.

Reglamentada: tiene leyes precisas para la realización de la actividad.

Ficticia: una realidad secundaria en la que se está jugando, la fantasía es el elemento principal.

1.3 Las capacidades coordinativas

Durante décadas, los entrenadores fijaban su atención en las capacidades condicionales tales como son la fuerza, la resistencia y la velocidad ya que eran la base para el desarrollo y aplicación de cualquier disciplina deportiva, pero se dieron cuenta que hacía falta estudiar otro tipo de instrumentos que formaran un deportista completo, ágil, potente, orientado, coordinado y demás necesidades físicas que surgieran dependiendo de cada disciplina deportiva. Por esta razón se vieron en la necesidad de explorar y adquirir nuevas herramientas de trabajo más incluyentes y así llegaron a la conclusión de estudiar más a fondo capacidades novedosas conocidas hoy como capacidades coordinativas y estas a lo largo de la práctica demostraron que permiten efectuar y potenciar los movimientos con precisión, economía y eficacia al alcance de todos (Meinel & Schnable, 2004).

Mayorga y Lugo (2013) realizaron una propuesta pedagógica como medio para fortalecer la coordinación en niños y niñas del grado transición, después de ser aplicado el test de coordinación corporal de Kiphard y Shilling, los niños y niñas obtuvieron una mejoría de regular

a buena en los tiempos en que realizan los ejercicios. Los niños se destacan un poco más que las niñas ya que todas las actividades las ejecutan en menor tiempo.

Para Jacob (2003) las capacidades coordinativas asumen tres funciones básicas:

- Las capacidades coordinativas como elemento que condiciona la vida en general.
- Las capacidades coordinativas como elemento que condiciona el aprendizaje motor.
- Las capacidades coordinativas como elemento que condiciona el alto rendimiento deportivo (como se citó en Caizal & Pijal, 2012, p. 137).

En el estudio realizado por Gonzales (2013) donde se evaluó las capacidades coordinativas por medio de la batería de Da Fonseca, en pacientes de un hospital infantil quienes fueron diagnosticados con déficit de atención, el estudio fue enfocado específicamente el equilibrio y la praxia global. Este plan de trabajo fue ejecutado en doce sesiones, con una duración de 45 minutos, dos sesiones por semana, se obtuvo una mejoría del 60% en el equilibrio y un 80% en el déficit de atención y la praxia global.

Las capacidades coordinativas son sin duda un elemento importante en el desarrollo físico del niño, ya que si bien algunas de ellas no parecen jugar un papel decisivo en la práctica evolutiva de las habilidades motrices básicas del niño, otras en cambio pueden llegar a ser de capital importancia (Meinel & Schnable , 2004).

Para Dietrich, Klaus y Klaus (2001) las capacidades coordinativas son consideradas como requisitos de rendimiento físico, que capacitan al niño y niña para ejecutar acciones deportivas, o cotidianas. El conjunto de estas capacidades posibilitaría la creciente mejora de ejecuciones de los movimientos coordinados, base para una vida más saludable, y de los aprendizajes básicos del currículo escolar. Estos autores proponen seis capacidades coordinativas:

- **Diferenciación:** es la capacidad de lograr una coordinación muy fina de fases motoras y movimientos parciales individuales, la cual se manifiesta en una gran exactitud y economía del movimiento total. Imaginen a un saltador de garrocha (pértiga) realizando su salto, moviendo cada segmento de su cuerpo en forma diferencial a medida que avanza hacia el listón, salta y cae sobre el colchón.
- **Acoplamiento:** es la capacidad de coordinar movimientos parciales del cuerpo entre sí y en relación del movimiento total que se realiza para obtener un objetivo motor determinado. El nado sincronizado o la gimnasia rítmica o artística pueden quizá ser los mayores exponentes.
- **Orientación:** es la capacidad de determinar la posición y los movimientos del cuerpo en el espacio y el tiempo, en relación a un campo de acción definido y/o a un objeto en movimiento. He aquí una capacidad fundamental para deportes de conjunto como el hockey.
- **Equilibrio:** es la capacidad de mantener o recuperar la posición del cuerpo durante la ejecución de posiciones estáticas o en movimiento. Esta capacidad varía mucho según la disciplina, pero puede verse en su plenitud en deportes tales como el ciclismo o el esquí.
- **Cambio:** Es la capacidad de adaptación de un individuo a las nuevas situaciones que se presentan durante la ejecución de una actividad física que presenta numerosas interferencias del entorno. Otra capacidad íntimamente relacionada con los deportes con pelota, donde el jugador analiza constantemente la situación de sus compañeros y adversarios, además de la suya propia.
- **Ritmo:** Es la capacidad de producir mediante el movimiento un ritmo externo o interno del ejecutante / La repetición regular o periódica de una estructura ordenada. Obviamente, no hablamos de bailar bien cuando hablamos de ritmo, sino de poseer

un “sentido del ritmo”. En carreras como la maratón, este sentido del ritmo es fundamental.

- Relajación: es la capacidad de relajar (liberar de tensión) de forma voluntaria a la musculatura. Piensen en un tirador, quien debe liberarse de tensión a tal nivel que consiga disminuir su ritmo cardíaco para encontrar el mejor momento para disparar (p. 68).

A continuación veremos como algunos autores definen las capacidades coordinativas y su importancia en la preparación física de niños y niñas.

La práctica deportiva para Eschnabel (1987) ya sea en la clase de educación física, en el deporte extraescolar, en el deporte de tiempo libre, en la formación física militar, como en el deporte de alto rendimiento tiene la función de desarrollar en los deportistas aquellas cualidades que los capaciten para obtener rendimientos coordinativos elevados. ¿Pero cuáles son esas cualidades? Las mismas se denominan cualidades de rendimiento o mejor aún capacidades. Lo importante es seleccionar, dentro del cúmulo de cualidades que determinan el rendimiento deportivo actuando en complejo, aquellas cualidades relacionadas primeramente a los procesos de conducción y regulación, y que están condicionadas fundamentalmente por estos. Estas son las capacidades coordinativas (cómo se citó en Escobar, 2012, p. 63).

Matvéev (1983) define "las capacidades de coordinación" como la capacidad de organizar o formar episodios motrices integrales. Para Platonov (2001) las capacidades coordinativas están fundamentadas en las exposiciones de las transformaciones físicas y antelaciones de espacio y tiempo, son la base de la actividad física de los individuos en situaciones de momento y poco estables. Para Manno (1994) las capacidades de coordinación, en la mayor parte del tiempo son un conjunto de acciones y procesos organizados y controlados que tienen un resultado eficaz y asertivo. (como se citó en Escobar, 2012).

1.4 La coordinación óculo manual

La coordinación óculo manual es parte fundamental y protagonistas en las funciones primarias, en el uso indicado y el aprovechamiento del espacio y en la objetividad del movimiento para llegar a realizar óptimamente las posturas que trabajan y son parte en la coordinación como conjunto. La coordinación óculo manual es dependiente del nivel de madurez del sistema nervioso del sujeto, es por ello que se debe tener en cuenta este aspecto a la hora de evaluar dicha capacidad, se debe añadir que la coordinación óculo manual depende en buena medida del tono muscular del sujeto (Martínez, 2002).

La coordinación óculo manual comprende la capacidad de coordinar movimientos manuales con referencias perceptivo-visuales, es decir mantener coordinados los movimientos de manos y brazos con relación a los ojos y lo que ellos perciben en cuanto a la distancia y el movimiento o la velocidad de un determinado objeto, lo que permite la armonía de la ejecución conjunta (Da Fonseca, 1998)

Uno de los beneficios que trae la realización de ejercicio físico o trabajos que involucren la coordinación óculo manual es que posibilita la práctica de las actividades que requieren motricidad fina ya que la base fundamental será la ejecución manual, lo que conlleva a mejorar la escritura a través de actividades dirigidas a el ejercicio de movimientos oculares, el trabajo de la mirada y su correcta orientación, provocar distintas sensaciones en las manos, trabajar la concordancia entre los ojos y la actividad manual (Díaz, 2001).

En la investigación realizada por Rosero, Palma y Dávila (2012), en la cual se trabajó la coordinación y la agilidad en niños y niñas en edad escolar temprana, por medio de la batería de Da Fonseca en la que se obtuvieron resultados concretos y válidos, ya que mejoró la motricidad

de los niños y niñas, en especial, el de las capacidades relacionadas con la coordinación del movimiento, arrojando como resultado que con respecto al grupo experimental, los hombres presentaron mayores niveles de hiperpraxia (63,0%) que las mujeres (44,4%), apreciándose mayor facilidad coordinativa del género masculino con respecto a actividades relacionadas con la motricidad gruesa o praxia global.

“La coordinación óculo manual se refiere al movimiento con una o ambas que se efectúa con precisión sobre la base de una impresión visual previamente establecida que permite la armonía de la ejecución.” (Arenas, 2008, p. 84)

La coordinación es aquella acción que se realiza con las manos en relación con los ojos, en conexión con el cerebro. Es muy útil fortalecer una buena coordinación viso-manual en el niño y niña ya que fundamenta el desarrollo de las capacidades que se presentan en el diario vivir y al convivir con su entorno (Granillo & Macias, 2013)

La coordinación se define como el control nervioso de las contracciones musculares en la realización de los movimientos motores, también como la operación de los músculos agonistas y antagonistas del movimiento. En el niño estos movimientos son realizados mediante el desarrollo de capacidades coordinativas que necesitan de un alto grado de exactitud al ser ejecutados en concordancia con la visión y las extremidades periféricas. La coordinación viso-manual se caracteriza por un proceso en el que, el niño o niña, utiliza todo el brazo y la mano para realizar cualquier movimiento en el que potencie la motricidad fina, será la práctica, la tonificación y el paso de la edad que darán paso a la individualización y emancipación de cada segmento periférico, para futuros aprendizajes. (Aguirre, 1994)

1.5 La coordinación óculo pédica

Comprende la capacidad de coordinar movimientos pedales con referencias perceptivo- visuales, es decir tener coordinados los movimientos de mis piernas con respecto a los ojos y lo que ellos perciben, lo que permite la armonía de la ejecución continua (Da Fonseca, 1998).

La coordinación óculo pédica es la capacidad que posee un individuo para utilizar los pies y la vista con el objeto de realizar una tarea o actividad. La coordinación viso pedal es una actividad conjunta de lo perceptivo con las extremidades, mas con las piernas que con los brazos implicando además un cierto grado de precisión en la ejecución de la conducta. Primero se realiza una ejercitación con respecto a la visualización del objeto y la motivación en la tarea de ejecutarla. Es la capacidad que posee el individuo para utilizar simultáneamente los pies y la vista con el objeto de realizar una tarea óptima, implica además un cierto grado de precisión en la ejecución de la conducta. El niño va desarrollando sus facultades psíquicas y motrices para integrarse al medio ambiente con todas sus variantes. Después de una larga evolución para ir explorando el espacio y adquirir unas experiencias determinadas, el niño va acomodándose a su entorno y esta adaptación suspendida al nivel de madurez hacia los 4 años estos movimientos adquirirá precisión (Jiménez & Alonso, 2007).

La capacidad óculo pédica, es utilizada para llevar a cabo ejercicios con los pies y piernas utilizando la vista principalmente, por ejemplo saltos de vallas, conducciones de balón, desplazamientos a lo largo y ancho de un lugar. La capacidad óculo-pédica, se refiere a la óptima ejecución de los pies, realizando tareas idóneas y sistémicas con las piernas en determinada disciplina deportiva. En algunas disciplinas es fundamental el uso de la capacidad óculo pédica tales como el atletismo, el voleibol, el baloncesto y específicamente en el fútbol,

por lo tanto es un aspecto importantísimo que se debe tener en cuenta a la hora de ejecutar entrenamientos enfocados en ello, para así poder brindar cambios y optimizar el resultado en estos aspectos los cuales pueden ser mejorados, gracias al entreno tanto en futbol propiamente dicho o en clases en educación físicas dirigidas al desarrollo de la capacidad (Suárez y Parrado, 2016).

