

1. TÍTULO

“INCIDENCIA DE LA RECREACIÓN DIRIGIDA, AL DESARROLLO DE HABILIDADES MOTRICES BÁSICAS, DE LOS NIÑOS ESPECIALES DOWN DE 6-15 AÑOS”

2. AUTOR

LCDO. SEGUNDO RAMIRO TAMAY ALLAICO

3. AFILIACION INSTITUCIONAL

ESCUELA POLITECNICA DEL EJÉRCITO
DIRECCION DE POST GRADOS

4. RESUMEN

En el presente trabajo de tesis de grado, se hace un estudio sobre la **incidencia de la recreación dirigida, al desarrollo de habilidades motrices básicas, de los niños especiales Down de 6-15 años**, con el fin de determinar como la recreación dirigida para estos niños no es acelerar su índice de desarrollo, sino facilitar el desarrollo de patrones óptimos de movimiento, de sus habilidades motrices básicas., esto significa que en el largo plazo, querrá ayudar a que el niño desarrolle una buena postura, una alineación correcta, un patrón de correr, saltar, atrapar gatear, caminar y lanzar de una manera eficiente en su entorno social.

Para cumplir con el objetivo propuesto se diseña un proyecto sobre la base de un diagnóstico en el cual se detectan los “problemas “que aquejan a la comunidad y sirve de partida para la planificación y la elaboración del programa de recreación.

Se diseño un proyecto generó que a través de la recreación orientada se direcciona al ser humano con capacidades diferentes y a las personas normales a muchos cambios motrices, hábitos, posturas correctas y técnicas adecuadas a los movimientos específicos para ejercer esa libertad de acción e independencia de acorde a su nivel de formación

La presente investigación es de diseño cuasi experimental porque se pretende determinar los efectos (causa), que provoca la variable independiente sobre la dependiente su efecto o consecuencia provocado por el tratamiento de la recreación dirigida al desarrollo de las habilidades motrices básicas de los niños de los niños especiales Down de 6 a 15 años de la fundación Virgen de la Merced.

En la evaluación del pre test se determinó que un porcentaje alto de los niños con síndrome de Down el patrón motor de los movimientos básicos, se presentan problemas de coordinación, torpeza motriz, agilidad, orientación, equilibrio etc., hay en sus extremidades superiores e inferiores, en el post test existieron cambios significativos de su patrón motor de los niños / as, generando una independencia para su desenvolvimiento social.

Como conclusión hacer especial énfasis en el desarrollo de las habilidades motrices básicas, dependiendo de cada uno de las posibilidades y limitaciones de los chicos, es conveniente la monitorización periódica de los chicos en cuanto a sus avances, desarrollo y mantenimiento de en cada una de sus habilidades motrices básicas, el trabajo especial debe basarse en la recreación dirigida, guiada al desarrollo de las habilidades motrices básicas que permita incrementar la calidad y el número de acciones propias del desenvolvimiento diario en el hogar y en el campo social.

5. PALABRA CLAVE

Recreación y habilidades motrices básicas de niños Down

6. ABSTRACT

In the present work of thesis of degree, a study is done on the incident of the directed recreation, to the development of motive basic skills, of the special children Down of 6-15 years, in order to determine as the recreation directed for these children it is not to accelerate his index of development, but to facilitate the development of ideal bosses of movement, of his motive basic skills., this means that in the long term, it will want to help to that the child develops a good position, a correct alignment, a boss of running, jumping, catching to climb, to walk and to throw in an efficient way in his social environment.

To fulfill the proposed objective to project it is designed on the base of to diagnostics in which those ploughs detected "problems" that they suffer to the community and it serves ace departure for the planning and the elaboration of the recreation program.

Design a project generated that through oriented recreation is it directs human beings with different capacities and normal people to many driving changes, habits, correct and technical positions appropriate to specific movements to exercise that freedom of action and independence of according to their level of training

The present investigation is of design cuasi experimentally because one tries to determine the effects (causes), that provokes the independent variable on the salesman his effect or consequence provoked by the treatment of the recreation directed the development of the motive basic skills of the children of the special children Down from 6 to 15 years of the Virgin foundation of the Mercy.

In the evaluation of the pre test decided that a high percentage of the children with Down's syndrome the motive boss of the basic movements, appear problems of coordination, motive infamy, agility, orientation, balance

etc., it is in his upper and low extremities, in the post test was existed by significant changes of his motive boss of the children / ace, generating an independence for his social development.

As conclusion to do special emphasis in the development of the motive basic skills, depending on each one on the possibilities and limitations of the boys, is suitable the periodic monitoring of the boys as for his advances, development and maintenance of in each of his motive basic skills, the special work must be based on the recreation directed, guided to the development of the motive basic skills that allows to increase the quality and the number of own actions of the daily development in the home and in the social field.

7. KEY WORDS

Recreation and children's basic motive abilities Down

8. CITAS DENTRO DEL TEXTO

- Morales, A. (2008). *Clasifica las Habilidades Motrices Básicas*
- Egea, C. Sarabia A. (2004). *Clasificación Internacional de Deficiencia, discapacidad y Minusvalías.*

SECCION I

INTRODUCCION

El cuerpo de la obra está constituido por los capítulos, subcapítulos, partes o secciones que forman el contenido de la tesis; aquí se describe detalladamente el problema de investigación, el marco teórico, la metodología, los resultados de la investigación, la discusión de los resultados.

En primera instancia tenemos las páginas preliminares que incluyen, la portada, certificación, dedicatoria, agradecimientos, tabla de contenidos, índice de ilustraciones y cuadros.

En la sociedad actual y "La realidad social y cultural se refleja en las instituciones educativas y cada vez es más manifiesta la complejidad del contexto escolar actual, por lo que se hace evidente y necesario optar por una educación abierta, "en y para la diversidad", poniendo de manifiesto un pensamiento con relieve multidimensional, que contemple las diferencias aceptando y valorizando la heterogeneidad de los niños/as y de las docentes.

El problema que se presenta en la fundación Virgen de la Merced, la falta de una actividad de desarrollo motriz, ya que la institución lo ha venido desarrollando más actividades de aula y de terapia, donde el niño /a realiza un mínimo movimiento en un espacio de tres metros cuadrados, y de no contar con especialista de áreas de cultura, física que estaba manejado por una profesora de psicología, que esto genera mayor sedentarismo en los chicos, un alto índice de obesidad y lo que es más sus habilidades motrices básicas no están bien definidas en su patrón motor del movimiento, que es uno de los elementos básicos para el desenvolvimiento del ser humano en el hogar, la escuela y en el campo laboral productivo garantizando su independencia, donde planteé el siguiente tema de investigación.

“INCIDENCIA DE LA RECREACIÓN DIRIGIDA, AL DESARROLLO DE HABILIDADES MOTRICES BÁSICAS, DE LOS NIÑOS ESPECIALES DOWN DE 6-15 AÑOS”, lo que este proyecto beneficiara a los niños con síndrome siendo más libre e independientes en su rol social, a sus familias entregando hijos sumamente independientes para realizar las acciones básicas dentro del hogar, a la sociedad con esta inserción aportando con chicos útiles en el campo socio – laboral y a nuestra institución fortaleciéndole dentro de su modelo educativo.

El objetivo de la recreación dirigida para estos niños no es acelerar su índice de desarrollo, sino facilitar el desarrollo de patrones óptimos de movimiento, de sus habilidades motrices básicas., esto significa que en el largo plazo, querrá ayudar a que el niño desarrolle una buena postura, una alineación correcta, un patrón de correr, saltar, atrapar gatear, caminar y lanzar de una manera eficiente en su entorno social.

En el sistema de operacionalización de variables se aplicó una variable independiente que es la recreación y una dependiente que es el desarrollo de las habilidades motrices básicas, sus indicadores son de presencia y ausencia por el tipo de investigación experimental.

Se presentó el objetivo general y los específicos para la variable independiente y dependiente y la relación entre variables la cual me permitió tener una visión clara a la consecución favorable del estudio.

