



ESPE
UNIVERSIDAD DE LAS FUERZAS ARMADAS
INNOVACIÓN PARA LA EXCELENCIA

**DEPARTAMENTO DE CIENCIAS HUMANAS Y
SOCIALES**

**CARRERA DE LICENCIATURA EN CIENCIAS DE LA
ACTIVIDAD FÍSICA DEPORTES Y RECREACIÓN**

**TESIS PREVIO A LA OBTENCIÓN DEL TITULO DE
LICENCIADO EN CIENCIAS DE LA ACTIVIDAD FÍSICA
DEPORTES Y RECREACIÓN.**

**TEMA: LA ACTIVIDAD FISICA Y SU INCIDENCIA EN LAS
DESTREZAS MOTRICES BASICAS EN LOS NIÑOS DE ENTRE
8 Y 10 AÑOS DE EDAD, DE LA PARROQUIA DE CONOCOTO,
CANTON QUITO POR MEDIO DE UN CAMPAMENTO
VACACIONAL EN EL PERIODO 2015.**

AUTOR: MORALES ACHIG, CRISTIAN DAVID

DIRECTOR: DR. ENRIQUE, CHÁVEZ

CODIRECTOR: MSC. ORLANDO, CARRASCO

SANGOLQUÍ

2015

CERTIFICADO**DIRECTOR: DR. CHAVEZ ENRIQUE****COORDIRECTOR: MSC. CARRASCO ORLANDO****CERTIFICA:**

Que el trabajo de investigación titulado **“LA ACTIVIDAD FISICA Y SU INCIDENCIA EN LAS DESTREZAS MOTRICES BASICAS EN LOS NIÑOS DE ENTRE 8 A 10 AÑOS DE EDAD, DE LA PARROQUIA DE CONOCOTO, CANTON QUITO POR MEDIO DE UN CAMPAMENTO VACACIONAL EN EL PERIODO 2015”**. Realizado por el señor. **MORALES ACHIG CRISTIAN DAVID**, ha sido guiado y revisado periódicamente y cumple con los requisitos teóricos, científicos, técnicos, metodológicos, establecidos en el reglamento de estudiantes de la Universidad de las Fuerzas Armadas – ESPE.

Sangolquí, Agosto del 2015



DIRECTOR
Dr. Enrique Chávez



CODIRECTOR
Msc. Orlando Carrasco

DECLARACION DE RESPONSABILIDAD

Yo, **MORALES ACHIG, CRISTIAN DAVID** declaro que:

El proyecto de grado titulado “**LA ACTIVIDAD FISICA Y SU INCIDENCIA EN LAS DESTREZAS MOTRICES BASICAS EN LOS NIÑOS DE ENTRE 8 A 10 AÑOS DE EDAD, DE LA PARROQUIA DE CONOCOTO, CANTON QUITO POR MEDIO DE UN CAMPAMENTO VACACIONAL EN EL PERIODO 2015**” ha sido desarrollado con base a una investigación absoluta, respetando derechos intelectuales de terceros, conforme las citas que constan al pie de las páginas correspondientes, cuyas fuentes se agregan en la bibliografía. Consecuentemente este trabajo es de nuestra autoría.

En virtud de esta declaración, nos responsabilizamos del contenido, veracidad y alcance científico del proyecto de grado en mención.

Sangolquí, Agosto 2015

A handwritten signature in blue ink, enclosed in a blue oval. The signature reads "CRISTIAN MORALES ACHIG".

MORALES ACHIG, CRISTIAN DAVID

AUTORIZACIÓN

Yo, **SR. MORALES ACHIG, CRISTIAN DAVID** Autorizo a la Universidad de las Fuerzas Armadas ESPE la publicación, en la biblioteca virtual de la institución el trabajo **“LA ACTIVIDAD FISICA Y SU INCIDENCIA EN LAS DESTREZAS MOTRICES BASICAS EN LOS NIÑOS DE ENTRE 8 A 10 AÑOS DE EDAD, DE LA PARROQUIA DE CONOCOTO, CANTON QUITO POR MEDIO DE UN CAMPAMENTO VACACIONAL EN EL PERIODO 2015”**, cuyo contenido, ideas y criterios son de nuestra exclusiva responsabilidad y autoría.

Sangolquí, Agosto 2015

A handwritten signature in blue ink, enclosed in a blue oval. The signature reads "CRISTIAN MORALES ACHIG".

MORALES ACHIG, CRISTIAN DAVID

DEDICATORIA

El presente trabajo está dedicado a mi madre a mi esposa e hija quienes han sido mi motivación y apoyo para alcanzar esta meta tan anhelada.

A mi familia, porque creyeron en mí y porque me sacaron adelante, dejándome ejemplos dignos de superación y entrega, porque en gran parte gracias a ustedes, hoy puedo ver alcanzada mi meta, ya que siempre estuvieron impulsándome en los momentos más difíciles de mi carrera, y porque el orgullo que sienten por mí, es lo que me hizo llegar al final.

A mis amigos compañeros de aula y familiares que no mencione mil disculpas y les agradezco por su apoyo y colaboración en esta gran meta alcanzada.

MORALES ACHIG, CRISTIAN DAVID

AGRADECIMIENTO

Al concluir este trabajo investigativo doy gracias principalmente a Dios por la oportunidad que me ha dado para desarrollar el presente trabajo de investigación, dándome fortaleza para continuar y cumplir con una meta más en mi vida.

A mis padres, Ángel Morales y María Achig, quienes a lo largo de mi vida han velado por mi bienestar y educación siendo mi apoyo en todo momento, depositando su entera confianza en cada reto que se me presentaba sin dudar ni un solo momento en mi capacidad.

A mi hermana Vanessa Morales y mi pequeño hermano Matías Morales que con su cariño y aprecio me brindaron su apoyo para superar cualquier obstáculo.

A mis grandes amores mi querida esposa, amiga y confidente María Fernanda Oñate y mi princesa Nahomi Morales por su gran apoyo comprensión y cariño en este gran logro.

A los Sres. DIRECTOR Y CODIRECTOR de mi tesis por su apoyo.

En especial, agradezco a mi DIRECTOR de tesis Dr. Enrique Chávez por la confianza que deposito en mí, su constante apoyo, sus indicaciones y orientaciones indispensables en el desarrollo de este trabajo.

A mi CODIRECTOR de tesis, MSc. Orlando Carrasco por su constante apoyo y confianza brindada en mi formación.

MORALES ACHIG, CRISTIAN DAVID

INDICE DE CONTENIDOS

CERTIFICADO.....	i
DECLARACION DE RESPONSABILIDAD	ii
AUTORIZACIÓN.....	iii
DEDICATORIA	iv
AGRADECIMIENTO	v
INDICE DE CONTENIDOS.....	vi
RESUMEN	x
ABSTRACT.....	xi
CAPITULO I.....	1
EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN.....	1
1.1. Planteamiento del problema	1
1.2. Formulación del problema.....	3
1.3. Objetivos	3
1.3.1 Objetivo general.....	3
1.3.2. Objetivos específicos	4
1.4. Justificación e importancia	4
CAPITULO II.....	6
MARCO TEORICO	6
2.1. Introducción	6
2.2. Concepto.....	10
2.2.1. Actividad física.....	10
2.2.2. Sedentarismo.....	10
2.2.3. Ejercicio físico.....	11
2.2.4. Campamento educativo	11
2.3. La actividad física como proceso teórico práctico.....	11
2.4. La actividad física y su influencia en la maduración biológica del niño ..	11
2.5. Beneficios de la actividad física en el desarrollo de las capacidades coordinativas de las edades tempranas.....	13
2.6. La coordinación. Generalidades.....	15
2.6.1 Las capacidades coordinativas generales:	15

2.6.2. Las capacidades coordinativas especiales	15
2.7. El juego y el desarrollo del niño (cognitivo, social, afectivo-emocional y motriz)	19
2.8. Características del desarrollo cognitivo, social, afectivo-emocional y motriz en edades entre 8 y 10 años.....	26
2.9. Actividades físicas a través de juegos para potenciar el desarrollo de la coordinación motriz.	29
2.10. Recursos.....	30
2.10.1. Humanos.....	30
2.10.2. Materiales	30
CAPITULO III.....	52
METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN.....	52
3.1. TIPO DE INVESTIGACIÓN.....	52
3.2 Población y muestra	52
3.2.1. Población	52
3.2.2. Muestra	52
3.3. Formulación de hipótesis	52
3.3.1. Hipótesis de trabajo	52
3.4. Variables de investigación	53
3.5. Instrumentos de la investigación.....	55
3.5.1. Guía de observación.....	55
3.6 Recolección de la información	55
3.6.1. Métodos, técnicas e instrumentos de recolección de datos	56
3.6.1.1. Métodos teóricos	56
3.6.1.2. Métodos empíricos y técnicas aplicadas.....	56
3.7. Tratamiento y análisis estadístico de los datos.....	58
3.7.1. Procesamiento de datos	58
3.7.2. Programa aplicado.....	58
CAPITULO IV	60
ANALISIS DE RESULTADOS.....	60
4.1. Análisis y tabulación de resultados	60
4.2. Análisis de resultados antes y después del programa	66
CAPITULO V	69

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	69
5.1. Conclusiones	69
5.2. Recomendaciones	69
BIBLIOGRAFÍA.....	71

INDICE DE TABLAS

Tabla 1. Ventajas e inconvenientes del juego espontáneo y del juego dirigido.	24
Tabla 2. Caracterización del juego.....	25
Tabla 3. Características motrices (Rada y González, 1983).....	28
Tabla 4. Cronograma de actividades	36
Tabla 5. Operacionalización de las variables.....	54
Tabla 6: Nivel de aceptación en relación al puntaje obtenida en la guía de observación.....	55

INDICE DE FIGURAS

Figura 1 Test de motricidad.	61
Figura 2: Rendimiento Motriz. Pregunta 1: ¿Tiene conocimiento sobre la importancia de la práctica de actividades físicas a través de juegos dirigidas que le permitan a su hijo ejercitarse?	62
Figura 3 Los niños y niñas salen con frecuencia	63
Figura 4 Los niños y niñas practican actividad pre-deportiva	63
Figura 5 La comunidad ofrece algún tipo de actividad lúdica dirigida a los niños y niñas tales.....	64
Figura 6 La escuela ofrece algún tipo de actividad lúdica o recreativa dirigida a los niños y niñas.....	64
Figura 7: En la comunidad existen espacios físicos para la realización de actividades lúdicas.....	65

Figura 8: ¿Le gustaría asistir a una actividad especial para que junto a sus hijos seleccionen las actividades lúdicas de su preferencia?	65
Figura 9: Tiene disponible el tiempo para realizar las actividades lúdicas.	66
4.2. Análisis de resultados antes y después del programa	66
Figura 10: Resultado del sub-test de motricidad después de la aplicación del plan.	66
Figura 11: Comparación de los resultados del sub-test de motricidad para el sexo masculino.	67
Figura 12: Comparación de los resultados del sub-test de motricidad para el sexo femenino.....	68

RESUMEN

La presente investigación tiene como objetivo diseñar un plan de actividades físicas para el desarrollo de la motricidad, especificando la coordinación motriz, en los niños de entre 8 y 10 años de edad de la parroquia de Conocoto - Cantón Quito, aplicando los mismos en un campamento vacacional. La investigación está dividida en tres capítulos, el primero de ellos establece el marco teórico de la investigación, el segundo capítulo traza las líneas investigativas y metodológicas del informe investigativo, y el tercer capítulo trata sobre la implementación de la propuesta de investigación analizando los datos obtenidos en el estudio. Se estudian 30 niños como muestra de estudio, en la realización de encuestas se seleccionaron 42 participantes como especialistas a consultar mediante un protocolo o cuestionario diseñado al efecto, de ellos 10 docentes, 20 padres, 3 miembros de la parroquia de Conocoto, 2 profesores deportivos y 5 promotores deportivos, 1 médico y 1 enfermera. La investigación concluye luego del resultado del diagnóstico inicial la existencia de insuficiencias en la práctica de actividades motrices coordinativas y generales, las actividades físicas diseñadas responde a las necesidades del grupo estudiado en las edades comprendidas entre los 8 a 10 años, potenciando el desarrollo de la coordinación motriz, ventajas avaladas en términos de factibilidad por el criterio de los especialistas consultados, la aplicación de un campamento vacacional promueve el cumplimiento de actividades establecidas en la convivencia, el descubrimiento, la aventura en busca de un progreso personal y social mediante la competencia y el esfuerzo diario.

PALABRAS CLAVES.

- **HABILIDADES MOTRICES**
- **CAMPAMENTO VACACIONAL**
- **ACTIVIDAD FÍSICA**
- **EDUCACIÓN FÍSICA**
- **DEPORTE**

ABSTRACT

This research aims to design a plan of physical activities to develop motor skills, specifying the motor coordination in children between 8 and 10 years old Parish Conocoto - Canton Quito, applying them in a camp holiday. The research is divided into three chapters, the first of which sets the framework of the investigation, the second chapter traces the investigative and methodological lines of the investigative report, and the third chapter discusses the implementation of the research proposal analyzing data in the study. 30 children as study sample studied, surveys in 42 selected participants and specialists to consult with a protocol or questionnaire designed for this purpose, including 10 teachers, 20 parents, 3 members of the parish of Conocoto, 2 sports teachers and five sports promoters, one doctor and one nurse. The research concludes the outcome after the initial diagnosis the existence of shortcomings in the practice of general coordinative and motor activities, physical activities designed meets the needs of the group studied in aged 8 to 10 years, promoting the development of motor coordination, guaranteed benefits in terms of feasibility by the criterion of the experts consulted, the application of a holiday camp promotes compliance activities established in coexistence, discovery, adventure in search of a personal and social development through competition and the daily effort

KEYWORDS.

- **DRIVING SKILLS**
- **HOLIDAY CAMP**
- **PHYSICAL ACTIVITY**
- **PHYSICAL EDUCATION**
- **SPORT**

CAPITULO I EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1.1. Planteamiento del problema

Cuando las escuelas cierran sus puertas al finalizar un año escolar, cansadas ya de tanta obligación, de tanto conocimiento impartido, de objetivos alcanzados muchos de ellos a veces inservibles miles de niños y adolescentes toman sobre sus espaldas la mochila y el saco de dormir y comienzan una nueva vida. Una vida hecha a su medida, en busca de compartir tiempo con sus amigos, basada en sus intereses.

Los campamentos vacacionales son un tiempo privilegiado de convivencia, de descubrimiento, de aventura, de progreso personal y social. Los campamentos vacacionales son algo más que unas vacaciones, o que un simple cambio de aire, son mucho más que una distracción para los niños, es una situación distinta.

Mi propuesta se basa en la aplicación de un CAMPAMENTO VACACIONAL en busca de la incidencia de la actividad física en las habilidades motrices básicas en niños de entre 8 y 10 años de edad, de la parroquia de Conocoto - cantón Quito en el periodo vacacional 2015, ya que cuando llegan los periodos vacacionales, estas vienen a cubrir un hueco importante en la planificación educativa; un hueco que no sólo aparece en vacaciones escolares, sino que también aparece en los distintos momentos como son; los fines de semana... El hueco importante que viene a cubrir es el hueco del ocio, del tiempo libre, como necesidad vital de desarrollo integral del niño o niña y que como tal no puede estar desconectado de los otros ámbitos educativos como son la familia y la escuela.

La presente investigación se llevará a cabo desde el mes de Julio del 2015 hasta el mes de Agosto del 2015, en este período se trabajará concesiones semanales continuas los días lunes, martes, miércoles, jueves y viernes. El campamento vacacional se llevara a cabo en el sector del puente N.- 7 de la Autopista General Rumiñahui en la Liga Barrial La

Hospitalaria en la Parroquia Conocoto – Cantón Quito.