Para Suárez y Parrado, (2016) la capacidad óculo pédica fue fundamental para llevar a cabo su investigación la cual consistió en el trabajo de la coordinación visopédica y el control orientado en la edad de 14 años en futbolistas de la escuela Dortmund en la ciudad de Bogotá. La cual arrojó como resultado después de un proceso y desarrollo de trabajo no menor a doce semanas en el test de coordinación visopédica. El 30 % de la muestra alcanzó su menor tiempo en el primer intento de tres, mientras que en el 3 intento el 20% y en el 4 y último intento se evidencio que el 50% llevo a su menor tiempo en el test, además de esto se presentó que en el segundo intento ningún participante de la muestra alcanzo su menor registro.

Como podrán ver a continuación la siguiente investigación tuvo por objetivo realizar un estudio sobre, la coordinación en la precisión del pase de fútbol en el club femenino cumanda agua lluvia de la ciudad de puyo en el periodo marzo - julio del 2016, este tema se considera de suma importancia ya que al momento en el Club Cumanda Agua Lluvia de la Ciudad de Puyo no se ha realizado un estudio adecuado, encontramos la debilidad en las futbolistas al no haber practicado y desarrollado la capacidad física y técnica del grupo de estudio. La población con la que se trabajó fue de 15 futbolistas, donde se tomó como punto inicial, evaluar la Coordinación en la precisión del pase de las futbolistas mediante la aplicación de test técnico inicial, para medir la coordinación y precisión de pase mediante la aplicación del test Óculo Pedal - Test de Precisión de Pase y posterior una intervención de 4 semanas de trabajo, se compararon los test

iniciales y test finales de las dos variables, llegando a la conclusión que en los primeros test iniciales las futbolistas no alcanzaron el nivel aceptable dentro de los parámetros establecidos. En este sentido se realizó un programa de ejercicios de coordinación mediante sesiones de entrenamiento, que luego de 4 semanas de entrenamiento se volvió a tomar nuevamente los test finales para poder comparar el test inicial con el test final dándonos como resultados el mejoramiento de la coordinación, precisión de pase y por lo que se considera que el programa de ejercicios si funciona. Siendo una investigación cuasi-experimental y descriptiva, apoyado con un trabajo de campo. Llegando a la conclusión que, después de haber aplicado el programa de ejercicios de coordinación en la precisión del pase y el post test se obtuvo los siguientes resultados, los cuales mejoraron positivamente en los parámetros, en el test inicial podemos interpretar que el 100% de las futbolistas están en el rango normal y luego en el test final podemos notar que todas las futbolistas mejoraron considerablemente y ahora están en el rango alto. En el test inicial de precisión del pase podemos interpretar que el 13% de las futbolistas están en el rango bueno y el 80% están en el rango regular dejándonos un 7% en el rango deficiente luego en el test final podemos notar que las futbolistas mejoraron considerablemente y ahora el 20% está en el rango muy bueno y el 80% se encuentra en el rango bueno (Gutierrez, Saltos, & Olvera, 2016).

Para Paish (1992) la coordinación es:

La actividad armónica de diversas partes que participan en una función, especialmente entre grupos musculares bajo la dirección cerebral. La coordinación dinámica general, comienza al nacer y concluye a los 16 años, siendo la responsable del control preciso del cuerpo y de todos sus miembros ya sea en movimientos rápidos o lentos. La coordinación óculo manual y óculo pédica constituyen los pilares funcionales primarios en la

apreciación del espacio y en la realización del movimiento hasta llegar el dominio de las posturas que intervienen en toda coordinación (Martínez, 2002).

Cuando se habla de coordinación visomotora autores como Arenas Acevedo (2008) la define como el movimiento que establece una relación directa entre la visión y el cuerpo, esto indica que el control oculocorporal favorece la acción motora.

Para Arenas Acevedo (2008) dentro de la coordinación visomotora se encuentran la coordinación óculo manual y óculo pédica, esta última expresa que la impresión visual construye y establece previamente la ejecución del movimiento de los miembros inferiores, ya sea de forma individual o grupal, por tríos, parejas. o pequeños grupos. Para este autor existen diversas formas de graduar la dificultad de un gesto motriz: objeto y cuerpo en reposo, objeto en reposo y cuerpo en movimiento y objeto y cuerpo en movimiento.

2 Diseño metodológico

2.1 Hipótesis

2.1.1 Hipótesis de la investigación:

Un programa de juego genera cambios significativos en la coordinación óculo manual y óculo pédica en los niños y niñas en edad escolar de la Institución Educativa Colegio Portales del Rio del municipio de Tuluá.

2.1.2 Hipótesis nula:

Un programa de juego no genera cambios significativos en la coordinación óculo manual y óculo pédica en los niños y niñas en edad escolar de la Institución Educativa Colegio Portales del Rio del municipio de Tuluá.

2.2 Enfoque y alcance

Este estudio empleó el enfoque cuantitativo, dado que los resultados de la evaluación del protocolo fueron sometidos a procesos estadísticos, de corte longitudinal, al ser la muestra intervenida durante 16 semanas. Mientras que el alcance fue de tipo explicativo, pues se pretendió determinar el efecto del juego en el desarrollo de la coordinación óculo manual y óculo pédica en los niños y niñas en edad escolar.

2.3 Diseño

Este estudio fue cuasi-experimental, de pre-prueba y pos-prueba con grupo control, teniendo en cuenta que la muestra de los escolares fue seleccionada a conveniencia.

2.4 Línea de investigación

Educación física, recreación y deporte.

2.5 Población y muestra

La población de esta investigación fueron los estudiantes Institución Educativa Colegio Portales del Río de la ciudad de Tuluá, donde se seleccionó la muestra a conveniencia, la cual estuvo conformada por 32 niños y niñas en edad escolar temprana, distribuidos en dos grupos uno experimental (16) y otro control (16).

2.6 Variables:

2.6.1 Variable dependiente:

La coordinación óculo manual y óculo pédica.

2.6.2 Variable independiente:

El programa de juego se llevó a cabo con 16 estudiantes que pertenecían al grupo experimental, entre las edades de nueve y once años respectivamente, estuvo dividido en cuatro fases, una fase llamada aprendizaje motriz caracterizada por hacer mayor énfasis en la coordinación óculo manual y óculo pédica individualmente, otra fase llamada desarrollo coordinativo la cual combina periodos de trabajo enfatizados en cuanto a la coordinación óculo manual y óculo pédica con la tarea motriz temporal y espacial al igual que la diferenciación del objeto, también una fase denominada perfeccionamiento variado la cual asocia el trabajo individual y grupal de la coordinación óculo manual y óculo pédica con la tarea motriz temporal y espacial; y una fase final llamada perfeccionamiento específico la cual asocia todas las tareas motrices (temporal,

espacial y diferenciación del objeto) pero en grupos conformados por dos, tres y cuatro individuos llamada coordinación mixta, cada fase duró un mes específicamente, el trabajo se realizó desde los meses de marzo hasta junio, y tuvo una duración de sesenta minutos (60') por clase, dos clases por semana, ciento veinte minutos en total (120').

Para la realización y aplicabilidad del programa se tuvo en cuenta la clasificación del ejercicio desde su grado de complejidad, de lo más fácil que sería objeto y cuerpo sin movimiento a lo más difícil que en este caso sería objeto y cuerpo en movimiento (ver tabla 1).

Tabla 1. Programa de juego lúdico para el desarrollo de la coordinación óculo manual y óculo pédica

Fase	Aprendizaje Motriz				Desarrollo coordinativo				Perfeccionamiento Variado				Perfeccionamiento específico				
Mes	F	Marzo				Abril				Mayo				Junio			
Días	28 febre	6-10 Marzo	13-17 Marzo	20-24 Marzo	27-31 Marzo	3-7 Abril	10-14 Abril	17-21 Abril	24-28 Abril	01-05 Mayo	08-12 Mayo	15-19 Mayo	22-26 Mayo	29 Mayo	05-09 Junio	12-16 Junio	
Semanas	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	
Sesiones	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	
Duración sesión	60'	60'	60'	60'	60'	60'	60'	60'	60'	60'	60'	60'	60'	60'	60'	60'	
Total	120'	120'	120'	120'	120'	120'	120'	120'	120'	120'	120'	120'	120'	120'	120'	120'	
Calentamiento- vuelta a la calma	15'	15'	15'	15'	15'	15'	15'	15'	15'	15'	15'	15'	15'	15'	15'	15'	
<i>Capacidades</i>																	
Coordinación Óculo manual	60'	60'	60'	60'	60'	40'	60'	40'	30'	20'	30'		20'	10'		30'	
T.M. Lanzamiento orientación espacial	15'	15'	30'	20'		10'	20'	10'	5'								
T.M. Lanzamiento orientación temporal	15'	15'		20'	20'	10'	20'	15'	5'								
T.M. Lanzam. orientac. temporal-espacial	15'	15'	30'	20'	20'	10'	20'	15'	5'	10'			20'			15'	
T.M Lanzamiento diferenciación	15'	15'			20'	10'	20'		15'	10'	30'			10'		15'	
Coordinación óculo pédica	60'	60'	60'	20'	20'	80'	30'	60'	20'	20'	30'		20'	10'		30'	
T.M. Lanzamiento orientación espacial	15'	15'		20'	10'	30'	10'	20'	10'								
T.M. Lanzamiento orientación temporal	15'	15'	30'		5'	20'	10'	20'	10'			20'			15'		
T.M Lanzamiento diferenciación	15'	15'	30'		5'	30'	10'	20'	10'	10'	30'			10'		15'	
Coordinación mixta	15'	15'		40'	40'		30'		40'	40'	60'	120'	80'	100'	120'	50'	
Juegos lanzamientos por parejas	15'	15'		20'	10'		10'		15'	15'	15'	45'	25'	40'	60'	20'	
Juegos lanzamiento por grupos pequeños				20'	10'				15'	15'	15'	45'	25'	40'	60'	20'	
Juegos lanzamiento por grupos grandes					10'		20'		10'	10'	30'	30'	30'	20'		10'	

Fuente: La autora.

2.7 Criterios de inclusión:

Pertenecer a la institución educativa Colegio Portales del Río de la ciudad de Tuluá, que se encuentren entre los rangos de edad escolar temprana, que no posea el estudiante ninguna limitación motriz o cognitiva.

2.8 Instrumentos de evaluación

El instrumento empleado para la evaluación fue validado por el autor y creador de la batería Vítor da Fonseca, relacionando en su manual de observación psicomotriz, este test fue establecido gracias de una serie de pruebas estandarizadas de manera particular e individual (Da Fonseca 1998), presentando la validez y veracidad del instrumento; ya que esta se establece al validar un instrumento de medición al compararlo con algún criterio externo que pretenda medir lo mismo. Además se puntualiza y detalla en el manual que cuando es dirigida cuidadosamente, la Batería Psicomotora (BPM) tiene demostrado su beneficio y su importancia formativa, como muestran los diversos estudios realizados y en donde ha sido aplicada y efectuada la batería.