Se desarrolló el marco teórico relacionado a la recreación, habilidades motrices básicas y síndrome de Down, para el desarrollo óptimo de la investigación apegándose a la teórica científica, mediante la relación entre los objetivos y las hipótesis se desarrollan hipótesis de trabajo y la nula

La presente investigación es de Tipo aplicado por el nivel de conocimiento a lograr es experimental (cuasi experimental): y, por los medios a utilizarse es un estudio de campo. En cuanto al Diseño de estudio experimental se ha seleccionado el diseño de pre-prueba, post-prueba con un solo grupo. Por el grado de estructuración, el estudio es cuanti-cualitativo y por la dimensión

temporal la investigación responde a un estudio de carácter longitudinal, ya que se aplicó una pre-prueba de diagnóstico inicial y luego una post-prueba.

La propuesta alternativa para que disminuya notablemente de forma considerable el mal hábito motor de sus habilidades motrices en las edades tempranas.

SECCION II

METODOLOGIA

Tipo de investigación

La presente investigación es de diseño cuasi experimental porque se pretende determinar los efectos (causa), que provoca la variable independiente sobre la dependiente su efecto o consecuencia provocado por el tratamiento de la recreación dirigida al desarrollo de las habilidades motrices básicas de los niños de los niños especiales Down de 6 a 15 años de la fundación Virgen de la Merced.

Población

Los niños con síndrome de Down que se encuentran recibiendo su educación especial y rehabilitación en el Instituto especial “Virgen de la Merced” y que en la actualidad corresponden a 16 niños legalmente matriculados, que oscilan entre 6 y 15 años

Tabla de valorización del RM

Para hacer la clasificación sobre el retraso mental se ha basado en la tabla de RM, su nivel de Coeficiente Intelectual: ¹

¹ Gema María González Cruzado (amatisten@hotmail.com)

R. Mental Leve	R. Mental Moderado	R. Mental Grave	R. Mental Profundo
Su coeficiente oscila entre 50-55 y 70.	El coeficiente oscila entre 35-40 y 50-55.	Coeficiente entre 20-25 y 35-40.	Coeficiente inferior a 20-25.
El lenguaje es más tardío.	Lenguaje expresivo y comprensivo es limitado.	Su lenguaje es muy limitado.	Dificultad para comprender órdenes sencillas.
Logra una adecuada autonomía personal.	Limitaciones en su autonomía personal.	No son autónomos en locomoción, comida, aseo...	Necesita de cuidados a lo largo de toda su vida.
Tiene dificultades en el aprendizaje escolar.	Necesita adaptaciones muy significativas.	Deben tener una escolarización en aulas específicas.	Se le debe desarrollar hábitos y destrezas.

Tabla de comparación de los retrasos mentales

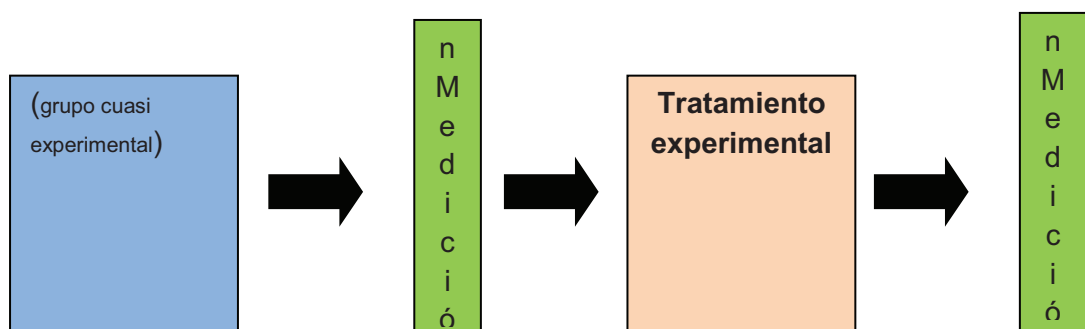
Muestra

Por considerar que la población corresponde a un número pequeño de sujetos, el estudio de investigación se realizó en todos los miembros de la población.

La selección de estos chicos se lo realizó con ayuda de la especialista, Lcda. Esperanza Estévez Jefe del Área de Educación Física de la Fundación, escogiendo niños Down con lesiones leves y fácil manejo para cualquier actividad ya que existen niños que dependen de un adulto para la realización de diferentes actividades.

Proceso experimental

- Se valoró antes y después del proceso, su evolución en cada una de las habilidades motrices básicas del niño/a.
- Se potenciaron los tratamientos a través de actividades lúdicas, con el fin de tener un mayor abanico de posibilidades en el abordaje de las distintas fases por las que pasan los niños Down.
 - Se aplicó diseño con pre prueba – pos prueba y un solo grupo, con mediciones previas y posteriores al tratamiento.
 - Esquema:



SECCION III

EVALUACION DE RESULTADOS Y DISCUSION

Análisis

Cuantitativo

En lo que respeta a la determinación de la caminata de acuerdo al pre test, el gráfico se observa, que un 69 %, de niños con síndrome de Down de la fundación se encuentran en una escala de buena y un 31 % en una escala de regular, con una marcha antinatural por sus diferentes problemas fisiológicos y anatómicos.

En el post test se puede observar que un 69 % de los niños con síndrome de Down suben de nivel a muy buena y un 31 % de niños a un nivel de buena con el proceso existió una mejoría de su marcha.

Interpretación

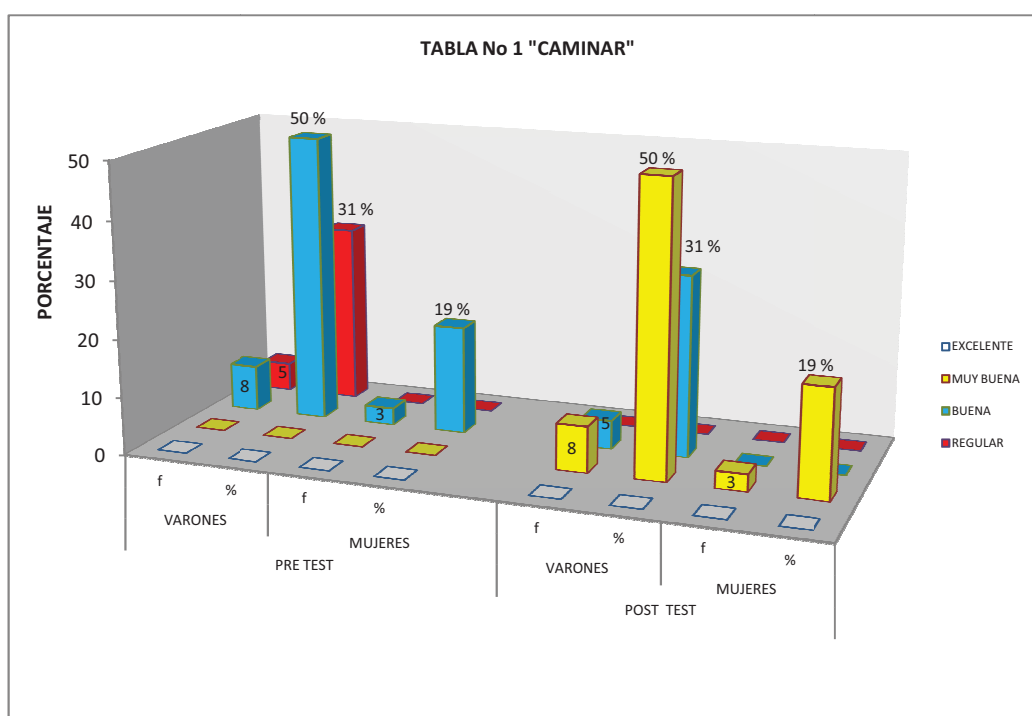
En la evaluación del pre test se determinó que el 69% de los niños con síndrome de Down el patrón motor de la marcha presentaba problemas de coordinación de sus brazos para el desplazamiento y mantener una dirección de avance ubicándose en la escala de buena, pero el 31%, de niños su patrón motor presentaba movimientos antinaturales como: la acción alternativa y progresiva de las piernas, con un contacto continuo de la superficie de apoyo su balance de los brazos descoordinadamente durante su avance requiriendo de apoyo personalizado para su avance.

En el post test existieron cambios significativos de su patrón motor, el 69%, de los niños se ubicaron en la escala de muy buena y el 31%, se ubicaron en la escala buena, existiendo una mejoría en los niños donde su patrón motor se caracterizó por una acción alternativa y progresiva de las piernas con un contacto continuo con la superficie de apoyo, su balanceo de los brazos a la altura de los codos y su movimiento pendular a partir de los hombros.