La educación psicomotriz se ha ocupado de establecer modos de intervenir el desarrollo del niño desde la educación, la reeducación o la terapia, enfocándose principalmente en diversos aspectos que van desde las dificultades de aprendizaje hasta la potenciación del desarrollo normal, está basada en una pedagogía activa que aborda al niño desde un enfoque global y que debe atender a las diferentes etapas del desarrollo.

Desde esta perspectiva, se plantea como una alternativa activa, flexible y crítica que pondera el movimiento a fin de mejorar el desarrollo de las capacidades intelectuales, afectivas y sociales a través del movimiento. Una de las formas de abordarla es a través de actividades lúdicas, porque ofrece al infante una múltiple variedad de juegos motrices.

Se puede señalar que, el derecho a jugar equivale al derecho a la infancia; ya que jugar es típico del niño, la infancia es una edad de juego, la actividad más extensa, más intensa y más característica de la infancia es la ludicidad, no se puede concebir la infancia sin juego. Impedirle jugar es robarle la infancia al niño, anticipar la vida adulta.

Las cualidades físicas y morales, fomentar la recreación y la sana inversión del tiempo libre; educar para la comprensión y respecto recíprocos; formar el sentido de la responsabilidad y amistad; así como estimular el mayor espíritu de superación y convivencia social, la competitividad, la tenacidad, la autoestima, el bienestar de la población y el espíritu de solidaridad.

De tal manera, que, la actividad motriz en los infantes debe ser potenciada y valorada como una necesidad vital para su desarrollo, razón de esta investigación. Wallon destaca la importancia que tienen las acciones motoras en el desarrollo evolutivo del niño /a, estableciendo que: “el ser humano es una “unidad funcional”, donde hay una estrecha relación entre las funciones motrices y las funciones psíquicas”.

Entonces, los niños aprenden a través de la acción, por lo tanto, a medida que van creciendo, necesitan gozar de libertad para explorar y jugar. El juego es uno de los aspectos esenciales del crecimiento, constituye su actividad central, potencia y favorece el desarrollo de habilidades mentales, sociales y físicas; es el medio natural por el cual los niños expresan sus sentimientos, miedos, cariños y fantasías de un modo espontáneo y placentero. Así mismo, sienta las bases para el trabajo escolar y para adquirir las capacidades necesarias en etapas posteriores de la vida.

Así pues, durante la edad escolar, el niño requiere de ejercicio físico y de la recreación colectiva para fortalecer sus músculos y huesos, adquirir actitudes que favorezcan su convivencia, competencia e interrelación con los demás. El juego con otros niños favorece también el desarrollo de sus rasgos de carácter y personalidad. Por ello, la práctica constante de la actividad física, lúdica y pre-deportiva se hace indispensable para su pleno desarrollo. Desde su primer día de vida el recién nacido es capaz de dar y recibir afecto y de relacionarse con otras personas.

1.2. Formulación del problema

¿Cuál es el análisis y su incidencia en las destrezas motrices coordinativas básicas en niños de entre 8 y 10 años de edad, en la ejecución de una COLONIA VACACIONAL en la parroquia de Conocoto – cantón Quito?

1.3. Objetivos

1.3.1 Objetivo general

Diseñar un plan de actividades físicas para el desarrollo de la motricidad en los niños de entre 8 y 10 años de edad de la parroquia de Conocoto - Cantón Quito en un campamento vacacional.

1.3.2. Objetivos específicos

- Diseñar y planificar un campamento vacacional en la Parroquia de Conocoto en el periodo vacacional 2015.
- Constatar el aumento de los niveles de destreza motriz
- Aplicar la propuesta de un campamento vacacional en la Parroquia de Conocoto en el periodo vacacional 2015.

1.4. Justificación e importancia

Cuando llegan las vacaciones, la estadía de tiempo completo de los niños, en casa, se vuelve un problema para muchos padres. Ya sea por no saber qué hacer con ellos, por comodidad, o por cuestiones laborales, recurren a los campamentos vacacionales como la única solución. Tal vez, para los padres, que trabajan sea así.

La elección de los campamentos debe obtener tanta importancia como lo fue la elección de la escuela para que no se convierta en una prolongación de las disciplinas vividas durante el año lectivo.

Las colonias resultan una buena opción cuando el objetivo es entretener y no sólo mantener ocupados a los niños.

La mayoría de los campamentos vacacionales se realizan en pleno campo fuera del ambiente urbano, en parques en algunas granjas, en un rancho o en fincas, etc.

Esto permite que el contacto con la naturaleza sea mucho más intenso y permite que se pueda apreciar más el equilibrio ecológico.

Así cuando el niño pasa varias horas realizando diversas actividades "en pleno campo" se encuentra con la vivencia personal con la naturaleza, entender su lenguaje y establecer unas relaciones de mutua necesidad en beneficio de la vida en grupo.

La vida en grupo es muy importante, en los campamentos vacacionales tienen una intensidad que difícilmente se da en otras situaciones de la vida

del niño y la niña, ya que viven durante horas del día en un grupo y así un día tras otro.

Esto hace que, a nivel de experiencia del niño en convivencia de grupo, y a nivel de crecimiento y maduración de relaciones, así como a nivel de manifestación, los campamentos vacacionales juegan en la vida de los niños un momento privilegiado.

La presente investigación está dividida en diferentes capítulos que estructuran metodológicamente su contenido. Estas contienen el Capítulo Primero, en donde se establecen las líneas de investigación desde el punto de vista de la metodología de la investigación, descritas con anterioridad, y los siguientes capítulos que se describen sintéticamente a continuación:

CAPITULO II MARCO TEORICO

2.1. Introducción

Este Capítulo establece el marco teórico de la investigación, conceptualizando los postulados y teorías relacionadas con el informe de investigación.

Ejemplo de ello son los conceptos de Habilidad, Destreza, Campamento Educativo y Coordinación entre otros, los que han sido ampliamente tratados, por diversos autores en el campo de la Educación Física y el Deporte; sin embargo, aún no se ha logrado llegar a un acuerdo que defina absolutamente las fronteras que diferencien los dos términos. Después de un breve paso por la literatura que se ha ocupado por profundizar en el estudio de los fundamentos teóricos de estos dos elementos, se puede ver que se mantiene una confusión en la que se manifiestan dos posiciones opuestas. En la primera, algunos teóricos se deciden por definir los conceptos de Habilidad y Destreza por medio de la identificación de las diferencias que existen entre ellas, mientras que en la segunda, los autores les atribuyen el mismo significado, dándoles un tratamiento de sinónimos. Algunos conceptos expresados por diversos autores, pueden ayudar a comprender los términos e identificar los elementos comunes y las diferencias que hay entre las habilidades y las destrezas. Según Contreras (1998: 189) en la literatura inglesa "la palabra *skill* significa habilidad, destreza, pericia, arte o técnica, y la palabra *ability*, significa habilidad capacidad, talento, aptitud o dote".

En estos significados se puede resaltar como hecho importante, que entre ambos solamente coincide la palabra habilidad, mientras que en los otros elementos se presentan diferencias. Ahora bien, en la comunidad académica y el ámbito científico "las *abilities*" son consideradas genéricamente determinadas e inmodificables con la práctica o experiencia. Sin embargo, "*skill*" se describe como pericia en una determinada tarea que

puede ser modificada o desarrollada con la práctica, representando la capacidad particular de mejorar una actividad específica. Así, el término ability supone una capacidad o talento innato, mientras que skill supone una destreza, arte o pericia adquirida" (Contreras 1998: 189) Desde esta doble perspectiva se opta por asumir la posición de Contreras, en el sentido de tomar como referencia general de las Habilidades y Destrezas, el término skill, es decir, adoptar el significado de capacidades susceptibles de educación y mejora. En esta dirección, *Gutherie*, citado por Contreras (1998: 189), define la Habilidad 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 cosas".

En el campo de la Educación Física, tal como lo manifiestan Generelo y Lapetra (1993), *En habilidades y Destrezas Motrices Básicas: análisis y evolución*", el concepto de Habilidad hace referencia a la capacidad que se adquiere por aprendizaje para realizar acciones motrices por medio de las que se logra el objetivo esperado con un mínimo gasto de energía y/o de tiempo. Sobre la misma idea de la relación Capacidad y Habilidad, y prácticamente con los mismos términos, Bárbara Knapp (1981, citada por Generelo y Lapetra, 1993. 448) "propone el vocablo "habilidad", a saber "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".

Es importante precisar que desde estos referentes, las Habilidades trascienden el movimiento como simple acción, ya que están dirigidas a la consecución de un objetivo, asunto que implica una dirección y orientación de las acciones motrices con un sentido y una intención determinadas, es decir, el aprendizaje de las habilidades está mediado por la interpretación de las exigencias que se presentan en la situación motriz y por la toma de decisiones implicadas en los procesos de aprendizaje. Considerando los elementos teóricos presentados y basados fundamentalmente en los conceptos de Contreras, se puede plantear que la habilidad Motriz sugiere la

adquisición de una competencia motriz que se origina en el aprendizaje, es de tendencia finalista y tiene las características de eficacia, flexibilidad y adaptabilidad, además las habilidades motrices en sí constituyen el medio por el cual los individuos desarrollan las tareas motrices. (com, 2013)

El desarrollo humano está condicionado por factores psicológicos, biológicos y socioculturales, y el aprendizaje y desarrollo de habilidades motrices, como posibilidad de manifestación de las dimensiones del ser humano, así mismo, es un proceso progresivo y sistemático en el que interactúan estos factores. En el individuo, desde el nacimiento surgen una serie de movimientos que responden a la solución de sus necesidades fundamentales. Movimientos reflejos, patrones básicos de movimiento, como el gateo, arrastrarse, reptar, etc., Habilidades Motrices Básicas como el caminar, correr, saltar, lanzar, atrapar, etc., Habilidades Específicas como la danza, los gestos deportivos y las destrezas necesarias para la actividad laboral, y, actividades especializadas como las habilidades que requieren desarrollarse para la dedicación exclusiva a alguna actividad o función específica, ya sea en la vida deportiva, laboral o en el ocio. El aprendizaje y perfeccionamiento de las habilidades como proceso de desarrollo. (Antón, 1983)

Los patrones motores se adquieren en los primeros años de vida y constituyen las formas fundamentales de la motricidad en el ser humano. La práctica permanente de estos patrones, conduce al desarrollo de las habilidades básicas, ya constituidas y afirmadas como secuencias de movimientos con alto grado de orden y precisión, movimientos automatizados, que por su disponibilidad inmediata, en cualquier momento y situación, permiten, favorecen y facilitan el dominio motriz del medio, como condición primaria para la conquista de la autonomía por parte del niño.

Estas habilidades básicas, a su vez, por medio de procesos educativos y de interacción social altamente determinados por el contexto y la cultura, se constituyen en la base indispensable para el aprendizaje de habilidades específicas, como son los gestos deportivos, la danza, el mimo, los

movimientos artísticos y otras habilidades propias del medio laboral que el individuo debe adquirir durante las etapas de la vida para continuar su proceso de crecimiento, maduración, adaptación y socialización. El dominio y la automatización de estas habilidades específicas son la base para lograr el dominio específico del medio. (Wikipedia, 2011)

Los campamentos educativos son actividades que se realiza en el tiempo libre de las actividades escolares, pero que no se quedan al margen del proceso la enseñanza y el aprendizaje.

Es una experiencia que se realiza frecuentemente en la naturaleza (montaña, campo, mar, etc.), aunque en la actualidad también se dan los llamados campamentos urbanos. Son guiados por monitores/educadores los cuales orientan, educan y vigilan a todos los niños las 24 horas del día en las diversas actividades que suelen desarrollarse de mañana y tarde. Los monitores se tienen que caracterizar por crear un clima de alegría y de espíritu de cooperación. Esta actividad constituye una simbiosis entre deporte, cultura y medio ambiente.

La Actividad Física está definida como cualquier movimiento producido por la contracción muscular esquelética. Esta actividad sometida o encuadrada dentro de procesos biomecánicos y/o bioquímicas genera una serie de respuestas corporales que van a promover estados de salud variado como también niveles de rendimiento físico de diversa dimensión. Estos resultados van a depender en primer lugar de la calidad de respuesta al ejercicio que posea el sujeto (entrenabilidad) de una gran dependencia genética sin guardar relación con sexo, edad o raza y del tipo de ejercicios (continuos o intermitentes) y de la intensidad con que este tipo de ejercicios se ejecuten. Los tipos de ejercicios, la metodología así como el programa de ejercicios específicos, dependerá del grupo al que va dirigido si son niños, jóvenes, adultos, turistas, etc. En este sentido tomando en cuenta que los intereses son diversos, el estado organiza departamentos que puedan atender estas necesidades, mediante los diferentes estamentos de gobierno como el Ministerio de Educación y Cultura Ministerio de Turismo, Ministerio

del Deporte y Recreación, Federación Deportiva del Guayas, Federación Ecuatoriana de Fútbol, la Concentración Deportiva de Pichincha, Federación Deportiva Estudiantil de Pichincha, etc.

En el caso de nuestra investigación el Ministerio de Educación y Cultura es quien legisla y norma las actividades de diseño de actividades, tanto en la planificación institucional (P.C.I.) como en la curricular por áreas. (espe.edu, 2013)

En este capítulo se citan los beneficios que tienen la práctica de actividad física sobre algunos sistemas, aparatos y en las capacidades de nuestro organismo. Éstos son:

1. Aparato Locomotor.
2. Aparato Cardiovascular.
3. Aparato Respiratorio.
4. Sistema Nervioso.
5. Capacidades Coordinativas
6. Capacidades Físicas.

2.2. Concepto

2.2.1. Actividad física

La actividad física es todo tipo de movimiento corporal que realiza el ser humano durante un determinado periodo de tiempo que permite un gasto energético y que aumenta el consumo de energía considerablemente y el metabolismo basal (Bower, 1979)

2.2.2. Sedentarismo

Es la inactividad física o la presencia de una actividad física que no cumpla con los parámetros de una duración mínima de 30 minutos, tres días a la semana.

2.2.3. Ejercicio físico

El ejercicio físico es una actividad física planificada, estructurada y repetitiva que tiene como objetivo mejorar o mantener las capacidades físicas.

2.2.4. Campamento educativo

Es una actividad que se realiza en el tiempo libre de las actividades escolares, también conocida como Campamento escolar.

2.3. La actividad física como proceso teórico práctico

Por todos es conocido que la actividad física (AF) es un fenómeno físico/fisiológico, y también es un fenómeno de comportamiento, es decir es cualquier movimiento corporal producido por los músculos esqueléticos y que resulte un gasto energético. También se puede afirmar que es cualquier actividad que involucre movimientos significativos del cuerpo o de los miembros, todos los movimientos de la vida diaria, incluyendo el trabajo, la recreación, el ejercicio, y actividades deportivas.

2.4. La actividad física y su influencia en la maduración biológica del niño

Existen muchos factores vinculados al crecimiento y desarrollo del individuo. Uno de ellos viene determinado genéticamente, por la herencia que juega un rol fundamental en la velocidad de crecimiento, madurez ósea y estatura corporal, entre otras. Sin embargo, hay otros factores exógenos o ambientales como la nutrición, el clima o las enfermedades que se hayan desarrollado, que también interactúan y determinan el crecimiento y desarrollo final. (Taylor, 1990)

Es bueno recalcar la importancia que tiene la práctica de la actividad física en edades tempranas, ya que repercute en el aspecto afectivo, social y cognitivo de los niños (as). Con la práctica de la actividad física se desarrollan capacidades como percepción espacial, coordinación motora, agilidad y equilibrio.

Los especialistas coinciden en que la realización de actividad física durante la niñez favorece el proceso de crecimiento, debido a la estimulación que se produce a nivel de tejido óseo y muscular. (Ausubel, 1983)

No obstante, es preciso tomar ciertas precauciones, ya que cuando la actividad física supera los límites máximos permitidos con posiciones y ejecuciones incorrectas o cargas excesivas, pueden producirse efectos indeseables. Por eso la AF en la edad infantil debe ser impartida por educadores especializados, que sean capaces de adaptar la actividad de acuerdo a la edad y condición física del menor, evitando caer en errores que a futuro puedan influir negativamente en su desarrollo.

