

**Estrategias didácticas para mejorar la psicomotricidad en los niños de 5 a 7 años de las  
escuelas deportivas del instituto de deporte y recreación del municipio de Ocaña**

Lic. Luis Javier Claro Bayona

Especialización en Pedagogía de la Lúdica

Trabajo presentado para obtener el título de Especialista en Pedagogía de la Lúdica

Asesor

Elizabeth Rengifo Guerrero

Magister en Desarrollo Educativo y Social

Fundación Universitaria Los Libertadores

Facultad de Ciencias Humanas y Sociales

Departamento de Educación

Especialización en Pedagogía de la Lúdica

Bogotá D.C., Abril de 2021.

## Resumen

El presente proyecto parte de la observación realizada a los niños de 5 a 7 años de las escuelas de formación deportiva del instituto de deporte y recreación del municipio de Ocaña, en donde se encontró la necesidad de implementar la educación física como área fundamental en el desarrollo psicomotriz, siendo de vital importancia las actividades deportivas que vayan encaminadas a la fomentación de los elementos de la psicomotricidad.

La propuesta está dirigida a 30 estudiantes de las escuelas de formación deportiva del instituto de deporte y recreación del municipio de Ocaña, 27 niñas y 3 niños con edades comprendidas entre los 5 y 7 años, de diferente condición socio económica, inscritos en las diferentes escuelas deportivas y seleccionados de acuerdo a la disposición de colaborar en el desarrollo del proyecto y por la disponibilidad de tiempo según el horario que fue propuesto a los padres familia.

Así mismo se plantea el manual para la implementación en el proceso de aprendizaje y enseñanza de la psicomotricidad, basada a su vez en actividades lúdicas para el desarrollo, trabajo y refuerzo de la psicomotricidad.

Se escoge la investigación cualitativa y la propuesta se acoge a la línea de investigación “Evaluación, aprendizaje y docencia”. Esta línea de investigación contiene tres ejes fundamentales: evaluación, aprendizaje y currículo.

**Palabras claves:** Educación Física, juego, psicomotricidad, escuelas deportivas, deporte y recreación.

## Abstract

The present project is based on the observation made to children between 5 and 7 years of age in the sports training schools of the institute of sport and recreation of the municipality of Ocaña, where the need to implement physical education as a fundamental area in development was found. psychomotor, being of vital importance sports activities that are aimed at promoting the elements of psychomotor skills.

The proposal is aimed at 30 students from the sports training schools of the sports and recreation institute of the municipality of Ocaña, 27 girls and 3 boys with ages between 5 and 7 years old, of different socio-economic conditions, enrolled in the different schools. sports and selected according to the willingness to collaborate in the development of the project and by the availability of time according to the schedule that was proposed to the parents.

Thus, the manual is proposed for the implementation in the learning and teaching process of psychomotor skills, based in turn on recreational activities for the development, work and reinforcement of psychomotor skills.

Qualitative research is chosen and the proposal follows the line of research "Evaluation, learning and teaching." This line of research contains three fundamental axes: evaluation, learning and curriculum.

**Keywords:** Physical Education, game, motor skills, sports schools, sports and recreation.

## Tabla de contenido

	Pág.
1. Problema.....	5
1.1 Planteamiento del problema .....	5
1.2 Formulación del problema .....	6
1.3 Objetivos .....	6
1.3.1 Objetivo general .....	6
1.3.2 Objetivos específicos.....	6
1.4 Justificación.....	7
2. Marco referencial.....	9
2.1 Antecedentes investigativos .....	9
2.2 Marco teórico .....	11
3. Diseño de la investigación.....	31
3.1 Enfoque y tipo de investigación .....	31
3.2 Línea de investigación institucional.....	31
3.3 Población y muestra .....	32
3.4 Instrumentos de investigación.....	32
4. Estrategia de intervención .....	34
5. Conclusiones y recomendaciones.....	41
Referencias.....	43
Anexos .....	45

## **1. Problema**

### **1.1 Planteamiento del problema**

La falta de una adecuada orientación psicomotriz en los niños de 5 a 7 años de las escuelas de formación deportiva del instituto municipal de deporte y recreación del municipio de Ocaña, se ve reflejada en la dificultad que ellos presentan al realizar actividades que requieren destrezas sicomotoras como el equilibrio en las posiciones básicas, la coordinación dinámica general, la orientación espacial, la identificación de direcciones básicas, la lateralidad, el ajuste postural y en la percepción rítmica básica; Este periodo supone en general la transición desde habilidades motrices fundamentales refinadas hasta el inicio y posterior establecimiento de los primeros juegos y habilidades deportivas. Frente a esto, en las últimas décadas se ha despertado un interés creciente por el estudio y evaluación de las conductas motrices del niño, lo cual se ha plasmado en la elaboración de una gran cantidad de instrumentos encaminados a medir el nivel de desarrollo motor de niños de diferentes edades. Desde otra perspectiva la psicomotricidad es fundamental en el desarrollo de los aspectos que influyen en la personalidad del niño como son el cognitivo, el afectivo y el social. Además, va ayudar a conseguir aprendizajes como lectoescritura, nociones topológicas o grafo motricidad entre otros.

Son varios los factores que influyen en la falta de un correcto proceso de enseñanza y aprendizaje psicomotriz en los niños, entre ellos la falta de orientación pedagógica a estos programas deportivos, el ofrecer estos programas de iniciación a la formación deportiva enfocados solo al progreso de un deporte, poco material didáctico adecuado, monitores poco preparados para orientar estos conocimientos, planes de entrenamiento que solo buscan resultados deportivos y en muchos casos el desconocimiento y la ocupación de los padres lo que les impide acompañarlos en las actividades, dificulta el correcto desarrollo motriz de los niños.

## **1.2 Formulación del problema**

Establecer cuáles son las estrategias didácticas que garanticen mejorar la psicomotricidad en los niños de 5 a 7 años de las escuelas de formación deportiva del instituto de deporte y recreación del municipio de Ocaña.

## **1.3 Objetivos**

### **1.3.1 Objetivo general**

- Proponer estrategias didácticas desde la Educación Física, que contribuyan en el mejoramiento de la psicomotricidad niños de 5 a 7 años de las escuelas de formación deportiva del instituto de deporte y recreación del municipio de Ocaña.

### **1.3.2 Objetivos específicos**

- Diseñar una estrategia didáctica que contribuya al conocimiento y desarrollo de la psicomotricidad de los niños de 5 a 7 años.
- Elaborar un manual con actividades que sirva de guía para la implementación en el proceso de aprendizaje y enseñanza de la psicomotricidad.
- Evaluar los resultados de la implementación de la propuesta en el mejoramiento de la psicomotricidad.

## 1.4 Justificación

En la bibliografía consultada, numerosos autores destacaban la importancia de que el niño conociese su cuerpo ya que era la herramienta que le serviría para comunicarse con el mundo que le rodeaba (Aucouturier, 1997; Bonastre, 2007 y Arnaiz, 2000).

El aporte de la psicomotricidad para la vida de un niño y su desarrollo es trascendental, teniendo como precepto que el movimiento en el desarrollo infantil es el medio tangible de procesos no solo motriz sino cognitivos pues, tal como lo afirma (Muntaner) quien cita a Picq & Vayer, (1977) "La educación psicomotriz es una educación psicológica y pedagógica que utiliza los medios de la educación física con el fin de normalizar o mejorar el comportamiento del niño".

Dicho comportamiento es regulado por el condicionamiento basado en las experiencias sensitivas, las cuales generan en el niño una serie de estímulos que hacen que el desarrollo corporal la evidencia de la dualidad del movimiento y las emociones; de tal modo que "podríamos definir la psicomotricidad como una concepción del desarrollo, según la cual se considera que existe una identidad entre las funciones neuro motrices del organismo y sus funciones psíquicas" Martínez López & Núñez, (1978).

El presente proyecto parte de la observación realizada a los niños de 5 a 7 años de las escuelas de formación deportiva del instituto de deporte y recreación del municipio de Ocaña, en donde se encontró la necesidad de implementar la educación física como área fundamental en el desarrollo psicomotriz del niño, siendo de vital importancia las actividades deportivas que vayan encaminadas a la fomentación de los elementos de la psicomotricidad como lo son la actividad tónica, el esquema corporal, la lateralidad, el control respiratorio, la noción de tiempo y espacio, la relajación, el ajuste postural, el equilibrio, entre otras, que conllevan a que los niños por medio

del juego dirigido tengan un óptimo desenvolvimiento y crecimiento según su edad, obteniendo un desarrollo tanto físico como intelectual.