Grafico

HABILIDAD MOTRIZ BÁSICA "CAMINAR"								
ESCALA	PRE TEST				POST TEST			
	VARONES		MUJERES		VARONES		MUJERES	
	F	%	F	%	F	%	F	%
EXCELENTE	0	0	0	0	0	0	0	0
MUY BUENA	0	0	0	0	8	50	3	19
BUENA	8	50	3	19	5	31	0	0
REGULAR	5	31	0	0	0	0	0	0
TOTAL	13	81	3	19	13	81	3	19

Fuente: Datos tomados del grupo de niños de 6-15 años en el proceso de investigación de la FUVIME



Discusión

El presente trabajo es único en la comunidad vista que se ejecutaron trabajos prácticos con los chicos Down, obteniendo resultados inmediatos de acuerdo a cada una de sus reacciones y comportamientos del grupo selecto.

Todo movimiento del ser humano por más mínimo que sea es útil pero no lo suficiente y mucho más cuando se trabaja con niños de capacidades diferentes, que requiere de un tratamiento diferente como para mantener un equilibrio en sus funciones.

Lamentablemente estos chicos el trabajo que ganan durante el tratamiento en la mañana, lo van perdiendo en sus hogares por diferentes circunstancias:

- Padres que trabajan
- Los chicos están bajo el cuidado de sus abuelos
- No hay una continuidad con el tratamiento diferenciado
- Padres que desconocen como intervenir en el tratamiento

Para tener chicos independientes, útiles a la sociedad se requiere un equipo trabajo (padres, docentes, directivos, empresa privada y el gobierno), de esta manera obtendremos resultados satisfactorios para toda una sociedad.

SECCION IV

TRABAJOS RELACIONADOS

Se destaca la relación entre la recreación y el desarrollo de las habilidades motrices básicas, vista aquella como un factor de bienestar social coadyuvante del desarrollo humano, en donde el autoconocimiento, la interacción y la comunicación con el contexto social sirven como base fundamental para construir una mejor calidad de vida de estos chicos de capacidades especiales, involucrando experiencias y actividades que se realizan en un tiempo libremente escogido, como potencial idóneo para enriquecer la vida, dado que al promover el desarrollo de las habilidades motrices y físico del individuo, la recreación se enmarca en el campo educacional.

Recreación, como una de las vías que coadyuva a la formación de un ser humano integral capaz de contribuir con el desarrollo social mediante la utilización positiva del tiempo libre, a partir de sus tres funciones fundamentales: descanso, que libera a las personas de la fatiga, diversión que libera al individuo del aburrimiento, y desarrollo de la personalidad que libera de los automatismos del pensamiento y la acción cotidiana.

Es importante entonces considerar el desarrollo de las habilidades como facilitadores del quehacer educativo de niños, jóvenes y adultos hacia la educación y orientación del tiempo libre y contribuir con la optimización de su calidad de vida, puntualizando los valores de la recreación y su incidencia en la ocupación del tiempo libre del individuo y de la colectividad, en cuanto que la finalidad del valor está orientada hacia la perfección y el sentido humano de su vida y por ende de la vida en general. Vemos aquí la relación entre la recreación y la acción que promueve y genera valores dirigidos a la preservación y la optimización de la calidad de vida de quién la práctica

SECCION V

CONCLUSIONES Y TRABAJO FUTURO

Finalmente con este trabajo pretendo primeramente concienciar a toda una sociedad responsable del que hacer educativo, en cada uno de los roles del ser humano, generando así personas con un potencial cognitivo, afectivo y psicomotor, siendo entes más productivos en cada una de sus etapas de vida.

Las generaciones de profesionales en cada una de las áreas deberán apropiarse de estas bases fundamentales y profundizar en cada uno de sus niveles aportando nuevos conocimientos, técnicas, métodos para el desarrollo social.

AGRADECIMIENTOS

Dr. Robert Barba
Msc, Iván Robayo

Fueron los gestores de la producción, elaboración del proyecto en cada una de sus niveles brindando un documento de calidad al servicio de la colectividad.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

TEXTOS

- Aguilar, L. y Incarbone, O. (2005). *Recreación y Animación de la Teoría a la Práctica*, Argentina: Kinesis.
- Calero, M. (1998). *Educar Jugando*, (1ra. Ed.). Lima: Alfaomega.
- Cuenca, M. *Educación para el Ocio*, Actividades Escolares, España
- Dobler, E. Dobler H. (1975). *Juegos Menores*, Cuba: Pueblo y Educación.
- Espinosa, A. Martínez, R. y Ortega J., (1995). *Iguals pero diferentes “un modelo de Integración en el Tiempo Libre”*, Madrid: Popular S.A.

- Gómez, N. Incarbone, O.,(2005). *Colonias Vacacionales*. (1ra.ed.). Argentina: Stadium.
- Incarbone, O. (2000). *Del Juego a la Iniciación Deportiva*, Argentina: Stadium.
- Méndez, A. (2001). *Diseño y Desarrollo del proceso de Investigación*,(3ra. Ed.). Colombia: Normos S.A.
- Pazmiño, I. (1997). *Metodología de la Investigación Científica*. Ecuador: Fuentes.
- Perez, S. (1997). *Recreación Fundamentos Teóricos – Metodológicos*. Mexico: Instituto Politécnico Nacional.
- Pittalugar, A. Sicilia N. (1995). *Crece, Jugar y aprender*, Argentina:[s.n].
- Zhukovskaia, R. (1975). *La Educación en el Niño en el Juego*,(5ta. Ed.)Cuba: Científica- Técnica.
- Estivill, X. Fuentes,J. Guimerá, J. Nadal, M. Milá, M. Ballesta, F. Aledo, R. Solans, A. Domènech, A. Casas, K. Pucharcós, C. Puig, A. (1997). *Dissección molecular del cromosoma 21 humano y del Síndrome de Down*. Barcelona: Masson.
-
- Bruni, M. (2009). *Terapia Ocupacional y el niños con síndrome Down*, Buenos Aires.
- Egea, C. Sarabia, A. (noviembre del 2001). *Clasificación de la O.M.S. sobre la discapacidad*, Murcia.
- Egea, C. Sarabia, A. (2004). *Clasificación Internacional de Deficiencia, discapacidad y Minusvalía*. Murcia.
- González, M. (2007). *Las diferentes Minusvalías y sus características*. España.
- Machin, R. (2009). *Tipos de Minusvalías VS. Problemática Motriz*. Buenos Aires.
- Smith, W. (1976). *El Niño con Síndrome de Down*. Buenos Aires Panamericana.

DOCUMENTALES

- Cruz, C. Cobeña S. y Salvador del Valle R.(2006).*Aproximación multidisciplinar a los estudios del Ocio*. Bilbao: RGM SA.
- Doval, F.(2007). *Capacidades Físicas en el Entrenamiento Deportivo*, Cuba
- Monteagudo, M.(2007). *El ocio en la Investigación Actual* .Bilbao: Universidad de Deuso.
- Morales, A. (2008). *Habilidades Motrices Deportivas*, Cuba
- Romero, E. *Entrenamiento Deportivo*, Cuba
- Valdez, M. y Morales, J. (1980). *Teoría y Metodología de la Educación Física*. Cuba: Libros para la Educación.
- Peran, S. (1997). *Atletismo y deporte en personas con síndrome de Down*. Proyecto. En Síndrome de Down: biología, desarrollo y educación. Nuevas perspectivas. Barcelona: Masson.

- Perera, J. (1995). Introducción. La especificidad en el Sd. de Down. En Síndrome de Down, aspectos específicos (pp. IX-XI). Barcelona: Masson.
- Pérez, J.C. (1994). Deportes para minusválidos físicos, psíquicos y sensoriales. Madrid: Editado por Comité Olímpico Español (COE).
- Pérez, López, J. Candel, I. y Carranza, J.A. (1997). Temperamento en los niños con síndrome de Down: análisis de la convergencia entre distintos tipos de medida. En Síndrome de Down: biología, desarrollo y educación. Nuevas perspectivas (pp. 101-109). Barcelona: Ed. Masson.