La actividad física viene dada por un proceso continuo que se inicia desde la concepción del niño (a), se desarrolla en su plenitud en la primera y segunda infancia, donde debe recibir una estimulación respetando la etapa evolutiva en la que se encuentre, en el caso que se ocupa la investigación niños (as), tales como:

- Niños menores de 5 años: antes que hacerles practicar un deporte, es conveniente encauzarlos hacia un desarrollo psicomotor, de modo que vayan adquiriendo coordinación y equilibrio.
- Entre los 6 y 10 años: las cualidades elásticas y la fuerza muscular empiezan a desarrollarse, por lo que ya se consideran aptos para incursionar en el campo deportivo.

Por consiguiente, las actividades físicas se encauzaran en la potenciación del desarrollo psicomotor, de manera que vayan adquiriendo las habilidades específicas como lo son la coordinación y el equilibrio, siendo esta, la primera fase del proceso de aprendizaje motor, donde se forman las estructuras básicas de un movimiento, donde la fuerza, ritmo, fluidez y volumen de este son incorrectos e inadecuados.

2.5. Beneficios de la actividad física en el desarrollo de las capacidades coordinativas de las edades tempranas.

La actividad física en la infancia genera una serie de beneficios durante la niñez que incluye el crecimiento y desarrollo saludable del sistema cardio-respiratorio y músculo-esquelético, el mantenimiento del equilibrio calórico, y por lo tanto, un peso saludable, la prevención de los factores de riesgo de enfermedades cardiovasculares tales como la hipertensión o el elevado contenido de colesterol en sangre, y la oportunidad para desarrollar interacciones sociales, sentimientos de satisfacción personal y bienestar mental.

Las capacidades motoras o físicas se dividen en capacidades de la condición física y capacidades coordinativas.

Las capacidades coordinativas, son particularidades relativamente fijadas y, generalizadas del desarrollo de los procesos de conducción y regulación de la actividad motora, mientras que las capacidades coordinativas son determinadas por las funciones parciales que sirven de base para el proceso coordinativo (percepción y elaboración de informaciones, programación y anticipación, comparación de los parámetros ideales y reales del movimiento, impulsos eferentes).

Un área de estudio del desarrollo humano es el desarrollo motor, definido como el cambio progresivo en el comportamiento a lo largo del ciclo de la vida, producido por la interacción entre los requerimientos de la tarea, la biología del individuo y las condiciones del ambiente, por lo tanto es un proceso secuencial, relacionado a la edad cronológica pero no dependiente de ella, que presenta una evolución desde movimientos desorganizados y poco habilidosos a la ejecución de habilidades motoras altamente complejas.

El desarrollo motor es estudiado bajo diversas teorías. Una de ellas es la teoría Maduración que plantea que los cambios progresivos en el funcionamiento de los sistemas vienen determinados genéticamente. La maduración de los sistemas y el crecimiento provocan los cambios, por lo

tanto el desarrollo es independiente del medio. Dos grandes sistemas regularán la aparición de los cambios en el desarrollo: la mielinización y el sistema endocrino.

Esta teoría plantea tres principios:

- Principio de Direccionalidad: Surgimiento de los movimientos en un orden
- Céfaló - caudal. Próximo - distal.
- Coordinación gruesa - coordinación fina.
- Diferenciación: primero; movimientos generales (espontáneos), luego movimientos específicos (objetivo de mejoramiento).
- Integración: de movimientos simples a movimientos complejos.
- Principio de asimetría funcional: la maduración tiene la tendencia a desarrollar asimétricamente, es decir, existe predominancia en un momento de un lado y luego del otro lado, para luego integrarse ambos, al final de la maduración.
- Principio de fluctuación autorreguladora: el desarrollo no es simultáneo ni paralelo. Algunos segmentos maduran primero y otros después, algunos órganos funcionan y otros están en receso.

Las habilidades fundamentales del movimiento, son los movimientos intencionales, voluntarios que permiten la adaptación a los cambios del medio y variar el medio a voluntad. Se clasifican según sea de locomoción, manipulación y equilibrio.

Las habilidades motoras de locomoción permiten desplazarse en el medio en el cual se desenvuelve, las habilidades motoras de equilibrio permiten cambiar voluntariamente la posición del cuerpo o disminuir la base de sustentación, las habilidades motoras de manipulación son aquellas que permiten relacionarse con objetos, pueden ser gruesas o finas. (Haeussler, 1995)

Todas estas habilidades requieren del desarrollo de las capacidades físicas, y entre ellas encontramos la capacidad física de coordinación.

2.6. La coordinación. Generalidades

La coordinación se define como la capacidad física que relaciona y establece mutua dependencia entre el sistema nervioso y los diferentes grupos de músculos, por lo tanto efectuar movimientos complejos de modo conveniente para que puedan realizarse con un mínimo de energía. Para poder realizar estos movimientos complejos se exige adaptación funcional, tiempo y entrenamiento. La coordinación es el resultado de un fluido trabajo conjunto entre los sistemas nervioso, muscular y, a su vez, una manifestación de inteligencia motora.

Al clasificar los movimientos de coordinación, se diferencian dos clases:

- Las capacidades coordinativas generales
- Las capacidades coordinativas especiales.

2.6.1 Las capacidades coordinativas generales:

Son aquellas que incluyen la precisión o regulación y la dirección del movimiento, se dividen en:

- Mayores: pertenecen a los movimientos proximales, es decir, a los que se efectúan más cerca del eje del cuerpo. Los segmentos proximales están más condicionados por el sistema nervioso, se perturban fácilmente y se conservan más tiempo en la edad madura y menores: corresponden a los movimientos de los segmentos distales, que se efectúan más lejos del eje del cuerpo. Estas coordinaciones propias de la etapa tardía del desarrollo, están menos condicionadas y son más fáciles de perder.

2.6.2. Las capacidades coordinativas especiales

Se incluyen el acoplamiento y el ritmo motor.

- Acoplamiento: fenómenos que actúan de un modo eslabonado.
- Ritmo motriz: división de la dinámica de movimiento en diversas fases que forman la estructura dinámica del mismo. Las fases del

movimiento son la tensión, o acumulación de energía y la relajación o descarga de energía.

El inmediato resultado de todo trabajo coordinado es que cada músculo realice exactamente la parte de trabajo que le corresponde. Por medio de la coordinación, se evitaban innecesarias contracciones y su efecto es amplio y económico. Esto se advierte en la ejecución fácil y libre. El movimiento es espontáneo, liviano y elástico, si no hay nada que lo impida. Para adquirir gran habilidad de coordinación, se debe al ensayo sistemático de los problemas del movimiento, y su repetición, hasta lograr el mínimo de empleo de fuerza en su ejecución.

Las capacidades son desarrolladas a través de las habilidades motrices básicas, por esta razón la coordinación no se aprende de un momento a otro, sino que se tiene que desarrollar y mejorar a través de métodos técnicos. Por consiguiente, el momento o la etapa en donde se debe estimular es la correspondiente entre los 2 a los 7 años aproximadamente, ya que el desarrollo evolutivo del niño comienza con movimientos reflejos para terminar con movimientos específicos, para llegar a esta etapa, debe pasar por el desarrollo de las capacidades físicas. Posteriormente, el grado de complejidad de los movimientos se elevan, por consiguiente debe elevarse la complejidad motriz de los movimientos coordinativos en las edades comprendidas entre los 8 a los 10 años, donde entre otros aspectos, se incluyen juegos pre deportivos que integran varias capacidades motrices en donde la coordinación sirve como capacidad aglutinante. (Arteaga, 1997)

La coordinación es una capacidad motriz tan amplia que admite una gran pluralidad de conceptos. Entre diversos autores que han definido la coordinación, se destacan: Jiménez y Jiménez (2002): es aquella capacidad del cuerpo para aunar el trabajo de diversos músculos, con la intención de realizar unas determinadas acciones. (Gutiérrez, 2003)

Entre los tipos de coordinación se encuentran:

- Coordinación global: primera fase del proceso de aprendizaje motor, donde se forman las estructuras básicas de un movimiento. Donde la fuerza, ritmo, fluidez y volumen de este son incorrectos e inadecuados.
- Coordinación fina: segunda fase del proceso del aprendizaje motor donde la fuerza, fluidez, y volumen son precisos y armónicos.
- Coordinación estática: es el equilibrio entre la acción de los grupos musculares antagonistas, la cual se establece en función del tono y permite la conservación voluntaria de las actitudes.
- Coordinación dinámica: es la puesta en acción simultánea de grupos musculares diferentes en vista a la ejecución de movimientos voluntarios más o menos complejos.
- Coordinación dinámica específica: ajuste corporal que se realiza frente a demandas motrices que exigen el uso particular de algún segmento.
- Coordinación dinámica general: acción donde intervienen gran cantidad de segmentos musculares ya sea extremidad superior, inferior o ambas a la vez. Este se basa en el movimiento con desplazamiento corporal en uno o ambos sentidos y que pueden ser rápidos o lentos.
- Coordinación viso-motriz: tipo de coordinación que se da en un movimiento manual o corporal, que responde a un estímulo visual y que se adecua positivamente a él. (Coordinación óculo manual y Coordinación óculo pie).
- Coordinación dinámica manual: corresponde al movimiento bimanual que se efectúa con precisión, sobre la base de una impresión visual.

La coordinación va a influir de forma decisiva sobre la velocidad y la calidad de los procesos de aprendizajes de destrezas y técnicas específicas, que más tarde harán su aparición en el mundo escolar. Es por ello que la coordinación es una cualidad neuromuscular íntimamente ligada con el aprendizaje y que está determinada, sobre todo, por factores genéticos.

Los factores que determinan la coordinación son:

- La velocidad de ejecución.
- Los cambios de dirección y sentido. El grado de entrenamiento.
- La altura del centro de gravedad. La duración del ejercicio.
- Las cualidades psíquicas del individuo. Nivel de condición física.
- La elasticidad de músculos, tendones y ligamentos.
- Tamaño de los objetos (si son utilizados). La herencia.
- La edad.
- El grado de fatiga. La tensión nerviosa.

El proceso evolutivo de la coordinación en los niños (as) entre los 6 y 12 años está dado de la siguiente forma:

Se determina el desarrollo del sistema nervioso y, por tanto, los factores neuro-sensoriales de la coordinación, de ahí que sea la etapa ideal para la adquisición de experiencias motrices. La mala aptitud de retención motriz en el primer ciclo y parte del segundo exige en estas edades una profundización del aprendizaje a partir de la repetición de los ejercicios, contribuyendo de esta manera a la automatización del movimiento.

Al final del segundo ciclo y todo el tercer ciclo, debido al desarrollo sensitivo y cognitivo, se refleja una buena capacidad perceptiva y de observación. Los ajustes motores son muy eficaces. (Barbosa, 2003)

En todas las actividades físico-deportivas, el equilibrio desempeña un papel muy importante en el control corporal. Un equilibrio correcto es la base fundamental de una buena coordinación dinámica general y de cualquier actividad autónoma de los miembros superiores e inferiores.

Entre las consideraciones didácticas sobre el desarrollo de las cualidades motrices se encuentran:

Nunca es demasiado pronto para comenzar el trabajo de las mismas.

- Las cualidades motrices tienen su desarrollo marcado entre los 6-12 años.
- La evolución de dichas cualidades no muestra diferencias significativas entre hombres y mujeres.
- El trabajo de las cualidades motrices debe ser multilateral y polivalente.
- El desarrollo y calidad de estas cualidades se verá limitado por la experiencia motriz del niño.
- Las cualidades motrices componen la base de lo que los especialistas denominan inteligencia motriz.

2.7. El juego y el desarrollo del niño (cognitivo, social, afectivo-emocional y motriz)

Las actividades lúdicas es sinónimo del juego, siendo este, una actividad que se utiliza para la diversión y el disfrute de los participantes, en muchas ocasiones. Son considerados como parte de una experiencia humana y están presentes en todas las culturas.

Etimológicamente, los investigadores refieren que la palabra juego procede de dos vocablos en latín: "iocum y ludus-ludere" se hace referencia a broma, diversión, chiste, y se suelen usar indistintamente junto con la expresión actividad lúdica.

Se han enunciado innumerables definiciones sobre el juego y en ellas una serie de características comunes a todas las visiones, siendo las más representativas:

El juego es una actividad libre: es un acontecimiento voluntario, nadie está obligado a jugar.

- Se localiza en unas limitaciones espaciales y en unos imperativos temporales establecidos de antemano o improvisados en el momento del juego.

- Tiene un carácter incierto. Al ser una actividad creativa, espontánea y original, el resultado final del juego fluctúa constantemente, lo que motiva la presencia de una agradable incertidumbre que nos cautiva a todos.
- Es una manifestación que tiene finalidad en sí misma, es gratuita, desinteresada e intrascendente. Esta característica va a ser muy importante en el juego infantil ya que no posibilita ningún fracaso.
- El juego se desarrolla en un mundo aparte, ficticio, es como un juego narrado con acciones, alejado de la vida cotidiana, un continuo mensaje simbólico.
- Es una actividad convencional, ya que todo juego es el resultado de un acuerdo social establecido por los jugadores, quienes diseñan el juego y determinan su orden interno, sus limitaciones y sus reglas.

Basta recordar que la actividad vital del niño es el juego, para comprender que, bien orientados los aprendizajes escolares por medio de los juegos motores, se lograrán aprendizajes significativos que permitirán desarrollar los factores cognoscitivos, afectivos y sociales”. Oscar A. Zapata (1989).

En las escuelas infantiles y en el ciclo inicial, el juego y el desarrollo infantil tienen un claro papel dominante. La actividad lúdica es utilizada como un recurso psicopedagógico, sirviendo de base para posteriores desarrollos. Este aspecto nos hace recalcar la importancia del juego en esta etapa. A continuación se detallan las características generales del juego infantil:

- Actividad fuente de placer: es divertido y generalmente suscita excitación y hace aparecer signos de alegría y hasta carcajadas.
 - Experiencia que proporciona libertad y arbitrariedad: pues la característica principal del juego es que se produce sobre un fondo psíquico general caracterizado por la libertad de elección.
- (Amonachvilli, 1986)

- La ficción es su elemento constitutivo: se puede afirmar que jugar es hacer el “como sí” de la realidad, teniendo al mismo tiempo conciencia de esa ficción. Por ello, cualquier cosa puede ser convertida en un juego y cuanto más pequeño es el niño y la niña, mayor es su tendencia a convertir cada actividad en juego, pero lo que caracteriza el juego no es la actividad en sí misma, sino la actitud del sujeto frente a esa actividad.
- Actividad que implica acción y participación: pues jugar es hacer, y siempre implica participación activa del jugador y de la jugadora, movilizándose a la acción.
- Actividad seria: el juego es tomado por el niño y la niña con gran seriedad, porque en el niño y la niña, el juego es el equivalente al trabajo del adulto, ya que en él afirma su personalidad, y por sus aciertos se crece lo mismo que el adulto lo hace a través del trabajo. Pero si la seriedad del trabajo del adulto tiene su origen en sus resultados, la seriedad del juego infantil tiene su origen en afirmar su ser, proclamar su autonomía y su poder.
- Puede implicar un gran esfuerzo: en ocasiones el juego puede llevar a provocar que se empleen cantidades de energía superiores a las requeridas para una tarea obligatoria.
- Elemento de expresión y descubrimiento de sí mismo y del mundo: el niño y la niña a través del juego expresa su personalidad integral, su sí mismo.