Lo anterior, tiene un alto impacto deportivo, pedagógico y educativo, porque a través de las actividades desarrolladas en los entrenamientos, el niño obtendrá habilidades psicomotrices que le ayudaran a obtener un buen desarrollo de sus dimensiones, para adquirir un buen aprendizaje, por otro lado, también hay un impacto social, debido a que por medio de las actividades deportivas el niño se relaciona con el medio que lo rodea y con sus compañeros de la misma edad, compartiendo juegos y actividades en común, además de aprender a acatar normas y reglas por medio del juego dirigido. Por tanto, se hace imprescindible que la familia y el instituto municipal de deporte y recreación trabajen de la mano, para que el trabajo realizado tenga mejores resultados, ya que es importante en primer lugar que los monitores sean conscientes de la importancia que tiene la educación física y la psicomotricidad en el desarrollo infantil, para que así las tengan en cuenta y las trabajen dentro y fuera del escenario deportivo para una mejor calidad de la formación impartida a niños, por otra parte también es importante la integración de la familia, para que de esta manera los padres, desde el hogar también realicen con sus hijos acciones encaminadas al desarrollo psicomotriz, por medio de actividades físicas compartidas en el ámbito familiar.



## 2. Marco referencial

### 2.1 Antecedentes investigativos

Dentro del marco de un proceso investigativo, es importante no prescindir de aquellos casos o experiencias que han surgido luego de sucesos anteriores en temas de investigación.

En este punto se presentan algunas investigaciones importantes, que en los distintos ámbitos se han realizado y que tienen relación directa o indirectamente con el tema de la psicomotricidad, la educación física, la lúdica y la didáctica.

**Título:** el desarrollo psicomotriz en el aprendizaje de la educación física de los estudiantes del centro educativo "Jerusalén" en el cantón Ambato provincia de Tungurahua.

**Autores:** Zoraya Elizabeth Masaquiza Sailema tutor: mg. Julio Alfonso mocha Bonilla.

**Descripción:** la presente investigación abarca las dos variables que son la variable independiente, el desarrollo psicomotriz; y la Variable Dependiente Aprendizaje de la educación física, los mismos que serán parámetros a investigarse.

Al hacer un estudio el 87 % de estudiantes a nivel nacional demuestran que los problemas de aprendizaje son debido a que los estudiantes no tienen desarrollado su psicomotricidad motivo por el cual no les permite realizar educación física ya que esto es la base para el aprendizaje, el desarrollo intelectual y la madurez del sistema nervioso. Si el niño recibe una adecuada estimulación, se evitan retrasos psicomotores y se contribuye al desarrollo del esquema corporal,

la adquisición de la marcha, la prensión, la organización del espacio y del tiempo, el aprendizaje de posturas adecuadas, la orientación espacial, autonomía personal.

**Título:** propuesta educativa habilidades motrices en la educación física como iniciación al taekwondo.

**Autor:** Andrés Felipe Angarita Marulanda.

**Descripción:** Esta trabajo tuvo como fin, presentar a un colegio privado de la ciudad de Palmira, la idea de generar una buena base de habilidades motrices básicas, como iniciación al taekwondo, a través de un mejoramiento actual como lo era su plan de aula , por medio de unidades didácticas, lo que permitirá con la nueva propuesta generar desarrollo en los primeros años de estudio de básica primaria, sobre actividades enfocadas a las experiencias motrices, llegando a quinto de primaria, el niño tendrá unas muy bases motoras con lo cual su iniciación deportiva será mucho más facilitada por aquellas vivencias que tuvo dentro de sus primeros cuatro años de estudio, permitiéndole al profesor de educación física que si se enfoca en el área de taekwondo, un mejor proceso pedagógico deportivo.

**Título:** el juego lúdico en el desarrollo de las habilidades motrices.

**Autores:** Wilson Fernando granada Ortiz flor uveny Ortiz Vélez Mónica maría Vanegas Salazar.

**Descripción:** Esta investigación tuvo como propósito mejorar las habilidades motrices de los estudiantes del grado quinto de las instituciones educativas: Alcaldía de Medellín y Bernardo Uribe Londoño, diagnosticar el nivel de desarrollo motriz de los estudiantes del grado 5° de las instituciones educativas: Alcaldía de Medellín y Bernardo Uribe Londoño, diseñar e implementar una propuesta desde el juego lúdico para desarrollar la motricidad de los estudiantes del grado 5° de las instituciones educativas: Alcaldía de Medellín y Bernardo Uribe Londoño y evaluar el impacto de la propuesta en el desarrollo de la motricidad de los estudiantes.

El desarrollo de las habilidades motrices, a través del juego lúdico, se constituyó sin lugar a dudas, en uno de los primordiales retos de los educadores del área de educación física en nuestros tiempos presentes. De ahí la relevancia de esta propuesta de investigación. Pensar en educar a niños y niñas del siglo XXI, con estrategias metodológicas del siglo XX, no solo se constituyó en un déficit epistemológico; sino que abrió la posibilidad de pensar en unas nuevas visiones de lúdica contemporánea.

## **2.2 Marco teórico**

**Psicomotricidad:** Mas, Jiménez y rierar (2019) definen a la psicomotricidad como la actividad psicológica relacionada a los niveles cognitivos y afectivos respecto al movimiento. Es decir, la actividad psicomotriz permite el desarrollo del niño a nivel psicológico, físico y social a través del mismo. Por lo tanto, el niño utilizará a su cuerpo como elemento de contacto con el entorno, logrando así su maduración psicológica.

Estudios resaltan la importancia de que, durante los primeros años de vida, el desarrollo psicomotor promueva las bases del desarrollo mental subsiguiente. Este es un proceso individual, el cual dependerá de la propia experiencia, necesidades e intereses del niño. Adicionalmente, la

psicomotricidad permite potenciar el aprendizaje futuro en los diferentes ámbitos en los que se desarrolla.

El desarrollo motor de los niños dependerá sobre todo de la maduración global del cuerpo, el desarrollo esquelético y neuromuscular. Los logros que van adquiriendo permiten un mayor control del cuerpo y el entorno lo que influye a su vez en las relaciones sociales, expresiones afectivas y juego (Marganto y Cruz, 2004). Por lo tanto, es imprescindible la implementación del juego y el movimiento espontáneo en las actividades que realiza.

La psicomotricidad está dividida en dos grandes categorías: psicomotricidad gruesa y psicomotricidad fina (Ardanaz, 2009).

Elementos claves en la psicomotricidad, la psicomotricidad se centra en el desarrollo de los siguientes elementos para poder llevar a cabo sus actividades (Mendieta, Mendieta y Vargas, 2017):

**Respiración:** puede ser de dos tipos, torácica o abdominal; siendo esta última la que se enseñará a los niños.

**Esquema corporal:** representación mental del cuerpo y sus partes para tomar conciencia sobre uno mismo. Para ello, se requiere del conocimiento de cada parte corporal y una correcta organización y secuenciación de movimientos, los cuales dan paso a actividades más complejas.

**Coordinación motriz:** implica el control armónico del tono muscular, la coordinación general, la función tónica y coordinación viso motriz.

**Control postural:** encargado de la correcta posición para ejecutar los movimientos tales como correr, saltar o caminar. Sumado a esto, se puede modificar con la práctica para mejorar ciertas capacidades como por ejemplo: fuerza, resistencia, velocidad, elasticidad o flexibilidad.

**Función tónica:** referido al tono muscular que posee el niño o el adulto. En otras palabras, el nivel de tensión que ejerce el músculo hacia estímulos o estados de relajación corporal.

**Coordinación óculo manual:** se trata de la relación existente entre la mano y aquellos músculos del ojo para realizar un movimiento. Fundamental para el desarrollo de la escritura.

**Coordinación óculo podal:** esta relación se produce a través de la coordinación entre los músculos del pie con los del ojo para dar paso al movimiento.

**Lateralidad:** se refiere al predominio funcional de uno de los lados del cuerpo sobre el otro. En otras palabras, es lo que generalmente definimos como ser diestro, zurdo o ambidiestro.