ESCUELA POLITÉCNICA DEL
EJÉRCITO

UNIDAD DE GESTION DE POST GRADO

PROGRAMA DE RECREACIÓN Y TIEMPO
LIBRE

TESIS DE GRADO PREVIO A LA OBTENCIÓN
DEL TÍTULO DE MASTER EN RECREACIÓN
OCIO Y TIEMPO LIBRE

TEMA:

**INCIDENCIA DE LA RECREACIÓN DIRIGIDA, AL
DESARROLLO DE HABILIDADES MOTRICES BÁSICAS,
DE LOS NIÑOS ESPECIALES DOWN DE 6-15 AÑOS,
DE LA FUNDACIÓN VIRGEN DE LA MERCED DEL
CANTÓN RUMIÑAHUI 2009-2010**

AUTOR: SGOP. SEGUNDO RAMIRO TAMAY
ALLAICO

DIRECTOR: MAYO. (S.P.) IVÁN ROBAYO

SANGOLQUÍ-ECUADOR

CERTIFICACIÓN.

MAYO. (S.P.) Iván Robayo

CERTIFICA:

Que el trabajo de investigación titulado, **INCIDENCIA DE LA RECREACIÓN DIRIGIDA, AL DESARROLLO DE HABILIDADES MOTRICES BÁSICAS, DE LOS NIÑOS ESPECIALES DOWN DE 6-15 AÑOS, DE LA FUNDACIÓN VIRGEN DE LA MERCED DEL CANTÓN RUMIÑAHUI 2009-2010**, realizado por el Sr. Sgop. de I. Lcdo. Segundo Ramiro Tamay Allaico, ha sido revisado prolijamente y cumple con los requerimientos teóricos, científicos, técnicos, metodológicos y legales establecidos por la ESPE, por lo que me permito acreditarlo y autorizar al interesado para que lo sustente públicamente.

Mayo. (S.P.) Iván Robayo

Director

Sangolquí, a 09 de enero del 2012

CERTIFICACIÓN.

SR. DR.

Robert Barba

CERTIFICA:

Que el trabajo de investigación titulado, **INCIDENCIA DE LA RECREACIÓN DIRIGIDA, AL DESARROLLO DE HABILIDADES MOTRICES BÁSICAS, DE LOS NIÑOS ESPECIALES DOWN DE 6-15 AÑOS, DE LA FUNDACIÓN VIRGEN DE LA MERCED DEL CANTÓN RUMIÑAHUI 2009-2010**, realizado por el Sr. Sgop. de I. Lcdo. Segundo Ramiro Tamay Allaico, ha sido revisado prolijamente y cumple con los requerimientos teóricos, científicos, técnicos, metodológicos y legales establecidos por la ESPE, por lo que me permito acreditarlo y autorizar al interesado para que lo sustente públicamente.

Dr. Robert Barba

Miembro Oponente

Sangolquí, a 09 de enero del 2012

AUTORIZACIÓN PARA PUBLICAR TESIS DE GRADO

Por la presente autorizo a la Biblioteca y a la Escuela Politécnica del Ejército, a publicar la tesis de mi autoría presentada en la fecha martes 6 de noviembre del 2012, bajo el título:

INCIDENCIA DE LA RECREACIÓN DIRIGIDA, AL DESARROLLO DE HABILIDADES MOTRICES BÁSICAS, DE LOS NIÑOS ESPECIALES DOWN DE 6-15 AÑOS, DE LA FUNDACIÓN VIRGEN DE LA MERCED DEL CANTÓN RUMIÑAHUI 2009-2010.

La autorización para publicar es a título gratuito por ambas partes y por tiempo indeterminado

Lcdo. Segundo R. Tamay A.

Sgop. de I.

AGRADECIMIENTOS

A todas y cada una de las personas que de una y otra manera se esfuerzan por conseguir un mundo mejor y en forma especial, a quienes hicieron su aporte desde cualquier ángulo de acción para llevar adelante este proyecto social.

Al Sr. Máster Iván Robayo, quien aceptó dirigir esta tesis y ha tenido plena confianza en mi trabajo. Pues, a pesar de ser para él un tema relativamente desconocido, se ha entregado con tal entusiasmo a indicarme cómo debía ir desarrollándolo, que me ha animado constantemente a concluirlo. Ha sido un director de tesis con una eterna paciencia, sin agobios, disfrutando de los pequeños avances y compartiendo cada etapa.

Al Sr. Dr. Robert Barba por su predisposición constante en revisar y orientar el trabajo, de esta manera cumplir con requerimientos teóricos, científicos, técnicos, metodológicos y legales establecidos por la ESPE.

A las **personas con Síndrome de Down** (y también a sus padres y tutores), que han participado en el estudio, por su colaboración y entusiasmo prestado a la labor. Me gustaría que no estuvieran en el anonimato al que me comprometí respetar, pues estoy seguro que les gustaría poder leer sus nombres.

A la **Dra. Ivanovna Cadena y Lcda. Esperanza Estévez**, quienes siempre estuvieron a mi lado incondicionalmente, ayudándome y creyendo en el proyecto.

A **mi familia**, por el tiempo que les he robado para poder acabar este Proyecto.

A los **miembros del tribunal**, porque sin ellos, esta tesis jamás hubiera sido evaluada.

DEDICATORIA.

A Dios por iluminarme y darme la oportunidad de alcanzar un objetivo más dentro de mi formación profesional, gracias Dios.

A mi madre, por darme la luz de mi vida y haberme iniciado en el camino correcto, para fortalecer mi espíritu y mejorar mi calidad de vida.

A mi esposa Anita y mis hijos Marcela, Denesi y Johann que con su amor, paciencia y comprensión me dieron la fuerza para seguir adelante y cumplir con mis objetivos.

Este proyecto es dedicado para todos los niños de capacidades especiales, que con su inocencia y perseverancia me impulsaron para el desarrollo del mismo.

RAMIRO TAMAY

AUTORÍA

Los conceptos, criterios, puntos de vista, así como los resultados de la investigación y la propuesta vertida en el presente trabajo son de exclusiva responsabilidad de su autor, por lo que autorizo a la ESPE, su reproducción total o parcial en la página web.

.....
Lcdo. Segundo R. Tamay A.

Sgop. de I.

PRELIMINARES

A	Portada		i
B	Certificación	ii	
C	Agradecimientos		iii
D	Dedicatoria		iv
E	Autoría		v

ÍNDICE

Introducción	1
--------------	---

CAPÍTULO I EL PROBLEMA

1.1. Planteamiento del problema	4
1.2. Formulación del problema de la investigación	6
1.3. Justificación e importancia	8
1.3.1. Objetivo general	11
1.3.2. Objetivos específicos	11

2. CAPÍTULO II MARCO TEÓRICO

2.1. Fundamentación teórica	13
2.2. Recreación	14
2.3. Dimensiones de la recreación	20
2.3.1. Socio histórico cultural	20
2.3.2. Teórico y práctico	21
2.3.3. Construcción de saberes	22
2.4. Tendencias de la recreación	22
2.4.1. Espontánea	22
2.4.2. Dirigida	23
2.4.3. Educativa	24
2.4.4. Recreacionismo	25
2.4.5. La animación socio cultural	25
2.5. Valores de la recreación	26
2.5.1. Biogenéticos	26

2.5.2. Físicos	26
2.5.3. Sociales	27
2.5.4. Psicológicos	27
2.5.5. Económico	27
2.5.6. Educativo	28
2.5.7. Espiritual	28
2.5.8. Ambiental	28
2.6. Tiempo libre	
2.6.1. Definición	28
2.6.2. Orígenes y contexto social del tiempo libre	29
2.6.3. Nociones socializadas del tiempo libre y libertad	30
2.6.4. El ser y el tiempo libre	31
2.6.5. Teoría residual del tiempo libre	31
2.6.6. Teoría funcionalista del tiempo libre	33
2.6.7. Tiempo libre y los niños	33
2.6.8. Tiempo libre con sentido	34
2.6.9. Pedagogía del tiempo libre	38
2.6.10. Contenidos del tiempo libre	43
2.7. Ocio	
2.7.1. Definición	50
2.7.2. Bases históricas de la idea del ocio	51
2.7.3. Sentido derivado de la etimología	55
2.7.4. Percepción y funciones del ocio	57
2.7.5. Ocio desde la función humanista	59
2.7.6. Nuevas concepciones del ocio	60
2.7.7. Educación para el ocio	61
2.7.8. Pedagogía del ocio y sus áreas	64
2.8. Habilidades motrices básicas	
2.8.1. Definición	66
2.8.2. Fundamentos de las habilidades motrices básicas	67
2.8.2.1. Fisiológicos	67
2.8.2.2. Biomecánicas	70
2.8.2.3. Psicológicas	75
2.8.2.4. Importancia de la preparación física en la formación y desarrollo de la habilidades motrices deportivas	77
2.8.2.5. Transferencia e interferencia	82