2.8.1 Procedimiento de evaluación

La evaluación de los niños se llevó a cabo a través del test de Vitor Da Fonseca el cual consiste en evaluar la capacidad de coordinar movimientos manuales y pedales con referencias perceptivo visuales, la situación requiere la coordinación apendicular de los miembros superiores y los miembros inferiores, la cual evalúa la distancia y la precisión del lanzamiento (con la mano o el pie dominante). La realización de la actividad requiere una bola de tenis, una papelera, una silla y una cinta métrica. Se le pide al niño en posición de pie que lance y chute respectivamente una bola de tenis dentro de la papelera situada a 2.50 metros para niños en edad escolar, se realiza un

solo ensayo y a continuación cuatro lanzamientos. Cabe resaltar que el lanzamiento se hace inicialmente con la mano dominante (cuatro intentos) para evaluar la coordinación óculo manual y posterior a ello se lanza con la pierna dominante (cuatro intentos) para evaluar la coordinación óculo pédica.

La puntuación deberá ser de la siguiente forma, muy bueno si el niño consigue cuatro de los cuatro lanzamientos, bueno si el niño consigue tres de los cuatro lanzamientos, promedio si el niño consigue dos de los cuatro lanzamiento, regular si el niño consigue encestar uno de los cuatro lanzamientos y deficiente si el niño no consigue encestar ninguno de los cuatro lanzamientos.

2.9 Análisis estadísticos

Una vez recabados los datos, éstos fueron sistematizados en el programa SPSS versión 20 (Licencia de la Unidad Central del Valle del Cauca). Posteriormente, se realizó la limpieza y depuración de los datos, seguido se calcularon medidas de tendencia central y de variabilidad o dispersión para variables cuantitativas incluidas en el estudio y que permitieron el análisis descriptivo. Finalmente para la realización de la prueba de hipótesis se empleó el chi-cuadrado y tablas de contingencia.

3 Resultados

Tabla 2. Medidas de tendencia central y dispersión de las características antropométricas y de edad del grupo de investigación

		Talla (cm)	Peso (Kilogramos)	Edad en años
N	Válidos	32	32	32
	Perdidos	0	0	0
	Media	139,09	29,606	9,72
	Mediana	135,50	29,000	10,00
	Desv. típ.	10,705	4,5952	,729
	Mínimo	120	22,3	8
	Máximo	160	39,7	11

Fuente: La autora.

En la tabla 2 se observa que el grupo de investigación poseía una edad promedio de $9,72 \pm 0,729$ años, presentaron una mediana en la talla de 135,50 cm y un peso corporal de $29,606 \pm 4,5952$ Kg.

3.1 Resultados coordinación óculo manual

Tabla 3. Contingencia pre-test coordinación óculo manual

		Pre-test coordinación óculo manual				Total	
		Deficiente	Regular	Promedio	Bueno		
Grupo de investigación	Grupo experimental	Recuento	10	5	1	0	16
		% dentro de Grupo de investigación	62,50%	31,20%	6,20%	0%	100%
Grupo de investigación	Grupo control	Recuento	0	12	3	1	16
		% dentro de Grupo de investigación	0%	75,00%	18,80%	6,20%	100%
Total		Recuento	10	17	4	1	32
		% dentro de Grupo de investigación	31,20%	53,10%	12,50%	3,10%	100%

Fuente: La autora

En la tabla 3 se puede observar que en el nivel deficiente se encontraban el 62,50% de los participantes del grupo experimental, es de resaltar que ninguno de los participantes del grupo control se ubicó en este nivel. Cabe destacar que el 75,00% de los participantes del grupo de control se situó en el nivel regular. Ninguno de los participantes de ambos grupos alcanzó el nivel de muy bueno.

3.1.1 Prueba de hipótesis coordinación óculo manual.

Tabla 4. Contingencia pos-test coordinación óculo manual

		Pos-test coordinación óculo manual				Total	
		Deficiente	Regular	Promedio	Bueno		
Grupo de investigación	Grupo experimental	Recuento % dentro de Grupo de investigación	0 0%	4 25,0%	11 68,8%	1 6,3%	16 100%
	Grupo control	Recuento % dentro de Grupo de investigación	2 12,5%	10 62,5%	4 25,0%	0 0%	16 100%
Total		Recuento % dentro de Grupo de investigación	2 6,3%	14 43,8%	15 46,9%	1 3,1%	32 100%

Fuente: La autora.

En la tabla 4 se describe los resultados del pos-test de la coordinación óculo manual, donde se puede observar que en el nivel deficiente el 12,5% de los participantes del grupo control se ubicaron en dicho nivel, a diferencia de los participantes del grupo experimental que no se ubicaron en el nivel deficiente. El 62,5% de los participantes del grupo control alcanzaron el nivel de regular y ninguno el nivel de bueno. Lo que difiere con los resultados del grupo experimental donde el 68,85% de los participantes alcanzaron el nivel de promedio, y se destaca un participante del grupo experimental, el cual alcanzo el nivel de bueno. A pesar de la mejoría que se observa en el grupo experimental ninguno de sus participantes alcanzo el nivel de muy bueno.

Tabla 5. Prueba de Chi-cuadrado pos-test coordinación óculo manual

	Valor	gl	Sig. asintótica (bilateral)
Chi-cuadrado de Pearson	8,838 ^a	3	,032
Razón de verosimilitudes	10,212	3	,017
Asociación lineal por lineal	8,391	1	,004
N de casos válidos	32		

Fuente: La autora.

Al realizar la prueba estadística de chi-cuadrado ($p=0,032$) se evidencia que el grupo que siguió el programa de juego lúdico presentó cambios estadísticamente significativos en la coordinación óculo manual. Por lo tanto se acepta la hipótesis de investigación y se rechaza la hipótesis nula.

3.2 Resultados coordinación óculo pédica

Tabla 6. Contingencia pre-test coordinación óculo pédica

		Pre-test coordinación óculo pédica				Total
		Deficiente	Regular	Promedio	Bueno	
Grupo de investigación experimental	Recuento	10	4	2	0	16
	% dentro de Grupo de investigación	62,5%	25,0%	12,5%	0,0%	100,0%
Grupo de investigación control	Recuento	3	4	7	2	16
	% dentro de Grupo de investigación	18,8%	25,0%	43,8%	12,5%	100,0%
Total	Recuento	13	8	9	2	32
	% dentro de Grupo de investigación	40,6%	25,0%	28,1%	6,2%	100,0%

Fuente: La autora.

Los resultados del pre-test para la coordinación óculo pédica que se observan en la tabla 6, evidencian que el 62,5% de los participantes del grupo experimental se encontraban en un nivel deficiente y tal solo el 12,5% en un nivel promedio, lo que difiere con el grupo control donde el 43,8% de los participantes se encontraban en el nivel promedio y el 12,5% en el nivel de bueno. Ninguno de los participantes alcanzó el nivel de muy bueno.

3.2.1 Prueba de hipótesis coordinación óculo pédica.

Tabla 7. Contingencia pos-test coordinación óculo pédica

			Pos-test coordinación óculo pédica				Total
			Deficiente	Regular	Promedio	Bueno	
Grupo de investigación	Grupo experimental	Recuento	1	5	3	7	16
		% dentro de Grupo de investigación	6,2%	31,2%	18,8%	43,8%	100,0%
	Grupo control	Recuento	4	4	8	0	16
		% dentro de Grupo de investigación	25,0%	25,0%	50,0%	0,0%	100,0%
	Total	Recuento	5	9	11	7	32
		% dentro de Grupo de investigación	15,6%	28,1%	34,4%	21,9%	100,0%

Fuente: La autora.

En la tabla 7 se observa que el 43,8% de los participantes del grupo experimental alcanzaron el nivel de bueno, es de resaltar que ningún participante del grupo control alcanzo el nivel de bueno, es más el 50% de dicho grupo se ubicó en el promedio.

Tabla 8. Prueba de Chi-cuadrado pos-test coordinación óculo pédica

	Valor	Gl	Sig. asintótica (bilateral)
Chi-cuadrado de Pearson	11,184 ^a	3	,011
Razón de verosimilitudes	14,101	3	,003
Asociación lineal por lineal	4,429	1	,035
N de casos válidos	32		

Fuente: La autora.

Al realizar la prueba estadística de chi-cuadrado ($p=0,011$) se evidencia que el grupo que siguió el programa de juego lúdico presentó cambios estadísticamente significativos en la coordinación óculo pédica. Por lo tanto se acepta la hipótesis de investigación y se rechaza la hipótesis nula.

4 Análisis y Discusión

Esta investigación pretendió determinar el efecto de un programa de juego en el desarrollo de la coordinación óculo manual y óculo pédica en los niños y niñas en edad escolar en la ciudad de Tuluá.

En el presente trabajo se pudo determinar que el grupo experimental presentó diferencias estadísticamente significativas con respecto a la coordinación óculo manual ($p=0,032$) y la coordinación óculo pédica ($p=0,011$) en relación al pre-test de Vitor Da Fonseca, ya que se evidencia un aumento relevante en la coordinación óculo manual y óculo pédica posterior a la implementación del programa. Esto es debido a que se implementó el trabajo durante las fases sensibles para ejecución y optimización de dichas capacidades Winter y Weineck (como se citó en Lorenzo Camillero, 2009). Al respecto López y López (2008), confirman que al hallarse los individuos del grupo experimental en los periodos críticos o fases sensibles, responden de manera adecuada al desarrollo en los procesos de aprendizaje coordinativo (como se citó en Rosero Rosero, Palma Pulido, y Dávila Grisales 2012).

Ahora bien los resultados de la presente investigación guardan relación con lo encontrado por Rosero Rosero, Palma Pulido, y Dávila Grisales (2012), donde hallaron diferencias estadísticamente significativas al implementar un programa de juego en niños y niñas en edad escolar para el desarrollo de las capacidades coordinativas. Cabe resaltar que estos investigadores utilizaron el test de Vitor da Fonseca para la evaluación de las capacidades ya mencionadas.

Para Sigmund Freud (como se citó en Ortí Ferrere, 2004) el juego es una forma de los niños y niñas expresarse con distintos enfoques, esto se puede observar en estudios como el realizado por

Castro, Marimon y Marimon (2015) quienes también plantearon una propuesta lúdica como estrategia pedagógica, utilizando el juego como herramienta para mejorar la lectoescritura, en niños y niñas en edades escolares, hallando que los niños y niñas lograron una mejora en su desempeño pasando del nivel regular a excelente, estos autores plantearon una estrategia lúdica llamada JUGUEMOS CON ABC utilizando el juego como destreza de enseñanza para la aplicación de su programa se debe tener en cuenta que la propuesta metodológica no tiene que ver con la condición motriz, pero si con el juego como herramienta desarrolladora de la capacidad coordinativa óculo manual. Lo que demuestra que el juego es una herramienta adecuada con la que se puede desarrollar la capacidad coordinativa óculo manual.

El fomento y el fortalecimiento de las capacidades coordinativas es de suma importancia ya que desarrolla en el niño y niña cualidades que mejoran el rendimiento de un deportistas a futuro. Esta afirmación concuerda con el pensamiento de Eschnabel, (1987) dado que para este autor la práctica deportiva, ya sea en la clase de educación física, en las escuelas de formación, en el aprovechamiento del tiempo libre, como en el deporte de elite tiene la función de desarrollar en los niños y niñas aquellas cualidades que los faculten para obtener rendimientos coordinativos elevados.

5 Conclusiones

El test de Vitor Da Fonseca utilizado en el programa de juego brinda la capacidad de medir la praxia global en los niños y niñas de forma eficiente ya que permite valorar las dificultades iniciales de los estudiantes y los progresos de los mismos con respecto a la coordinación óculo manual y óculo pédica.