**Coordinación dinámica general:** secuenciación de músculos que permite los procesos necesarios para dar pasó al movimiento de forma adecuada.

**Orientación temporo espacial:** capacidad del niño para orientarse en el entorno, relacionar el espacio – tiempo y entender la relación que existe entre su cuerpo, los otros y el entorno.

**Psicomotricidad gruesa,** la psicomotricidad gruesa se define como el control o dominio sobre el cuerpo y sus movimientos globales. Por ejemplo: desplazamientos, equilibrio, movimiento de las extremidades y coordinación. Este control del cuerpo puede ser de dos tipos (ardanaz, 2009): **Dominio corporal estático:** el niño desarrollará la capacidad de integrar e interiorizar su propio esquema corporal. Es decir, su tonicidad, autocontrol, respiración y relajación.

**Dominio corporal dinámico:** capacidad de controlar distintas partes del cuerpo mediante la capacidad de sincronización y desplazamiento. Este tipo de dominio es beneficioso para el autocontrol y autoestima ya que el niño puede percibir su propio cuerpo y se siente capaz de moverlo sin inhibiciones. Por tanto, se pueden trabajar lo siguientes elementos: coordinación general, equilibrio, ritmo y coordinación viso motriz.

Psicomotricidad fina, se refiere al movimiento realizado por varias partes del cuerpo. En este caso, las actividades que se llevan a cabo requieren de una mayor precisión y coordinación por parte del niño. Así mismo, se espera que el niño tenga un nivel de maduración y aprendizaje previo que permitan que pueda realizar ciertas actividades. Dichas actividades estarían enfocadas en (ardanaz, 2009):

Coordinación viso manual: dominio de la mano y sus movimientos con respecto a lo que observa. En este caso, el control viene por parte del brazo, antebrazo, muñeca y mano. Su dominio permite otras actividades más complejas como la escritura.

Fonética: asociada a aquellos órganos relacionados al aparato fono articulatorio que permite que se desarrolle el lenguaje.

Motricidad gestual: las distintas partes que conforman la mano.

Motricidad facial: se trata del control de los músculos faciales que son los que facilitan el movimiento y posibilitan la expresión y comunicación.

Beneficios en el desarrollo cognitivo, autores como meyer y kieras (1997) investigaron los efectos de la actividad física en las habilidades cognitivas. Como resultado, encontraron que existen importantes beneficios para las funciones cognitivas superiores. Entre sus resultados, hallaron que factores como la atención, lenguaje, memoria, velocidad de procesamiento, percepción y pensamiento se desarrollan con más facilidad.

Otro estudio llevado a cabo por moratal et al. (2008), indicó que los niños que se ejercitan tienen mejor capacidad de regulación de sus habilidades cognitivas generales, mayor capacidad de reacción y mejor nivel de atención para discriminar estímulos relevantes de los que no lo son. Por tanto, un buen desarrollo psicomotor puede ser un buen predictor sobre las habilidades para aprendizaje posteriores.

Por otro lado, el estudio realizado por mas, Jiménez y rierar (2019) evidenció que el pensamiento, creatividad y conocimiento son procesos que también pueden considerarse como físicos. Esto se debe a la interacción simbólica, física y cognitiva con el entorno.

**Didáctica:** la didáctica es aquella rama dentro de la Pedagogía que se especializa en las técnicas y métodos de enseñanza destinados a plasmar las pautas de las teorías pedagógicas. Por se es una disciplina científico pedagógica cuyo foco de interés resultan ser todos los elementos y procesos que intervienen en el proceso de aprendizaje de una persona.

Dentro de la educación, la didáctica resulta ser una herramienta esencial porque justamente aporta herramientas a los educadores para que enfrenten al proceso de enseñanza con una mayor seguridad y garantía que saldrá bien y que se podrán cumplir los propósitos planteados.

En este sentido, la didáctica tiene dos expresiones: una teórica y otra práctica. A nivel teórico, la didáctica estudia, analiza, describe y explica el proceso enseñanza-aprendizaje para, de este modo, generar conocimiento sobre los procesos de educativos y postular el conjunto de normas y principios que constituyen y orientan la teoría de la enseñanza. A nivel práctico, por su parte, la didáctica funciona como una ciencia aplicada, pues, por un lado, emplea las teorías de la enseñanza, mientras que, por otro, interviene en el proceso educativo proponiendo modelos, métodos y técnicas que optimicen los procesos enseñanza-aprendizaje.

La didáctica tiene que considerar seis elementos fundamentales que son con referencia a su campo de actividades:

- El alumno: Quien recibe clase.

- Los objetivos: Toda acción didáctica supone objetivos. Con la finalidad de la: Adquisición de conocimientos y habilidades, potenciar sus destrezas.
- El profesor: Es el mediador del aprendizaje, el mismo que debe ser fuente de estímulos que lleve al alumno a reaccionar para que se cumpla el proceso de aprendizaje.
- Contenidos programáticos: A través de los contenidos programáticos los procesos educativos se permitirán acceder a los objetivos que se plantea una determinada carrera, o especialización.
- Métodos y técnicas: Tanto los métodos y las técnicas son fundamentales en el proceso del aprendizaje y deben estar lo más cercanas posibles a la manera de aprender de los alumnos.
- Medio geográfico, económico, cultural y social: Es indispensable para la acción didáctica se lleve a cabo en forma ajustada y eficiente considerar el medio donde funciona los centros de educación.

Caracterización de los juegos didácticos, el juego, como método de enseñanza, es muy antiguo, ya que en la Comunidad Primitiva era utilizado de manera empírica en el desarrollo de habilidades en los niños y jóvenes que aprendían de los mayores la forma de cazar, pescar, cultivar, y otras actividades que se transmitían de generación en generación. De esta forma los niños lograban asimilar de una manera más fácil los procedimientos de las actividades de la vida cotidiana.

A finales del siglo XX se inician los trabajos de investigación psicológica por parte de K. Groos, quien define una de las tantas teorías acerca del juego, denominada Teoría del Juego, en la cual caracteriza al juego como un adiestramiento anticipado para futuras capacidades serias.

A partir de los estudios efectuados por filósofos, psicólogos y pedagogos, han surgido diferentes teorías que han tratado de dar diversas definiciones acerca del juego. Existen diferentes



tipos de juegos: juegos de reglas, juegos constructivos, juegos de dramatización, juegos de creación, juegos de roles, juegos de simulación, y juegos didácticos. Los juegos infantiles son los antecesores de los juegos didácticos y surgieron antes que la propia Ciencia Pedagógica.

El juego es una actividad amena de recreación que sirve de medio para desarrollar capacidades mediante una participación activa y afectiva de los estudiantes, por lo que en este sentido el aprendizaje creativo se transforma en una experiencia feliz.

La idea de aplicar el juego en la institución educativa no es una idea nueva, se tienen noticias de su utilización en diferentes países y sabemos además que en el Renacimiento se le daba gran importancia al juego. La utilización de la actividad lúdica en la preparación de los futuros profesionales se aplicó, en sus inicios, en la esfera de la dirección y organización de la economía. El juego, como forma de actividad humana, posee un gran potencial emotivo y motivacional que puede y debe ser utilizado con fines docentes, fundamentalmente en la institución educativa.

El juego didáctico, es una técnica participativa de la enseñanza encaminado a desarrollar en los estudiantes métodos de dirección y conducta correcta, estimulando así la disciplina con un adecuado nivel de decisión y autodeterminación; es decir, no sólo propicia la adquisición de conocimientos y el desarrollo de habilidades, sino que además contribuye al logro de la motivación por las asignaturas; o sea, constituye una forma de trabajo docente que brinda una gran variedad de procedimientos para el entrenamiento de los estudiantes en la toma de decisiones para la solución de diversas problemáticas.

El juego es una actividad, naturalmente feliz, que desarrolla integralmente la personalidad del hombre y en particular su capacidad creadora. Como actividad pedagógica

tiene un marcado carácter didáctico y cumple con los elementos intelectuales, prácticos, comunicativos y valorativos de manera lúdica.

Para tener un criterio más profundo sobre el concepto de juego tomaremos uno de sus aspectos más importantes, su contribución al desarrollo de la capacidad creadora en los jugadores, toda vez que este influye directamente en sus componentes estructurales: intelectual-cognitivo, volitivo- conductual, afectivo-motivacional y las aptitudes.

