

Afianzamiento de las habilidades motrices básicas de movimiento en grado tercero de la IED

Agustín Fernández Sede C

MANUEL ALBERTO PERALTA PERDOMO

Licenciado en Educación Física

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

Director

JULIAN ANDRES ALONSO GONZALEZ

Fundación Universitaria Los Libertadores

Facultad de Ciencias Humanas y Sociales

Departamento de Educación

Especialización en Pedagogía de la Lúdica

Bogotá D.C., Octubre de 2022

Resumen

Este proyecto pretende abordar las deficiencias o dificultades que tienen los estudiantes de grado tercero en la ejecución de las habilidades motrices básicas en el momento de desarrollar las tareas propuestas en la clase de Educación Física, hacer práctica recreativa o deportiva elemental en los diferentes espacios de práctica en la institución.

Con base en lo anterior se tiene como intención diseñar una estrategia lúdico pedagógica para fortalecer el aprendizaje de las habilidades motrices implementando diferentes tareas de habilidades para que se desarrollen por medio de juegos.

El enfoque de investigación es cualitativa de tipo investigación acción, por cuanto en el desarrollo del proceso se permite generar ajustes necesarios con el objeto de logra mejores resultados a la hora de implementar la propuesta.

La estrategia de intervención se denomina Las Rutas del Tren del Juego que está compuesto por vagones cargados con tareas para desarrollar en beneficio de la cualificación de las habilidades motrices básicas. Se proponen tres rutas diferentes para desarrollar el cargamento de cada vagón.

Palabra clave: Habilidades, estrategia, aprendizaje, lúdico.

Abstract

This project aims to address the deficiencies or difficulties that third grade students have in the execution of basic motor skills at the time of developing the tasks proposed in the Physical Education class, doing recreational or elementary sports practice in the different practice spaces. In the institution.

Based on the above, it is intended to design a playful pedagogical strategy to strengthen the learning of motor skills by implementing different skills tasks to be developed through games.

The research approach is qualitative of the action research type, since in the development of the process it is possible to generate necessary adjustments in order to achieve better results when implementing the proposal.

The intervention strategy is called The Game Train Routes, which is made up of wagons loaded with tasks to develop for the benefit of the qualification of basic motor skills. Three different routes are proposed to develop the cargo of each wagon.

Key word: Skills, strategy, learning, playful (*Google Traductor*, s. f.)

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	7
1.4 Justificación.....	7
2. Marco referencial	10
2.1 Antecedentes investigativos	10
2.2 Marco teórico	11
3. Diseño de la investigación.....	15
3.1 Enfoque y tipo de investigación	15
3.2 Línea de investigación institucional	15
3.3 Población y muestra.....	17
3.4 Instrumentos de investigación	18
4. Estrategia de intervención	19
5. Conclusiones y recomendaciones	29
Referencias	31
Anexos.....	33

1. Problema

1.1 Planteamiento del problema

En la clase de educación física y en las practicas recreativas o deportivas que se hacen en los descansos o intercambios entre los grupos, se ha notado que los niños en el grados tercero; en básica primaria, presentan dificultades para ejecutar las habilidades básicas de movimiento cuando tienen que caminar, correr, saltar, lanzar, atrapar, driblar, pasar y recibir debido a que hay poco control segmentario, dificultad de coordinación y equilibrio, presumiblemente por limitantes en el proceso de aprendizaje, ya que según Durand (1988) en Rubiera (2019) este se constituye en el soporte de las capacidades para producir resultados con cierto nivel de acierto para resolver un problema físico motor. Por tal razón, dadas las condiciones de los niños, se hace necesario implementar una estrategia orientada al fortalecimiento en el aprendizaje de las habilidades motrices básicas, debido a que un buen nivel en la ejecución de estas, se constituye en la estructura fundamental para un óptimo desempeño posterior en la práctica deportiva o en actividades de orden lúdico o recreativo.

Esta propuesta de trabajo se implementará en la clase de educación física en el grado tercero, de educación básica primaria en la sede C del colegio Agustín Fernández ubicado en la ciudad de Bogotá en la zona 1 de Usaquén, quienes viven en el barrio Santa Cecilia un sector urbano de estrato 1 y 2 donde se pueden evidenciar circunstancias de violencia, inseguridad y pobreza.

Son 68 niños entre 8 y 10 años quienes de acuerdo con su grupo de edad se encuentran en la etapa de desarrollo y formación de habilidades y destrezas básicas, así como la fundamentación básica. Esta población; por una parte, presenta dificultades de aptitud para hacer el trabajo de habilidades motrices básicas como caminar, correr, lanzar, atrapar,

golpear, patear y controlar debido a razones de falta de control corporal, equilibrio y coordinación. Y por otra parte, inconvenientes de actitud, porque tienen un mal comportamiento dado que se distraen, no hacen caso o molestan a sus compañeros, sienten temor de ser objeto de burlas, rechazo, o a ser juzgados por las dificultades que tienen para hacer las tareas propuestas en clase. Incluso se evidencia que tienen limitantes de conocimiento por causa de la falta de atención, concentración y comprensión; y aunque un buen número de ellos manifiestan gusto por el trabajo que se hace en clase, hay quienes sienten aburrimiento y aversión por motivo del dolor, cansancio, sudor, el poco favoritismo o popularidad con que cuentan entre sus compañeros y el bajo desempeño en la práctica.