- Interacción y comunicación: el juego promueve la relación y comunicación con los “otros”, empujando al niño y la niña a buscar frecuentemente compañeros, pero también el juego en solitario es comunicativo, y es un diálogo que el niño y la niña establece consigo mismo y con su entorno.
- Espacio de experiencia peculiar: el juego, como indica Elkonin (1985), “es una reconstrucción sin fines utilitarios de la realidad hecha por el niño y la niña en la que plasma papeles de los adultos y las relaciones que observa entre ellos; en este sentido, el niño y la niña observa e imita reproduce en sus juegos la realidad social que le circunda”.

Cuando un juego contiene uno o varios objetivos es necesario considerar que este objetivo debe ser el apropiado para la edad de maduración del niño y la niña. Existen controversias entre la práctica de ciertos juegos en edades tempranas, por ello vamos a detallar algunos factores esenciales que serán necesarios analizar antes de decidir el tipo de juego. Estos requisitos son la disponibilidad, la motivación, la actividad, la atención y la retroalimentación.

Toda nueva situación de aprendizaje requiere de un estado de disposición por parte del niño y la niña. Por ello, para que el niño y la niña aprovechen el aprendizaje en el juego es necesario que exista un cierto grado de maduración, que se haya realizado un aprendizaje previo y que se dominen varias habilidades preliminares. Diversos estudios demuestran que, aunque la enseñanza temprana de las habilidades motoras normales (cortar, abotonarse o trepar escaleras) acelera la adquisición de esas habilidades, las ganancias tuvieron un carácter temporal, viniendo a demostrar que la enseñanza temprana (la que se imparte antes de alcanzar el punto correspondiente de maduración) no produce una ventaja permanente. Los niños y niñas que se encuentran en el punto óptimo de maduración quieren aprender, disfrutar la práctica y les emociona su rendimiento.

La motivación para la competencia es entendida como la necesidad de logro para sentirse eficiente, por ello los niños sufren dos tipos de motivaciones diferentes: la motivación intrínseca y la motivación extrínseca. La motivación intrínseca en los niños y niñas es entendida como la necesidad de saltar, correr, trepar por el simple placer y reto de hacerlas. La motivación extrínseca son aquellos premios o elogios dados por realizar bien una tarea. (Guerrero, 2010)

Las mejores motivaciones que los padres pueden proporcionar pueden hacerse con juegos durante todo el año. Las investigaciones muestran que el nivel de actividad física de los niños preescolares está significativamente relacionado con la cantidad de tiempo que sus padres dedicaron al ejercicio físico (Poest, Williams, Witt y Atwood, 1989). Por ello, también la participación sensible de los adultos en el juego infantil puede ser muy benéfica para los niños y niñas. Las investigaciones han sugerido 3 modelos básicos de la participación de los adultos en los juegos de los niños y niñas:

- **Juego paralelo:** implica que un adulto juegue al lado de un niño y niña sin interactuar de manera directa, como cuando cada uno construye su propio objeto con bloques de madera.
- **Juego compartido:** implica que un adulto se una a un niño y niña en el transcurso del juego en el cual el participante mantiene el control. El adulto interactúa con el niño y niña pero sólo provee una guía indirecta a través de preguntas.
- **Juego dirigido:** implica que un adulto enseñe al niño y niña nuevas formas de jugar.

La aplicación del juego en el campo educativo hace imprescindible la intervención del educador y la educadora, propiciando a través de su participación una determinada motivación en el participante. Ello implica una serie de inconvenientes respecto al juego libre por parte del niño y la niña. En un intento de clarificar cuál puede ser más apropiado, el juego libre ó el

juego dirigido, para la motivación óptima del participante, en el cuadro 1 se esquematizan las ventajas e inconvenientes de cada uno.

Tabla 1.

Ventajas e inconvenientes del juego espontáneo y del juego dirigido.

JUEGOS ESPONTÁNEOS	JUEGOS DIRIGIDOS
Inconvenientes	
Falta de variedad	Limitación de la libertad y autonomía
Falta de perseverancia	Supresión de la espontaneidad y de la pureza del juego
Falta de dirección	
Falta de compañerismo	
Falta de medida	
Ventajas	
Conocimiento profundo del niño y la niña	Variedad
Conocimiento, estructuras y relaciones de grupo	Corrección y eliminación de defectos
Perfecto ajuste con la edad e intereses	Ecuanimidad en los resultados
Rico vivero de juegos dirigidos	Efectos controlados y planificados

El aprendizaje físico-motor mejora asimismo por medio de la atención. Los niños entre 3 y 5 años pueden centrar su atención mejor por medio de la imitación activa. Se obtienen buenos resultados con diversos tipos de juegos consistentes en seguir al líder. Poco a poco el educador y la educadora van introduciendo recordatorios verbales para ayudarles a centrarse en un aspecto particular de la actividad física. Por último, cuando ya tienen 6, incluso 7 años, pueden prestar atención a las instrucciones verbales y seguirlas bastante bien.

La retroalimentación motiva la evolución del aprendizaje de las habilidades motoras. La retroalimentación extrínseca se da en forma de premios (recompensas) o elogio por una tarea bien ejecutada. La retroalimentación intrínseca es un importantísimo factor en la adquisición de habilidades y destrezas.

Tabla 2.

Caracterización del juego.

Edad	Características
5 Y 10	<ol style="list-style-type: none"> 1. Puede jugar sin excesiva ayuda del adulto. 2. Representa roles dramáticos con gracia y soltura. 3. Comprende su rol. Percibe y elabora situaciones de picardía en el juego. 4. Comparte, cuida y ordena el material. 5. Los compañeros y las compañeras le atraen decididamente y gusta de las empresas en conjunto. 6. Otorga a la competencia un carácter de forma. No le interesa ganar o perder, a su juicio él siempre gana.

Toda esta interrelación existente entre el juego y el desarrollo psicomotor provoca que el niño y la niña que participa en él, conquiste su propio cuerpo y el mundo exterior. A través de ello se consigue: el descubrimiento de nuevas sensaciones, la mejora en la coordinación de los movimientos de su cuerpo, estructuración de la representación mental del esquema corporal, exploración de sus nuevas posibilidades sensoriales y motoras, descubrimiento de sí mismo en el origen de las modificaciones materiales que provoca y conquista del mundo exterior.

El juego psicomotor se despliega a lo largo de la infancia en tres niveles evolutivos: con su propio cuerpo, con su propio cuerpo y los objetos, con su propio cuerpo, con objetos y con los otros. Durante los tres primeros años las actividades lúdicas variadas van a ayudar a adquirir cierta capacidad visomotora (coordinación óculo-manual, que se debe a los efectos

conjugados entre la maduración y el ejercicio) y un control preciso de sus músculos.

2.8. Características del desarrollo cognitivo, social, afectivo-emocional y motriz en edades entre 8 y 10 años.

Los juegos en esta etapa deben contribuir al logro de los objetivos generales como son la autonomía, autoconfianza, aprendizajes instrumentales básicos, mejora de las posibilidades expresivas, cognoscitivas, comunicativas, lúdicas y de movimiento. Para ello es necesario recurrir a un análisis de las cuatro áreas evolutivas concernientes al desarrollo del ser humano en esta etapa crucial: desarrollo cognitivo, social, afectivo-emocional y motriz.

Desarrollo cognitivo: a partir de los 6 años aparece un cambio marcado, fundamentalmente con lo que Piaget (1959) denomina las "operaciones concretas". El ajuste a lo real marca el atributo fundamental de ésta área. El sujeto va a utilizar los procesos y elementos de la cognición adulta (operatoria), pero aún sin un total grado de eficacia, al no poder explotar los procesos formales. Va a comenzar el desarrollo de su capacidad analítica por superación del globalismo preescolar, que supone separar los hechos (incluido su propio comportamiento) o las categorías de lo "real" en sus enlaces clave y contextualizándolo bajo un sentido de conjunto, todo ello con el fin de comprenderlo mejor, relacionarlo con otros hechos o para actuar más adecuadamente".

La percepción se ajusta a los parámetros espacio-temporales y a los conceptos básicos operativos que la sustentan. Con ello emprende el tiempo y se adapta a sus consecuencias prácticas, conecta varias conductas (por ejemplo, se adapta a la trayectoria del balón) y su montante conceptual (funcionamiento del reloj, el calendario). Con respecto al espacio, sabe organizar los objetos y diferenciar distancias, áreas y volúmenes. Desarrolla las relaciones topológicas y proyectivas que distingue. Igualmente afronta la

interacción temporo- espacial usando y comprendiendo la idea de velocidad, aceleración, etc.

En cuanto a la noción del tiempo, se basa en su forma acabada, sobre tres clases de operaciones: primero, una seriación de los acontecimientos, constitutiva de sucesión temporal; segundo, un ajuste de los intervalos entre los acontecimientos puntuales, fuente de la educación; tercero, una métrica temporal, isomorfa de la métrica espacial.

Desarrollo social: A partir de los 6 años comienza la etapa de socialización plena del sujeto. A lo largo de ella, comprende que ha de adaptarse a una unidad superior a su propio yo. Esa unidad tiene unas necesidades de funcionamiento autónomo y es algo más que la agregación mecánica de varios sujetos, teniendo un significado propio. Así mismo asimila que sus actividades y funcionamiento se han de regir por unas normas o reglas que hay que aceptar, concienciar, y poner en práctica en toda su amplitud. Esto permite poner en funcionamiento actividades regladas y grupales, como los juegos y entre otras actividades.

Desarrollo afectivo- emocional: El niño y la niña en esta etapa va desarrollando progresivamente una mayor diferenciación de sus emociones, aunque falte todavía una cierta conciencia y racionalización de las mismas. Le motivan la actividad y el ejercicio, pero no existe un sistema de motivaciones organizado.

Desarrollo motriz: las características motrices que corresponden a las edades entre cinco y seis años.

Tabla 3.

Características motrices (Rada y González, 1983).

Edad	Características
5 Y 6	<ol style="list-style-type: none"> 1. Domina suficientemente su cuerpo y sus movimientos que ahora son más económicos y eficaces. Se orienta fácilmente en el espacio. 2. Corre veloz y con técnica adecuada. Esquiva. Cambia de dirección. Reacciona con rapidez. 3. Trepa, se suspende y balance con absoluta seguridad y a elevadas alturas. 4. Perfecciona la ejecución de transporte y arrastre: colectiva o individualmente, sin o con elementos. 5. Salta en profundidad alrededor de 1 m.; a lo largo 50-60 cm. y en alto 40-50 cm. Es capaz de saltar rebotando con suficiente control. 6. Lanza con seguridad y potencia. Intenta coordinar carrera y lanzamiento. 7. Recibe con dos manos y puede devolver un pase. Anticipa la trayectoria de los objetos.

Dentro del análisis de la motricidad en la segunda infancia, diversos autores coinciden en considerar las habilidades motrices bajo la siguiente perspectiva:

- a) Habilidades motrices básicas cuya característica primordial es la locomoción.
- b) Habilidades motrices cuya característica principal es el manejo y dominio del cuerpo en el espacio, sin una locomoción comprobable.
- c) Habilidades motrices caracterizadas por la proyección, manipulación y recepción de móviles y objetos.

2.9. Actividades físicas a través de juegos para potenciar el desarrollo de la coordinación motriz.

La lúdica es una dimensión del desarrollo humano que fomenta el desarrollo psicosocial, la adquisición de saberes, la conformación de la personalidad, es decir encierra una gama de actividades donde se cruza el placer, el goce, la actividad creativa y el conocimiento. Según Jiménez (2002):

La lúdica es más bien una condición, 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 con el juego. La chanza, el sentido del humor, el arte y otra serie de actividades (sexo, baile, amor, afecto), que se produce cuando interactuamos con otros, sin más recompensa que la gratitud que producen dichos eventos.

La lúdica es una manera de vivir la cotidianidad, es decir sentir placer y valorar lo que acontece percibiéndolo como acto de satisfacción física, espiritual o mental. La actividad lúdica propicia el desarrollo de las aptitudes, las relaciones y el sentido del humor en las personas.

Para Motta (2004) 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.

Para Torres (2004) lo lúdico no se limita a la edad, tanto en su sentido recreativo como pedagógico. Lo importante es adaptarlo a las necesidades, intereses y propósitos del nivel educativo. En ese sentido el docente de educación inicial debe desarrollar la actividad lúdica como estrategias pedagógicas respondiendo satisfactoriamente a la formación integral del niño y la niña.

Por estas razones, es necesario que los actores responsables: familia, escuela y comunidad encargados de ofrecerle a los niños y niñas de la comunidad la Guacamaya, se organicen para la realización e incorporación del plan actividades lúdicas que potencien el desarrollo de la coordinación gruesa de los infantes, dado que es de vital importancia en su desarrollo integral.

2.10. Recursos

2.10.1. Humanos

Para el desarrollo de la presente investigación se requiere de los siguientes recursos:

Como se mencionó anteriormente se cuenta con el apoyo de la Escuela Permanente de Fútbol Los Chamitos para el desarrollo de la investigación, por esto, ya se cuenta con un grupo de 30 niños o sujetos estudiados.

Las personas que van a intervenir directamente en la investigación son: El Investigador, que es el encargado de la dirección y elaboración del estudio en todas sus fases, y que controlará las prácticas, actividades y la recolección de datos, al igual que el análisis de resultados, la elaboración de la propuesta y la presentación del informe de investigación. (Díaz, 1993)

1. Investigador
2. Colaboradores.

2.10.2. Materiales

- Pelotas de fútbol, baloncesto, voleibol.
- Arcos de fútbol
- Aros de baloncesto
- Red de voleibol
- Piscina
- Escalera
- Cuerdas

- Estacas
- Colchonetas
- Pelotas de tenis
- Recipientes
- Agua
- Ulas
- Cronómetro
- Pito
- Letreros
- Marcadores
- Rótulos

2.11. Plan de actividades físico motrices para desarrollar la capacidad coordinativa en niños.

Objetivo general: Potenciar el desarrollo de la coordinación motriz en niños (as) de 8 y 10 años de edad.

Objetivos Específicos:

1. Integrar a la familia, comunidad y escuela en la planificación, organización de las actividades a realizar.
 2. Fomentar la participación de familia, comunidad y escuela en las actividades a desarrollar.
 3. Elevar su desarrollo real a un desarrollo potencial de sus acciones motrices.
 4. Incorporar las actividades físicas a través del juego en la comunidad dirigida a los niños (as), en la programación de las demás actividades organizadas por los consejos comunales.
- **Orientaciones metodológicas y didácticas a tener presente al ejecutar el plan de actividades lúdicas.**

Algunas de las pautas, que pueden servir de sugerencia, para una planificación y estructuración de las sesiones de juegos son las que se exponen a continuación:

- a) El tiempo debe ser flexible, dependiendo del alumnado y el educador y educadora lo debe distribuir de acuerdo con la edad de los niños y niñas, las características del propio grupo y los propios recursos con los que se cuente.
- b) Es de obligado cumplimiento que los integrantes del grupo de juego dediquen un cierto tiempo al descubrimiento de ellos mismos y, a su vez, se enriquezcan con la participación y creación de juegos espontáneos.
- c) Los juegos tienen que plantearse tanto en grupos grandes como en grupos pequeños.
- d) Se deben compaginar actividades que requieran mucha atención y esfuerzo intelectual con actividades de movimiento y manipulación.
- e) Hay que respetar los ritmos individuales y las necesidades de los niños y niñas, necesidades fisiológicas, afectivas, de movimiento y expresión corporal, de expresión simbólica, de relajación, de socialización, de expresión y comunicación, de descubrimiento, de manipulación, y de creación.
- f) El material tiene que ser lo más atractivo posible y, a su vez, adecuado a la edad del participante. Cuando éste no motive lo suficiente se renovará por otro que lo consiga.
- g) La participación de los niños y niñas en el diseño y montaje de los juegos es un elemento que proporciona un gran atractivo al participante y propicia un mayor interés por la actividad.
- h) Cuando los niños y niñas que participan en el juego empiezan a tener cierto dominio sobre sí mismo y, por tanto, un cierto desarrollo madurativo.
- i) 6-7 años aproximadamente, se les puede empezar a consultar a través de puestas en común, de forma básica y elemental a través de intercambio de ideas y actividades.