En el intelectual-cognitivo se fomentan la observación, la atención, las capacidades lógicas, la fantasía, la imaginación, la iniciativa, la investigación científica, los conocimientos, las habilidades, los hábitos, el potencial creador, etc.

En el volitivo-conductual se desarrollan el espíritu crítico y autocrítico, la iniciativa, las actitudes, la disciplina, el respeto, la perseverancia, la tenacidad, la responsabilidad, la audacia, la puntualidad, la sistematicidad, la regularidad, el compañerismo, la cooperación, la lealtad, la seguridad en sí mismo, estimula la emulación fraternal, etc.

En el afectivo-motivacional se propicia la camaradería, el interés, el gusto por la actividad, el colectivismo, el espíritu de solidaridad, dar y recibir ayuda, etc.

Características de los juegos didácticos:

- Despiertan el interés hacia las asignaturas.
- Provocan la necesidad de adoptar decisiones.
- Crean en los estudiantes las habilidades del trabajo interrelacionado de colaboración mutua en el cumplimiento conjunto de tareas.
- Exigen la aplicación de los conocimientos adquiridos en las diferentes temáticas o asignaturas relacionadas con éste.

- Se utilizan para fortalecer y comprobar los conocimientos adquiridos en clases demostrativas y para el desarrollo de habilidades.
- Constituyen actividades pedagógicas dinámicas, con limitación en el tiempo y conjugación de variantes.
- Aceleran la adaptación de los estudiantes a los procesos sociales dinámicos de su vida.
- Rompen con los esquemas del aula, del papel autoritario e informador del profesor, ya que se liberan las potencialidades creativas de los estudiantes.

**Lúdica:** La lúdica se entiende como una dimensión del desarrollo del individuo, siendo parte constitutiva del ser humano. El concepto de lúdica es tan amplio como complejo, pues se refiere a la necesidad humana, de comunicarse, sentir, expresarse y producir una serie de emociones orientadas hacia el entretenimiento, la diversión, el esparcimiento, que llevan a gozar, reír, gritar, llorar, en una verdadera fuente generadora de emociones. El investigador y escritor Carlos Alberto Jiménez, aborda la lúdica como una actitud, una forma de asumir la vida frente a la cotidianidad, va de la mano con la creatividad, con la manera de aprovechar el tiempo de una manera placentera.

La lúdica como parte fundamental de la dimensión humana, no es una ciencia, ni una disciplina y mucho menos una nueva moda. La lúdica es más bien una actitud, una predisposición del ser frente a la vida, frente a la cotidianidad. Es una forma de estar en la vida y de relacionarse con ella en esos espacios cotidianos en que se produce disfrute, goce, acompañado de la distensión que producen actividades simbólicas e imaginarias como el juego (Jiménez, 2002).

En el contexto cultural la lúdica es realmente una experiencia de vida que implica a todos sus miembros con los procesos mentales, sociales, espirituales que atraviesan la vida de los individuos generando emociones y sentimientos que son expresados de diferentes maneras en la

vida diaria de cada sociedad a manera de juegos, danzas, ritos, humor, arte, escritura, el sentido estético entre otros.

Las experiencias culturales ligadas a la lúdica, a nivel biológico, son las que producen mayor secreción a nivel cerebral, de sustancias endógenas como las endorfinas, la dopamina, la serotonina. Estas moléculas mensajeras según las neurociencias, se encuentran estrechamente asociadas con el placer, el goce, la felicidad, la euforia, la creatividad, que son procesos fundamentales en la búsqueda del sentido de la vida por parte del ser humano. Desde estos puntos de vista se hace necesario ampliar los territorios cognitivos de los sujetos a través de la lúdica para que como mínimo exista una transformación de las miradas y podamos comprender el mundo de una forma natural y placentera (Jiménez, 2000) Siempre hemos relacionado a los juegos con la infancia y mentalmente hemos puesto ciertas barreras que han estigmatizado a los juegos en una aplicación seria y profesional, y la verdad es que ello dista mucho de la realidad. Los juegos pueden estar presentes en las diferentes etapas de los procesos de aprendizaje del ser humano, inclusive en la edad adulta. La enseñanza o re-enfocando el concepto hacia el aprendizaje, no está limitado a los niños, pues los seres humanos nos mantenemos, conscientes o no, en un continuo proceso de aprendizaje. (Shaw, 1906). El anterior planteamiento permite valorar la lúdica como parte esencial de la vida, del aprendizaje que sólo termina con la muerte y que siempre debe estar motivado desde el interior del ser humano pero también desde lo externo, desde lo intencional, organizado en el sistema escolar que implica la concurrencia de la pedagogía, tal como lo expresa Motta: La lúdica es un procedimiento pedagógico en sí mismo.

La metodología lúdica existe antes de saber que el profesor la va a propiciar. La metodología lúdica genera espacios y tiempos lúdicos, provoca interacciones y situaciones lúdicas.

La lúdica se caracteriza por ser un medio que resulta en la satisfacción personal a través del compartir con la otredad. (Motta, 2004)

**Educación Física:** El cuerpo humano realiza diariamente diferentes actividades como caminar, correr, brincar, escribir, entre otras tantas que realiza a diario de manera tan natural que parece no ser necesaria ninguna intervención del sistema escolar para su desarrollo, sin embargo desde la antigüedad se empieza a dar una orientación especial al uso de las habilidades y destrezas físicas: la gimnasia era un elemento característico de la formación del joven griego. Desde la infancia hasta la adolescencia, se practicaban actividades físicas en forma obligatoria y esa práctica es uno de los rasgos dominantes de la vida griega.<sup>15</sup> El nuevo enfoque de la Educación Física enfatiza en deportes y juegos de naturaleza recreativa, dejando atrás el programa de educación física tradicional. Se vislumbraba que la contribución de la educación física iba más allá del componente físico del ser humano. Se pensaba, pues, que el programa de educación física mejoraba similarmente las dimensiones mentales y sociales del individuo. Además, se recalcó la importancia que tiene la educación física dentro del programa de educación general. “Bajo esta tendencia, Thomas D. Wood, Rosalind Cassidy y Jesse Feiring Williams publicaron en el 1927 el libro titulado *The New Physical Education*. Esta obra destacaba la contribución de la educación física a nivel biológico, psicológico y sociológico. Esta época también fue reconocida por su desarrollo en la medición y evaluación, sobresaliendo las figuras de David K. Brace y Frederick Rand Rogers.

Las innovaciones en la mediación de la educación física fueron notables en las áreas de agrupar los estudiantes, la medición del rendimiento o logro y la motivación de la ejecutoria”(Guerisoli, 1978). En la actualidad se puede decir que la educación física es difícil de definir pues abarca muchos aspectos y existe una gama amplia de conceptualizaciones.

En América se destaca el doctor José Portela (1979) quien en su libro *Comunicación Personal* hace referencia a la importancia que tiene la Educación Física para desarrollar todas las potencialidades del ser humano, sin dejar de lado el respeto por el otro: La Educación Física representa aquel proceso educativo que tiene como propósito a partir de una contribución máxima posible al crecimiento y desarrollo óptimo de las potencialidades inmediatas y futuras del individuo en su totalidad a través de una instrucción organizada y dirigida, y su participación en el área exclusiva de actividades de movimiento del cuerpo seleccionadas de acuerdo a las normas higiénicas y sociales de nuestro grupo como pueblo respetuoso de la ley y el orden (Portela, 1979)<sup>16</sup> De lo anterior se desprende la necesidad de moldear la voluntad; no se puede concebir el desarrollo del ser humano de manera parcial y fragmentada, algunos autores como Cecchini encuentran que la educación física se convierte en “un medio para el desarrollo físico, moral y de la personalidad. Se busca mejorar los comportamientos y actitudes sociales de los individuos. Se pone en juego como una unidad los aspectos emocionales, afectivos, espirituales, físicos y psicomotores. “Se estructura en la capacidad del hombre para actuar físicamente en su entorno” (Cecchini Estrada, 1996), así se va generando un concepto de la educación física como un área que logra integrar el cuerpo y la mente.