2.8.3. Motricidad	84
2.8.3.1. Gruesa	85
2.8.3.2. Fina	89
2.9. Clasificación internacional de las deficiencias, discapacidades y minusvalías (CIDDM)	89
2.9.1. Enfermedad	92
2.9.2. Deficiencia	92
2.9.2.1. Tipos de deficiencia	92
2.9.3. Discapacidad	93
2.9.3.1. Tipos de discapacidad	93
2.9.4. Minusvalía	95
2.9.4.1. Tipos de minusvalías	95
2.9.4.1.1. Física	95
2.9.4.1.2. Psíquica	100
2.9.4.1.2.1. Genéticas	101
2.9.4.1.2.1.1. Anormalidades cromosómicas	101
2.9.4.1.2.1.2. Anormalidades autosómicas	102
2.9.4.1.2.1.3. Trisomía libre	103
2.9.4.1.2.1.4. Translocación	104
2.9.4.1.2.1.5. Características de un niño con síndrome de Down	105
2.9.4.1.2.1.6. El riesgo de síndrome de Down aumenta con la edad de la madre	105
2.9.4.1.2.1.7. Mosaicismo	106
2.9.4.1.2.2. Social ambiental	111
2.9.4.1.2.3. Trastornos asociados	112
2.9.4.1.3. Sensorial	113

3. CAPÍTULO III METODOLOGIA

3.1. Tipo de investigación	117
3.2. Población	117
3.3. Técnicas e instrumentos	120
3.4. Proceso de investigación	120
3.5. Formulación de hipótesis	122
3.6. Operacionalización de variables	122

4. CAPÍTULO IV ANALISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS

4. Verificación de hipótesis	
4.1. Caminar	124
4.2. Cuadrúpea y trepar	127
4.3. Saltar	129
4.4. Correr	132
4.5. Lanzar y capturar	135
4.6. Comprobación de hipótesis	137
4.7. Conclusiones y recomendaciones	145
4.7.1. Conclusiones	148
4.7.2. Recomendaciones	148

5. CAPÍTULO V PROPUESTA ALTERNATIVA

5.1	Antecedentes	150
5.2	Justificación	151
5.3	Objetivos	153
5.4	Propuesta	154

FUENTES BIBLIOGRÁFICAS

Textos

Revistas

Documentales

Publicaciones electrónicas

Anexos y apéndices

Galería de fotos

INTRODUCCIÓN

El cuerpo de la obra está constituido por los capítulos, subcapítulos, partes o secciones que forman el contenido de la tesis; aquí se describe detalladamente el problema de investigación, el marco teórico, la metodología, los resultados de la investigación, la discusión de los resultados.²⁵

En primera instancia tenemos las páginas preliminares que incluyen, la portada, certificación, dedicatoria, agradecimientos, tabla de contenidos, índice de ilustraciones y cuadros.

En la sociedad actual y "La realidad social y cultural se refleja en las instituciones educativas y cada vez es más manifiesta la complejidad del contexto escolar actual, por lo que se hace evidente y necesario optar por una educación abierta, "en y para la diversidad", poniendo de manifiesto un pensamiento con relieve multidimensional, que contemple las diferencias aceptando y valorizando la heterogeneidad de los niños/as y de las docentes.

El problema que se presenta en la fundación Virgen de la Merced, la falta de una actividad de desarrollo motriz, ya que la institución lo ha venido desarrollando mas actividades de aula y de terapia, donde el niño /a realiza un mínimo movimiento en un espacio de tres metros cuadrados, y de no contar con especialista de áreas de cultura, física que estaba manejado por un profesora de psicología, que esto genera mayor sedentarismo en los

chicos, un alto índice de obesidad y lo que es más sus habilidades motrices básicas no están bien definidas en su patrón motor del movimiento, que es uno de los elementos básicos para el desenvolvimiento del ser humano en el hogar, la escuela y en el campo laboral productivo garantizando su independencia, donde planteé el siguiente tema de investigación.

“INCIDENCIA DE LA RECREACIÓN DIRIGIDA, AL DESARROLLO DE HABILIDADES MOTRICES BÁSICAS, DE LOS NIÑOS ESPECIALES DOWN DE 6-15 AÑOS”, lo que este proyecto beneficiara a los niños con síndrome siendo más libre e independientes en su rol social, a sus familias entregando hijos sumamente independientes para realizar las acciones básicas dentro del hogar , a la sociedad con esta inserción aportando con chicos útiles en el campo socio – laboral y a nuestra institución fortaleciéndole dentro de su modelo educativo.

El objetivo de la recreación dirigida para estos niños no es acelerar su índice de desarrollo, sino facilitar el desarrollo de patrones óptimos de movimiento, de sus habilidades motrices básicas., esto significa que en el largo plazo, querrá ayudar a que el niño desarrolle una buena postura, una alineación correcta, un patrón de correr, saltar, atrapar gatear, caminar y lanzar de una manera eficiente en su entorno social.

En el sistema de operacionalización de variables se aplicó una variable independiente que es la recreación y una dependiente que es el desarrollo

de las habilidades motrices básicas, sus indicadores son de presencia y ausencia por el tipo de investigación experimental.

Se presentó el objetivo general y los específicos para la variable independiente y dependiente y la relación entre variables la cual me permitió tener una visión clara a la consecución favorable del estudio.

Se desarrolló el marco teórico relacionado a la recreación, habilidades motrices básicas y síndrome de Down, para el desarrollo óptimo de la investigación apegándose a la teórica científica, mediante la relación entre los objetivos y las hipótesis se desarrollan hipótesis de trabajo y la nula

La presente investigación es de Tipo aplicado por el nivel de conocimiento a lograr es experimental (cuasi experimental): y, por los medios a utilizarse es un estudio de campo. En cuanto al Diseño de estudio experimental se ha seleccionado el diseño de pre-prueba, post-prueba con un solo grupo. Por el grado de estructuración, el estudio es cuanti-cualitativo y por la dimensión temporal la investigación responde a un estudio de carácter longitudinal, ya que se aplicó una pre-prueba de diagnóstico inicial y luego una post-prueba.

La propuesta alternativa para que disminuya notablemente de forma considerable el mal hábito motor de sus habilidades motrices en las edades tempranas.

CAPÍTULO I

EL PROBLEMA

1.1. Planteamiento del problema

Los niños con síndrome de Down quieren hacer todo lo que cualquier niño normal lo hace: sentarse, gatear, caminar, lanzar, correr, trepar etc., y explorar su entorno e interactuar con las personas que los rodean, pero lamentablemente la fundación Virgen de la Merced no cuenta con un especialista en el área de cultura física para desarrollar las diferentes actividades, pero principalmente se ve el problema con los chicos con síndrome de Down que no tienen los patrones óptimos de movimiento motor de sus habilidades motrices básicas, esto significa que en el largo plazo, querrá ayudar a que el niño desarrolle una buena postura, una alineación correcta, un patrón motor de correr, saltar, atrapar, gatear, caminar y lanzar de una manera eficiente para su desenvolvimiento social y su inserción respectivamente en el campo laboral.

La fundación Virgen de la Merced como instituto de educación especial tiene estructurado por niveles para su formación educativa, desde el funcional A hasta el D, Inicial, básico 1 hasta el 3 y finalmente TVA (tránsito a la vida adulta), que con este proceso el niño se integra a la sociedad, pero lamentablemente la parte del dominio de la cultura física que se imparte en el Instituto es de acuerdo a las posibilidades de cada uno de los tutores de

los niveles de una manera empírica, adoptando una postura errónea en los dominios y el gesto motor de una acción.

Lo que esto ha generado que los niños/as de los niveles inferiores no tengan un progreso motriz específico para el desarrollo y mantenimiento de sus habilidades motrices básicas, teniendo problemas motricidad fina, gruesa, su coordinación, y creando una inseguridad, dominio de las acciones en los niveles siguientes estancándose así su desarrollo motriz en edades tempranas.

Todos estos inconvenientes en el desarrollo del niño se ven afectado en las acciones cotidianas dentro del hogar como al momento de calzarse el niño no tiene desarrollado su motricidad fina, gruesa y esa coordinación para ejecutar esos movimientos de calzarse sus zapatos y realizar el amarrado correspondiente de sus pasadores, lo cual requiere una asistencia permanente.