- j) Los materiales que se deben utilizar han de ser variados, incorporando tanto materiales muy estructurados (balones, colchonetas, etc.) como materiales poco estructurales (cartones, maderas, etc.).
- k) Respecto al tiempo de juego, el niño y la niña deben disponer del tiempo suficiente para el desarrollo de su actividad lúdica y libre y, a su vez, el educador y la educadora deben favorecer la socialización del grupo, provocando la integración grupal, estructurando situaciones en las que los niños y las niñas jueguen juntos Zabalza, (1978).
- l) El educador y la educadora deben de adoptar una postura no directiva en el juego libre, posibilitando la actitud creativa del participante. Esta situación provoca que el educador se coloque en el lugar del niño y la niña, desarrollando la capacidad de empatía, provocando una aceptación incondicional de cómo es y permitiendo la creación de un clima permisivo estableciendo una situación de actitud de confianza y respeto, Bruner (1986).

Entre otras consideraciones que afectan a la organización didáctica del juego en la etapa infantil resaltamos las que Díaz (1993) y Zapata (1989) detallan en sus respectivas obras:

- a) Tener en cuenta que intervengan todos en la actividad y que haya mucho movimiento.
- b) Analizar las reglas del juego.
- c) Exigir lo que se sea capaz de efectuar con relación al grupo.
- d) Contemplar dentro del juego el desarrollo de las capacidades sociales, éticas, estéticas, en función de la actividad física.
- e) Intentar que los juegos representen vivencias que los hagan recordar con agrado.
- f) Procurar tener en cuenta la iniciativa del niño y la niña.
- g) Pedir la opinión del niño y la niña sobre variantes.
- h) El educador y educadora ha de preparar concienzudamente la actividad Lúdica, es decir, deben de realizar una planificación en

relación a los objetivos que se proponen lograr, a la vez que tendrán que evaluar los siguientes aspectos: las características del grupo de niños y niñas con los que trabajen, las instalaciones y material disponible para el desarrollo de los juegos, el número de clases que se podrá realizar, dentro del ciclo lectivo y la duración de las clases.

- i) Crear situaciones que hagan desear realizar la actividad lúdica.
- j) Es conveniente que todo juego vaya precedido de una explicación y demostración.

Todo juego tiene un inicio y parte de una rápida explicación, donde se ejemplifican con actos concretos las leyes y situaciones del mismo, haciendo que lo practiquen los propios niños y niñas. Posteriormente, viene el desarrollo, lo que genera un mayor interés y alegría de los participantes, con una duración muy elástica, en relación a diversos factores. Por último, a medida que el entusiasmo decae, esto marca la necesidad de modificar la actividad y pasar a otra. (De Andrés, 1997)

El educador y la educadora tienen que estar muy atentos de que los niños y niñas se queden con el deseo de repetir pero teniendo en cuenta lo siguiente:

- a) Combinar las formas motoras básicas de acuerdo con el desarrollo.
- b) Procurar que cada juego tenga algo nuevo con el fin de mantener el interés.
- c) Son aconsejables los juegos que presenten pequeños problemas.
- d) Palabras de elogio pueden ayudar a personas que tengan dificultad de integrarse en el grupo.
- e) Exigir de la actividad lúdica una estructuración adecuada en base a los medios y a la intervención de las personas. Procurar que todas las esencias y contenidos del juego sean presentados proporcional y equitativamente según el grado de desarrollo de la persona.
- f) Siempre se debe programar un espacio para “juegos libres”, en el que el educador y educadora observen la conducta de juego de los niños y niñas.

- g) Al preparar los juegos se deben tomar en cuenta: la época del año y las condiciones climáticas, las necesidades e intereses de los niños y niñas que conforman el grupo, la adecuación de la enseñanza al ritmo natural de aprendizaje de los niños y niñas, dándoles la posibilidad de disfrutar del juego, tener amplio criterio en la realización de lo programado, ser flexible, de acuerdo a las circunstancias y en especial, al estado físico y psíquico del participante.
- h) Tratar de aprovechar la formación, distribución del grupo y el uso del material, para la realización de varios juegos y para evitar la pérdida de tiempo en compromiso motor.
- i) Se debe evitar al máximo la espera de turnos o los momentos para intervenir activamente, es mejor que jueguen cuatro grupos, a que dos estén esperando para intervenir en el torneo relámpago.
- j) La situación del educador y la educadora en el espacio del juego es aquella en la que abarque a todos los participantes con la vista, y pueda acudir a ellos rápidamente.
- k) Se debe estimular, de forma prioritaria, a aquellos niños y niñas más tímidos; a los que se inhiben fácilmente, a los que tengan menos coordinación y que sean poco diestros.
- l) Se debe estimular y apoyar a los perdedores, enseñándole que lo importante es jugar, no ganar o perder.
- m) El juego limpio será la norma moral y de justicia que debe preponderar el educador y educadora en los juegos.

Plan de actividades lúdicas para niños y niñas de 8 y 10 años de edad.

Nombre del plan de actividades: Jugando aprendo y me ejercito

Objetivo: Potenciar el desarrollo de la coordinación motriz en niños y niñas de ocho y diez años.

Tabla 4.

Cronograma de actividades

Cronograma de Actividades						
N	Actividad	Tipo	Mes de ejecución	Día/Fecha	Lugar	Hor a
1	Coordinación Física	Juegos de expresión Corporal	Julio	Miércoles 01	Cancha	8:30 am a
				Miércoles 08		
				Miércoles 15		
				Miércoles 22		
		Juegos de ritmo	Agosto	Miércoles 29		
				Miércoles 05		
				Miércoles 12		
				Miércoles 19		

Descripción de las actividades física a través del juego.

Juegos de expresión corporal: entre los 8 y 10 años, los niños (as) viven su cuerpo de una forma muy intensa, dado que, están en pleno crecimiento físico y psíquico.

Estos juegos de movimientos corporal pretenden a enseñan a dominar el cuerpo, profundizar la capacidad de autocontrol y organización de sus impulsos y movimientos, potencia sus posibilidades expresivas, el paso del gesto espontaneo al controlado, y desarrolla la observación del entorno y de sus semejantes para poder percibir diferentes posturas y movimientos y organizar en el espacio las acciones que realiza.

Actividad física Nº 1: Mover todas las partes del cuerpo

Nombres de los juegos: Marionetas Aprendices

Objetivo: Reconocer las partes del cuerpo de manera activa

Materiales: Una marioneta

Desarrollo del juego

Los participantes se dispersan por el espacio de juego.

- a) De una caja, el educador extrae la marioneta, la coloca en posición vertical y empieza a tirar de los hilos.
- b) Los niños están muy atentos a los movimientos del muñeco: primero mueve la cabeza, después un brazos, luego el otro, ahora una mano, la otra, un pie y el otro...
- c) A medida que el educador va moviendo las diferentes partes de la marioneta, los niños la imitan, y así hacen un recorrido por las partes de su cuerpo.
- d) La consigna es: ¡que no quede ninguna parte del cuerpo sin moverse.

Actividad física Nº 2: Desplazarse por el espacio

Nombres de los juegos: ¿A que no me tocas?

Objetivo: Trabajar el reconocimientos de las partes del cuerpo y desarrollar el sentido del tacto.

Materiales: Un pañuelo por pareja para vendar los ojos

Desarrollo del juego

Los niños se distribuyen por pareja y se dispersan en el espacio de juego

- a) A la orden del educador, un componente de cada pareja pasa la mano suavemente por el cuerpo de su compañero desde la cabeza hasta los pies. (sin tocar las partes íntimas)
- b) Después, el otro realiza la misma acción.
- c) Seguidamente, el responsable venda con un pañuelo los ojos de un miembro de cada pareja.
- d) ¡Ahora sin ver nada!
- e) Se repiten las mismas acciones con los ojos vendados.

Actividad física Nº 3: Camina en punta de pies seis o más pasos **Nombres de los juegos: de puntillas**

Objetivo: Concienciar al niño del esquema corporal y de su ritmo respiratorio

Materiales: Ninguno

Desarrollo del juego

- a) Los niños se dispersan por el espacio de juego.
 - b) A una orden del educador, se tienden en el suelo boca arriba.
 - c) A continuación, inspira aire, y lentamente lo expulsan al tiempo que se incorporan hasta quedarse sentados.
 - d) ¡Hay que seguir el ritmo de respiración!
 - e) Vuelven a inspirar en esta posición, y de nuevo expulsan el aire mientras se levantan pausadamente hasta ponerse de puntillas.
 - f) El juego se repite varias veces. Actividad física N° 4: Mover las manos
- Nombres de los juegos: Manos expresivas

Actividad física N° 4: Saltar

Nombres de los juegos: Salto de obstáculos

Objetivo: Trabajar la coordinación dinámica a partir del desplazamiento

Materiales: Seis bancos y una mascarar de caballitos para cada participante

Desarrollo del juego

- a) El educador reparte a cada niño una máscara que representa el rostro de un caballo, y les explica cómo anda este animal (al paso, al trote y al galope)
- b) Cada participante, con su máscara, se coloca formando una fila, uno detrás de otro, en un extremo del espacio de juego.
- c) El educador sitúa los seis bancos dispersos por el área de actividad, a modo de obstáculos de un hipódromo.
- d) A una orden determinada, los niños, uno a uno, empiezan a andar imitando al caballo: primero al paso, y después al trote, a la vez que saltan por encima de los bancos que van encontrando.

- e) Cuando han saltado todos los obstáculos, regresan a su punto de partida imitando el galope del caballo.

Juegos de Ritmo: están diseñados para desarrollar la percepción del tiempo inmediato y para aprender a establecer una organización espontánea e intuitiva de hechos sucesivos. Paralelamente, introducen al niño/a en el campo de la memoria auditiva y del sentido del ritmo, tanto a nivel auditivo, como corporal.

Actividad física Nº 5: Caminar

Nombres de los juegos: la desastrosa orquesta

Objetivo: Asimilar el ritmo trabajando la simultaneidad y siguiendo el ritmo de un estímulo externo

Materiales: Un silbato, tres cacerolas, tres latas y seis cucharas de madera

Desarrollo del juego

- a) Se forman dos grupos de tres niños /as. Uno de los grupos se coloca en un extremo del espacio de juego y el otro en el extremo contrario. Cada grupo formará una hilera, un niño al lado del otro.
- b) El educador las tres latas con las tres cucharas a un grupo, y las cacerolas con las tres cucharas al otro grupo.
- c) Al toque del silbato del educador, los niños de los dos grupos comienzan a tocar sus instrumentos a la vez que avanzan un paso.
- d) ¡Un golpe a la cacerola un paso!
- e) ¡Un golpe a la lata... un paso!

Cuando los dos grupos se encuentran en el centro del espacio de juego, intercambian los instrumentos y siguiendo su propio ritmo, vuelven al punto de partida.

Actividad física N° 6: Correr

Nombres de los juegos: la silla

Objetivo: velocidad y control del cuerpo, sentido de reacción y parada.

Materiales: siete sillas y un pandero o un radio con CD-ROOM.

Desarrollo del juego

- a) En un espacio de juego amplio, con siete sillas en círculo, los ocho niños caminan alrededor de las sillas al ritmo del pandero o música.
- b) Al dejar de sonar, los niños tienen que correr a ocupar cada uno una silla, para no quedarse sin asiento.
- c) El niño sin silla, se elimina
- d) pero no deja de jugar. Se quita una silla y se vuelve a empezar.

El niño eliminado toca el pandero y se lo pasa al siguiente eliminado; así queda libre.

Actividad física N° 7: bailar

Nombres de los juegos: los autochoques

Objetivo: Ejercitar la coordinación y favorecer el trabajo en equipo

Materiales: música, radio, CD-ROM.

Desarrollo del juego

- a) Hay que formar parejas, que se colocarán siguiendo las instrucciones del educador.
- b) Cuando suena la música, todas las parejas repartidas por el espacio de juego irán caminando, sincronizando los pasos con la música.
- c) Siguiendo las instrucciones cambia de pareja.
- d) Se vuelve a caminar con la música, intentando no chocar con las demás parejas. La coordinación es fundamental en este juego.

Actividad física N° 8: Ejercitar miembros superiores

Nombres de los juegos: carrera de parejas

Objetivo: Trabajar el control postural y la coordinación de movimientos en un tiempo determinado.

Materiales: Tiza y pandero

Desarrollo del juego

- a) El educador traza en el suelo del espacio de juego un camino serpenteante.
- b) Las parejas formadas se colocan de la siguiente manera: un niño pondrá las palmas de las manos en el suelo y el otro lo agarrará por los tobillos.
- c) ¡Sin salirse del camino!
- d) Al volver al punto de partida, también por el camino, hay que hacerlo cambiando la posición de las parejas.

Actividad física Nº 9: Camina hacia adelante (talón y punta).

Nombres de los juegos: el ciempiés

Objetivo: Trabajar la coordinación asimilando un ritmo concreto. Favorecer el grupo

Materiales: un pandero

Desarrollo del juego

- a) Los niños caminan por el espacio de juego y, a una orden del educador, forman grupos de cinco.
- b) Cada grupo se coloca en fila, uno detrás del otro, manteniendo un paso de distancia entre ellos.
- c) El educador toca el pandero llevando un ritmo muy lento.
- d) Los grupos empiezan a caminar, levantan todos la pierna derecha y después la izquierda.
- e) Así sucesivamente hasta que todos toman el ritmo y lo van repitiendo con mayor rapidez.

Actividad física Nº10: marchar

Nombres de los juegos: Enlace ferroviario
 Objetivo: Trabajar la coordinación asimilando un ritmo.
 Materiales: Una gorra, silbato y pandero
 Desarrollo del juego (Conde, 1997)

- a) Un grupo de diez niños se coloca en fila, uno detrás de otro.
- b) Un niño es el maquinista y el resto son los vagones del tren (numerados del 1 al 9)
- c) El maquinista se pone la gorra y toca el silbato. Entonces, los niños se agarran por la cintura y, al ritmo que marca el educador con el pandero, van caminando por el espacio de juego.
- d) Al llegar a un cruce de vías, el educador cesa de tocar el pandero y anuncia el vagón que se debe desenganchar. Ese niño se sienta en el suelo. Ej. ¡Se queda el vagón de Ana!
- e) El viaje continua, pero el tren va demasiado rápido y todos los niños caen al suelo. Se puede volver a empezar cambiando el maquinista.

Juegos cooperativos

Actividad física Nº 11: correr

Nombres de los juegos: la cadena

Objetivo: practicarla carrera, así como enseñanzas de fintas y cambios de dirección para atacar y defenderse. Trabajo de grupo.

Materiales: un silbato

Desarrollo del juego

El profesor o director del juego hará una breve explicación y una demostración práctica con 3 ò 4 participantes de cómo se forma la cadena. (Gutiérrez Delgado, 1989)

- a) A una señal o silbatazo del profesor. El alumno es cogido para iniciar el juego procederá a perseguir a sus compañeros, tratando de tocarlos en cualquier parte de su cuerpo.

- b) Cuando haya tocado uno, éste pasará a formar la cadena con el compañero que lo tocó. Cogiéndose de una mano. Los dos perseguirán a sus compañeros tratando de tocar a otro, una vez conseguido esto. Este último pasará a formar la cadena con los otros dos. Los tres perseguirán a sus compañeros, hasta que quede un alumno sin ser tocado y la cadena formada por los compañeros restantes. Como premio, el último alumno, que no fue tocado, pasará a iniciar el juego como perseguidor.