TIC en la Educación Física, La sociedad en la que vivimos está en continuo cambio que exige actualizarse constantemente para conseguir controlar los conocimientos y habilidades. Por tanto, esto provoca que los docentes y el alumnado tengan que estar en un continuo periodo de aprendizaje, para conseguir nuevas destrezas tanto en ámbito social como en el laboral, de forma continuada a lo largo de toda la vida. Por eso según (Arancibia 2001) debemos de considerar que somos una sociedad que está en continuo aprendizaje y que este continuará durante toda nuestra vida.

Las (Tecnologías de la Información y Comunicación) TIC se están convirtiendo en un elemento clave en nuestro sistema educativo, ya que nuestro alumnado lleva conviviendo con ellas desde que nacieron y por eso, para ellos es algo natural. Desde el punto de vista del docente podemos aportarles elementos positivos en su desarrollo: incentivar la comunicación, la colaboración y ampliar sus formas de diversión. Para (Soete, 1996) y la (Comisión Europea 1995) la educación y la formación son los principales puntos de difusión social, pertenencia e identificación. Convirtiéndose estas en los pilares clave de nuestra sociedad, las nuevas tecnologías ofrecen a los docentes la oportunidad de llevar a cabo un proceso enseñanza-aprendizaje, adecuado al conocimiento, intereses y propósitos de nuestro alumnado con la realidad. Por esto, la escuela no debe de quedar al margen de los cambios sociales. Para (Martín, 2016) El uso de las TIC aporta múltiples ventajas: mejora la calidad docente, ruptura de las barreras espacio-temporales, acceso rápido de la información, enseñanza más personalizada, procesos abiertos y flexibles, eleva el interés y la motivación de los estudiantes, posibilidad de interactuar con la información, mejora la eficacia educativa y actividades complementarias de apoyo al aprendizaje.

**Escuelas deportivas:** toda organización que se dedique a la formación, preparación, seguimiento y promoción de niños, jóvenes y adultos en la esfera del deporte debe enmarcar su misión, cualquiera que sea su ubicación y destino, en función de la estrategia global y de los objetivos propios del entorno y contexto en el que va prestar su servicio, oferta tecnológica o actividad, así como del encargo social y el impacto que se espera alcanzar producto de sus resultados finales.

La misión de una organización de este tipo debe considerar un aspecto que se abordará más adelante relacionado con el propio objetivo que persiguen, adentrándose en el concepto de que

ellas forman, en primer lugar, ciudadanos con valores para servir a la sociedad que los acoge, los prepara y los forma (2003, Díaz et al) conferencia “los valores en la dirección”.

Las escuelas de formación deportiva, tendrán los siguientes niveles de trabajo:

- Estimulación Motriz o irradiación: Sus objetivos son los de: Contribuir al desarrollo de los patrones básicos de movimiento de los niños y niñas a través del juego, permitir involucrar al niño y la niña en actividades física a temprana edad, y posibilitar a los niños y a las niñas experiencias comunitarias orientadas a mejorar la socialización.
- Proceso de iniciación, el cual tiene por objeto:
- El desarrollo sicomotor de niños, niñas y jóvenes.
- Complementar la educación física y los hábitos de práctica de la actividad física deportiva para los niños, niñas y jóvenes.
- Fomentar en las personas hábitos deportivos, el trabajo en equipo, la capacidad de superación, el desarrollo de habilidades y destrezas y el mejoramiento de la salud.
- La formación deportiva y humana, no exclusivamente competitiva.
- Proceso de Fundamentación: considerado de escogencia deportiva está enmarcado en los aspectos de fundamentación y tecnificación deportiva, donde se enseñará los elementos básicos del mini deporte, la reglamentación, así como también la participación en eventos.
- Proceso de Perfeccionamiento deportivo: Afianza los elementos aprendidos y vivenciados. Tiene por objeto, detectar y perfeccionar los futuros deportistas y permite reconocer a quien tenga posibilidades de alcanzar un nivel deportivo.



La misión marcará la pauta para el diseño de los objetivos estratégicos de esta organización que serán los que procurarán ofrecer la solución a la salida del sistema, esta salida puede buscarse bien en forma de política, programa o proyecto en correspondencia con el alcance e impacto que corresponda.

Es un momento de trascendencia, soporta el futuro teórico de la organización y liderará con las plataformas, leyes, regulaciones y ámbito legal, físico y social que se asume. Desarrollar los objetivos estratégicos expresados encaminará el rumbo hacia el mundo interno de la organización en relación directa con su entorno, independientemente a los métodos y políticas que sean aplicados.

Se propone que todas las escuelas deportivas deben partir de un objetivo fundamental a lograr en una dimensión superior en cada eslabón del sistema, este objetivo fue enunciado por el Dr. Ricardo Pardo (1994) en su conferencia “papel de las escuelas deportivas en el desarrollo del deporte contemporáneo en Cuba”, donde expresó: “la escuela deportiva es un tipo y a la vez, una expresión auténtica de la actual escuela cubana, dicho centro tiene como objetivo primordial la educación multifacética de la nueva generación, donde se conjuga la aplicación del programa docente con un programa deportivo especializado” conocidas las características comunes que identifican las escuelas deportivas es importante discriminar un grupo de factores que determinan su creación, y que al final son los que van a garantizar el éxito de su existencia, estos factores deben analizarse a la luz de las realidades y estrategias de cada lugar, pasando por el basamento jurídico y legal, buscando sacar el máximo provecho, social, político y económico a estas instituciones.

Las escuelas deportivas requieren de una alta dosis de voluntad y deseo, componentes objetivos y subjetivos llamados a permitir su surgimiento, estos factores están presentes en todo

momento y determinan, en última instancia, la posibilidad de creación de estos centros todas las escuelas deportivas de la estructura de formación para el deporte de rendimiento cumplen cuatro principios fundamentales que corroboran y apuntalan lo planteado hasta aquí y que se convierten en la piedra angular de todo este sistema, la violación de ellos podría convertirse en un fuerte obstáculo para el cumplimiento de proyecciones, estrategias y objetivos trazados para su funcionamiento, razón por la cual deben ser organizados, desarrollados, controlados y evaluados en estrecha interrelación dialéctica.

Estos principios, que no dogmas rígidos y factores estáticos en el accionar de cada uno y de todos ellos, enunciados sobre las ideas elaboradas por pardo (1994) y Yáñez (1997), pueden manejarse para cada centro o institución siempre en función de las condiciones propias y las características individuales y a partir de los factores enunciados y explicados en párrafos anteriores.

Los contenidos de los programas de las escuelas de formación deportiva, deben contar de manera general con un diseño de las capacidades motrices y coordinativas, grado de desarrollo de los niños según su edad y maduración, sicomotor y específicamente del diseño del desarrollo de habilidades específicas por deporte, modalidad y técnica.

En Colombia, así como a nivel internacional existen varias leyes que divulgan la práctica de la educación física, recreación y deporte, resaltando su importancia en la formación integral, la prevención, fomento de la salud, y el desarrollo motriz; entre ellas se presentan:

**Ley 115 de 1994:** Esta ley estipula y estructura la educación en Colombia, por ende, es denominada ley general de educación, y establece en su artículo primero que la educación es un proceso de formación permanente, personal, cultural y social que se fundamenta en una concepción integral

de la persona humana, de su dignidad, de sus derechos y de sus deberes; y resalta en sus artículos: 14; que en todos los establecimientos oficiales o privados que ofrezcan educación formal es obligatorio en los niveles de educación preescolar, básica y media cumplir con el aprovechamiento del tiempo libre, el fomento de las diversas culturas, la práctica de la educación física, la recreación y el deporte. 21; son objetivos específicos de la educación básica en el ciclo primaria, el conocimiento y ejercitación del propio cuerpo, mediante la práctica de la educación física, la recreación y el deporte adecuados a la edad y conducentes a un desarrollo físico y armónico. 23; para el logro de los objetivos de la educación básica se establecen áreas obligatorias y fundamentales del conocimiento y de la formación que necesariamente se tendrán que ofrecer de acuerdo con el currículo y el proyecto educativo institucional.; la educación física, recreación y deportes hace parte de estas áreas obligatorias y fundamentales en la formación integral del estudiante.