Para abordar estas circunstancias de aprendizaje se precisa de implementar una estrategia lúdica pedagógica que permita facilitar la aprehensión y dominio de las habilidades que se aplican en las diferentes prácticas de atletismo, baloncesto, voleibol o futbol a nivel recreativo o para el desempeño en pre deportivo escolar y posteriormente en su desempeño deportivo a nivel local o nacional.

1.2 Formulación del problema

¿Como fortalecer el aprendizaje de las habilidades motrices básicas de los niños que cursan grado tercero; de educación básica primaria, en la sede C del Colegio Agustín Fernández en la ciudad de Bogotá, por medio de una estrategia lúdico pedagógica?

1.3 Objetivos

1.3.1 Objetivo general

Elaborar una estrategia lúdico pedagógica que fortalezca el aprendizaje de las habilidades motrices básicas (HMB) por medio de estaciones de actividades lúdicas para que los estudiantes

de grado tercero; de educación básica primaria, se integren en eventos de carácter pre deportivo, deportivo y recreativo en el escenario institucional.

1.3.2 Objetivos específicos

- 1) Indagar el nivel de desarrollo de las habilidades motrices básicas de los niños de grado tercero.
- 2) Diseñar una estrategia lúdico pedagógica para enriquecer el aprendizaje por medio de formas jugadas en grado tercero.
- 3) Valorar la incidencia que tiene la estrategia lúdico pedagógica en el aprendizaje para el afianzamiento de las habilidades motrices básicas por medio de un pilotaje.

1.4 Justificación

El desarrollo de las habilidades básicas de movimiento es una condición necesaria para tener un buen desempeño en la práctica para hacer ejercicio físico o actividad física para la salud, integrarse en grupos para disfrutar del juego, socializar y compartir por medio de la recreación y; porque no, integrarse en la práctica deportiva.

Luego de la observación y evaluación del trabajo hecho en la clase de educación física, se ha determinado; con base en los resultados obtenidos en diferentes pruebas de habilidades, que es necesario diseñar y poner en marcha una estrategia lúdica porque los niños de grado tercero, que se encuentran en la etapa de formación de habilidades y destrezas básicas, así como la fundamentación básica deportiva, presentan dificultades para ejecutar las habilidades motrices de acuerdo a su etapa de desarrollo motor. Con la aplicación de esta estrategia se busca fortalecer el aprendizaje de las habilidades motrices básicas para que mejoren su desempeño no solo en el

trabajo que se realiza en la clase sino también en la práctica de deporte a nivel escolar, y consoliden las bases de su desarrollo motor.

Al mejorar su desempeño, los niños pueden aumentar su participación activa de las tareas y trabajos propuestos en la clase, integrarse con confianza a los grupos donde se practica el deporte de su preferencia sin temor al rechazo por su rendimiento, sentir mayor satisfacción y agrado por las actividades lúdicas, recreativas o deportivas.

Si se logra implementar una estrategia lúdica de aprendizaje para que los niños mejoren sus habilidades motrices básicas el trabajo será divertido y cautivador para consolidar su aprendizaje, mejorando así sus aptitudes para el desempeño en el juego, la recreación y el deporte.

Adicionalmente los estudiantes podrán mejorar, por un lado, sus cualidades físicas de coordinación, equilibrio, ritmo, flexibilidad, ubicación espacial, control corporal general y segmentario. Por otro lado, podrán mejorar sus capacidades físicas de base como la resistencia, la fuerza y la velocidad para que realicen sus tareas tolerando la fatiga el cansancio y el dolor.

Otro aspecto de importancia que podrá ser sensible de intervención al aplicar la estrategia es el cambio de actitud frente al trabajo, motivando a los niños para que participen en las actividades lúdicas y pre deportivas incrementando su tolerancia a la crítica, al temor, a la frustración y a la derrota.

Si los niños consolidan el desarrollo de unas habilidades motrices básicas seguramente en su juventud y en adultez podrán participar satisfactoriamente en la disciplina deportiva de su elección a nivel recreativo o competitivo sin sentir frustración por falta de habilidades y capacidades.

2. Marco referencial

2.1 Antecedentes investigativos

El juego lúdico en el desarrollo de las habilidades motrices (Granada Ortiz et al., 2019), es un proyecto en el que sus autores proponen el juego lúdico como uno de los retos más importantes en el ejercicio del trabajo del profesor de Educación Física para la formación de estudiantes que en el siglo XXI requieren de nuevas prácticas y, que así mismo, los conceptos de desarrollo humano, juego, habilidades motrices se conviertan en un nuevo horizonte de humanidad potenciando en los estudiantes sus capacidades para interactuar, transformar y construir una propuesta que permita asumir y comprender las actividades realizadas en pro del desarrollo humano, el juego lúdico y las habilidades motrices, como una alternativa para comprender el mismo desarrollo de sus habilidades a través del juego lúdico.