De acuerdo a los resultados obtenidos en este estudio y reconociendo los elementos investigativos de los autores citados, se concluye que el programa de desarrollo de la capacidad coordinativa óculo manual y óculo pédica, llevados a cabo en las clases de Educación Física a los niños y niñas en edad escolar del colegio Portales del Río de la ciudad de Tuluá, dio como resultado avances positivos, optimizando la coordinación de los estudiantes que hicieron parte del grupo experimental de la investigación.

6 Recomendaciones

- Teniendo en cuenta los resultados obtenidos al dar por finalizado el programa se sugieren las siguientes recomendaciones para próximas investigaciones y a los directivos del plantel educativo:
- Promover en las clases de educación física, el desarrollo de la capacidad coordinativa.
- Vigilar el proceso semanal de sesiones de educación física, dado que no se reponen cuando se pierden las horas por algún receso extracurricular que se presente, actividades logísticas, izadas de bandera, días feriados y demás actividades no concernientes a la materia ya que no se le da la importancia que esta merece.
- Se recomienda tener en cuenta otras constantes que pueden modificar los resultados indirectos del programa en curso, tales como son: las actividades extracurriculares y el aprovechamiento del tiempo libre.

Referencias

- Arenas Acevedo, J. (2008). *Educación física infancia y niñez*. Bogotá : Cooperativa Editorial Magisterio .
- Caillois, R. (1986). *Los juegos y los hombres* (Segunda ed.). México: Colección popular .
- Caizal Sandoval, J. A., & Pijal Ortega, L. A. (2012). *Estudio de las capacidades coordinativas y su influencia en los fundamentos técnicos del fútbol*. Ibarra .
- Da Fonseca, V. (1998). *Manual de observacion psicomotriz* (Primera ed.). Barcelona: Inde.
- Dietrich, M., Klaus , C., & Klaus, L. (2001). *Manual de metodologia del entrenamiento deportivo*. Barcelona: Paidotribu.
- Echarri Aranaz , M. (2014). *Intervención psicomotriz con niños de cuatro años para desarrollar la coordinación visomotriz*. Ibarra .
- Escobar Arellano, M. J. (2012). *Relación de las capacidades coordinativas, ritmo, acoplamiento, reacción, equilibrio y orientación, en la ejecución delas distintas fases del viraje de voltereta en el estilo libre en el deporte de la natación una perspectiva teórica*. Santiago de Cali.
- Gonzáles Bautista , L. A. (2014). *Efectividad de un plan psicomotrices en el equilibrio y praxia gobal, en niños con deficit de atención e hiperactividad atendidos en el hospital psiquiátrico infantil doctor Juan N. Navarro*. Toluca, México .
- Granillo Ambuludi, Y., & Macias Gainza, M. (2013). *Coordinación óculo manual en el desarrollo de destrezas*. Universidad Estatal de milagro , Milagro - Ecuador .
- Gutierrez, H., Saltos Cevallos, I. A., & Olvera Miranda, C. J. (2016). *La coordinación en la precisión del pase de fútbol en el Club Femenino Cumandá Agua Lluvia de la ciudad de Puyo*. Universidad nacional de Chimborazo, Riobamba.
- Huertas Rojas, F. (1999). *El juego del hombre: deporte y masculinidad entre obreros de Volkswagen* (Primera ed.). México, D.F.: Plaza y Valdés Editores.
- Huizinga, J. (2007). *Homo ludens*. Madrid: Alianza Editorial\Emecé Editores .
- Jiménez Ortega , J., & Alonso Obispo , J. (2007). *Manual de psicomotricidad* (Vol. 1). Madrid, España : La tierra de hoy .
- Jiménez, C. A. (04 de Marzo de 2003). Lúdica, caos y creatividad. *Revista de educación, cultura y sociedad*(4), 149-157. Obtenido de Lúdica, Juego y Neuropedagogía: www.geocities.com/ludico_pei

- Lorenzo Camillero, F. (2009). *Diseño y estudio científico para la validación de un test motor original, que mida la coordinación motriz en los alumnos/as de educación secundaria obligatoria*. Tesis doctoral.
- Martin , D., Nicolaus, J., Ostrowski, C., & Rost, K. (2004). *Metodología general del entrenamiento infantil y juvenil* (Primera ed.). Barcelona: Paidotribo.
- Mauriera, F., & Mauriera, Y. (2011). Biología y etapas del juego infantil. *Revista electronica de psicología Iztacala*, 14(4), 67-75. Obtenido de <http://www.revistas.unam.mx/index.php/rep/article/view/28891/26848>
- Mayorga Marín, J. Y., & Lugo Mejía, Z. (2013). *Propuesta pedagógica como medio para fortalecer la coordinación dinámica general a partir de la práctica del patinaje en los niños y niñas del grado transición del jardín infantil Andy Panda*. Bogotá D.C.
- Meinel, K., & Schnable, G. (2004). *Teoría del movimiento: Motricidad deportiva* (Segunda ed.). Buenos aires: Stadium.
- Meneses Montero, M., & Monge Alvarado, M. d. (2001). El juego en los niños, enfoque teórico. *Revista educación*, 25(2), 113-124. Obtenido de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=44025210>
- Ortí Ferrere, J. (2004). *La animación deportiva el juego y los deportes alternativos* (Primera ed.). España: Inde.
- Otálvaro Garcés, S. J. (2016). El juego en la dimensión infantil: aprendizaje e intersubjetividad. *Revista de Educación y pensamiento*(18), 26-27. Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/ejemplar/299822>
- Posada González, R. (2014). *La lúdica como estrategia didáctica*. Tesis de Maestría, Universidad Nacional de Colombia, Departamento de Educación, Bogotá. Recuperado el 23 de Junio de 2017, de <http://www.bdigital.unal.edu.co/41019/1/04868267.2014.pdf>
- Rosero Rosero, M. A., Palma Pulido , L. H., & Dávila Grisales , A. A. (2012). *Efecto de un programa de entrenamiento motriz sobre la agilidad y la coordinación en niños y niñas en la edad escolar temprana en la ciudad de tuluá*. Tuluá.
- Suárez correa, L. A., & Parrado Orduz, J. C. (2016). *Características de la coordinación visopédica y el control orientado en la edad de 14 años en futbolistas de la escuela Dortmund en la ciudad de Bogotá*. Corporación Universitaria Minuto de Dios , Bogotá D.C.
- Yturalde , E. (2017). *Lúdica talleres y conferencias*. Obtenido de <http://www.ludica.org/>

Anexos

Anexo A

FORMATO DE SESIONES PROGRAMA LÚDICO

SESIÓN NO. 1 SEMANA NO. 1 Duración total sesión: 60`

Fase Inicial: (Duración 25`): desplazamiento a la cancha y elección de la misma, llamado a lista, revisar el uniforme de educación física que este completo y adecuado. (10`)

Calentamiento general: (Duración): ejercicios de movimiento amplitud articular (5`) juego de la lleva congelada (5`) y estiramiento muscular (5`)

Fase Central: (Duración): 25`.

1. Nombre del juego: CORRE QUE TE DOY (25`) incluida explicación

Objetivo: Familiarizarse con el disco volador; iniciarse en las formas básicas de agarre, lanzamientos y recepciones.

Metodología: lúdico-pedagógica (forma jugadas)

Descripción: Primero escogeremos a tres alumnos que serán los que se la queden. El juego consiste en que estos tres jugadores tendrán que lanzar el disco volador entre ellos y tratar de que éste contacte con un jugador. Si el disco toca a un jugador, deberá de permanecer quieto en el sitio e intentar capturar algún pase, si lo consigue podrá pasárselo a otro compañero que también esté congelado y así sucesivamente hasta que el disco caiga al suelo o lo intercepte uno de los tres niños que fueron escogidos inicialmente. Estos jugadores se salvarán. Realizar las variantes para trabajar por parejas y por cuartetos, y así evitar que el juego se haga monótono.

Materiales: 2 frisbee.

Fase final: (Duración:): 10`. Los niños caminarán suavemente por la cancha (2`), seguido a ello se realizara una dinámica pasiva (el teléfono roto), (4`). Para terminar la sesión realizaremos unos estiramientos y se recogerán los materiales que se hayan utilizado, después se dirigirán al colegio en dónde hablarán sobre lo que les ha parecido la sesión. (4`)

SESIÓN NO. 2 SEMANA NO. 1 Duración total sesión: 60`

Fase Inicial: (Duración 25`): desplazamiento a la cancha y elección de la misma, llamado a lista, revisar el uniforme de educación física que este completo y adecuado. (10`)

Calentamiento general: (Duración): ejercicios de movimiento amplitud articular (5`) carreras por todos los espacios, La idea es ir buscando espacios libres, o sea, donde no haya nadie corriendo. Esta actividad le obliga a cambiar de direcciones y sentidos de carrera. (5`) estiramiento muscular (5`)

Fase Central: (Duración): 25`.

1. Nombre del juego: PASAR LA BARRERA (25`) incluida explicación

Objetivo: Experimentar los diferentes tipos de agarre: en uve, de pulgar, invertido y normal de revés. Experimentar diferentes tipos de recepciones: por detrás de la espalda y por debajo de las piernas.

Metodología: lúdico-pedagógica (forma jugadas)

Descripción: Se divide a la clase en dos grupos, uno en cada mitad de la cancha. Cada grupo se subdivide en dos filas; una se dispone junto a la línea central y se encargará de lanzar los aros hacia la línea de fondo, donde se encuentra la otra fila, que trata de que no la rebasen los aros. A la señal del profesor se cambiarán los roles.

Variante: Se dividirá a la clase en dos grupos. Lo que tendrán que hacer es pasarse el aro entre los miembros del equipo sin que caiga al suelo o sea interceptado por el equipo contrario. Si lo consiguen obtendrán 1 Punto.

Materiales: 20 aros

Fase final: (Duración:): 10`. Los niños caminarán suavemente por la cancha (2'), seguido a ello se realizara una dinámica pasiva (el tingo tango), (4`). Para terminar la sesión realizaremos unos estiramientos y se recogerán los materiales que se hayan utilizado, después se dirigirán al colegio en dónde hablarán sobre lo que les ha parecido la sesión. (4)

SESIÓN NO. 1 SEMANA NO. 2 Duración total sesión: 60`

Fase Inicial: (Duración 25`): desplazamiento a la cancha y elección de la misma, llamado a lista, revisar el uniforme de educación física que este completo y adecuado. (10`)

Calentamiento general: (Duración): ejercicios de movimiento amplitud articular (5`) lleva carrito o lleva en parejas (5`) estiramiento muscular (5`)

Fase Central: (Duración): 25`.

1. Nombre del juego: ATRAPA LA COLA (25`) incluida explicación

Objetivo: Poner en práctica las técnicas de lanzamientos y recepciones así como el análisis de las habilidades motrices específicas requeridas en las diferentes tareas.

Metodología: lúdico-pedagógica (forma jugadas)

Descripción: El juego consiste en que cada jugador tiene una cola (un pañuelo o papel colocado en la parte de atrás) y lo que deberá hacer es robar la cola de los demás. Cuando un jugador consiga una se parará y se colocará la nueva cola, mientras tanto ningún jugador podrá robarle las suyas.

Materiales: papel o pañuelos de tela.