Al momento de cepillarse los dientes sus movimientos son torpes lo que el niño en la acción de llevar la pasta al cepillo y luego a la boca para realizar los movimientos circulares, de arriba hacia abajo lo hacen de forma incorrecta esto generando la pérdida de sus piezas dentales prematuramente, todo esto genera una cadena de problemas cuando se alimenta no existe una buena digestión sus alimentos desaprovechando los nutrientes de los alimentos para nuestro organismo.

Al momento de vestirse oportunamente y realizar otras actividades se ve limitado por la demora en asegurarse su correa o pasar los botones por los

ojales de su camisa correctamente vista que su motricidad fina no está bien desarrollado.

Durante sus tareas escolares donde tiene tomar el lápiz jugar con los números o realizar cualquier tarea asignado para su aprendizaje se ve afectado por su lentitud en los movimientos finos donde el proceso requiere de más tiempo para esa actividad.

Finalmente el juego se limitado a hacerlo por sus complicaciones motrices que en definitiva se obligado por parte de su familia a asistirlo todo el tiempo, que pasa a ser un niño dependiente y es una carga social no productiva en el campo laboral, lo que las instituciones educativas de carácter especial su misión fundamental es la inserción social como entes productivos en el campo laboral, libres e independientes capaces de hacer todas las actividades cotidianas como cualquier otra persona y ejercer sus derechos y deberes como un ciudadano dentro de la sociedad.

Lo que la fundación Virgen de la Merced no está ejerciendo su misión de forma integral, ya que ha dejado de lado el área motora que es fundamental para su desarrollo dejando un vacío motriz en cada una de sus etapas de vida.

1.2. Formulación del problema de la pregunta de investigación

¿CUÁL ES EL NIVEL DE INCIDENCIA DE LA RECREACIÓN DIRIGIDA, AL DESARROLLO DE HABILIDADES MOTRICES BÁSICAS, DE LOS NIÑOS ESPECIALES DOWN DE 6-15 AÑOS?

1.3. Justificación e importancia

Se conoce en la actualidad las alteraciones orgánicas que pueden surgir como consecuencia de la trisomía 21, su frecuencia, cronología y la intensidad o gravedad con que se presentan. Ello ha promovido la elaboración de programas de salud específicos para las personas con síndrome de Down y la elaboración de un programa adaptado al modelo funcional para el desarrollo de los diferentes dominios y componentes de la recreación.

Un proyecto se diseña sobre la base de un *diagnóstico* en el cual se detectan los “problemas “que aquejan a la comunidad y sirve de partida para la planificación y la elaboración de programas.

La preocupación acerca de las discapacidades va creciendo día a día gracias a la labor de distintos organismos que trabajan por la integración e igualdad de las personas discapacitadas, y que buscan concienciar a la población de la importancia del problema. Si se conoce el estado actual del tema no se puede poner en marcha para intentar disminuir la incidencia o mejorar sus condiciones de vida.²

Lo importante del proyecto apunta a solucionar un problema específico entre los muchos que puedan existir en una comunidad, como los niños Down, en el mejoramiento de las habilidades motrices básicas del ser humano.

²Investigador Ramiro Tamay

Como la Constitución manifiesta de las personas con discapacidad, que el Estado garantiza políticas de prevención de las discapacidades, y de manera conjunta con la sociedad y la familia, procurará la equiparación de oportunidades de las personas con discapacidad y su integración social.

Y fundamentalmente manifiestan que se reconoce a las personas con discapacidad, los derechos a:

- El trabajo en condiciones de igualdad de oportunidades, que fomente sus capacidades y potencialidades, a través de las políticas que permitan su incorporación en entidades públicas y privadas³

Con el desarrollo de este proyecto de un programa de recreación dirigida para los distintos niveles y de acuerdo a sus posibilidades han sido más específicas las tareas lúdicas siendo un proceso secuencial y productivo en la movilidad del ser humano, se han beneficiado los 16 niños con síndrome de Down de los diferentes niveles de la fundación, el trabajo investigativo de campo ha demostrado un cambio en sus acciones motoras básicas teniendo mayor incidencia en chicos de niveles inferiores y con una menor incidencia con chicos de los niveles superiores en sus acciones cotidianas, en el hogar, la escuela, el juego y lo que es más su inserción social.

El impacto de este proyecto generó que a través de la recreación orientada se direcciona al ser humano con capacidades diferentes y a las

³Constitución República del Ecuador capítulo 3ro, sección sexta, pág. 36

personas normales a muchos cambios motrices, hábitos, posturas correctas y técnicas adecuadas a los movimientos específicos para ejercer esa libertad de acción e independencia de acorde a su nivel de formación.

El proyecto ha generado cambios desde la misma estructura del currículo funcional ecológico, dándole más importancia a la recreación, el cambio de actitud de los tutores de los diferentes niveles y la sociedad misma lo que ha influido en cada de sus acciones de momentos de su tiempo libre.

Con estos cambios significativos será un aporte importante para las demás instituciones de educación especial, a través de talleres, charlas, conferencias y capacitaciones para su desenvolvimiento y trato con estos chicos, la factibilidad del proyecto se hizo realidad por el interés de la institución de realizar ese cambio, dando todas las facilidades con el contingente, su infraestructura, el material y equipo deportivo para el desarrollo del programa de recreación dirigida.

Con este proyecto se busca promover en los niños /as valores personales, sociales y culturales(que se fomentan gracias al convivir y a la experiencia vivida en las diferentes actividades recreativas)e incidir en el desarrollo personal e integral del ser humano.

Es importante mencionar que la infraestructura de la fundación Virgen de la Merced es la adecuada y hay un apoyo incondicional de la institución para la ejecución del programa, tanto para el trabajo de campo o de salón como para los niños/as de capacidades especiales.

1.4. Objetivos

1.4.1. General

a) Analizar el nivel de incidencia de la recreación dirigida a través del juego a fin de desarrollar las habilidades motrices básicas de los niños/as de capacidades especiales Down de la fundación Virgen de la Merced.

1.4.2. Específicos

a) Identificar el conjunto funcional psicomotor de los niños/as de capacidades especiales, a través de la observación a fin de determinar las actividades óptimas para su ejecución.

b) Desarrollar la habilidad motriz de la caminata, mediante la actividad lúdica de campo, a fin de corregir su postura durante el movimiento coordinadamente con objetos pequeños

c) Examinar la estructura funcional de la acción motora del lanzamiento a través del juego orientado a fin de mejorar el comportamiento motriz de las habilidades básicas.

d) Determinar si el dominio psicomotor a través de las actividades lúdicas mejora considerablemente las coordinaciones motoras de las habilidades motrices.

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

2.1 Fundamentación Teórica

"Toda persona tiene derecho al descanso, al disfrute del tiempo libre, a una limitación razonable de la duración del trabajo y a vacaciones periódicas pagadas"⁴

La problemática del Tiempo Libre, Recreación y el Ocio constituye un desafío de nuestra época puesto que tiende a transformar entre otros aspectos las condiciones sociales y culturales. Toda modificación en los dominios de la sociedad y la cultura trae como consecuencia nuevos problemas pedagógicos, requiriéndose ante estos, especialistas entrenados para insertarse en una sociedad cambiante y a la vez capacitada para ejercer de acuerdo a las nuevas necesidades imperantes.

Considerando que la práctica de la actividad física, tanto de juego como formativa o agonística, tiene una gran importancia higiénica - preventiva para el desarrollo armónico del sujeto (niño, adolescente y adulto) y para el mantenimiento del estado de salud. Cualquier deporte (como entretenimiento o recreativo) conserva siempre un carácter lúdico y pudiera ser una buena medida preventiva y terapéutica, ya que conlleva aspectos sociales, lúdicos e incluso bioquímicos que favorecen el desarrollo de las potencialidades del individuo.

⁴ Art.24 de la Declaración Universal de los Derechos Humanos, de 10 de diciembre de 1948

2.2 Recreación

Definición

La palabra “recreación” proviene del latín “recreatio, ōnis” y significa “acción y efecto de recrear... Diversión para alivio del trabajo”. Por su parte, “recrear” equivale a “divertir, alegrar o deleitar”⁵

Es decir que, etimológicamente, equivale a diversión, deleite, alegría.