Aplicaron actividades lúdicas de juegos activos generando gusto, alegría y satisfacción puesto que los niños podían expresar sus condiciones de habilidad y destreza en la práctica, así como también el fortalecimiento de valores sociales y afectivos los cuales los hacía más involucrados y comprometidos en el desarrollo del trabajo.

Otro proyecto; Fortalecimiento de las habilidades motoras, correr saltar y lanzar en niños de 6 a 11 años del municipio de guateque a través de la Educación Física en ambientes extra escolares (Sánchez Arévalo, 2015), busca fortalecer las habilidades básicas motoras en ambientes extra escolares ejecutando ejercicios de dominio y control en la carrera, el salto y los lanzamientos teniendo como referencia los movimientos voluntarios que se adquieren de forma natural durante el crecimiento. En su ejecución se aplicó una evaluación diagnóstica de entrada y una de salida para las habilidades de correr, lanzar y saltar con las cuales se pudo evidenciar que si se debe fortalecer el trabajo sobre las habilidades motrices básicas y, que efectivamente, el

juego es una herramienta útil para el método de la Educación Física en el proceso de enseñanza-aprendizaje.

Por último, en la investigación Metodología para avaliação de habilidades motoras básicas em alunos do ensino fundamental básico (López Abella et al., 2021) por una parte se coincide en definir que el desarrollo de las habilidades motrices básicas se constituyen en una necesidad social pues contribuye desde el desarrollo motor a la formación integral del ser humano. Y por otra, la necesidad de abordar y reconocer las carencias que se presentan en el proceso de enseñanza – aprendizaje lo que tiene como efecto bajos resultados en el desarrollo de las habilidades motrices básicas.

Según Gómez (2018) y Arana (2018) en López Avella et al (2021), el desarrollo de las habilidades motrices se admiten como una necesidad social para el desarrollo integral del ser humano en concordancia con las circunstancias del entorno en vive, por cuanto en la práctica de la cultura física se configura como un proceso de formación en un marco cultural, personal y social, dado que, las habilidades motrices básicas como actos motores se ejecutan de forma natural y son comunes a todos los individuos.

De acuerdo con Cenizo et al (2017) en López Avella et al (2021), con base en las clasificaciones existentes las habilidades motrices se dividen en dos grupos. Uno de ellos es el que involucra los movimientos que requieren el control corporal en cuanto a desplazamientos, saltos y giros. El otro es el que requiere el manejo y control de algún objeto o elemento.

2.2 Marco teórico

La clase de Educación física en la etapa escolar de básica primaria tiene entre sus objetivos fortalecer el proceso natural de desarrollo motor de los niños para adquirir y desarrollar sus habilidades básicas como caminar, correr, saltar, rodar, lanzar, atrapar, patear (*Aprendizaje*

motor. Las habilidades motrices básicas: coordinación y equilibrio, s. f.); entre otras, las cuales se van cualificando con base en las experiencias vividas de tal manera que se mejore el control corporal para que la habilidad adquirida sea sólida en cuanto al control corporal en el momento de su ejecución. El aprendizaje motor; es entonces, un proceso mediante el cual se adquiere conocimiento; a través de la práctica de los movimientos, para adquirir o mejorar las habilidades motrices. El desarrollo de estas habilidades le permitirá integrarse e interrelacionarse de manera activa en actividades recreativas o deportivas con otros niños bien sea de su grupo en clase o con los niños de su entorno social.

Con base en lo anterior se hace necesario; para el desarrollo de esta propuesta, indagar sobre los fundamentos teóricos relacionados con el desarrollo motor, las habilidades motrices básicas de movimiento por un lado y sobre estrategias lúdico pedagógicas por otro.

Desarrollo Motor

En términos generales, la clase de Educación Física tiene por misión importante favorecer el desarrollo de las diferentes condiciones naturales que tienen los niños, entendido este desarrollo como los cambios físicos, anatómicos, motrices, psicológicos y sociales para alcanzar una competencia motriz Ruiz Pérez citado en (*Desarrollo motor en Educación Física*, 2018).

Habilidades Motrices

Las habilidades motrices son el conjunto de todas aquellas acciones de movimiento que ejecutan los niños habitualmente para hacer tareas, desplazarse, cambiar de posición en el espacio conforme a las necesidades de sus actividades diarias o para participar en actividades recreativas o deportivas.

Como parte de estas se encuentran las habilidades básicas para el desplazamiento como caminar correr y saltar, las habilidades básicas para manipular elementos como lanzar, atrapar,

patear y las de control corporal en equilibrio estático para mantener una posición y equilibrio dinámico en la ejecución de tareas más elaboradas. Son comunes a todos y presentan un estado de desarrollo particular de acuerdo a las experiencias vividas en el cotidiano o por efecto de la intervención sistemática de la escuela en la clase de Educación Física.

Estas habilidades se realizan de forma natural y se constituyen en la estructura básica del desarrollo motor como el soporte para la adquisición de habilidades o destrezas más elaboradas (*Aprendizaje motor. Las habilidades motrices básicas: coordinación y equilibrio*, s. f.)