Fase final: (Duración:): 10`. Los niños caminarán suavemente por la cancha (2'), seguido a ello se realizara una dinámica pasiva (la chuspa de aire), (4`). Para terminar la sesión realizaremos unos estiramientos y se recogerán los materiales que se hayan utilizado, después se dirigirán al colegio en dónde hablarán sobre lo que les ha parecido la sesión. (4')

SESIÓN NO. 2 SEMANA NO. 2 Duración total sesión: 60`

Fase Inicial: (Duración 25`): desplazamiento a la cancha y elección de la misma, llamado a lista, revisar el uniforme de educación física que este completo y adecuado. (10`)

Calentamiento general: (Duración): ejercicios de movimiento amplitud articular (5`) juego llamado estatuas, en que todos corren por la cancha y un estudiante será quien persiga a los demás cuando toque a un compañerito este quedara inmóvil y todos ayudaran a llevarlo a un resguardo escogido por el docente, el compañero estará como una estatua y sus compañeros deberán trasladarlo cargado. (5`) estiramiento muscular (5`)

Fase Central: (Duración): 25`.

1. Nombre del juego: BALON CONTACTO (25`) incluida explicación

Objetivo: Mejorar el control y dominio del balón volador con respecto a la vista y los miembros superiores.

Metodología: lúdico-pedagógica (forma jugadas)

Descripción: Se dividirá al grupo en dos subgrupos, cada uno en un campo que tendrá el tamaño de una cancha de baloncesto o la mitad del campo de fútbol sala. Habrá un balón para cada grupo. Los jugadores se repartirán por el terreno, mientras que dos van pasándose el balón al tiempo que se acercan a los demás y tratan de tocarlos con el balón, que estará sujeto con la mano en el momento del contacto. El que sea tocado ayudará a los dos anteriores y así hasta que todos sean tocados. El ganador será el último en ser tocado. No se puede lanzar el balón para tocar a los jugadores que no han sido alcanzados; hay que tocarle con el balón cogido, se puede correr con el balón en la mano persiguiendo a algún jugador un máximo de dos o tres pasos o metros.

Materiales: 4 balones de goma, lazos y cuerdas.

Fase final: (Duración:): 10`. Los niños caminarán suavemente por la cancha (2'), seguido a ello se realizará una dinámica pasiva (Dibujos en 2 equipos con lazos y cuerdas), (4'). Para terminar la sesión realizaremos unos estiramientos y se recogerán los materiales que se hayan utilizado, después se dirigirán al colegio en donde hablarán sobre lo que les ha parecido la sesión. (4')

SESIÓN NO. 1 SEMANA NO. 3 Duración total sesión: 60`

Fase Inicial: (Duración 25`): desplazamiento a la cancha y elección de la misma, llamado a lista, revisar el uniforme de educación física que este completo y adecuado. (10`)

Calentamiento general: (Duración): ejercicios de movimiento amplitud articular (5`) juego el rey manda, el cual consiste en hacer todo lo que ordena el rey, solo pueden ser ejercicios y actividades que ayuden a la activación física (5`) estiramiento muscular (5`)

Fase Central: (Duración): 25`.

1. Nombre del juego: CONCURSA Y GANA (25`) incluida explicación

Objetivo: desarrollar la capacidad de la orientación.

Metodología: lúdico-pedagógica (forma jugadas)

Descripción: Concurso de distancia. Se trata de lanzar una piedra mediana lo más lejos posible. Se realiza desde un lugar señalado, en un espacio lo suficientemente amplio para que la trayectoria del vuelo no encuentre obstáculos ni personas. Cada estudiante tendrá oportunidad de realizar cuatro lanzamientos; al final se tomará la distancia del mejor de ellos, medida en metros y centímetros.

Concurso de máximo tiempo en el aire. Se lanza un disco para que permanezca en el aire el mayor tiempo posible antes de cogerlo el mismo jugador que lo tiró. Cada uno dispondrá de 5 oportunidades. La captura será válida cuando se recoja el disco con una mano antes de que toque el suelo. Se comenzará a cronometrar el tiempo desde el momento en que se suelta el disco.

Materiales: piedras, discos de frisbee, cronómetro, aros.

Fase final: (Duración): 10`. Los niños caminarán suavemente por la cancha (2'), seguido a ello se realizará una dinámica pasiva (pasarán los aros por los miembros superiores, cuello y tronco realizando círculos lentos), (4'). Para terminar la sesión realizaremos estiramientos musculares y se recogerán los materiales que se hayan utilizado, después se dirigirán al colegio en donde hablarán sobre lo que les ha parecido la sesión. (4')

SESIÓN NO. 2 SEMANA NO. 3 Duración total sesión: 60`

Fase Inicial: (Duración 25`): desplazamiento a la cancha y elección de la misma, llamado a lista, revisar el uniforme de educación física que este completo y adecuado. (10`)

Calentamiento general: (Duración): ejercicios de movimiento amplitud articular (5`) juego lleva en cadeneta (5`) estiramiento muscular (5`)

Fase Central: (Duración): 25`.

1. Nombre del juego: FÚTBOL SIN BALÓN (25`) incluida explicación

Objetivo: Estimular la agilidad y la reacción entre los niños mediante al juego

Metodología: lúdico-pedagógica (forma jugadas)

Descripción: Primero dividiremos a la clase en dos grupos. Utilizaremos $\frac{3}{4}$ partes de la cancha de fútbol sala, y cada grupo se colocará en una mitad. El juego consiste en que para meter un gol, hay que introducirse en la portería del equipo contrario. Cuando el jugador que ataca está en campo del equipo contrario, si es tocado por un defensor contrario, debe permanecer parado y no se podrá mover hasta que uno de su propio equipo le toque.

Materiales: ninguno

Fase final: (Duración): 10`. Los niños caminarán suavemente por la cancha (2'), seguido a ello se realizará una dinámica pasiva (caminata en círculos y respiración profunda), (4'). Para terminar la sesión realizaremos estiramientos musculares y se recogerán los materiales que se hayan utilizado, después se dirigirán al colegio en donde hablarán sobre lo que les ha parecido la sesión. (4')

SESIÓN NO. 1 SEMANA NO. 4 Duración total sesión: 60`

Fase Inicial: (Duración 25`): desplazamiento a la cancha y elección de la misma, llamado a lista, revisar el uniforme de educación física que este completo y adecuado. (10`)

Calentamiento general: (Duración): ejercicios de movimiento amplitud articular (5`) juego lleva con un aro, para poder pegar la lleva de agarrar al compañero con el aro. (5`) estiramiento muscular (5`)

Fase Central: (Duración): 25`.

1. Nombre del juego: GUERRA DE MENTIRAS (25`) incluida explicación

Objetivo: Desarrollo de la capacidad óculo manual

Metodología: lúdico-pedagógica (forma jugadas)

Descripción: Se divide el grupo de estudiantes en dos equipos, ambos con la misma cantidad de integrantes, cada uno debe permanecer detrás de una línea a una distancia de 5 metros el uno del otro. En el medio del área se colocan varias piedras, ambos equipos deben intentar empujarlas hacia la línea contraria golpeándolas con pelotas de caucho.

Cada pelota pesada que llegue a tocar la línea contraria representa un punto para el equipo que la ha empujado.

Cuando se terminen las pelotas lanzadas el grupo debe traer sus pelotas y continuar

Materiales: pelotas de caucho, piedras pesadas y aros.

Fase final: (Duración): 10`. Los niños caminarán suavemente por la cancha (2'), seguido a ello se realizara una dinámica pasiva (mímica de animales), (4'). Para terminar la sesión realizaremos estiramientos musculares y se recogerán los materiales que se hayan utilizado, después se dirigirán al colegio en dónde hablarán sobre lo que les ha parecido la sesión. (4')

SESIÓN NO. 2 SEMANA NO. 4 Duración total sesión: 60`

Fase Inicial: (Duración 25`): desplazamiento a la cancha y elección de la misma, llamado a lista, revisar el uniforme de educación física que este completo y adecuado. (10`)

Calentamiento general: (Duración): ejercicios de movimiento amplitud articular (5`) juego base el cual consiste en jugar con balones livianos y piedras que representan la vida de cada estudiantes (5`) estiramiento muscular (5`)

Fase Central: (Duración): 25`.

1. Nombre del juego: LOS DIEZ PASES (25`) incluida explicación

Objetivo: Estimular la agilidad y la fuerza entre los niños mediante al juego.

Metodología: lúdico-pedagógica (forma jugadas)

Descripción: Habrá dos equipos, y se pasarán un balón de baloncesto tratando de efectuar diez pases seguidos entre los miembros del mismo equipo, mientras que los contrarios intentan evitarlo. Los diez pases han de ser seguidos; no se puede quitar el balón de las manos de un jugador. No se puede correr con el balón en la mano. Si se comete falta, obtendrá la posesión del balón el otro equipo y comenzará la cuenta nuevamente.

Materiales: balones livianos, balones de baloncesto.

Fase final: (Duración): 10`. Los niños caminarán suavemente por la cancha (2'), seguido a ello se realizara una dinámica pasiva (el tingo tango), (4'). Para terminar la sesión realizaremos estiramientos musculares y se recogerán los materiales que se hayan utilizado, después se dirigirán al colegio en dónde hablarán sobre lo que les ha parecido la sesión. (4')

SESIÓN NO. 1 SEMANA NO. 5 Duración total sesión: 60`

Fase Inicial: (Duración 25`): desplazamiento a la cancha y elección de la misma, llamado a lista, revisar el uniforme de educación física que este completo y adecuado. (10`)

Calentamiento general: (Duración): ejercicios de movimiento amplitud articular (5`) juego persecución en carrera (5`) estiramiento muscular (5`)

Fase Central: (Duración): 25`.

1. Nombre del juego: EL DAO (25`) incluida explicación

Objetivo: Realizar competiciones con juegos individuales para que los alumnos puedan disfrutar de los aprendizajes conseguidos de forma recreativa y comprueben sus posibilidades para ocupar su tiempo de ocio.

Metodología: lúdico-pedagógica (forma jugadas)

Descripción: Toda la clase se distribuirá por la mitad de la cancha. Un jugador será el lanzador, que con una pelota blanda o de goma, tratará de alcanzar a los demás. Cuando esté en posesión de la pelota no podrá correr, solo cuando vaya a recogerla tras un fallo. Si acierta y golpea a un jugador, se la quedará este también y cambiarán de roles inmediatamente.

Materiales: 2 pelotas blandas.

Fase final: (Duración:): 10`. Los niños caminarán suavemente por la cancha (2'), seguido a ello se realizará una dinámica pasiva (ronda 25 y un quemado), (4'). Para terminar la sesión realizaremos estiramientos musculares y se recogerán los materiales que se hayan utilizado, después se dirigirán al colegio en donde hablarán sobre lo que les ha parecido la sesión. (4')

SESIÓN NO. 2 SEMANA NO. 5 Duración total sesión: 60`

Fase Inicial: (Duración 25`): desplazamiento a la cancha y elección de la misma, llamado a lista, revisar el uniforme de educación física que este completo y adecuado. (10`)

Calentamiento general: (Duración): ejercicios de movimiento amplitud articular (5`) jeimi (5`) estiramiento muscular (5`)

Fase Central: (Duración): 25`.

1. Nombre del juego: ULTIMATE (25`) incluida explicación

Objetivo: Poner a prueba la capacidad cambio y diferenciación en el movimiento.

Metodología: lúdico-pedagógica (forma jugadas)

Descripción: Lo primero es adaptar el juego al contexto escolar, para ello las dimensiones del campo serán las de una pista de balonmano, con unas líneas de gol, paralelas a las de fondo a 4 ó 5 metros, aunque también pueden servir las de las áreas de gol. Se enfrentarán dos equipos con una pelota de tenis, cuyo objetivo es, mediante pases, recibir la pelota de tenis en la zona de gol del campo contrario. El equipo contrario tratará de interceptar un pase y convertirse en equipo atacante. Con este juego se pretende poner en práctica todo lo aprendido en las sesiones anteriores.