Reglas:

- 1ª. La cadena no se puede romper, es decir ningún alumno que forma la cadena podrá soltarse de las manos.
- 2ª. Solamente los extremos de la cadena son los que pueden tocar a un compañero.
- 3ª. Los participantes que son perseguidos no podrán salirse de los límites establecidos del campo del juego: el perseguido que lo haga para evitar ser tocado se considerará como tal y pasará y pasará a formar parte de la cadena.

Actividad física N° 12: correr

Nombres de los juegos: a la tercera va la carrera

Objetivo: Promover la viveza en los alumnos. Practicar la carrera de velocidad. Optimizar sus reflejos.

Materiales: un silbato

Desarrollo del juego

- a) El juego puede empezar con un alumno y después ir aumentando el número de alumnos hasta que participe todo el bando.
- b) El profesor designará a un alumno de algún bando, el que avanza hacia el bando contrario. Estos deberán en posición de firmes con

unos de los brazos extendidos al frente con la palma de la mano hacia arriba.

- c) El que viene debe dar al llegar tres palmadas en las manos del jugador que é desee. Pueden darse a jugadores que estén próximos o a jugadores que estén lejos. Al darse la tercera palmada el jugador que la dio deberá huir rápidamente hacia su bando porque aquel a quien se le haya dado la tercera palmada lo perseguirá, tratando de tocarlo antes que pueda pasar la línea de defensa.
- d) Si esté logra tocarlo, el perseguido queda prisionero y tendrá que ir a situarse en el lugar que de antemano se ha señalado para los prisioneros. Este lugar puede ser un espacio marcado detrás, por ejemplo: del bando rojo para los prisioneros azules, y viceversa. Mientras el prisionero va al lugar de apresados, el jugador que lo cogió continúa en el juego; ahora pasa unos de los jugadores contrarios a dar tres palmadas. Después pasarán dos, tres, cuatro alumnos de cada grupo hasta que pase todo el bando. Cuando en un bando queden solamente tres jugadores el grupo es declarado vencedor.

Reglas:

- 1ª. Es necesario golpear tres veces la palma de la mano del contrario antes de huir
- 2ª. El jugador que es tocado sale del juego.
- 3ª. Los jugadores que tienen los brazos extendidos no deben retirar la mano cuando se les haya escogido para ser golpeados en la palma.

Actividad física N° 13: ejercitar todos los segmentos del cuerpo

Nombres de los juegos: Pasar por debajo de los brazos

Objetivo: Permite la participación de grandes grupos. Ayuda al participante a cooperar con su pareja estimulándose continuamente, y a poner todo su entusiasmo y esfuerzo en bien del grupo.

Materiales: un silbato

Desarrollo del juego

Organización: Los participantes, que pueden ser cuarenta o más, se forman en grupos compuestos de 8 parejas como mínimo y 10 parejas como máximo: cada grupo deberá estatarse perfectamente de la primera a la última pareja, de tal manera que una pareja no esté integrada por un niño alto con uno de estatura baja.

Para realizar el juego se necesitan dos grupos de ochos parejas para que puedan competir.

Cada pareja cogida de las manos izquierda y derecha elevará los brazos hasta formar un pasadizo o túnel.

El profesor dará una breve explicación acerca del juego y hará una demostración práctica con unos de los grupos.

Al sonar el silbato, la última pareja, la de los más bajos, sin soltarse de las manos y agachándose pasará por debajo de los brazos de las demás parejas e irá a formarse al frente de la primera pareja, subiendo inmediatamente los brazos. Este recorrido debe hacerse lo más rápido posible, pues las parejas lo irá haciendo una tras la otra, hasta terminar como empezaron.

Ganará el grupo que primero quede formado como empezó.

Reglas:

1ª. No se permite soltarse de las manos.

2ª. Las parejas pasarán en riguroso orden y sin perder la continuidad

3ª. Al terminar su recorrido, el grupo debe quedarse formando el pasadizo o túnel.

Juegos motrices variados

Actividad Física Nº14: Salta sobre un pie por 5 o 10 segundos

Nombre del juego: los gallos

Objetivos: enseñar al niño a saltar sobre un pie; sostenerse en equilibrio; a defenderse y atacar. Sirve para fortalecer las piernas e inculca la cooperación para sumar puntos y ayudar al triunfo de su grupo.

Campo de juego: se puede realizar en cualquier terreno plano. Pero preferencia de tierra, pasto o madera.

Materiales: Guises u otro material que sirva para pintar dos líneas paralelas separadas 10 m una de las otra. Listones de colores de 25 cm.

Desarrollo del juego

El grupo se forma en dos hileras: no debe ser menor de 20 ni mayor de 40, estar perfectamente estaturados y cuidar nivelarlos en peso y estatura. Cada hilera se colocará en una de las líneas paralelas señaladas previamente. Darán flancos al centro, quedando uno frente al otro, sentados atrás de la línea y con intervalos amplios. Cada grupo usará un color de listón que lo identifique, atado en un brazo.

El profesor hará previamente una demostración práctica con dos alumnos.

El primer alumno de cada fila, ya parado, se cogerá un pie con la mano contraria por atrás del muslo del pie de apoyo. El brazo libre se flexionará pegándolo al costado. (García Núñez, 1996)

A la voz o silbatazo del maestro, saldrán saltando sobre un pie a chocar con el costado del brazo flexionado, tratando de hacer perder el equilibrio al contrario para que caiga o suelte el pie. El primero que logre, ganará un punto para su equipo: el equipo que logre el mayor número de puntos será el triunfador. Reglas:

1ª. Se pierde un punto al soltar el pie, al apoyar los dos pies en el piso o caerse.

2ª. No se permite pegar con la cabeza, con el codo la rodilla. Cuando un competidor derribe a otro en cualquiera de estas formas, perderá.

3ª. El choque debe ser con el brazo al cuerpo.

4ª. Una vez terminado su turno deben regresar y sentarse en su lugar.

5ª. Las filas deben conservar su lugar mientras dure el juego. Al grupo que no obedezca esta disposición se le restarán puntos.

Actividad Física Nº15: ejercitar miembros superiores e inferiores simultáneamente.

Nombre del juego: hacer el túnel

Objetivos: Enseñar al niño (a) desplazarse sobre el piso con manos y pies simultáneamente. Fortalecer los brazos y piernas. Trabajo de grupo. Recrear al alumno.

Materiales: Ninguno. Los mismos alumnos. Número mínimo de participantes:

24, y máximo 40.

Campo de juego: Cualquier terreno plano cuya superficie no presente elementos que puedan dañar las manos de los participantes.

Desarrollo del juego:

Se divide el grupo en hileras (uno atrás de otros) de 8 alumnos como mínimo, estaturados del más alto al más bajo y con el frente hacia donde se tenga que hacer el desplazamiento.

El profesor debe hacer una breve y clara explicación del juego y realizar una demostración práctica con una hilera de participantes.

A una voz del profesor o silbatazo partirán las hileras (todos los compañeros al mismo tiempo) hacia la marca, darán flanco izquierdo y apoyándolas manos en el piso los alumnos extenderán las piernas atrás y elevarán las cadera para formar con su cuerpo un arco; por debajo de él pasará el segundo compañero apoyando pies y manos, colocándose lo más cerca al lado derecho del primero y formando también un arco con su cuerpo. Inmediatamente pasará el tercero a gatas seguido por el cuarto y por los demás de la hilera, hasta que todos queden formando un túnel. Esos grupos se pondrán de pie a una indicación del profesor. La hilera que termine primero formado perfectamente el túnel será la ganadora.

Reglas:

1ª Los que pasan por abajo de su compañeros deberán agacharse lo más que puedan para no entorpecer la formación del túnel. No deben apoyarse las rodillas en el piso.

2ª los alumnos que formen el túnel deben elevar bien la cadera para permitir el avance de sus compañeros.

3º. Ningún niño deberá rebasar al anterior.

3ª. Ningún niño deberá rebasar al anterior.

4ª. Los túneles deberán permanecer en esta posición hasta que el profesor lo indique.

Actividad Física Nº16: mover el cuerpo coordinadamente

Nombre del juego: las culebras

Campo de juego: Cualquier espacio amplio y parejo, preferentemente pasto, madera o tierra bien regada.

Objetivos: Lograr la atención de todos los componentes del equipo (culebra) para coincidir con los movimientos del jefe. Cooperar en bien del grupo. Conocer las habilidades de los niños. Recrearse

Materiales: un silbato.

Desarrollo del juego:

Los niños participantes integran dos grupos, cuidando que queden nivelados en números, talla y peso; nunca deben competir altos con bajos, si el grupo es muy numerosos se formarán cuatro “culebras”, dos atendidas por el profesor y las otras dos por un ayudante.

El niño más habilidoso se colocará al frente de la culebra y los demás, cogidos fuertemente por la cintura del compañero de adelante, formarán una especie de cadena. El alumno de enfrente dirigirá y controlará a la “culebra” quedará una frente a la otra, a una distancia de 3 a 4 metros.

Explicación y desarrollo: una vez hecha la explicación del juego y la demostración con las culebras, se iniciará el juego a una señal o silbatazo del profesor. El alumno del frente conducirá a su grupo haciendo movimientos que le permitan romper, en alguna de sus partes, la cadena que forma la culebra enemiga, cuidando a la vez que no sea la suya.

Cuando una culebra ha sido fraccionada la parte se ha desprendido de su grupo pasará a formarse atrás de la culebra contraria. El juego terminará cuando un equipo haya aniquilado totalmente al otro.

Si algunos de los que integran la culebra se resiste a que sea rota la cadena y por ese motivo cae uno o dos alumnos, inmediatamente debe ser parado el juego para evitar que los alumnos sean arrastrados y puedan ser lastimados.

Si el juego se repite, puede cambiarse el alumno de enfrente para que dirija a sus compañeros.

Si son cuatro culebras, el repetir el juego se pueden enfrentar las ganadoras por un lado y las perdedoras por otro. En esta forma se puede seguir repitiendo el juego.

Reglas:

1ª. Cada culebra se esforzará en dividir a su enemiga.

2ª. Las culebras se desplazaran en todas direcciones, pero sin que sus elementos se suelten entre sí.

3ª. Si algún jugador suelta por temor antes de que la culebra contraria ataque, dicho alumno pasará a formar parte de la otra culebra.

4ª. Para evitar que los jugadores se golpeen o se esfuercen en resistir para evitar que sea rota la cadena, pudiendo ocasionarse caídas, el alumno que resiste puede soltarse y permitir el paso a toda la culebra contraria.

5ª. La fracción desprendida de una culebra se formará inmediatamente en el extremo de la otra culebra.

Actividad Física Nº 17: ejercitar los brazos

Nombre del juego: El sombrero

Objetivo: conocer opuestos

Materiales: 2 sombreros.

Participantes: con más de dos jugadores, en exterior o salón y con coordinador.

Desarrollo del juego:

Procedimiento: Los jugadores se colocan en rueda, el director del juego toma uno de los sombreros y uno de los participantes el otro. Cuando el educador realiza un movimiento, el participante tiene que realizar el contrario. Por ejemplo: cuando uno se coloca el sombrero, el otro se lo tiene que sacar; si el director se sienta, el jugador debe quedar de pie, etc. Lo ideal es que el educador realice todos los movimientos en forma rápida y consecutiva, tratando en lo posible de hacer confundir al participante de turno. El ganador es el participante que hace todo lo contrario de lo que

realiza el director es el ganador, pero, el que se equivoca paga prenda y el sombrero pasa a otro de la rueda.

Actividad Física N° 18: trabajar la respiración Nombre del juego: El Globo soplador.

Objetivo: relajar todos los músculos **Materiales:** globos

Participantes: con más de dos jugadores, en exterior o salón y sin coordinador.

Desarrollo del juego:

Procedimientos: los jugadores se sientan en círculo, bastante juntos unos a otros. Uno de los participantes (puede ser elegido por sorteo) tiene el globo en la mano, e inicia el juego. Para ello, suelta el globo en el aire y lo sopla, dirigiéndolo hacia cualquiera de la ronda. Este debe soplar el globo rápidamente para lanzárselo a otro de los compañeros, y así sucesivamente. (Fonseca, 1998)

Quien no deja caer el globo es el ganador, pero, aquel a quien el globo le cae encima, o que lo deja caer al suelo, tiene prenda. Queda totalmente prohibido (bajo pena de prenda) usar las manos o sacar el cuerpo. La única defensa es soplar y soplar.

CAPITULO III

METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN

3.1. Tipo de investigación

Considerando los elementos iniciales del diagnóstico se determinó que la presente investigación es de carácter cuasi-experimental, la misma que busca determinar si el campamento vacacional incide en las destrezas motrices coordinativas básicas en niños de entre 8 y 10 años de edad después de haber sido participes de un programa recreativo y haber registrado los datos de pre intervención y post intervención.

Por los medios que formaron parte de esta investigación se puede determinar que es un estudio de campo.

3.2 Población y muestra

3.2.1. Población

Estará integrado por 30 niños de la Parroquia de Conocoto – cantón Quito comprendidas entre las edades de 8 a 10 años de edad y para comprobar la confiabilidad de los instrumentos de evaluación, estos se aplicarán a la muestra.

3.2.2. Muestra

Para realizar encuestas se seleccionaron 42 participantes como especialistas a consultar mediante un protocolo o cuestionario diseñado al efecto, de ellos 10 docentes, 20 padres, 3 miembros de la parroquia de Conocoto, 2 profesores deportivos y 5 promotores deportivos, 1 médico y 1 enfermera.

3.3. Formulación de hipótesis

3.3.1. Hipótesis de trabajo

El diseño de un programa óptimo incide en las destrezas motrices

básicas del grupo estudiado de la Parroquia de Conocoto – cantón Quito en el periodo vacacional 2015.

3.4. Variables de investigación

- **V1:** Actividades Físicas y Destrezas Motrices. **(dependiente)**
- **V2:** Campamento Vacacional.**(independiente)**

Tabla 5.
Operacionalización de las variables.

Variable	Definición	Dimensiones	Subdimensiones	Indicadores
VARIABLE DEPENDIENTE ACTIVIDADES FISICAS Y DESTREZAS MOTRICES	<p>ACTIVIDADES FISICAS Es el medio que permite generar niveles de rendimiento en Diversas áreas.</p> <p>DESTREZAS MOTRICES Es la capacidad adquirida, de reproducir. Movimientos musculares con el máximo de certeza y frecuencia, además con el mínimo de gasto de tiempo y energía.</p>	<p>ACTIVIDADES FISICAS Act. Físicas en centros educativos. Act. Físicas en centros de enseñanza deportiva. Act. Física en centros de alto rendimiento deportivo. Act. Física en centros de Recreación y Turismo.</p> <p>DESTREZAS MOTRICES Motricidad Gruesa Motricidad Fina</p>	<p>ACTIVIDADES FISICAS Act. Físicas a nivel pre básico o educación Inicial. Act. Físicas a nivel educación básica.</p> <p>DESTREZAS MOTRICES</p> <ul style="list-style-type: none"> • Correr • Saltar • Reptar • Atrapar • Lanzar • Equilibrar • Rodar • Escalar 	<p>ACTIVIDADES FISICAS TEST</p> <p>DESTREZAS MOTRICES TEST</p>
VARIABLE INDEPENDIENTE CAMPAMENTO VACACIONAL	Es una actividad que se realiza en el tiempo libre de las actividades escolares, también conocida como Campamento escolar.	<p>Áreas de la Recreación</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Área Físico-deportiva ▪ Al aire libre ▪ Acuática ▪ Lúdica ▪ Salud 	<p>Deportes individuales y de conjunto</p> <p>Excursiones</p> <p>Manualidades</p> <p>Dramatizaciones</p> <p>Charlas de</p> <p>Nutrición y actividad física.</p>	Evaluación de la sesión aplicada.

3.5. Instrumentos de la investigación

3.5.1. Guía de observación

La guía de observaciones es un instrumento investigativo que utiliza una técnica cualitativa que consiste en un proceso que permite recoger por sí mismo información relacionada con cierto problema.