Guthier define la habilidad motriz como “la capacidad, adquirida por aprendizaje, de producir resultados previstos con el máximo de certeza y, frecuentemente, con el mínimo dispendio de tiempo, de energía o de ambas” (*Aprendizaje motor. Las habilidades motrices básicas: coordinación y equilibrio*, s. f.)

Aprendizaje Motor

El aprendizaje es un proceso consciente, en cuanto se elabora con rigor de pensamiento, o inconsciente, en cuanto se adquiere de manera natural o empírica, por medio del cual se puede adquirir un conocimiento de un objeto o una acción que a la postre será de utilidad para el desempeño de una persona o de un grupo.

En la clase de educación física el aprendizaje es aparentemente el resultado de un proceso simple de práctica, pero muy por el contrario, obedece a un proceso de pensamiento, a una acción coordinada demostrando cierto control corporal, una actitud de interés o apatía por el trabajo y una interacción de aprobación o no entre los compañeros de clase que se manifiesta en la experiencia o practica regular. Entonces, se asume el aprendizaje motor como el cambio de las capacidades de un estudiante para realizar una tarea de manera regular (*Aprendizaje motor: una breve revisión teórica*, s. f.)

En concordancia con Jean Le Boulch (1976) se aprende con base en experiencias y vivencias que el niño asimila con su propia exploración motivo por el cual el maestro debe diseñar condiciones de trabajo que tengan en cuenta sus condiciones e intereses.

Estrategias Lúdicas

Son acciones o actividades que se utilizan para reforzar los aprendizajes, conocimientos y competencias de los estudiantes, que incluyen juegos, para favorecer competencias en el desempeño de situaciones en el ámbito escolar y en la vida cotidiana (Chi-Cauch, 2018).

En esta sección se hace una exposición integrada y resumida de los temas teóricos, pedagógicos, legales, tecnológicos (si aplica), el cual es la base del análisis; sirve de referencia en la propuesta y está estrechamente ligado al planteamiento del problema. “se hará la indagación de teorías y autores que nos ubiquen sobre el avance científico que existe en el tema o temas que se trabajaran” (Bautista, 2011, p. 149)

3. Diseño de la investigación

3.1 Enfoque y tipo de investigación

El enfoque del presente proyecto es el de investigación cualitativa por cuanto se pretende en identificar las condiciones particulares de cada estudiante respecto del nivel de desarrollo de sus habilidades motrices básicas, para con base en estas definir cuál puede ser la intervención más apropiada para su cualificación.

“Según Jiménez-Domínguez (2000) en los métodos cualitativos parten del supuesto básico de que el mundo social está construido de significados y símbolos. De ahí que la intersubjetividad sea una pieza clave de la investigación cualitativa y punto de partida para captar reflexivamente los significados sociales” (Lévano, 2007)

El tipo de investigación corresponde a la Investigación acción, por cuanto en el desarrollo del proceso de investigación es posible diseñar e implementar estrategias de acción que se orientan al mejoramiento del proceso educativo y que en un proceso posterior son objeto de observación y evaluación y ajuste para mejorar las acciones dentro del mismo proceso para el mejoramiento del aprendizaje de la habilidades motrices básica (IA._Madrid.pdf, s. f.)

Fases de la investigación

Fase 1 Indagar.

Por medio de la técnica de observación directa en la que el observador se hace una idea precisa del objeto de estudio (*Técnicas e instrumentos recolección de datos.pdf*, s. f.), se pretende determinar el estado de las habilidades básicas de movimiento de Lanzar pelota, Controlar balón con la mano, Pasar con las manos, Pasar con el pie, Recibir con las manos, Saltar, Patear con el pie.

Para este propósito se aplicara una Lista de cotejo no estandarizada de las habilidades a observar con una escala de valoración cualitativa de tres puntos: Bien, Regular y Mal, que en concordancia con algunos autores se sugiere hacer el diseño de acuerdo a las necesidades y objetivos de la investigación (López Abella et al., 2021)

Fase 2 Diseñar

Con base en los resultados obtenidos en la observación, se pretende diseñar La Ruta del Tren del Juego como estrategia Lúdico Pedagógica para mejorar las Habilidades Motrices Básicas aplicando como recurso didáctico principal las formas jugadas.

Fase 3 Valorar

Se realizara una prueba piloto con el ánimo de constatar el impacto de la propuesta con base en los cambios presentados en los aprendizajes de los niños. Para esta valoración se aplicara un instrumento o lista de cotejo que dé cuenta de la incidencia de la propuesta en el aprendizaje de las habilidades motrices básicas.

3.2 Línea de investigación institucional

Con base en las líneas de investigación institucional esta propuesta se acoge a la línea de Desarrollo Humano Integrador en el Contexto Social Colombiano argumentando la pertinencia de esta línea para el proyecto a elaborar.

De acuerdo con esta línea la institución se convierte en garante de de los derechos que tienen los niños para acceder a formación y su desarrollo físico, emocional, psicológico y social, cumpliendo con la generación de entornos seguros para la convivencia la participación y el desarrollo de de sus capacidades para una mejor socialización y calidad de vida que genere bienestar y satisfacción.