Materiales: 2 pelotas de tenis.

Fase final: (Duración:): 10`. Los niños caminarán suavemente por la cancha (2'), seguido a ello se realizará una dinámica pasiva (hacer los números de 1 al 20 con la cola), (4'). Para terminar la sesión realizaremos estiramientos musculares y se recogerán los materiales que se hayan utilizado, después se dirigirán al colegio en donde hablarán sobre lo que les ha parecido la sesión. (4')

SESIÓN NO. 1 SEMANA NO. 6 Duración total sesión: 60`

Fase Inicial: (Duración 25`): desplazamiento a la cancha y elección de la misma, llamado a lista, revisar el uniforme de educación física que este completo y adecuado. (10`)

Calentamiento general: (Duración): ejercicios de movimiento amplitud articular (5`) juego el gato y el ratón (5`) estiramiento muscular (5`)

Fase Central: (Duración): 25`.

1. Nombre del juego: DISCO MATE, VIVOS Y MUERTOS (25`) incluida explicación

Objetivo: Poner en práctica las habilidades motrices específicas en las diferentes tareas.

Metodología: lúdico-pedagógica (forma jugadas)

Descripción: Se establecerán dos grupos. Divididos en dos equipos, cada grupo con un disco se colocará en la mitad de la cancha con una línea central que lo dividirá en dos mitades iguales. Tras las líneas de fondo habrá una zona, el cementerio. Cada equipo por parejas y en grupos de diez. Un jugador se situará en el cementerio opuesto a su campo. Un equipo lanzará el disco contra el equipo contrario tratando de tocar a alguno de sus integrantes, si lo consigue estará muerto y tendrá que pasar al cementerio, desde donde intentará matar a los del otro equipo o pasará a sus compañeros. Se trata de matar a los del otro equipo lanzando el disco contra ellos, que podrán esquivarlo o cogerlo al vuelo. Si alguien sale fuera de su campo quedará muerto. El disco deberá tocar directamente al jugador y después caer al suelo, no quedará muerto si antes de caer lo coge un compañero. Si un muerto consigue matar a un adversario, obtendrá una vida, quedará libre y volverá a su terreno de juego.

Materiales: 1 disco de frisbee.

Fase final: (Duración:): 10`. Los niños caminarán suavemente por la cancha (2'), seguido a ello se realizará una dinámica pasiva (los niños bailan en círculo al son de las palmas que los niños le toquen), (4'). Para terminar la sesión realizaremos estiramientos musculares y se recogerán los materiales que se hayan utilizado, después se dirigirán al colegio en donde hablarán sobre lo que les ha parecido la sesión. (4')

SESIÓN NO. 2 SEMANA NO. 6 Duración total sesión: 60`

Fase Inicial: (Duración 25`): desplazamiento a la cancha y elección de la misma, llamado a lista, revisar el uniforme de educación física que este completo y adecuado. (10`)

Calentamiento general: (Duración): ejercicios de movimiento amplitud articular (5`) juego el gato y el ratón (5`) estiramiento muscular (5`)

Fase Central: (Duración): 25`.

1. Nombre del juego: PONCHADO LIBRE (25`) incluida explicación

Objetivo: Realizar competiciones con juegos individuales para que los alumnos puedan disfrutar de los aprendizajes conseguidos de forma recreativa y comprueben sus posibilidades para ocupar su tiempo de ocio.

Metodología: lúdico-pedagógica (forma jugadas)

Descripción: un estudiante correrá detrás de los demás niños y niñas tratando de poncharlos con un balón de caucho, al ser tocado con el balón el estudiante deberá intercambiar rol con el estudiante que lo toco con el balón, la zona está delimitada con conos y si se salen de ella inmediatamente pasará a ponchar.

Materiales: 1 balón de caucho o goma.

Fase final: (Duración:): 10`se realizará una dinámica pasiva (cantarán los niños karaoke con ayuda de un bafle y pistas con música contemporánea), (8`). Se dirigirán al colegio en donde hablarán sobre lo que les ha parecido la sesión. (2')

SESIÓN NO. 1 SEMANA NO. 7 Duración total sesión: 60`

Fase Inicial: (Duración 25`): desplazamiento a la cancha y elección de la misma, llamado a lista, revisar el uniforme de educación física que este completo y adecuado. (10`)

Calentamiento general: (Duración): ejercicios de movimiento amplitud articular (5`) juego de la lleva congelada (5`) y estiramiento muscular (5`)

Fase Central: (Duración): 25`.

1. Nombre del juego: CAMINO CON AROS (25`) incluida explicación

Objetivo: desarrollar la capacidad del ritmo y diferenciación.

Metodología: lúdico-pedagógica (forma jugadas)

Descripción: realizaremos un camino con aros el cual involucrara ambas piernas al tiempo y de forma individual, los niños deberán pasar de uno en uno, cuando hayan pasado todos por el camino formaran dos grupos trabajaran varios caminos de aros con diferentes figuras quien lo haga en el menor tiempo posible gana dos puntos.

Materiales: aros

Fase final: (Duración:): 10`. Los niños caminaran suavemente por la cancha (2'), seguido a ello se realizara una dinámica pasiva (el teléfono roto), (4`). Para terminar la sesión realizaremos unos estiramientos y se recogerán los materiales que se hayan utilizado, después se dirigirán al colegio en dónde hablarán sobre lo que les ha parecido la sesión. (4')

SESIÓN NO. 2 SEMANA NO. 7 Duración total sesión: 60`

Fase Inicial: (Duración 25`): desplazamiento a la cancha y elección de la misma, llamado a lista, revisar el uniforme de educación física que este completo y adecuado. (10`)

Calentamiento general: (Duración): ejercicios de movimiento amplitud articular (5`) juego de la lleva congelada (5`) y estiramiento muscular (5`)

Fase Central: (Duración): 25`.

1. Nombre del juego: LA LLEVA (25`) incluida explicación

Objetivo: desarrollar la capacidad del ritmo y de cambio en dirección

Metodología: lúdico-pedagógica (forma jugadas)

Descripción: los niño jugaran a la lleva, cada niño no será la lleva por más de 30", Cuando el profe lo indique otro estudiante pasara a ser la lleva, después cuando todos hayan sido llevas se tomaran de las manos y jugaran una lleva cadena. Esto se realizará 5 veces.

Materiales: ninguno

Fase final: (Duración:): 10`. Los niños caminaran suavemente por la cancha (2'), seguido a ello se realizara una dinámica pasiva (el teléfono roto), (4`). Para terminar la sesión realizaremos unos estiramientos y se recogerán los materiales que se hayan utilizado, después se dirigirán al colegio en dónde hablarán sobre lo que les ha parecido la sesión. (4')

SESIÓN NO. 1 SEMANA NO. 8 Duración total sesión: 60`

Fase Inicial: (Duración 25`): desplazamiento a la cancha y elección de la misma, llamado a lista, revisar el uniforme de educación física que este completo y adecuado. (10`)

Calentamiento general: (Duración): ejercicios de movimiento amplitud articular (5`) lleva carrito o lleva en parejas (5`) estiramiento muscular (5`)

Fase Central: (Duración): 25`.

1. Nombre del juego: EL MIMO (25`) incluida explicación

Objetivo: realizar ejercicios para mejorar la capacidad de equilibrio y diferenciación.

Descripción: por parejas, desde la posición de sentados uno dirige y el otro hace de mimo, primero el rostro, después tronco y brazos. Luego probamos desde el pie. Intentar que los movimientos sean lo más equipares posibles y que tengan un grado de dificultad mayor. (El objetivo es que el niño que hace de mimo pierda el equilibrio rápidamente)

Materiales: ninguno.

Fase final: (Duración:): 10`. Los niños caminarán suavemente por la cancha (2'), seguido a ello se realizara una dinámica pasiva (la chuspa de aire), (4'). Para terminar la sesión realizaremos unos estiramientos y se recogerán los materiales que se hayan utilizado, después se dirigirán al colegio en dónde hablarán sobre lo que les ha parecido la sesión. (4')

SESIÓN NO. 2 SEMANA NO. 8 Duración total sesión: 60`

Fase Inicial: (Duración 25`): desplazamiento a la cancha y elección de la misma, llamado a lista, revisar el uniforme de educación física que este completo y adecuado. (10`)

Calentamiento general: (Duración): ejercicios de movimiento amplitud articular (5`) juego llamado estatuas, en que todos corren por la cancha y un estudiante será quien persiga a los demás cuando toque a un compañerito este quedara inmóvil y todos ayudaran a llevarlo a un resguardo escogido por el docente, el compañero estará como una estatua y sus compañeros deberán trasladarlo cargado. (5`) estiramiento muscular (5`)

Fase Central: (Duración): 25`.

1. Nombre del juego: LA BOMBA DE AGUA (25`) incluida explicación

Objetivo: desarrollar en el estudiante la capacidad de orientación y coordinación.

Metodología: lúdico-pedagógica (forma jugadas)

Descripción: Se dividen en dos grupos, cada grupo escoge dos integrantes los cuales deberán transportar una Bomba con agua en parejas con el abdomen, sin ayuda de las manos. En el centro de la cancha se coloca un aro para cada grupo, los niños deberán colocar la "bomba" dentro del aro, el grupo que termine de transportar las bombas en el menor tiempo después de pasar todo los integrantes gana. Esta actividad la repetirán dos veces la pareja que deje caer la bomba empezara de nuevo.

Materiales: 50 bombas con agua y 8 aros.

Fase final: (Duración:): 10`. Los niños caminarán suavemente por la cancha (2'), seguido a ello se realizara una dinámica pasiva (Dibujos en 2 equipos con lazos y cuerdas), (4'). Para terminar la sesión realizaremos unos estiramientos y se recogerán los materiales que se hayan utilizado, después se dirigirán al colegio en dónde hablarán sobre lo que les ha parecido la sesión. (4')

SESIÓN NO. 1 SEMANA NO. 9 Duración total sesión: 60`

Fase Inicial: (Duración 25`): desplazamiento a la cancha y elección de la misma, llamado a lista, revisar el uniforme de educación física que este completo y adecuado. (10`)

Calentamiento general: (Duración): ejercicios de movimiento amplitud articular (5`) juego el rey manda, el cual consiste en hacer todo lo que ordena el rey, solo pueden ser ejercicios y actividades que ayuden a la activación física (5`) estiramiento muscular (5`)

Fase Central: (Duración): 25`.

1. Nombre del juego: RELEVOS SALTANDO CUERDA (25`) incluida explicación

Objetivo: desarrollar la capacidad de cambio, ritmo y dirección.

Metodología: lúdico-pedagógica (forma jugadas)

Descripción: Se divide la clase en grupos de dos, cada grupo forma dos filas una frente a la otra a una distancia de 10 metros, el integrante de la fila derecha debe desplazarse saltando con el lazo hasta su pareja de enfrente, entrega el lazo a su compañero y este hace el mismo recorrido llegando al compañero que se encontraba ubicado al costado de su compañero de enfrente, el juego termina cuando todos los integrantes de un grupo realicen la tarea motriz el grupo que termine primero gana un punto, el juego termina cuando un grupo haga tres puntos en total.

Materiales: lazos y cuerdas.