Esta guía está distribuida en dos partes importantes: el análisis inicial y el análisis final del programa recreativo, los mismos que a su vez constan de seis ítems cada uno ;de esta manera, se determinará el grado de aceptación que tendrá la muestra en estudio y su evolución como grupo de trabajo.

Es importante señalar que se evaluará ítem a ítem con el estado inicial y final de los casos en estudio para poder tener un control más minucioso y personalizado sobre el efecto de la recreación tanto en el nivel psíquico como motor. Se ha tomado los siguientes puntajes para poder cuantificar y cualificar los datos obtenidos.

Tabla 6

Nivel de aceptación en relación al puntaje obtenida en la guía de observación.

PUNTAJE	NIVEL
De 0 a 6 pts.	MALO
De 7 a 12 pts.	REGULAR
De 13 a 16 pts.	BUENO
De 17 a 18 pts.	EXCELENTE

3.6 Recolección de la información

Los datos serán recolectados en dos instancias, las cuales serán determinadas por evaluaciones físicas, la primera como fase de diagnóstico o pre-prueba, donde se registrara datos obtenidos de los participantes en el momento de su ingreso a la aplicación del campamento vacacional y la aplicación del programa, y la segunda parte que es la fase de control o post-prueba, por medio de la cual se obtendrán datos en busca de las mejorías en la destrezas motrices físicas al finalizar el

campamento vacacional con su programa y cada una de sus actividades realizado durante un mes, desde el mes de Julio del 2015 hasta Agosto del 2015.

A partir de la finalización del campamento vacacional se recurrirá a una guía de observación para poder determinar la aceptación y actitud del grupo en estudio antes, durante y después de la ejecución de la colonia vacacional.

3.6.1. Métodos, técnicas e instrumentos de recolección de datos

3.6.1.1. Métodos teóricos

Permiten desarrollar una teoría sobre el objeto de estudio, o sea, como podemos hacer una abstracción de las características y relaciones del objeto, que nos expliquen los fenómenos que se investigan, se utilizaron los siguientes:

- a) **Análisis y síntesis:** revisar ordenadamente cada uno de los fundamentos por separado, para analizar los aspectos relacionados con el proceso de la actividad, física, la coordinación motriz y el juego de la temática a investigar, al emitir reflexiones para entender la naturaleza del problema a transformar.
- b) **Inductivo – deductivo:** permite fundamentar durante todo el proceso investigativo, los conocimientos científicos relacionados con el proceso de la actividad física, la coordinación motriz y su relación con la actividad lúdica.

3.6.1.2. Métodos empíricos y técnicas aplicadas

Incluyen una serie de procedimientos prácticos y operaciones sobre el objeto, que nos permiten revelar las características fundamentales y las relaciones esenciales de este, que son accesibles a la contemplación sensorial, lo cual se fundamenta en la experiencia y se expresa en un lenguaje determinado, para obtener eventos y acontecimientos que evidenciaran la problemática de la investigación, se utilizaron:

- a) **Observación:** técnica apropiada para comprender el medio social en estudio permitiéndole al investigador incorporarse en la cotidianidad de las personas, con el objetivo de establecer relaciones abiertas con los investigados de tal manera, se elaboraron dos guías de observación, que se dieron en dos momentos; el primero para verificar la práctica, organización y planificación de la actividad física-lúdica dirigida a niños (as) en la comunidad la Guacamaya. (Anexo 1) y el segundo para valorar y apreciar si se evidenciaron cambios satisfactorios y participación de la población estudiada de la comunidad la Guacamaya. (Anexo 2).
- b) **Revisión documental:** permite la relación entre el investigador y el objeto de estudio, ya que le ofrece a éste las herramientas necesarias para acceder al campo y obtener la información de interés; en el caso de referencias bibliográficas que permitieran brindar teorías relacionada con el aspecto a transformar.
- c) **Cuestionario:** se elaboró un cuestionario sobre preguntas mixtas cerradas y abiertas dirigidas a los padres para obtener la información clave para el diagnóstico inicial de los niños (as) que evidenciará las condiciones físicas actuales y así, en función de las mismas construir el plan de actividades. (Anexo 3).
- d) **Encuesta:** consiste en obtener información, se aplicó el instrumento a los padres de los niños (as) seleccionados para el estudio con el objetivo de conocer la dinámica cotidiana con respecto a la práctica de actividades físicas de niños (as) de la comunidad la Guacamaya. (Anexo 13).
- e) **Medición:** Se desarrolla con el objetivo de obtener la información numérica acerca de una propiedad o cualidad del objeto o fenómeno, donde se comparan magnitudes medibles y conocidas. Es decir es la atribución de valores numéricos a las propiedades de los objetos, y para tales efectos de la investigación se aplicó:
- Escala de estimación: donde se describen las características motrices del niño (a), que permite obtener a través de una

escala de valoración, las condiciones físicas en las que se encuentran. (Anexo 6).

- Gráfica de crecimiento: la misma contiene una valoración que mide el estado nutricional de los niños (as), se utilizó para obtener las condiciones de salud nutricional de la muestra seleccionada para el estudio de la investigación. (Anexo 4)
- Subtes de motricidad: consta de 12 ítems y mide el movimiento y control del cuerpo en un tiempo breve o largo o en una secuencias de acciones. Se aplicó con el objetivo de comparar el rendimiento motriz que los niños (as) presentaron antes y después de la aplicación del plan de actividades del plan (Anexo 9).
- Criterio de usuario: para valorar por los expertos seleccionados la factibilidad del plan de actividades físicas a través del juego para potenciar el desarrollo de la coordinación motriz. (Anexo 14).
- Procesamiento matemático-estadístico: se utilizó para la recolección, descripción visualización y resumen de los datos, que se representaron de forma gráfica y numérica, con sus respectivos análisis cualitativos.

3.7. Tratamiento y análisis estadístico de los datos

3.7.1. Procesamiento de datos

El análisis de los datos recogidos de las variables en estudio, serán presentados de forma cuantitativa y cualitativa en tablas y Figuras en el programa de Excel, interpretando en base al sustento científico para establecer conclusiones y recomendaciones.

3.7.2. Programa aplicado

Esta investigación se inicia desde el mes de Julio del 2015, donde se hará una selección de muestras que serán parte de la investigación. Se realizara un estudio de la bibliografía necesaria para la fundamentación del

trabajo; así como la elaboración de instrumentos investigativos (test y guía de observación).

En los meses de Junio del 2015 y mediados de Julio 2015 se efectuará la publicidad del campamento vacacional aplicando así los instrumentos de salida para valorar su efectividad y esperando los resultados del programa afínales del mes de Agosto.

CAPITULO IV

ANALISIS DE RESULTADOS

4.1. Análisis y tabulación de resultados

Se presentan a continuación los resultados que arrojaron la aplicación de los instrumentos de recolección de datos que orientaron el proceso de la investigación. Estos son los siguientes:

- a) Se utilizó una guía de observación la cual fue aplicada en las 9 observaciones realizadas en el campamento, lo que permitió obtener una serie de situaciones, y detectar la problemática a transformar, se evidencio que las actividades físicas planificadas tales como eventos deportivos y recreativos van dirigidas a los adolescentes, adultos y adultos mayores en lo fundamental, por lo cual el diseño de un programa adaptado a las características de los niños de 8 a 10 años es vital.
- b) No organizan eventos pre-deportivos y recreativos para la población infantil para las edades de interés.
- c) Ausencia de participación e incorporación de actividades físicas dirigida a la población infantil por las instituciones educativas del sector.
- d) Existen en la comunidad espacios físicos para la realización de actividades lúdicas, recreativas, deportivas, porque cuenta con una cancha donde se realizan ciertas actividades.
- e) La comunidad tiene al alcance una cancha deportiva que le ofrece un espacio para que los niños (as) tengan un rato de esparcimiento.

Seguidamente se aplicó un cuestionario a los padres y/o representantes, La aplicación del instrumento con el objetivo de obtener información para la elaboración del diagnóstico inicial de la dinámica de vida, en la cual, se encuentran los niños/as seleccionados para la presente investigación, y la evaluación nutricional, para verificar el estado nutricional, donde se obtuvieron los siguientes resultados:

- a) Diagnóstico inicial: es un grupo con una dinámica cotidiana común, presentando condiciones de salud y nutrición entre los percentiles normales, no evidenciaron antecedentes pre-natales, peri natales, post-natales de riesgo, ni enfermedades relevantes que le hayan ocasionado problemas en su desarrollo.

En cuanto a las características motrices de los niños y niñas se evidencio que se encuentran en condiciones físicas normales esperadas de acuerdo a la edad: dominan suficientemente su cuerpo y sus movimientos, que ahora son más económicos y eficaces. Se orientan fácilmente en el espacio, corren veloces y con la técnica adecuada, esquivan, cambian de dirección, reaccionan con rapidez, trepan, se suspenden y balancean con absoluta seguridad y a elevadas alturas, perfeccionan la ejecución de transporte y arrastre: colectiva o individualmente, sin o con elementos, saltan en profundidad alrededor de 1 metro; a lo largo 50-60 cm. Y en alto 40-50 cm, son capaces de saltar rebotando con suficiente control, lanzan con seguridad y potencia, intentan coordinar la carrera y los lanzamientos, reciben con dos manos y pueden devolver un pase, anticipan la trayectoria de los objetos. (Anexo 3, 4, 6).

Resultado del test de motricidad antes de la aplicación del plan de actividades físicas para potenciar el desarrollo de la coordinación motriz de niños (as) de 8 y 10 años (Figura1).

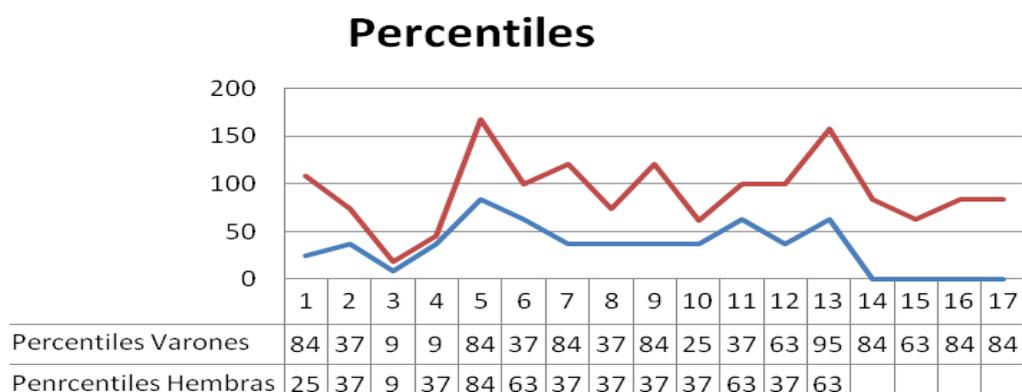


Figura 1 Test de motricidad.

Análisis: se valoró el rendimiento motriz de los niños y niñas antes de la ejecución de las actividades lúdicas para potenciar el desarrollo de la coordinación gruesa, tal como se observa en el Figura 2, evidenciando tanto en las hembras y varones un promedio normal con percentiles de acuerdo a lo esperado y según sus edades. (Ver tabla 2 y anexo 12).

Seguidamente, se aplicó una encuesta a los padres, la aplicación del instrumento es con el objetivo conocer la dinámica cotidiana con respecto a la práctica de actividades físicas de los niños/(as) de entre 8 y 10 años de edad de la parroquia de Conocoto (Anexo 13).

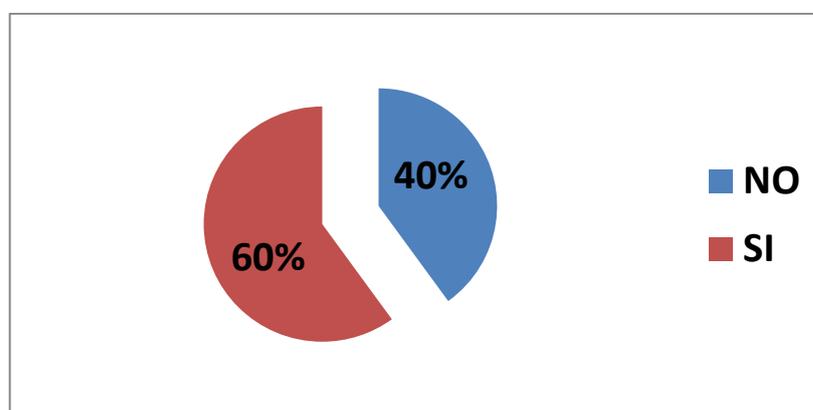


Figura 2: Rendimiento Motriz. Pregunta 1: ¿Tiene conocimiento sobre la importancia de la práctica de actividades físicas a través de juegos dirigidas que le permitan a su hijo ejercitarse?

Análisis.- En el Figura 2, se observa que de la muestra seleccionada de (30) padres (18) contestaron SI equivalente al 60% y 12 contestaron No equivalente al 40 %, evidenciando que existe conocimiento sobre la importancia de la práctica de actividades físicas, dado que, la misma contribuye positivamente en la formación de los hijos.

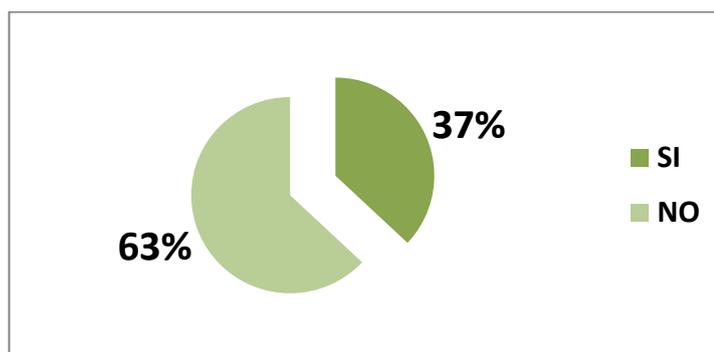


Figura 3 Los niños y niñas salen con frecuencia

Análisis: en el Figura 3, se observa que de la muestra seleccionada de (30) padres (11) contestaron SI equivalente al 37% y 19 contestaron No equivalente al 63 %, evidenciando que los niños y niñas en su mayoría no salen con frecuencia, debido al factor tiempo la mayoría tiene jornadas laborales extensas y sumado a ello los sitios de recreación están lejanos de sus hogares.

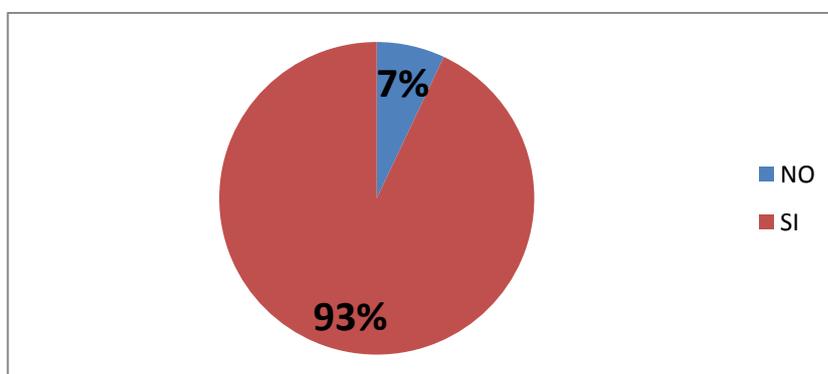


Figura 4 Los niños y niñas practican actividad pre-deportiva

Análisis: en el Figura 4, se observa que de la muestra seleccionada de (30) padres (28) contestaron SI equivalente al 93% y 2 contestaron No equivalente al 7 %, evidenciando que la mayoría de los niños y niñas no practican actividades pre- deportivas.