3.3 Población y muestra

La IED Colegio Agustín Fernández se encuentra en la ciudad de Bogotá en la Zona 1; Usaquén. Está conformado por cuatro sedes La sede A ubicada en la Carrera 7 con calle 155, la sede B ubicada en cerro norte en la carrera 1 A con calle 164, la sede C ubicada en Santa Cecilia Alta en la carrera 1 Este con calle 163 y la sede D de Pisingos en la carrera 7 con calle 158. Los estudiantes vienen de la localidad de Usaquén particularmente de los barrios San Cristóbal, Barrancas, Cerro Norte y Santa Cecilia. Son niños y niñas pertenecientes a grupos familiares disfuncionales de estrato 1, 2 y 3, con dificultades de inseguridad, desempleo, educación y salud.

En total hay seis grupos de grado tercero con un total de 213 estudiantes. En la Sede C; objeto de aplicación del PID, hay dos grupos de grado tercero en los que hay 69 estudiantes entre 8 y 11 años. 31 niñas y 38 niños.

El primer criterio para determinar la población es la inclusión dentro de la investigación a los estudiantes de grado tercero de la sede C; es decir a 69 estudiantes. Para ellos, se continua con los siguientes criterios para definir quienes participaran dentro de la muestra.

El segundo criterio es de exclusión. Se excluyen a los estudiantes que presenten algún tipo de limitación motriz.

El siguiente criterio de exclusión es con los estudiantes que participan activamente en actividades pre deportivas.

El último criterio de exclusión es para los estudiantes que presentan una evaluación académica de 7.0 en adelante.

Por último, se considera el criterio de inclusión 16 niños que presenten dificultades de coordinación, equilibrio o control corporal a la hora de ejecutar las habilidades así como el nivel de su evaluación académica menor de 5.

3.4 Instrumentos de investigación

Para la fase de indagación se diseña una plantilla de observación individual no estandarizada de acuerdo a las necesidades particulares del proyecto (López Abella et al., 2021) que permite hacer registro de lo que se quiere observar incluyendo los criterios de desempeño que se consideren necesarios al momento de hacer la observación así como la valoración de Bien, Regular o Mal que se da a dichos criterios.

Para la valoración de orden cualitativo se emplea la misma plantilla de valoración individual, teniendo en cuenta los siguientes criterios de valoración: Logrado, si en el proceso de la implementación se observa mejoramiento o adquisición de la habilidad. Y No logrado, si definitivamente el nivel de habilidad no muestra ningún cambio.

4. Estrategia de intervención

Las Rutas del Tren del Juego



(Juego-del-tren-inferencias.pdf, s. f.)

Presentación

La presente propuesta lúdico pedagógica está diseñada para desarrollar un trabajo que fortalezca el mejoramiento del aprendizaje de las habilidades motrices básicas de los niños que se encuentran cursando grado tercero en la clase de Educación Física, cuyo aprendizaje se encuentra en la fase de exploración y que consiste en un tren que lleva en sus vagones tareas y ejercicios de formas jugadas las cuales se pueden desarrollar en forma individual, en parejas o en grupos. En cada vagón se presentan ejercicios específicos para cada una de las habilidades motrices que contribuyen a la adquisición de aptitudes en el proceso de desarrollo motor de los niños.

Objetivo general

- Mejorar el aprendizaje de las habilidades motrices básicas.

Objetivos específicos

1. Posibilitar la práctica de experiencias lúdicas por medio de tareas individuales, con pareja o grupo.
2. Mejorar el desarrollo motor de los niños

3. Fortalecer el aprendizaje de los ejercicios para adquirir una ejecución funcional de las habilidades motrices básicas.
4. Fomentar en los niños la práctica y participación en actividades de carácter recreativo y pre deportivo elementales.
5. Motivar la integración y fortalecimiento de las relaciones de socialización.

Logros esperados

1. Desarrollo de las habilidades básicas de motrices adecuadas para su etapa de desarrollo motor.
2. Control corporal en cada una de las habilidades motrices básicas.
3. Interés por la práctica y ejecución de los ejercicios.
4. Dedicación y cumplimiento de las tareas
5. Mejorar los procesos de observación, atención y concentración.
6. Mejorar la coordinación y el ajuste postural

Recursos

Es necesario contar con los recursos apropiados para el desarrollo de las tareas tales como el recurso humano:

Niños, Profesor, Observador

Los recursos físicos:

Patio, salón de clase, canchas, lazos, bastones, aros, conos, pelotas, balones, pito, cronometro, papelería

El recurso técnico:

Instrumentos de diagnóstico, seguimiento y evaluación, contenidos y guías de tarea

Contenidos

Vagón 1: Juegos de Carrera



(Juego-del-tren-inferencias.pdf, s. f.)