Fase final: (Duración:): 10`. Los niños caminarán suavemente por la cancha (2`), seguido a ello se realizara una dinámica pasiva (pasaran los aros por los miembros superiores, cuello y tronco realizando círculos lentos), (4`). Para terminar la sesión realizaremos estiramientos musculares y se recogerán los materiales que se hayan utilizado, después se dirigirán al colegio en dónde hablarán sobre lo que les ha parecido la sesión. (4`)

SESIÓN NO. 2 SEMANA NO. 9 Duración total sesión: 60`

Fase Inicial: (Duración 25`): desplazamiento a la cancha y elección de la misma, llamado a lista, revisar el uniforme de educación física que este completo y adecuado. (10`)

Calentamiento general: (Duración): ejercicios de movimiento amplitud articular (5`) juego lleva en cadeneta (5`) estiramiento muscular (5`)

Fase Central: (Duración): 25`.

1. Nombre del juego: FÚTBOL CON BALÓN (25`) incluida explicación

Objetivo: Estimular la agilidad y la reacción entre los niños mediante al juego

Metodología: lúdico-pedagógica (forma jugadas)

Descripción: Primero dividiremos a la clase en dos grupos. Utilizaremos la cancha de fútbol, y cada grupo se colocará en una mitad. El juego consiste en que para meter un gol, hay que introducir el balón de futbol en la portería del equipo contrario.

Materiales: balón de futbol

Fase final: (Duración:): 10`. Los niños caminarán suavemente por la cancha (2`), seguido a ello se realizara una dinámica pasiva (caminata en círculos y respiración profunda), (4`). Para terminar la sesión realizaremos estiramientos musculares y se recogerán los materiales que se hayan utilizado, después se dirigirán al colegio en dónde hablarán sobre lo que les ha parecido la sesión. (4`)

SESIÓN NO. 1 SEMANA NO. 10 Duración total sesión: 60`

Fase Inicial: (Duración 25`): desplazamiento a la cancha y elección de la misma, llamado a lista, revisar el uniforme de educación física que este completo y adecuado. (10`)

Calentamiento general: (Duración): ejercicios de movimiento amplitud articular (5`) juego lleva con un aro, para poder pegar la lleva de agarrar al compañero con el aro. (5`) estiramiento muscular (5`)

Fase Central: (Duración): 25`.

1. Nombre del juego: PISAR LA CULEBRA (25`) incluida explicación

Objetivo: Desarrollo de la capacidad óculo pedal

Metodología: lúdico-pedagógica (forma jugadas)

Descripción: Uno de los jugadores corre por toda la cancha de futbol arrastrando una soga. El resto de los estudiantes se dividen en parejas tomados de las manos. Cuando se da la señal, cada pareja intentará durante su turno “pisar la culebra”. A la indicación del docente intercambiaran roles.

La actividad termina cuando todos los estudiantes hayan arrastrado la soga por la cancha de futbol.

Materiales: sogas y cuerdas largas. .

Fase final: (Duración:): 10`. Los niños caminaran suavemente por la cancha (2’), seguido a ello se realizara una dinámica pasiva (mímica de animales), (4’). Para terminar la sesión realizaremos estiramientos musculares y se recogerán los materiales que se hayan utilizado, después se dirigirán al colegio en dónde hablarán sobre lo que les ha parecido la sesión. (4’)

SESIÓN NO. 2 SEMANA NO. 10 Duración total sesión: 60`

Fase Inicial: (Duración 25`): desplazamiento a la cancha y elección de la misma, llamado a lista, revisar el uniforme de educación física que este completo y adecuado. (10`)

Calentamiento general: (Duración): ejercicios de movimiento amplitud articular (5`) juego base el cual consiste en jugar con balones livianos y piedras que representan la vida de cada estudiantes (5`) estiramiento muscular (5`)

Fase Central: (Duración): 25`.

1. Nombre del juego: LOS DIEZ PASES (25`) incluida explicación

Objetivo: Estimular la agilidad de las piernas y la fuerza entre los niños mediante al juego.

Metodología: lúdico-pedagógica (forma jugadas)

Descripción: Habrá dos equipos, y se pasarán un balón de baloncesto con las piernas tratando de efectuar diez pases seguidos entre los miembros del mismo equipo, mientras que los contrarios intentan evitarlo. Los diez pases han de ser seguidos. Si se pierde el balón deben empezar la cuenta desde un inicio.

Materiales: balones de baloncesto.

Fase final: (Duración:): 10`. Los niños caminaran suavemente por la cancha (2’), seguido a ello se realizara una dinámica pasiva (el tingo tango), (4’). Para terminar la sesión realizaremos

estiramientos musculares y se recogerán los materiales que se hayan utilizado, después se dirigirán al colegio en dónde hablarán sobre lo que les ha parecido la sesión. (4')

SESIÓN NO. 1 SEMANA NO. 11 Duración total sesión: 60`

Fase Inicial: (Duración 25`): desplazamiento a la cancha y elección de la misma, llamado a lista, revisar el uniforme de educación física que este completo y adecuado. (10`)

Calentamiento general: (Duración): ejercicios de movimiento amplitud articular (5`) juego persecución en carrera (5`) estiramiento muscular (5`)

Fase Central: (Duración): 25`.

1. Nombre del juego: circuito de obstáculos (25`) incluida explicación

Objetivo: Realizar competencias con obstáculos para que los alumnos puedan disfrutar de los aprendizajes conseguidos de forma recreativa y comprueben sus posibilidades para desarrollar la coordinación óculo pedal.

Metodología: mando directo (forma dirigida)

Descripción: Se plantean seis estaciones donde se involucran actividades de desplazamientos en carrera con cambio de dirección, caminar sobre un lazo sin caerse para fortalecer el equilibrio, saltos a lo largo y ancho de la batería, en la cual al final de la misma deben patear un balón de microfútbol a una cancha pequeña.

Materiales: lazos, conos, bancas de madera, balones de microfútbol.

Fase final: (Duración): 10`. Los niños caminarán suavemente por la cancha (2'), seguido a ello se realizara una dinámica pasiva (ronda 25 y un quemado), (4'). Para terminar la sesión realizaremos estiramientos musculares y se recogerán los materiales que se hayan utilizado, después se dirigirán al colegio en dónde hablarán sobre lo que les ha parecido la sesión. (4')

SESIÓN NO. 2 SEMANA NO. 11 Duración total sesión: 60`

Fase Inicial: (Duración 25`): desplazamiento a la cancha y elección de la misma, llamado a lista, revisar el uniforme de educación física que este completo y adecuado. (10`)

Calentamiento general: (Duración): ejercicios de movimiento amplitud articular (5`) jeimi (5`) estiramiento muscular (5`)

Fase Central: (Duración): 25`.

1. Nombre del juego: EL LOBO ESTÁ (25`) incluida explicación

Objetivo: Poner a prueba la capacidad de reacción y velocidad de piernas, de los niños mediante el juego

Metodología: lúdico-pedagógica (forma jugadas)

Descripción: Los niños forman en dos filas y se marca un punto de llegada a 10 metros de la línea base, hay dos lobos que se ubican en la mitad del campo. Cuando éstos digan el lobo está, los niños deben correr desde el punto inicial que se encuentra a cinco metros de la parte media del campo enfrentados en parejas, hacia el punto de llegada, pasando por entre los lobos evitando ser atrapados, la fila que termine con más integrantes en la sesión del juego gana un punto, gana la fila que complete tres puntos.

Materiales: ninguno.

Fase final: (Duración:): 10`. Los niños caminarán suavemente por la cancha (2'), seguido a ello se realizará una dinámica pasiva (hacer los números de 1 al 20 con la cola), (4'). Para terminar la sesión realizaremos estiramientos musculares y se recogerán los materiales que se hayan utilizado, después se dirigirán al colegio en donde hablarán sobre lo que les ha parecido la sesión. (4')

SESIÓN NO. 1 SEMANA NO. 12 Duración total sesión: 60`

Fase Inicial: (Duración 25`): desplazamiento a la cancha y elección de la misma, llamado a lista, revisar el uniforme de educación física que este completo y adecuado. (10`)

Calentamiento general: (Duración): ejercicios de movimiento amplitud articular (5`) juego el gato y el ratón (5`) estiramiento muscular (5`)

Fase Central: (Duración): 25`.

1. Nombre del juego: PASA LA CALLE (25`) incluida explicación

Objetivo: Estimular la coordinación óculo pedal mediante la lúdica para que la tarea motriz se ejecute dinámicamente.

Metodología: lúdico-pedagógica (forma jugadas)

Descripción: Todos los niños deben formar una fila en uno de los extremos del área de juego. Fuera del área de juego ésta se colocarán dos niños cada uno con una pelota, ellos deben permanecer en su lugar. De uno en uno los jugadores intentan pasar la calle de un extremo a otro. Los niños que están fuera del área intentan patear la pelota y darle con ella a los que intente cruzar, siempre apuntando de la cintura hacia abajo.

Al mando del docente deben intercambiar roles.

Materiales: balón liviano

Fase final: (Duración:): 10`. Los niños caminarán suavemente por la cancha (2'), seguido a ello se realizará una dinámica pasiva (los niños bailan en círculo al son de las palmas que los niños le toquen), (4'). Para terminar la sesión realizaremos estiramientos musculares y se recogerán los materiales que se hayan utilizado, después se dirigirán al colegio en donde hablarán sobre lo que les ha parecido la sesión. (4')

SESIÓN NO. 2 SEMANA NO. 12 Duración total sesión: 60`

Fase Inicial: (Duración 25`): desplazamiento a la cancha y elección de la misma, llamado a lista, revisar el uniforme de educación física que este completo y adecuado. (10`)

Calentamiento general: (Duración): ejercicios de movimiento amplitud articular (5`) juego el gato y el ratón (5`) estiramiento muscular (5`)

Fase Central: (Duración): 25`.

1. Nombre del juego: PATOS A SU CASA (25`) incluida explicación

Objetivo: Estimular la agilidad y la reacción entre los niños mediante al juego.

Metodología: lúdico-pedagógica (forma jugadas)

Descripción: Se colocan en el suelo tantos aros como estudiantes, menos uno. Cuando se da la señal, todos los estudiantes deberán correr, saltar, gatear, reptar, dependiendo de la indicación del docente, cuando el docente lo indique PATOS A SU CASA, cada niño debe buscar su casa y

sentarse en ella lo antes posible. El niño que se quede sin casa sale del juego. También se realizara la actividad al compás de la música y las palmas como variantes.

Materiales: 23 aros.

Fase final: (Duración:): 10' se realizara una dinámica pasiva (cantaran los niños karaoke con ayuda de un bafle y pistas con música contemporánea), (8'). Se dirigirán al colegio en dónde hablarán sobre lo que les ha parecido la sesión. (2')

SESIÓN NO. 1 SEMANA NO. 13 Duración total sesión: 60`

Fase Inicial: (Duración 25`): desplazamiento a la cancha y elección de la misma, llamado a lista, revisar el uniforme de educación física que este completo y adecuado. (10`)

Calentamiento general: (Duración): ejercicios de movimiento amplitud articular (5`) juego el gato y el ratón (5`) estiramiento muscular (5`)

Fase Central: (Duración): 25`.

1. Nombre del juego: PONCHADO LIBRE CON DOBLE BALÓN (25`) incluida explicación

Objetivo: Realizar competiciones con juegos individuales para que los alumnos puedan disfrutar de los aprendizajes conseguidos de forma recreativa y comprueben sus posibilidades para ocupar su tiempo de ocio.

Metodología: lúdico-pedagógica (forma jugadas)

Descripción: dos estudiantes correrán detrás de los demás niños y niñas tratando de poncharlos con dos balones caucho, al ser tocado con el balón el estudiante deberá intercambiar rol con el estudiante que lo toco con el balón, la zona está delimitada con conos y si se salen de ella inmediatamente pasara a ponchar, la actividad se realizara en grupos de dos y tres jugadores.