**Ley 181 de 1995:** Esta ley en sus artículos 11 y 14 estipula que corresponde al Ministerio de Educación Nacional, la responsabilidad de dirigir, orientar, capacitar y controlar el desarrollo de los currículos del área de educación física de los niveles de preescolar, básica primaria, educación secundaria e instituciones escolares especializadas para personas con discapacidades físicas, síquicas y sensoriales, y determinar las estrategias de capacitación y perfeccionamiento profesional del recurso humano, y los entes deportivos departamentales y municipales diseñarán conjuntamente con las secretarías de educación correspondientes los programas necesarios para lograr el cumplimiento de los objetivos de la ley de educación general y concurrirán financieramente para el adelanto de programas específicos, tales como centros de educación física,

centros de iniciación y formación deportiva, festivales recreativos escolares y juegos ínter colegiados.

**Ley 934 del 2004:** Decreta en sus artículos 1°,2°,3°,4°,5° y 6° que: En todos los establecimientos educativos, privados y oficiales, conforme a la Ley 115 de 1994, se incluirá el programa para el desarrollo de la educación física; y en cada establecimiento educativo del país, deberá incluir en su Proyecto Educativo Institucional, PEI, además del plan integral del área de la Educación Física, Recreación y Deporte, las acciones o proyectos pedagógicos complementarios del área. Dichos proyectos se desarrollarán en todos los niveles educativos con que cuenta la institución y propenderá a la integración de la comunidad educativa y para dar cumplimiento a lo anterior y sin perjuicio de la autonomía conferida por el artículo 77 de la Ley 115 de 1994, cada Institución Educativa organizará la asignación académica de tal forma que garantice la implementación de tales proyectos.

Para propender al desarrollo de la Educación Física en la comunidad, partiendo de la base de la población infantil escolar como extraescolar, se adoptarán y fortalecerán los Centros de Educación Física que articulen sus servicios con los programas establecidos en el Proyecto Educativo Institucional, PEI, de los establecimientos educativos.

**Carta Internacional de la Educación Física y del Deporte:** en su artículo 1° establece que "La práctica de la Educación Física y del Deporte es un derecho fundamental de todos", y que el ejercicio de este derecho es indispensable a la expansión de las personalidades de las personas; propicia medios para desarrollar en los practicantes aptitudes físicas y deportivas en los sistemas educativos y en la vida social; posibilita adecuaciones a las tradiciones deportivas de los países,

mejoramiento de las condiciones físicas de las personas y aun puede llevarlas a alcanzar niveles de performances correspondientes a los talentos personales; debe ser ofrecido, a través de condiciones particulares adaptadas a las necesidades específicas, a los jóvenes, así mismo a los niños de edad preescolar, a las personas de edad y a los deficientes, permitiendo el desarrollo integral de sus personalidades.

**Manifiesto mundial de la educación física FIEP 2000:** Establece en sus artículos más sobresalientes que la Educación Física, por sus valores, debe ser comprendida como uno de los derechos fundamentales de todas las personas; por su concepto y alcance, debe ser considerada como parte del proceso educativo de las personas, sea dentro o fuera del ambiente escolar, por constituirse en la mejor opción de experiencias corporales sin excluir a la totalidad de las personas, creando estímulos de vida que incorporen el uso de variadas formas de actividades físicas.

La Educación Física, debe ser asegurada y promovida durante toda la vida de las personas, ocupando un lugar de importancia en los procesos de educación continuada, integrándose con los otros componentes educacionales, sin dejar, en ningún momento, de fortalecer el ejercicio democrático expresado por la igualdad de condiciones ofrecidas en sus prácticas.

La Educación Física, por sus posibilidades de desarrollar la dimensión psicomotora de las personas, principalmente en los niños y adolescentes, conjuntamente con los dominios cognitivos y sociales, debe ser disciplina obligatoria en las escuelas primarias y secundarias, debiendo hacer parte de un currículo longitudinal; Todos los responsables por los procesos de Educación Física deben empeñarse en la busca de instalaciones y medios materiales adecuados para que no sea perjudicada en sus objetivos.

Los profesionales responsables por la Educación Física en países y naciones subdesarrolladas, en situaciones de escasez, deberán buscar competencia y creatividad en la busca de estrategias pedagógicas, para que los beneficiarios, así mismo, puedan alcanzar las intenciones educativas propuestas.

### **3. Diseño de la investigación**

#### **3.1 Enfoque y tipo de investigación**

Para la propuesta se escoge la investigación cualitativa ya que “Sitúa al investigador en el mundo empírico y determina las actividades que tendrá que realizar para poder alcanzar el objetivo propuesto”. “La investigación cualitativa, se plantea, por un lado, que observadores competentes y cualificados pueden informar con objetividad, claridad y precisión acerca de sus propias observaciones del mundo social, así como de las experiencias de los demás.

Los investigadores se aproximan a un sujeto real, un individuo real, que está presente en el mundo y que puede, en cierta medida, ofrecernos información sobre sus propias experiencias, opiniones, valores, etc. Por medio de un conjunto de técnicas o métodos como las entrevistas, las historias de vida, el estudio de caso o el análisis documental, el investigador puede fundir sus observaciones con las observaciones aportadas por los otros”. La metodología cualitativa aplicable en el presente proyecto es la investigación acción.

#### **3.2 Línea de investigación institucional**

La propuesta se acoge a la línea de investigación “Evaluación, aprendizaje y docencia”. Esta línea de investigación contiene tres ejes fundamentales: evaluación, aprendizaje y currículo.

Estos son esenciales en la propuesta formativa y su constante análisis es uno de los retos de los sistemas educativos contemporáneos. La línea busca circunscribirse al desarrollo histórico institucional, ya que prioriza la responsabilidad como parte integral de una propuesta formativa de calidad. Parte de esa responsabilidad está en la evaluación permanente, que debe ser asumida como parte integral del proceso educativo. Gracias a ésta, la Institución encuentra y entiende las

posibilidades reales de mejorar el proyecto formativo. Esta línea de investigación concibe la educación como proceso complejo, inacabado e incierto que requiere del acompañamiento de la evaluación para identificar logros y oportunidades.

### **3.3 Población y muestra**

La propuesta está dirigida a 30 estudiantes de las escuelas de formación deportiva del instituto de deporte y recreación del municipio de Ocaña, 27 niñas y 3 niños con edades comprendidas entre los 5 y 7 años, de diferente condición socio económica, inscritos en las diferentes escuelas deportivas y seleccionados de acuerdo a la disposición de colaborar en el desarrollo del proyecto y por la disponibilidad de tiempo según el horario que fue propuesto a los padres familia.

Se utilizar el muestreo aleatorio simple, puesto que la comunidad en estudio presenta las mismas características geográficas y culturales, para esta investigación se toma como muestra representativa para la recolección de información el 100% de la población, es decir los treinta estudiantes de las escuelas de formación deportiva del instituto de deporte y recreación del municipio de Ocaña seleccionados, los treinta padres de familia y el monitor deportivo del Inder Ocaña.

### **3.4 Instrumentos de investigación**

La técnica de recolección de datos utilizada en este proyecto es la encuesta, aplicada a los padres de familia y monitor deportivo, mediante un cuestionario en el cuál se plantean preguntas relacionadas con el desarrollo psicomotriz y además se hizo el análisis estadístico de los resultados.



Con los niños, se realizó un test de tipo práctico, para determinar las dificultades que presentan en su psicomotricidad.

Los instrumentos a utilizar (diagnóstico, seguimiento, y evaluación), señalando el tipo de instrumento, su nombre, objetivo, población objetivo, estructura del instrumento (presentar el formato del instrumento como anexo), y mecanismo de aplicación.

#### 4. Propuesta de intervención

Título de la propuesta: manual para la implementación en el proceso de aprendizaje y enseñanza de la psicomotricidad.

Esta propuesta está basada en actividades lúdicas para el desarrollo, trabajo y refuerzo de la psicomotricidad y está dividida en las siguientes unidades didácticas:

- Unidad 1. Diagnostico e instrumentos diagnósticos y evaluativos del nivel psicomotor.
- Unidad 2. Coordinación dinámica general.
- Unidad 3. Coordinación viso motora.
- Unidad 4. Equilibrio.
- Unidad 5. Lateralidad.
- Unidad 6. Conductas perceptivas motoras (ubicación, organización, estructuración y localización espaciotemporal y ritmo).

##### **Unidad 1. Diagnostico e instrumentos diagnósticos del nivel psicomotor.**

Instrumento N° 1: Reconocimiento de las Partes del Cuerpo.