Desarrollo de habilidades para mejorar la carrera

Juegos de Carrera	
Voy corriendo, vuelvo caminando	Individual. En una distancia de 10 metros se ponen dos conos en los extremos. Correr muy rápido desde el cono 1 hasta el cono 2 y volver caminando al cono 1.
¿Quién llega primero?	En pareja. En una distancia de 10 metros se ponen dos conos, uno en cada extremo. Ambos esperan en el cono 1 un extremo. A una señal corren a tocar el cono 2 que está al otro lado y vuelven al cono 1. Trata de llegar al cono 1 antes que el otro.
Traigo a mis compañeros	En grupo de 4 estudiantes. En una distancia de 10 metros se ponen dos conos, uno en cada extremo. Un estudiante está en el cono 1 y los otros tres están en el cono 2. A una señal el estudiante que está en el cono 1 debe ir corriendo para traer un compañero para traerlo al cono 1, y volver corriendo por otro hasta que los 4 estén en el cono 1. ¿Quiénes estarán completos en el cono 1?
Voy corriendo entre conos	Individual. En una distancia de 10 metros se ubican 6 conos a una distancia de 2 metros uno del

	otro. El estudiante corre entre los conos hasta llegar al otro lado y vuelve caminando.
Vuelo por pelotas	En pareja. En una distancia de 10 metros se ponen 6 conos en línea recta a una distancia de 2 metros cada uno. Desde el cono 2 hasta el cono 6 cada uno tiene una pelotica encima. Ambos están en el cono uno. A una señal uno de los dos va corriendo por la pelotica que está en el cono 2 y vuelve para entregársela a su compañero, luego va corriendo al siguiente cono para traer y entregar la pelotica a su compañero. Así repite la tarea hasta que entregue todas las peloticas.

Vagón 2: Juegos de Salto

Desarrollo de habilidades para mejorar el salto



(Juego-del-tren-inferencias.pdf, s. f.)

Juegos de Salto	
Puedo saltar lazo	Individual. Dos tareas. Primera tarea. Saltar lazo en el puesto la mayor cantidad de veces sin perder el control. Segunda tarea. Desplazarse hacia adelante saltando lazo. Otra tarea. ¿Puedo desplazarme hacia atrás saltando lazo?
Puedo saltar con un pie	Individual. En el piso hay 6 aros en línea recta, uno junto al otro. Paso por los 6 aros saltando

	<p>con el pie derecho. Me devuelvo caminando y vuelvo a pasar ahora con el pie izquierdo.</p> <p>Puedo hacerlo con los brazos a los lados? Con los brazos adelante? ¿Con los brazos arriba? ¿Y con los brazos atrás?</p>
Puedo saltar con los pies juntos.	En Pareja. Uno adelante y otro atrás. Saltando con los pies juntos saltamos hacia adelante en una distancia de 10 metros. ¿Podremos saltar en zig-zag? ¿Hacia adelante? ¿Hacia atrás?
Puedo saltar muy lejos.	Individual. ¿Cuánta distancia puedo saltar hacia adelante sin impulso con un solo pie? ¿Cuánta distancia puedo saltar hacia sin impulso con ambos pies?
Puedo saltar por encima de mis compañeros.	Trabajo en grupo de 4 integrantes. En una distancia de 8 metros tres integrantes del grupo se acomodan en el piso con cuatro apoyos (como perrito) a una distancia de 2 metros cada uno y en línea recta. El integrante que no está en el piso pasa saltando a sus compañeros para llegar a l otro lado

Vagón 3: Juegos de Lanzamiento

Desarrollo de habilidades para mejorar el lanzamiento



(Juego-del-tren-inferencias.pdf, s. f.)

Juegos de Lanzamiento	
Lanzo una pelota muy lejos	Individual. Lanzar una pelota lo más lejos posible. Con la mano a la altura de las rodillas. Con la mano a la altura de la cintura. Con la mano por encima de la cabeza. Hacer la tarea con la mano derecha y con la mano izquierda.
Lanzo una pelota contra la pared	Pareja. Con una pelota de espuma pequeña. Lanzo la pelota contra la pared y mi compañero que está a tres metros de distancia la atrapa con ambas manos. Cuando el que espera atrapa la pelota se cambian las posiciones
Lanzo un balón hacia arriba	Individual. Lanzo un balón hacia arriba con una mano y lo dejo caer al piso. Después de que rebota una vez lo atrapo. Después hago el lanzamiento con las dos manos.
Lanzo un balón hacia adelante	Pareja. Separados a una distancia de 6 metros uno frente al otro, se pasan el balón con una mano. Después se pasan el balón con las dos manos desde las rodillas. Después desde el pecho y después desde la parte de atrás de la cabeza.
Bolicompañeros	Grupo. Participa todo el grupo. Se eligen dos integrantes que se ubican en los extremos. Uno en un lado del campo y el otro al otro lado. Los otros compañeros se ubican en el centro del campo. Se trata de tocar a un compañero con un balón que se pasa de lado a lado. Los compañeros que están en el centro del campo no se deben dejar toca. El compañero que es tocado pasa a la línea de uno de los lados para ayudar a sus compañeros a tocar a los demás con el balón.

Vagón 4: Juegos de pasar y Recibir

Juegos de habilidad para mejorar los pases y controles (recibir)



(Juego-del-tren-inferencias.pdf, s. f.)