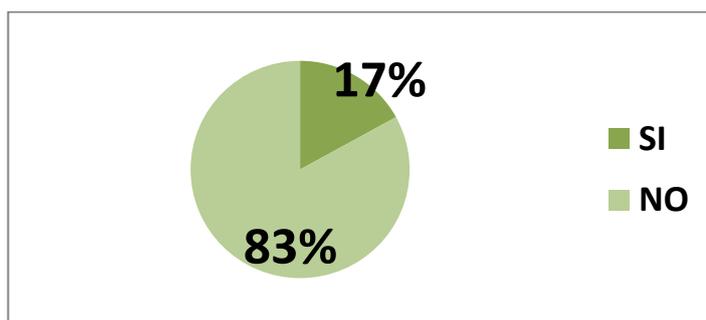


Figura 5 La comunidad ofrece algún tipo de actividad lúdica dirigida a los niños y niñas tales.

Análisis: en el Figura 5, se observa que de la muestra seleccionada de (30) personas (5) contestaron SI equivalente al 17% y 25 contestaron No equivalente al 83 %, evidenciando la ausencia de actividades físicas dirigida a los infantes, debido a que no cuentan con especialistas para atender la población infantil.

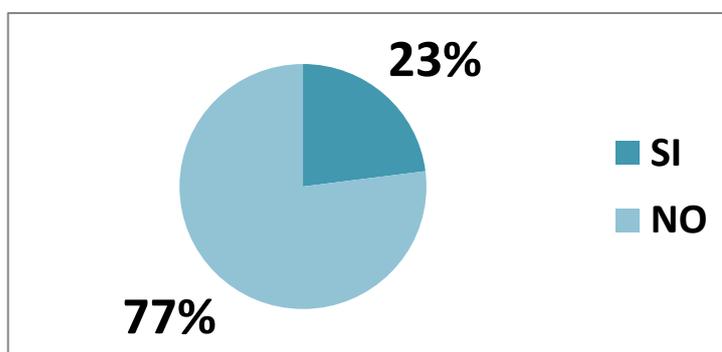


Figura 6 La escuela ofrece algún tipo de actividad lúdica o recreativa dirigida a los niños y niñas

Análisis: en el Figura 6, se observa que de la muestra seleccionada de (30) padres (7) contestaron SI equivalente al 23% y 23 contestaron No equivalente al 77 %, evidenciando que existe poca planificación en materia de motricidad, no cuentan con especialistas y además no cuentan con espacio adecuado, ni recursos para la aplicación de las mismas.

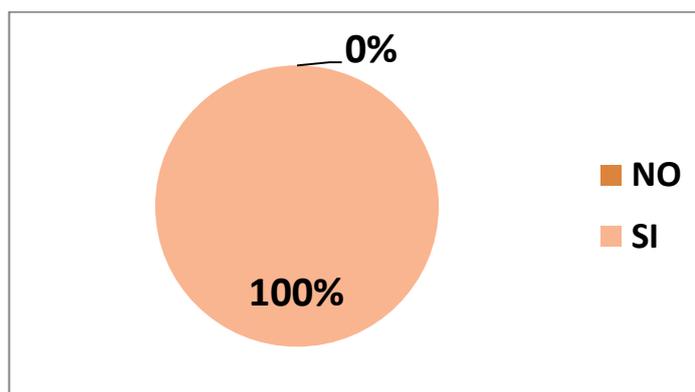


Figura 7: En la comunidad existen espacios físicos para la realización de actividades lúdicas.

Análisis: en el Figura 7, se observa que de la muestra seleccionada de (30) padres (30) contestaron SI equivalente al 100% y ninguna contesto No equivalente al 0 %, cuentan con una cancha deportiva, un salón techado para la realización de actividades planificadas por la comunidad.

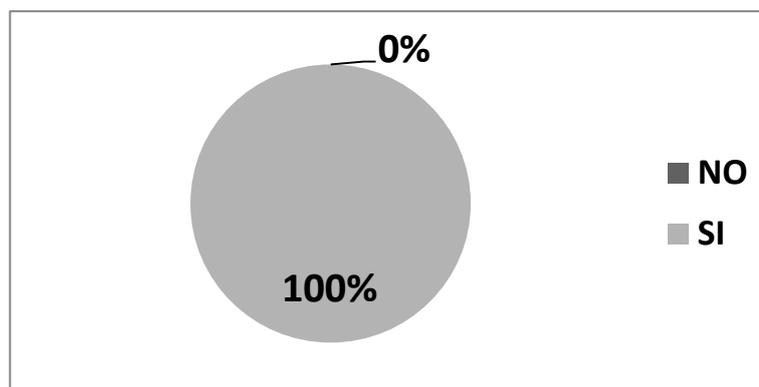


Figura 8: ¿Le gustaría asistir a una actividad especial para que junto a sus hijos seleccionen las actividades lúdicas de su preferencia?

Análisis: en el Figura 8, se observa que de la muestra seleccionada de (30) padres (30) contestaron SI equivalente al 100% y ninguna contesto No equivalente al 0 %, expresando que les gustaría participar y apoyar a sus niños en la selección de las actividades a desarrollar, porque realmente desean apoyar y participar y compartir con sus hijos y su dinámica cotidiana sea diferente y divertida.

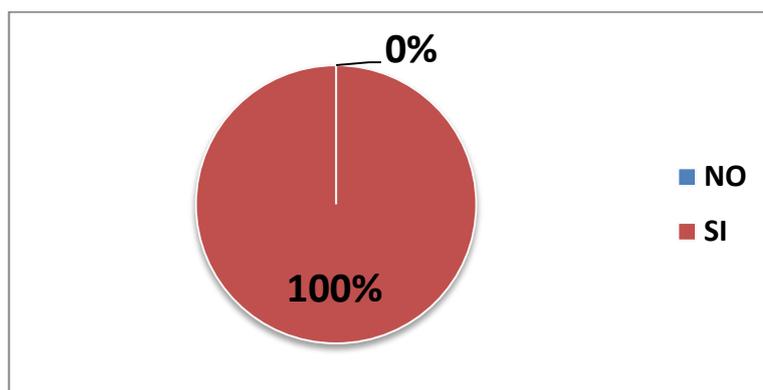


Figura 9: Tiene disponible el tiempo para realizar las actividades lúdicas.

Análisis: en el Figura 9, se observa que de la muestra seleccionada de (30) padres (30) contestaron SI equivalente al 100% y ninguna contesto No equivalente al 0 %, expresando que tienen la mayor de la disponibilidad para la realización de las actividades a planificar.

4.2. Análisis de resultados antes y después del programa

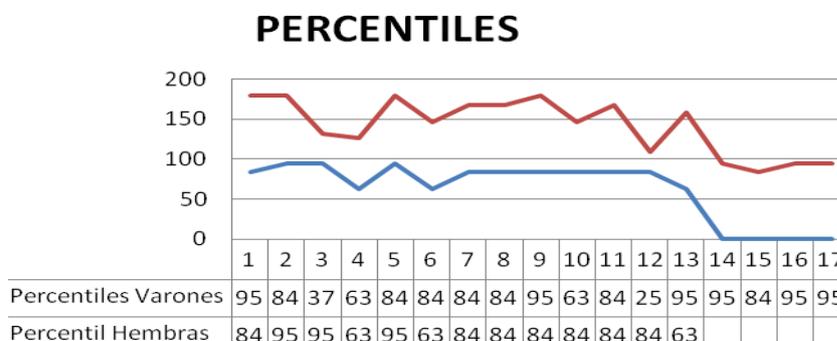


Figura 10: Resultado del sub-test de motricidad después de la aplicación del plan.

Análisis: una vez ejecutado el plan se aplicó el mismo test para verificar si el plan potencio el desarrollo de la coordinación en los niños y niñas, obteniendo como resultado efectivo que cada niño y niña, tal como se observa en el grafico 10, avanzaron satisfactoriamente a promedios y

percentiles por encima de los esperado, la línea azul representa el percentil de la hembras y la roja el percentil de los varones. (Ver tabla 2 y anexo 12).

Rendimiento motriz de los varones antes y despues de la aplicación del plan de actividades

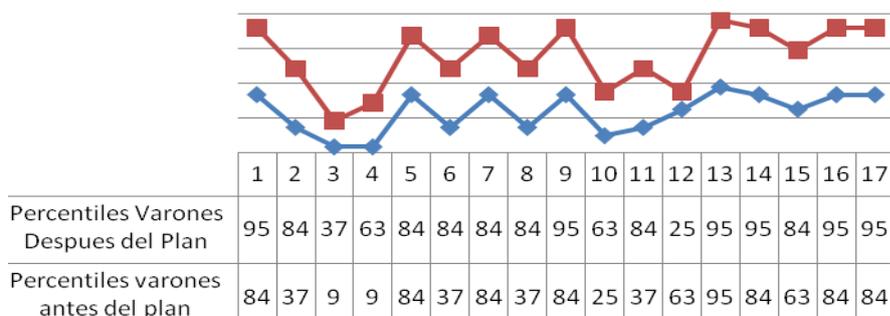


Figura 11: Comparación de los resultados del sub-test de motricidad para el sexo masculino.

Análisis: en el Figura 11 se observan dos curvas que representan el rendimiento motriz de los varones en dos momentos; el primero es la línea azul que señala el percentil antes de la aplicación del plan de actividades, en el mismo se evidencian valores que se encuentran en un percentil normal, ahora bien, en el segundo momento la línea roja señala valores de los percentiles más altos que en el primer momento, lo que indica que su rendimiento motriz se elevó por encima del percentil esperado, logrando así, demostrar que se logró potenciar el desarrollo de la coordinación motriz. (Ver tabla 2).

Rendimiento motriz de la hembras antes y despues de la aplicación del plan

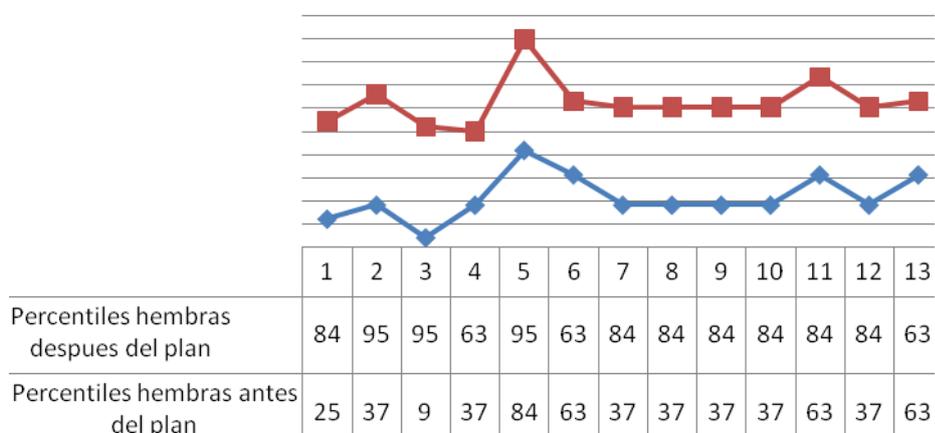


Figura 12: Comparación de los resultados del sub-test de motricidad para el sexo femenino.

Análisis: en el Figura 12 se observan dos curvas que representan el rendimiento motriz de las hembras en dos momentos; el primero es la línea azul que señala el percentil antes de la aplicación del plan de actividades, en el mismo se evidencian valores que se encuentran en un percentil normal, ahora bien, en el segundo momento la línea roja señala valores de los percentiles más altos que en el primer momento, lo que indica que su rendimiento motriz se elevó por encima del percentil esperado, logrando así, demostrar que se logró potenciar el desarrollo de la coordinación motriz. (Ver tabla 2).

CAPITULO V

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1. Conclusiones

- Los presupuestos teóricos sobre el proceso de la actividad física asumidos como objeto de estudio a través de juegos tributa al desarrollo de la coordinación motriz en niños (as) de 8 y 10 años, avalado por la sistematización gnoseológica del mismo, resultando axiomático para la elaboración del plan.
- Los resultados del diagnóstico confirman las insuficiencias en la práctica de actividades motrices por parte de los actores responsables de la misma en la comunidad que se estudia.
- El plan de actividades físicas a través del juego responde a la necesidad potenciar el desarrollo de la coordinación motriz en niños (as) entre 8 y 10 años de edad en los campamentos, así como a los fundamentos teóricos y metodológicos sustentados en correspondencia al objetivo de la investigación, y flexibilidad de las actividades para su aplicación.
- El plan de actividades físicas a través del juego permitió potenciar el desarrollo de la coordinación motriz en niños (as) entre 8 y 10 años de edad de la parroquia de Conocoto, Cantón Quito por medio de un campamento vacacional en el periodo 2015, avalado por la factibilidad del mismo a partir del criterio de especialistas.

5.2. Recomendaciones

- Ampliar la cantidad de actividades lúdicas, para abarcar la participación de la mayoría de los niños y niñas de la parroquia de Conocoto.
- Incluir niños y niñas no solo de 8 y 10 años, sino también de niños entre los tres y los seis años.

- Se recomienda a la niñez ecuatoriana a participar en los campamentos vacacionales ya que son un instrumento para mejorar la calidad de vida y bajar los niveles de sedentarismo que existen actualmente.
- Es importante que las personas encargadas de la ejecución de estos tipos de programas tengan la debida información y los adecuados conocimientos, ética y profesionalismo para poder así brindar un excelente servicio en favor de la niñez ecuatoriana.

BIBLIOGRAFÍA

Amonachvilli, c. (1986). El juego en la actividad de aprendizaje de los escolares. . La habana: perspectivas.

Antón, m. (1983). La psicomotricidad en el parvulario. Barcelona: laia.

Arteaga, c. M. (1997). Desarrollo de la expresividad corporal. Tratamiento globalizador de los contenidos de representación. Zaragoza, españa: inde. Zaragoza, españa: inde.

Ausubel, d. Y. (1983). Desarrollo infantil. Teorías. Los comienzos del desarrollo. . Buenos aires: paidós.

Barbosa, j. (2003). Estudo sobre o nível de participação, num programa de atividade e física, saúde e suas relações com as doenças crônicas não transmissíveis e qualidade de vida. Santa catalina: universidad de estadual de campi.

Bower, t. G. (1979). El desarrollo del niño pequeño. Madrid: debate.

Com, d. .. (18 de junio de 2013).

[Http://docencia.udea.edu.co/edufisica/guiacurricular/habilidades.pdf](http://docencia.udea.edu.co/edufisica/guiacurricular/habilidades.pdf).

Conde, c. J. (1997). Fundamentos para el desarrollo de la motricidad en edades tempranas. . Granada: aljibe.

De andrés, t. M. (1997). Alteraciones motoras en el desarrollo infantil. . Madrid: ccs.

Díaz, a. (. (1993). El juego como actividad de enseñanza y/o aprendizaje: adaptaciones metodológicas basadas en las características de los juegos. Madrid: conde.

Espe.edu. (19 de enero de 2013).

[Http://repositorio.espe.edu.ec/handle/21000/980](http://repositorio.espe.edu.ec/handle/21000/980) .

Fonseca, v. (1998). Manual de observación psicomotriz. . Barcelona españa: inde.

- Garaigordobil, m. (1992). Juego cooperativo y socialización en el aula.
Madrid : seco oleas.
- García núñez, j. A. (1996). Juego y psicomotricidad. Madrid: cepe.
- Guerrero, n. Y. (2010). Desarrollo curricular para la formación de maestros especialistas en educación física. Gymnos: gymnos.
- Gutiérrez delgado, m. (1989). 140 juegos para la educación psicomotriz. .
Sevilla: wanceulen.
- Gutiérrez, m. (2003). El desarrollo motor en el período maternal y preescolar (2-6 años). Valencia: ivef.
- Haeussler, i. (1995). Test de desarrollo psicomotor 2-5 años . Chile:
universidad católica de chile.
- Taylor, s. Y. (1990). Introducción a los métodos cualitativos de investigación.
La búsqueda de significados. . Mexico: paidos.
- Wikipedia. (15 de abril de 2011).
[Http://es.wikipedia.org/wiki/campamento_educativo](http://es.wikipedia.org/wiki/campamento_educativo) .