Se aplica con el objetivo de comprobar si los alumnos dominan las partes de su cuerpo por el nombre y su localización, comprende dos etapas: la primera tiene como objetivo mostrar sobre sí mismo y sobre otro, las partes señaladas y la segunda nombrarlas y localizarlas, tanto sobre sí como sobre otro. La metodología consiste en indicar al alumno en presencia del investigador que se localice, es decir, que muestre en su cuerpo la parte indicada, primero lo realiza sobre sí mismo y después sobre otro compañero, en la primera modalidad de la prueba debe ser capaz de mostrar

y en la segunda nombrar y localizar adecuadamente, estableciendo la relación entre el nombre y el segmento corporal señalado. Se citan 9 partes del cuerpo según escala progresiva y se anota una cruz en la respuesta correcta y un signo de menos en la incorrecta. Los cálculos se realizan de manera sencilla mediante la observación y la suma de cada respuesta correcta.

Instrumento N° 2: Test de Harris sobre Dominancia Lateral. Esta prueba tiene como objetivo conocer la lateralidad dominante: manos, ojos, pies. Consiste en proponer al sujeto, sin previa demostración la realización de una serie de ejercicios, (aproximadamente 10 para cada parte), los cuales deberán ejecutar según se indique para permitir determinar, mediante la observación realizada y anotada por el investigador, el predominio o la lateralidad de cada parte (manos, ojos, pies). La anotación se realizará por cada una de las partes señaladas.

Instrumento N° 3: Medición del desarrollo motor por medio del Test de Habilidad Motora Primaria. Este comprende siete baterías o pruebas y su objetivo consiste en la observación y categorización de la habilidad motora, la misma se aplica en dos etapas: Noviembre y Mayo. A continuación se explican las características esenciales de la metodología a seguir en cada una de las pruebas, así como del procesamiento de la información realizado.

Prueba 1: Equilibrio Estático (contempla la ejecución del ejercicio con los dos pies). La metodología consiste en indicar al alumno que se sostenga parado sobre un pie, inclinando el tronco al frente con los brazos extendidos a los lados elevando la otra pierna extendida hacia atrás hasta que quede paralela al suelo. Esta posición debe mantenerse por 10 segundos. La puntuación dada está en función de la habilidad y destreza demostrada.

### Prueba 2: Equilibrio Dinámico.

En este caso lo esencial es indicar al alumno que camine por la barra de equilibrio colocado a una altura de 15 centímetros. Utilizando para ello diferentes formas de desplazamientos. (Marcha de frente, del lado preferido y del otro lado. La puntuación se da por cada desplazamiento y su calificación al igual que la prueba anterior depende del nivel de seguridad demostrado por los alumnos.

### Prueba 3: Coordinación.

Se coloca al alumno en el centro de un círculo con los pies algo separados y las rodillas ligeramente flexionadas. El alumno debe saltar y girar 360 grados en el aire. Se dan dos ensayos y se contemplan tres tentativas, registrándose la mejor. La puntuación en este caso está en función de los giros realizados.

### Prueba 4: Sentido Rítmico.

La metodología se basa en que se debe saltar dos veces con el pie derecho y seguir con dos saltos con el pie izquierdo, alternando el pie. La puntuación depende de las habilidades demostradas.

### Prueba 5: Potencia.

En el caso de esta prueba los alumnos deben colocarse con los pies separados, manteniendo la punta de los pies al nivel de la línea de salida, los brazos deben colocarse hacia atrás y las rodillas deben estar flexionadas. Después de colocados en la posición adecuada se le indica a los alumnos que ejecuten el salto dando la posibilidad de realizarlo en tres alternativas y se toma la puntuación

de la mejor. Para llegar a un criterio final se evalúa el resultado atendiendo a la distancia obtenida por edad y sexo.

#### Prueba 6: Sentido Kinestésico.

La metodología seguida fue colocar a los alumnos de manera individual parados dentro de un cuadrado con una bolsita de arena en sus manos, la cual deben lanzar con el objetivo de que caiga dentro de un cesto que se coloca al frente. Los alumnos tienen la oportunidad de realizar dos lanzamientos de prueba y después dos más desde cada cuadrado. La puntuación se da primero cuantitativamente y finalmente se lleva a una evaluación cualitativa.

#### Prueba 7: Lateralidad.

La prueba consiste en indicar a los alumnos la realización de diferentes ejercicios manteniendo la posición de los brazos y las piernas sin doblar los codos ni las rodillas. Deberán realizar movimientos amplios, volviendo luego a la posición inicial. Las repeticiones en cada caso serán de un mínimo de 8 a 12 veces, comenzando siempre por los movimientos bilaterales, seguidos de los unilaterales y finalizando con los alternos. En esta prueba la puntuación está determinada por el nivel de seguridad y acierto demostrado en cada una de las variantes solicitadas.

En cada test se le indicara a los participantes la ejecución de cada ejercicio y anotando las puntuaciones obtenidas de manera individual. Posteriormente estos valores son sumados por cada caso y promediados para llegar a obtener una evaluación cualitativa, situada en los rangos de excelente, (entre 44 y 52 puntos) muy bueno, (entre 36 y 43 puntos), bueno, (entre 30 y 35 puntos), mediocre (entre 24 y 29 puntos) y malo, (menos de 24 puntos).

## **Unidad 2. Coordinación dinámica general. Actividad.**

El circo de los ejercicios. Objetivo: Fortalecer los elementos de coordinación dinámica global, mediante actividades lúdicas. Nociones básicas de orientación y coordinación de movimientos.

Descripción de las actividades: Se delimitará la cancha con conos plásticos ubicados alrededor de las líneas laterales y finales los participantes caminarán alrededor de los conos por minuto, luego trotarán por el mismo periodo de tiempo. Luego se realizará una carrera de relevo en la cual se ubicarán los participantes en dos esquinas de la cancha cada uno dentro de un aro y se les entregará un testigo de plástico, el primero de cada equipo correrá con el testigo y dará una vuelta a la cancha para entregar el testigo a su compañero que lo esperará dentro del primer aro. Para el cierre los participantes se formarán en un círculo y se realizará feedback.

## **Unidad 3. Coordinación viso motora.**

Actividad Las águilas atentas. Objetivo: Fortalecer los elementos de coordinación viso motora mediante actividades lúdicas. Descripción de las actividades<sup>40</sup> Los participantes se colocan en un círculo. De acuerdo con el número de asistentes se colocan pelotas de goma en un rectángulo de tela, con la ayuda del profesor se sostiene por los extremos y se balancea arriba y abajo; luego se lanza con fuerza para que las pelotas sean proyectadas hacia arriba. Los participantes deberán buscar una pelota cada uno. Se colocan dos aros grandes sujetos por dos piedras. Los participantes se dividen en dos equipos, se forman en columnas. El equipo que logre introducir más platos en 5 minutos es el ganador. Para el cierre formarán en un círculo y se realiza trabajo de retroalimentación.

## **Unidad 4. Equilibrio.**

Actividad: En la cuerda floja Objetivo: Fortalecer y desarrollar el equilibrio mediante actividades lúdicas. Descripción de las actividades Se colocaran los participantes en una columna y caminaran por encima de los aros que estarán ubicados en el suelo simulando un riel. Variante: deberán cruzar el riel sin colocar los pies en el piso además de encontrar la manera de pasar cuando se encuentren. Caminando cada quien sobre su aro. Para el cierre se formaran en un círculo y escucharan el feedback grupal.

### **Unidad 5. Lateralidad.**

Actividad: Desplazamientos Objetivo: Afianzar concepto y nociones de lateralidad mediante actividades lúdicas. Descripción de las actividades Se colocan aros en formación de ajedrez. Cada persona estará dentro de un aro y se desplazara siguiendo las instrucciones del docente como: hacia delante, atrás, derecha e izquierda. Se colocan conos en diferentes direcciones y los participantes deben desplazarse siguiendo las instrucciones del docente como: derecha e izquierda Para el cierre se formaran en un círculo y se desarrolla feedback.