Juegos de Pasar y Recibir	
Paso con una mano y recibo con las dos manos.	Pareja. En un espacio de 6 metros se ponen en el piso 4 conos en línea a una de distancia de 2 metros cada uno enumerados del 1 al 4. Un estudiante se para en el cono numero 1 y el otro en el numero 2. El que está en el cono numero 1 permanece en su lugar. El que está en el dos recibe y pasa el balón y se desplaza al cono numero 3. Allí recibe y pasa el balón y pasa al cono numero 4 donde recibe y pasa el balón para volver al cono numero 3 y termina la tarea en el numero 2
Paso con las dos manos y recibo con las dos manos.	Pareja. En un espacio de 6 metros se ponen en el piso 4 conos en línea a una de distancia de 2 metros cada uno enumerados del 1 al 4. Un estudiante se para en el cono numero 1 y el otro en el numero 2. El que está en el cono numero 1 permanece en su lugar. El que está en el dos recibe y pasa el balón y se desplaza al cono numero 3. Allí recibe y pasa el balón y pasa al cono numero 4 donde recibe y pasa el balón para volver al cono numero 3 y termina la tarea en el numero 2
Paso y recibo con el pie	Pareja. En una distancia de 4 metros, uno al frente del otro. Pasar y recibir el balón con el pie derecho. Luego pasar y recibir con el pie izquierdo

Pateo con el pie.	Individual. A una distancia de 6 metros de la cancha de banquitas se ponen tres balones separados a dos metros entre sí. Uno en el centro y los otros dos a los lados. Patear el balón para meterlo dentro de la cancha. Patear con el pie derecho y luego con el pie izquierdo.
Llevo el balón con los pies	Individual. En una distancia de 10 metros se ponen 6 conos separados 2 metros entre sí. Llevar el balón con el pie derecho pasando entre los conos. Volver llevando el balón entre los conos con el pie izquierdo.

Metodología

El trabajo del tren se realizara recorriendo las rutas seleccionando una que se hará en cada clase. Estas rutas son tres:

1 Ruta de Tareas. Cada integrante del grupo selecciona la tarea que quiere desarrollar de acuerdo al vagón que llega a la clase.

2 Ruta de Estaciones. Se hacen 5 estaciones de trabajo para que los integrantes del grupo trabajen en cada una de ellas. Las tareas de las estaciones pueden ser los juegos de un solo vagón o la combinación de los juegos de los diferentes vagones.

3 Ruta de Retos. La ruta de retos es para que los integrantes del curso pongan a prueba sus avances comparando sus condiciones con otros integrantes. Los retos pueden ser juegos del mismo vagón o la combinación de diferente juegos de los vagones.

Los juegos que hay en cada vagón se pueden renovar para cada periodo académico o cuando como resultado de la evaluación se pueda constatar avance en el desarrollo de las habilidades motrices.

Evaluación

Luego de la realización de cada ruta en cada clase los estudiantes registran en su cuaderno su auto evaluación del trabajo que realizaron. Para esa evaluación responden a la siguiente rubrica de clase:

- 1 ¿Que hice en clase? Escribir de manera sencilla cual fue el juego que hizo en clase.
- 2 ¿Como hice el juego? Escribir si hizo bien el juego o si no lo hizo bien.
- 3 ¿Qué me gusto del juego? Escribir porque le gusto el juego.
- 4 ¿Qué fue lo más difícil? Escribir que le costó trabajo para hacer el juego
- 5 ¿Qué debo mejorar? Escribir lo que debe mejorar para hacer el juego.

5. Conclusiones y recomendaciones

Durante el desarrollo de este trabajo se pudo establecer que efectivamente es importante implementar una estrategia lúdico pedagógica para facilitar el aprendizaje de las habilidades motrices básicas, por medio de formas jugadas que logren innovar el desarrollo de las clases y garanticen captar el interés de los estudiantes para que por medio de su propio trabajo y vivencia practiquen las tareas orientadas al desarrollo de sus habilidades.

En el diseño de la propuesta de intervención se debe hacer una selección adecuada de los ejercicios que realizaran los niños para indagar sobre sus condiciones y así poder detectar el nivel de sus habilidades motrices de tal modo que en la observación inicial arroje resultados confiables para diseñar las tareas que se ajusten a las necesidades del aprendizaje para afianzar sus habilidades motrices.

El trabajo con base en formas jugadas que hacen más divertido el trabajo, servirá como argumento para que se incremente la participación activa de los niños en la clase y las actividades cotidianas del colegio como jugar, hacer recreación o participar en eventos pre deportivos.

Como recomendaciones sobre el presupuesto de esta propuesta sería apropiado involucrar la participación de los otros compañeros del grado, así como también el acompañamiento regular de los padres en los momentos que practican los ejercicios propuestos en cada uno de los vagones. En este sentido, también debería contemplarse la posibilidad de que se disponga con más tiempo en el colegio para la práctica de las habilidades, ya que su aprendizaje no se da en corto plazo, sino que es un proceso que toma tiempo y se fortalece en la medida que se pueda hacer prácticas regulares.