Actividades que se realizan en el tiempo libre de manera voluntaria y con carácter aficionado y que no están sujetas a normas o intereses laborales. Estas son capaces de desarrollar la personalidad y compensar carencias originadas en otros momentos de la vida ⁶

“Es un instrumento para mejorar la mente, desarrollar el carácter, adquirir habilidades, mejorar la salud o aptitud física y que contribuye al desarrollo personal” ⁷

“...Experiencias humanas, cuya vivencia hace posible la satisfacción, es una dimensión superior y permanente de las necesidades de manifestación plena y armoniosa de su ser biológico, psicosocial y cultural, a la vez que contribuyen a su educación permanente e integral, a su descanso dinámico y renovador de energías físicas, intelectuales y espirituales; y al

⁵Real Academia Española, 2001, p. 1301

⁶Ramírez 1982

⁷R. Ruizia educación física en el 2000

fortalecimiento y desarrollo de su integración exitosa, solidaria, creadora y transformadora de la vida de su comunidad y de la sociedad".⁸

“Es una actividad de participación libre y voluntaria, donde el ser humano manifiesta su verdadera personalidad, contribuyendo al desarrollo integral, que lo conlleva al mejoramiento y calidad de vida.”⁹

La vida actual se caracteriza por la búsqueda permanente del tiempo libre, pues este ha ganado muchos puestos en lo que se refiere a lo que la población considera como más importantes en su vida, haciéndose esto más notable en la población joven.

Es evidente que mediante la recreación, la persona obtiene satisfacciones por los adelantos que la creatividad humana produce; cualidad ésta que tiene la particularidad de producir lo que no existe a través de la inventiva del cerebro humano. La recreación es un factor de bienestar social que contribuye a mejorar la calidad de vida mediante el autoconocimiento, interacción y comunicación con su contexto social.

La recreación, en la sociedad actual se ha convertido en una necesidad de gran importancia, ya que en los últimos años los investigadores en el campo socio cultural le han dado el lugar que le corresponde. Estas teorías nacen de la importancia al tiempo libre como factor de bienestar social, considerándolo como "aquel período que está a la completa disposición del

⁸Ramos (1986 pag-31)
⁹Ramiro Tamay

individuo después de haber terminado su labor y cumplido otras obligaciones"¹⁰

Es de hacer notar que los niños y jóvenes cuentan con grandes espacios de tiempo libre, pues por lo general no tienen otras obligaciones que atender, distintas a la de sus estudios. Es aquí donde la recreación juega un papel fundamental ya que debe estar implícita en la redistribución del tiempo libre de los individuos, en especial de los jóvenes.

Apoyándose sobre la base de esta definición se pueden resaltar tres funciones básicas de la recreación: descanso, diversión y desarrollo. El descanso libera a las personas de la fatiga, cuando las mismas participan en actividades recreativas se protegen del desgaste provocado por las tensiones derivadas de las obligaciones cotidianas, especialmente de las laborales. En el caso de los jóvenes que habitan en las comunidades, quienes tienen gran cantidad de tiempo libre, el participar en actividades recreativas durante este tiempo, contribuye a liberar las tensiones que producen las diversas problemáticas que se viven día a día y que van en detrimento de su calidad de vida.

La segunda función de la recreación es la diversión, la cual libera al individuo del aburrimiento, monotonía y rutina, dado que el hombre moderno experimenta a menudo la necesidad de una ruptura con sus quehaceres

¹⁰ Carta de los derechos humanos al tiempo libre 1957 pág.- 08

cotidianos, para vencer las insatisfacciones y frustraciones que estos generan.

Por último, la más importante desde el punto de vista de este estudio es la del desarrollo de la personalidad, la cual libera de los automatismos del pensamiento y la acción cotidiana, permitiendo una participación social más amplia y libre, así como un cultivo general del cuerpo, la sensibilidad y la razón más allá de la exigencia de la formación práctica.

Las funciones antes mencionadas coexisten en diferentes grados en todas las situaciones de ocio y para todos los individuos por igual, son complementarias y solidarias. Son variadas las formas como los seres humanos utilizan su tiempo libre, destacan entre ellas la información desinteresada y el desarrollo autodidacta; estas modalidades ofrecen posibilidades nuevas para una auto información y una auto educación permanente, acordes a las nuevas exigencias que día a día plantea la sociedad, y ofrece formas de orientar el tiempo libre.

El ser humano está necesitando cada día más orientación que le permita organizar sus posibilidades hacia el paradigma que confirma su auténtica esencia de vida:... "la acción frente a la inacción; la creación frente a la sola receptividad; el ser frente a mirar como son otros..., que con intención a veces comercial representan ser: el vicio frente al durar en secuencias inertes y algunas veces entretenidas" (Cutrera, 1981), y para lograrlo el

hombre amerita en primer lugar sentirse preparado para actuar y crear su ser y su vida.

Cabe preguntarse a ¿quién es el capaz, de crear ser y vivir ¿Quién se dedica a capacitarse en su tiempo libre? ¿Quién llega a su período de jubilación laboral sin angustiarse por no saber qué hacer con su tiempo? ¿Cuál es el ser humano feliz? Aquel que apoyándose en un abanico de posibilidades de actividades físicas, deportivas, culturales, espirituales, literarias, turísticas, artísticas, musicales, sociales y otras, sea capaz de seleccionar entre ellas y disfrutar sanamente convirtiéndose en motivos que le permitan accionar, crear y de cultiva una verdadera vida interior, proporcionando una pieza clave en el equilibrio social dentro de su comunidad en la orientación del tiempo. Se puede decir entonces que frente a un mundo con una tendencia definida al ocio, se debe apuntar las habilidades como facilitadores del quehacer educativo de niños, jóvenes y adultos hacia la educación y orientación del tiempo libre y contribuir con la optimización de su calidad de vida. Cabe destacar que la recreación persigue como fin óptimo la "Educación del Tiempo Libre" porque en la medida que la persona sepa que hacer y este educado en cuanto a su tiempo libre, en esa misma medida mejorara su calidad de vida y su uso del tiempo libre¹¹

Es necesario entonces dejar claro que las actividades en que se participa durante el tiempo libre, no constituyen un complemento de la vida formal,

¹¹Ramos (1965)

sino que son tan importantes y necesarias como el trabajo, el sueño o la alimentación. Por lo tanto es importante puntualizar sobre los valores de la recreación y su incidencia en la ocupación del tiempo libre del individuo y de la colectividad.

El hombre es el que pone valor a las cosas para sostenerse así mismo, fue él quien primero asignó, creando un sentido de las cosas, un sentido de lo humano¹²

Es tarea de las personas implementar una educación que permita poner y crear valores que transfieran el sentido humano a las cosas, las acciones y realizaciones que guardan relación con el hombre. Cabe señalar que la finalidad del valor está orientada hacia la perfección y el sentido humano de su vida y por ende de la vida en general. Sabemos de la diversidad geográfica, turística y generacional que influye directamente en la diversa valoración que se le puede dar a una misma cosa, lo que conduce a establecer diversos sistemas de valores y así observamos las distintas tendencias valorativas y del comportamiento humano.

2.3 Dimensiones de la recreación

Vygotsky y la Teoría de la actividad, aportaron significativamente elementos, en tanto instrumentos teóricos, para distinguir tres dimensiones de la recreación y en el mismo sentido identificar los núcleos problémicos que al

¹² Según Nietzsche (citado por Bolaño, T. 1996)

interior de estas mismas dimensiones pueden llegar a configurar objetos de estudio.

2.3.1 Socio histórico cultural

Una dimensión socio-histórica cultural, en la que se sitúan las transformaciones, continuidades y discontinuidades de las prácticas recreativas en las distintas culturas y en procesos históricos determinados que explican su emergencia, motivos, sentidos, significados y función social que se les asigna en la diversidad de contextos.

Existe un cuerpo amplísimo de estudios sobre la historia de la recreación e investigaciones, que informan acerca de las manifestaciones de las prácticas recreativas como hecho social diverso en las culturas y que refieren la universalidad de las mismas. No obstante, estos mismos estudios marcan un derrotero para indagar con el máximo rigor acerca de los procesos históricos en torno al sentido que cobran las prácticas recreativas en la constitución de los actores y los escenarios que recomponen el tejido cultural. Si bien la historia de la recreación está estrechamente vinculada con la institucionalización del tiempo libre, en la misma medida lo está respecto al trabajo, la constitución de la democracia, la paz y en general en la formación de las identidades nacionales.