### **Unidad 6. Conductas perceptivas motoras (ubicación, organización, estructuración y localización espaciotemporal y ritmo).**

Actividad: Laberintos y diversión Objetivo: desarrollar Conductas perceptivas-motrices como organización, localización, estructuración, espaciotemporal y ritmo. Descripción de las actividades Se realizan laberintos utilizando conos de plástico. Los participantes deberán seguir los esquemas establecidos. Se crearán situaciones con ayuda de distintos materiales (aros, pelotas, cuerdas, sacos, telas, pañuelos, zancos, y otros, poniéndose a disposición del participante con estímulos exteriores (música, instrumentos.)

Para la aplicación, seguimiento y evaluación de esta propuesta es necesario implementar un conjunto de instrumentos enfocados en diagnosticar las diferentes habilidades psicomotrices, de este modo es factible observar y medir el desarrollo y refuerzo psicomotor resultante gracias a esta propuesta.

Esta propuesta está constituida por una serie de medidas y contenidos didácticos en caminados al conocimiento, experimentación y mejoramiento, de la psicomotricidad, pero es necesario incluir apartados que permitan enfocar la problemática con poblaciones más específicas, como por ejemplo: adulto mayor, personas en diferentes situaciones de discapacidad, entre otras.

Lo anterior demuestra la importancia y necesidad de profundizar en este tema y así generar un instrumento didáctico más versátil, pluralista e incluyente, permitiendo desarrollar procesos educativos y reeducativos en diferentes contextos.



## 5. Conclusiones y recomendaciones

Para la aplicación, seguimiento y evaluación de esta propuesta es necesario implementar un conjunto de instrumentos enfocados en diagnosticar las diferentes habilidades psicomotrices, de este modo es factible observar, medir y elaborar un manual para el desarrollo y refuerzo psicomotor de los niños de 5 a 7 años de las escuelas deportivas del instituto de deporte y recreación del municipio de Ocaña.

El desarrollo motor tiene importancia para el concepto de sí mismo. Cuando el niño adquiere habilidades motoras, nace en él un sentimiento de seguridad física, que pronto se convierte en seguridad psicológica. Cada vez, en mayor grado, la concepción que un niño tiene de sí mismo depende de las habilidades que posee; dichas habilidades contribuyen, de modo importante, a la personalidad del niño y su personalidad afecta a su desarrollo motor.

Es necesario establecer la importancia de estos resultados para las escuelas de formación deportiva del municipio de Ocaña, porque permiten ofrecer a la comunidad pautas y una guía práctica para los padres y monitores manteniéndolos alerta en el desarrollo motor de los niños.

Valorar que la práctica psicomotriz puede ayudar en el aprendizaje de la lectura y la escritura en etapas posteriores. Se ha comprobado que la práctica psicomotriz es una buena herramienta de aprendizaje en esta etapa porque a través de la observación del desarrollo motor se pueden detectar dificultades, carencias y necesidades en otros ámbitos de desarrollo.

La educación psicomotriz durante los primeros años tiene marcados beneficios como se ha visto en el apartado del marco teórico, entre los que destacan: equilibrio emocional, autoestima, niños alegres, desarrollo armónico, etc. Además, sus repercusiones no sólo se manifiestan en la etapa sino también para etapas posteriores.

Se debe aprovechar al máximo los recursos existentes, para direccionar la clases, generando experiencias educativas enriquecedoras que contribuyan a mejorar su desarrollo psicomotriz.

Se recomienda que los padres de familia, participen de los espacios de integración en los procesos de enseñanza y aprendizaje de sus hijos.

Realizar charlas y capacitaciones periódicas a los padres de familia, de esta manera se logrará fortalecer el proceso de formación motriz que se debe llevar con los niños en estas edades.

## Referencias

Álvarez de Zayas, C. (1995) Una escuela para la excelencia. La Habana. Editorial Pueblo y Educación.

Ardanaz, t. (2009). La psicomotricidad en educación infantil. Revista innovación y experiencia educativa, 16.

Arnold, Peter. Educación física, movimiento y curriculum. Madrid. Morata, 1991.

Barrueto rodríguez, j. a. (1990). Psicomotricidad y escritura. Lima: <http://www.reddolac.org>.

Berruezo, Pedro. Pablo. (2000). Contenidos de la Psicomotricidad. Madrid, España: Miño y Dávila.

Bonilla, Carlos bolívar y Camacho coy Hipólito. Programas de educación física, para la educación básica primaria. Editorial kinesis. Cuarta edición 1998.

Cagigal, J. M. (1984). ¿La educación física, ciencia? Universidad de Antioquia, Departamento de Deportes, 30.

Col deportes, plan nacional de recreación, Bogotá, 1999.

Cratty, B. (2003). El desarrollo perceptual y motor en los niños. Barcelona: Ediciones Paidós Ibérica.

Díaz Contreras, O. et al. (2003). Los Valores en la Dirección, Folleto, La Habana. INDER.

Didáctica Lúdica: Jugando también se aprende.

<https://www.monografias.com/trabajos26/didactica-ludica/didactica-ludica.shtml>

Grosser, B. (1999) Alto Rendimiento Deportivo, Planificación y Desarrollo, Barcelona, Ediciones Martínez Roca S.A.

Maganto, C., y Cruz, S. (2004). Desarrollo físico y psicomotor en la etapa infantil. Manual de Psicología infantil: aspectos evolutivos e intervención psicopedagógica, 27-64.

Muñoz, L. A. (2006). Principios de la transferencia: clave para el desarrollo y el aprendizaje motoriz. Neiva: Universidad Sur colombiana.

Rodríguez, Astrid. Bibiana. (2010). Orientaciones pedagógicas para la educación física, recreación y deporte. Bogotá: Ministerio de Educación Nacional.

## Anexos

Tabla No 1. Formato planeación de clase.

Sede de trabajo:		Materiales:	
Monitor:		Temas:	
Objetivo Clase			
Fase inicial	Tema(s):		
Objetivo	EJ No	actividades a desarrollar	tiempo
Fase Central	Tema(s):		
Objetivo	EJ No	actividades a desarrollar	tiempo
Fase Final	Tema(s):		
Objetivo	EJ No	actividades a desarrollar	tiempo
firma monitor:		fecha de entrega:	

Tabla No 2. Formato de asistencia.

Monitor:			Sede de trabajo:													mes:		nivel / grupo:	
No	nombres y apellidos	días de clase (por fecha)																TOT	observaciones
		R	ED																
1																			
2																			
3																			
4																			
5																			
6																			
7																			
8																			
9																			
10																			
11																			
12																			
13																			
14																			
15																			
16																			
17																			
18																			
19																			
20																			
R: rama		ED: edad		TOT: totales															
firma monitor:												fecha de entrega:							

Tabla No 3. Formato de planeación mensual.

Nombre monitor:		Sede de trabajo:		
mes:		fecha entrega:	rama:	nivel / grupo:
Sema				
1				
	p.t:	p.t:	p.t:	p.t:
2				
	p.t:	p.t:	p.t:	p.t:
3				
	p.t:	p.t:	p.t:	p.t:
4				
	p.t:	p.t:	p.t:	p.t:
observaciones:			Firma monitor.	Pt: porcentaje de trabajo.

Tabla No 4. Formato Ficha de Inscripción.

Nombres y apellidos:		<b>Foto 3 x 4</b>	
Lugar y fecha de nacimiento (día-mes-año):	salud (EPS):		
Documento de identidad No:	de:		grupo sanguíneo: Rh:
dirección:	teléfono:		celular:
colegio:	grado que cursa:		jornada: sede:
nombre de la madre:	ocupación:		
nombre del padre:	ocupación:		
acudiente:	teléfono o celular:		
deporte al cual se inscribe:	sector:		
nombre del monitor:	celular:		
Describa si el menor de edad presenta alguna contraindicación médica y/o está tomando algún tipo de medicamento.			
<b>ACTO DE COMPROMISO</b>			
En mi derecho responsable sobre el niño y/o niña, Yo _____ Identificado con c/c N° _____ de _____ y a voluntad de mi hijo(a) autorizo la inscripción y participación totalmente gratis de mi hijo(a) _____ en el proyecto Estrategias didácticas para mejorar la psicomotricidad en los niños de 5 a 7 años de las escuelas deportivas del instituto de deporte y recreación del municipio de Ocaña y me comprometo a cumplir con los requisitos y reglamentos.			
FIRMA DEL PADRE DE FAMILIA		FIRMA DEL ESTUDIANTE	
FIRMA DEL MONITOR			