Materiales: 1 balón de caucho o goma.

Fase final: (Duración:): 10'se realizara una dinámica pasiva (cantaran los niños karaoke con ayuda de un bafle y pistas con música contemporánea), (8'). Se dirigirán al colegio en dónde hablarán sobre lo que les ha parecido la sesión. (2')

SESIÓN NO. 2 SEMANA NO. 13 Duración total sesión: 60`

Fase Inicial: (Duración 25`): desplazamiento a la cancha y elección de la misma, llamado a lista, revisar el uniforme de educación física que este completo y adecuado. (10`)

Calentamiento general: (Duración): ejercicios de movimiento amplitud articular (5`) juego de la lleva congelada (5`) y estiramiento muscular (5`)

Fase Central: (Duración): 25`.

1. Nombre del juego: CORRE QUE TE DOY (25`) incluida explicación

Objetivo: Familiarizarse con el disco volador; iniciarse en las formas básicas de agarre, lanzamientos y recepciones.

Metodología: lúdico-pedagógica (forma jugadas)

Descripción: Primero escogeremos a tres alumnos que serán los que se la queden. El juego consiste en que estos tres jugadores tendrán que lanzar el balón de caucho entre ellos y tratar de que éste contacte con un jugador. Si el balón toca a un jugador, deberá de permanecer quieto en

el sitio e intentar capturar alguien que pase, si lo consigue podrá pasárselo a otro compañero que también esté congelado y así sucesivamente hasta que el balón caiga al suelo o lo intercepte uno de los tres niños que fueron escogidos inicialmente. Estos jugadores se salvarán. El juego se trabajara por parejas y cuartetos.

Materiales: 2 balones de caucho.

Fase final: (Duración:): 10`. Los niños caminaran suavemente por la cancha (2'), seguido a ello se realizara una dinámica pasiva (el teléfono roto), (4'). Para terminar la sesión realizaremos unos estiramientos y se recogerán los materiales que se hayan utilizado, después se dirigirán al colegio en dónde hablarán sobre lo que les ha parecido la sesión. (4')

SESIÓN NO. 1 SEMANA NO. 14 Duración total sesión: 60`

Fase Inicial: (Duración 25`): desplazamiento a la cancha y elección de la misma, llamado a lista, revisar el uniforme de educación física que este completo y adecuado. (10`)

Calentamiento general: (Duración): ejercicios de movimiento amplitud articular (5`) juego lleva en cadeneta (5`) estiramiento muscular (5`)

Fase Central: (Duración): 25`.

1. Nombre del juego: FÚTBOL CON DOS BALONES (25`) incluida explicación

Objetivo: Estimular la agilidad y la reacción entre los niños mediante al juego

Metodología: lúdico-pedagógica (forma jugadas)

Descripción: Primero dividiremos a la clase en cuatro grupos. Utilizaremos la cancha de fútbol, y cada grupo se colocará en un cuarto de la mitad de la cancha. El juego consiste en que para meter un gol, hay que introducir el balón de futbol en la portería del equipo contrario.

Materiales: 4 balones de fútbol

Fase final: (Duración:): 10`. Los niños caminaran suavemente por la cancha (2'), seguido a ello se realizara una dinámica pasiva (caminata en círculos y respiración profunda), (4'). Para terminar la sesión realizaremos estiramientos musculares y se recogerán los materiales que se hayan utilizado, después se dirigirán al colegio en dónde hablarán sobre lo que les ha parecido la sesión. (4')

SESIÓN NO. 2 SEMANA NO. 14 Duración total sesión: 60`

Fase Inicial: (Duración 25`): desplazamiento a la cancha y elección de la misma, llamado a lista, revisar el uniforme de educación física que este completo y adecuado. (10`)

Calentamiento general: (Duración): ejercicios de movimiento amplitud articular (5`) juego lleva con un aro, para poder pegar la lleva de agarrar al compañero con el aro. (5`) estiramiento muscular (5`)

Fase Central: (Duración): 25`.

1. Nombre del juego: PISAR LA CUERDA (25`) incluida explicación

Objetivo: Desarrollo de la capacidad óculo pedal

Metodología: lúdico-pedagógica (forma jugadas)

Descripción: en grupos de cinco integrantes, uno de los jugadores corre por toda la cancha de fútbol arrastrando una soga. El resto de los estudiantes se dividen en parejas tomados de las manos. Cuando se da la señal, cada pareja intentará durante su turno “pisar la cuerda”. A la indicación del docente intercambiarán roles.

La actividad termina cuando todos los estudiantes hayan arrastrado la soga por la cancha de fútbol.

Materiales: sogas y cuerdas largas. .

Fase final: (Duración:): 10`. Los niños caminarán suavemente por la cancha (2’), seguido a ello se realizará una dinámica pasiva (mímica de animales), (4’). Para terminar la sesión realizaremos estiramientos musculares y se recogerán los materiales que se hayan utilizado, después se dirigirán al colegio en donde hablarán sobre lo que les ha parecido la sesión. (4’)

SESIÓN NO. 1 SEMANA NO. 15 Duración total sesión: 60`

Fase Inicial: (Duración 25`): desplazamiento a la cancha y elección de la misma, llamado a lista, revisar el uniforme de educación física que este completo y adecuado. (10`)

Calentamiento general: (Duración): ejercicios de movimiento amplitud articular (5`) juego el gato y el ratón (5`) estiramiento muscular (5`)

Fase Central: (Duración): 25`.

1. Nombre del juego: CONCURSA A LA DISTANCIA (25`) incluida explicación

Objetivo: desarrollar la capacidad de la orientación.

Metodología: lúdico-pedagógica (forma jugadas)

Descripción: Concurso de distancia. Se trata de lanzar una pelota de pin pon a un espacio determinado, el compañero que en este caso es la pareja con ayuda de una tasa plástica adivinará el lugar donde caerá la pelota luego intercambian y tienen cuatro intentos cada uno.

Concurso de máximo tiempo en el aire. Se lanza un disco para que permanezca en el aire el mayor tiempo posible antes de cogerlo el mismo jugador que lo tiró. Cada uno dispondrá de 5 oportunidades. La captura será válida cuando se recoja el disco con una mano antes de que toque el suelo. Se comenzará a cronometrar el tiempo desde el momento en que se suelta el disco.

Materiales: pelotas de pin pon, taza plástica.

Fase final: (Duración:): 10`. Los niños caminarán suavemente por la cancha (2’), seguido a ello se realizará una dinámica pasiva (pasaran los aros por los miembros superiores, cuello y tronco realizando círculos lentos), (4’). Para terminar la sesión realizaremos estiramientos musculares y se recogerán los materiales que se hayan utilizado, después se dirigirán al colegio en donde hablarán sobre lo que les ha parecido la sesión. (4’)

SESIÓN NO. 2 SEMANA NO. 15 Duración total sesión: 60`

Fase Inicial: (Duración 25`): desplazamiento a la cancha y elección de la misma, llamado a lista, revisar el uniforme de educación física que este completo y adecuado. (10`)

Calentamiento general: (Duración): ejercicios de movimiento amplitud articular (5`) juego lleva en cadeneta (5`) estiramiento muscular (5`)

Fase Central: (Duración): 25`.

1. Nombre del juego: FÚTBOL SIN BALÓN (25`) incluida explicación

Objetivo: Estimular la agilidad y la reacción entre los niños mediante al juego

Metodología: lúdico-pedagógica (forma jugadas)

Descripción: Primero dividiremos a la clase en dos grupos. Utilizaremos $\frac{3}{4}$ partes de la cancha de fútbol, y cada grupo se colocará en una mitad. El juego consiste en que para meter un gol, hay que introducirse en la portería del equipo contrario. Cuando el jugador que ataca está en campo del equipo contrario, si es tocado por un defensor contrario, debe permanecer quieto y no se podrá mover hasta que uno de su propio equipo le toque.

Materiales: ninguno

Fase final: (Duración:): 10`. Los niños caminarán suavemente por la cancha (2'), seguido a ello se realizara una dinámica pasiva (caminata en círculos y respiración profunda), (4'). Para terminar la sesión realizaremos estiramientos musculares y se recogerán los materiales que se hayan utilizado, después se dirigirán al colegio en dónde hablarán sobre lo que les ha parecido la sesión. (4')

SESIÓN NO. 1 SEMANA NO. 16 Duración total sesión: 60`

Fase Inicial: (Duración 25`): desplazamiento a la cancha y elección de la misma, llamado a lista, revisar el uniforme de educación física que este completo y adecuado. (10`)

Calentamiento general: (Duración): ejercicios de movimiento amplitud articular (5`) juego de la lleva congelada (5`) y estiramiento muscular (5`)

Fase Central: (Duración): 25`.

1. Nombre del juego: PASA LA BOLA (25`) incluida explicación

Habrá seis equipos, y se pasarán un balón de baloncesto medicinal de un kilo entre sí, con las piernas tratando de efectuar diez pases seguidos entre los miembros del mismo equipo, mientras que los contrarios intentan evitarlo. Los diez pases han de ser seguidos. Si se pierde el balón deben empezar la cuenta desde un inicio. Los equipos se atacaran de a dos grupos por ejercicio.

Objetivo: Familiarizarse con el disco volador; iniciarse en las formas básicas de agarre, lanzamientos y recepciones.

Metodología: lúdico-pedagógica (forma jugadas)

Fase final: (Duración:): 10`. Los niños caminarán suavemente por la cancha (2'), seguido a ello se realizara una dinámica pasiva (el teléfono roto), (4'). Para terminar la sesión realizaremos unos estiramientos y se recogerán los materiales que se hayan utilizado, después se dirigirán al colegio en dónde hablarán sobre lo que les ha parecido la sesión. (4')

SESIÓN NO. 2 SEMANA NO. 16 Duración total sesión: 60`

Fase Inicial: (Duración 25`): desplazamiento a la cancha y elección de la misma, llamado a lista, revisar el uniforme de educación física que este completo y adecuado. (10`)

Calentamiento general: (Duración): ejercicios de movimiento amplitud articular (5`) carreras por todos los espacios, La idea es ir buscando espacios libres, o sea, donde no haya nadie

corriendo. Esta actividad le obliga a cambiar de direcciones y sentidos de carrera. (5`)
estiramiento muscular (5`)

Fase Central: (Duración): 25`.

1. Nombre del juego: PASAR LA BARRERA (25`) incluida explicación

Objetivo: Experimentar los diferentes tipos de agarre: en uve, de pulgar, invertido y normal de revés. Experimentar diferentes tipos de recepciones: por detrás de la espalda y por debajo de las piernas.

Metodología: lúdico-pedagógica (forma jugadas)

Descripción: Se divide a la clase en cinco grupos. Cada grupo se subdivide en dos filas; una se dispone junto a la línea central y se encargará de lanzar los balones hacia la línea de fondo, donde se encuentra la otra fila, que trata de que no la rebasen los balones. A la señal del profesor se cambiarán los roles.

Variante: Se dividirá a la clase en seis grupos. Lo que tendrán que hacer es pasarse el balón entre los miembros del equipo sin que caiga al suelo o sea interceptado por el equipo contrario. Si lo consiguen obtendrán 1 Punto.

Materiales: 20 aros

Fase final: (Duración): 10`. Los niños caminarán suavemente por la cancha (2'), seguido a ello se realizará una dinámica pasiva (el tingo tango), (4`). Para terminar la sesión realizaremos unos estiramientos y se recogerán los materiales que se hayan utilizado, después se dirigirán al colegio en donde hablarán sobre lo que les ha parecido la sesión. (4)