Dado que; como se menciono anteriormente, el aprendizaje y la adquisición de las habilidades toma tiempo, se debe realizar seguimiento regular para detectar cambios en el proceso de aprendizaje, y en caso de ser posible involucrar otro grupo de tareas relacionadas con las diferentes habilidades

En caso de tener la posibilidad, se puede incrementar la cantidad de niños participantes en la estrategia lúdica a la vez que se puede enriquecer el contenido de las clases en la medida que se empleen las formas jugadas como estrategia para involucrar a los niños en el trabajo y el cumplimiento de las tareas.

Es una oportunidad para reforzar y consolidar el proceso de pensamiento, dado que en la metodología de trabajo se puede precisar el trabajo sobre aspectos como la observación, reflexión, imagen corporal, comparación para lograr cierto nivel de control deseado.

ra%20mejores%20resultados%20a%20la%20hora%20de%20implementar%20la%20propuesta.%
 0ALa%20estrategia%20de%20intervenci%C3%B3n%20se%20denomina%20Las%20Rutas%20d
 el%20Tren%20del%20Juego%20que%20est%C3%A1%20compuesto%20por%20vagones%20
 20cargados%20con%20tareas%20para%20desarrollar%20en%20beneficio%20de%20la%20cuali
 ficaci%C3%B3n%20de%20las%20habilidades%20motrices%20b%C3%A1sicas.%20Se%20prop
 onen%20tres%20rutas%20diferentes%20para%20desarrollar%20el%20cargamento%20de%20ca
 da%20vag%C3%B3n.%0APalabra%20clave%3A%20Habilidades%2C%20estrategia%2C%20ap
 rendizaje%2C%20I%C3%BAdico.%0A&op=translate

Granada Ortiz, W. F., Ortiz Vélez, F. U., & Vanegas Salazar, M. M. (2019). *El juego lúdico en el desarrollo de las habilidades motrices*. <https://repository.libertadores.edu.co/handle/11371/2224>
IA._Madrid.pdf. (s. f.). Recuperado 30 de octubre de 2022, de

https://files.cercomp.ufg.br/weby/up/97/o/IA._Madrid.pdf

Juego-del-tren-inferencias.pdf. (s. f.). Recuperado 30 de octubre de 2022, de

<https://www.orientacionandujar.es/wp-content/uploads/2019/02/Juego-del-tren-inferencias.pdf>

Lévano, A. C. S. (2007). *INVESTIGACIÓN CUALITATIVA: DISEÑOS, EVALUACIÓN DEL RIGOR METODOLÓGICO Y RETOS*. 9.

López Abella, L. M., Juanes Giraud, B. Y., López Abella, L. M., & Juanes Giraud, B. Y. (2021).

Metodología para evaluar las habilidades motrices básicas en estudiantes de la educación básica primaria. *Mendive. Revista de Educación*, 19(3), 743-754.

Sánchez Arévalo, M. del P. (2015). Fortalecimiento de las habilidades básicas motoras correr, saltar y lanzar en niños de 6 a 11 años del municipio de Guateque a través de la educación física en ambientes extraescolares. *reponame:Repositorio Institucional de la Universidad Pedagógica Nacional*. <http://repository.pedagogica.edu.co/handle/20.500.12209/2771>

Anexos

Plantilla de observación inicial

Observación de Habilidades motrices Básica Para grado tercero				
Nombre				
Curso				
LISTA Y VALORACION DE HABILIDADES				
		Desempeño		
		Bien	Regular	Mal
1	Correr rápido en una distancia de 10 metros			
2	Saltar lazo la mayor cantidad de veces			
3	Saltar lejos sin impulso			
4	Saltar lo más alto posible			
5	Saltar por bastones con ambos pies			
6	Saltar por aros con el pie dominante			
7	Lanzar una pelota lo más lejos posible			
8	Atrapar una pelota con las dos manos luego de lanzarla al muro			
9	Lanzar hacia arriba un balón y atraparlo con las dos manos			
10	Rebotar un balón contra el piso con la mano dominante			
11	Rebotar el balón contra el piso en una distancia de 10 metros			
12	Conducir un balón con el pie dominante en 10 metros			
13	Pasar un balón con el pie dominante			
14	Parar un balón con el pie dominante			
15	Patear al arco un balón con el pie dominante			

Elaboración propia

Plantilla de seguimiento

Seguimiento y Valoración de Habilidades motrices Básica Para grado tercero			
Nombre			
Curso			
LISTA Y VALORACION DE HABILIDADES			
VALORACION		Desempeño	
		Logrado	No Logrado
1	Correr rápido en una distancia de 10 metros		
2	Saltar lazo la mayor cantidad de veces		
3	Saltar lejos sin impulso		
4	Saltar lo más alto posible		
5	Saltar por bastones con ambos pies		
6	Saltar por aros con el pie dominante		
7	Lanzar una pelota lo más lejos posible		
8	Atrapar una pelota con las dos manos luego de lanzarla al muro		
9	Lanzar hacia arriba un balón y atraparlo con las dos manos		
10	Rebotar un balón contra el piso con la mano dominante		
11	Rebotar el balón contra el piso en una distancia de 10 metros		
12	Conducir un balón con el pie dominante en 10 metros		
13	Pasar un balón con el pie dominante		
14	Parar un balón con el pie dominante		
15	Patear al arco un balón con el pie dominante		

Elaboración propia.