2.3.2 Teórico y práctico

Una dimensión teórico-práctica desde donde se explica la recreación dirigida como un tipo de práctica profesional específica y un nuevo campo

interdisciplinario. Esta dimensión es aún un terreno inexplorado a pesar de la fuerza que ha tomado en las últimas décadas la formación de profesionales en los distintos niveles académicos. ¿Desde qué concepción y/o qué marcos teóricos se enmarcan las ofertas de formación profesional? ¿Qué lugar ocupan en la variedad de propuestas curriculares la investigación y la práctica profesional? ¿Qué perfiles profesionales y ocupacionales se esperan socialmente de un profesional de la recreación? En fin, son muchos los interrogantes que pueden formularse cuando se hace referencia a una práctica profesional, cuyos discursos tienen un fuerte componente interdisciplinario y tributan de la pedagogía, las ciencias humano-sociales, el arte.

Esta dimensión abordada desde la vida académica, identifica campos de intervención que en sí mismos configuran temáticas con objetos de estudio muy específicos. Son estos la terapia recreativa, el turismo sostenible, el contexto de la educación escolar, la administración recreativa, el contexto de a educación popular y el desarrollo comunitario.

2.3.3 De construcción de saberes

Una dimensión de construcción de saberes como lugar para la identificación de objetos y problemáticas de estudio que sitúan a la recreación como un campo del saber en el que se asuma que la investigación es uno de instrumentos más refinados para la construcción y producción de conocimientos en este campo. Que además permita sistematizar saberes y experiencias, observar con rigor las situaciones recreativas dirigidas o no, e

interpretar, analizar y caracterizar mediante la orientación de marcos teóricos la realidad de las prácticas recreativas sus significados y sentidos en la vida social y cultural.

2.4 Tendencias de la recreación¹³

Para su mejor análisis y comprensión, en general se acepta que la recreación se puede subdividir en las siguientes denominaciones o especialidades, según sus respectivos contenidos, tendencias y enfoques teóricos y prácticos.

2.4.1 Espontánea

Su única finalidad es la diversión y no contiene ningún objetivo educativo, como las actividades siguientes: visitas a parques, vacaciones programadas, hobbies personales etc.

2.4.2 Dirigida

Se desarrolla mediante un animador y cada actividad tiene que cumplir algunos objetivos, como las actividades siguientes: autovaloración, participación solidaridad, aventura, experiencias nuevas, cooperación con el grupo, para que sea recreación dirigida, cualquier actividad creativa, tiene que cumplir los siguientes requisitos.

- Requerimiento por parte de organizaciones e instituciones
- Auto gestión de los participantes
- Obligación de participación

¹³Aguilar C y Incarbone O, Recreación y animación de la teoría a la práctica, pág. 57

- Socialización y participación creciente
- Desarrollo de hábitos positivos
- No deben existir contenidos de rendimiento

La recreación dirigida debe cumplir las condiciones de “volver a crear”, “recrear”, divirtiéndose mediante la pertenencia y la participación de grupo.

La recreación dirigida es una forma de la educación de tiempo libre y esto supone una determinada organización, estructura, métodos operativos específicos y objetivos de costo y beneficio.

- Actividades extra escolares.
- Talleres en colonias.
- Programas de recreación.
- Deporte de aventura.
- Turismo ecológico.

2.4.3 Educativa

Su razón de ser es de generar las condiciones para la comprensión de la libertad en la práctica concreta, de modo de que convierta en la educación en y del tiempo libre.

Esta visión de la recreación es la menos conocida y desarrollada y esto es así por varios motivos. Uno de ellos es la concepción reciente, (si bien en varios países, se le practica desde hace tres décadas) su escasa difusión y a su planteamiento complejo. Su puesta en práctica en nuestra sociedad, se

da en condiciones desfavorables, ya que priman modelos consumistas y no renovadores del re-creacionismo, así como este nació y se desarrolló alrededor de la educación física y la animación, se hizo a partir de las aportaciones de los sociólogos estudiosos del ocio, la recreación educativa es propiciada por educadores, participantes tanto en el modelo formal (escuela), como el de no formal (colonias vacacionales), es decir la recreación como modelo de formación del hombre, actuando supletoriamente, ante la incapacidad del sistema formal para hacerlo.

2.4.4 Recreacionismo

Es una modalidad que enfatiza la idea de las acciones al aire libre, sean estas organizadas o no, caracteriza a la recreación con un conjunto de actividades que tienen como sentido, el uso constructivo y positivo del tiempo libre.

Centra su análisis en los espacios y medios, instalaciones, técnicas de trabajo, instrumentos y materiales.

Su fin en general el uso del tiempo liberado de obligaciones en forma placentera y saludable, su actividad más representativa y casi exclusiva es el juego.

El recreacionismo suele considerarse a la recreación como una sumatoria de actividades que tiene lugar al fin de cada día, de cada semana o de las vacaciones, tales acciones tendrían como único fin el divertirse, en tanto la

recreacionismo se constituye en una forma de compensación del cansancio y el aburrimiento producido por las tareas cotidianas.

2.4.5 La animación socio cultural

La animación socio cultural nace en la década de los 50 en manos de Jofre Dumazedier, inicialmente como una metodología concreta para la educación de adultos, noción que luego se incluiría en la educación permanente o continua. Sus indicadores provienen del campo sociológico, preocupados por la participación social y la educación popular que debiesen proporcionar los conocimientos y actitudes para que el individuo, a través de acciones grupales, no solo comprenda su medio sino que aspire a transformarlo.

2.5 Valores de la recreación

Cuando se habla de los valores de la recreación es inevitable coincidir en que están íntimamente relacionados con el ser humano, sus costumbres, conducta, principios y su cultura en general, esto permite relacionar la recreación con la acción que promueve y genera valores dirigidos a la preservación y la optimización de la calidad de vida de quién la práctica.

Los valores de la recreación se pueden clasificar en:¹⁴

2.5.1 Valores Biogénéticos: que se traducen en conservación, mantenimiento y mejoramiento biológico del cuerpo, que permite equilibrar el sistema endógeno con agentes exógenos.

¹⁴Ramos F. (1997)

2.5.2 Valores Físicos: en el desarrollo armónico del cuerpo humano y todos sus sistemas, produciendo un incremento general y una compensación al esfuerzo rutinario del trabajo y al stress social en función de su salud. Además contribuye a la consolidación del crecimiento y la inclinación hacia ciertas habilidades y destrezas necesarias para el desarrollo del deporte competitivo y la supervivencia social.

2.5.3 Valor Social: es un fenómeno social a través del cual el hombre canaliza sus inquietudes y expectativa comunitarios para subsistir, constituyendo a formar un ciudadano comunicativo e interesado en sus semejantes convirtiéndose en un elemento o agente facilitador de costumbres, culturas, necesidades e intereses en lo personal como en lo comunitario y al fomentar el fortalecimiento del espíritu de la confraternidad y de la comunicación, y a través del turismo presenta como una alternativa comunicacional entre las comunidades.

2.5.4 Valores Psicológicos: la participación en actividades recreativas genera satisfacción y entrega; convirtiéndose en un mecanismo de liberación de stress y de energía psíquica así como la liberación catártica al renovar una fuente agotada de presiones sociales por una fuente de energía refrescante. Así mismo la recreación se convierte en una herramienta terapéutica capaz de lograr un equilibrio psíquico del hombre. Propicia alegría, entusiasmo, autorrealización y autoconfianza así como también la oportunidad para despertar inquietudes, enriqueciendo la calidad de vida.

2.5.5 Valor Económico: permite el desarrollo de recursos humanos en términos económicos, representa una fuente de ingreso para la sociedad, tal es el caso del turismo que se proyecta a convertirse, en la primera organización de mayor disponibilidad económica para el desarrollo de una nación; generando nuevas formas de trabajo y alternativas positivas para la sociedad incentivando la creatividad y la continuidad del hombre en el tiempo.

2.5.6 Valor Educativo: se convierte en un laboratorio vivencial de experiencias de aprendizaje ya que el hombre aprende en la medida que se siente satisfecho, pues, las experiencias adquiridas a través de la participación en actividades que generan satisfacción perduran en el tiempo.

2.5.7 Valor espiritual: permite el fortalecimiento del espíritu y de la confianza en sí mismo y se intensifica la comunicación interior, manifestándose de la siguiente manera:

- Búsqueda de identidad social, espiritual y moral
- Fortalecimiento de la Fe. Creencia en un ser supremo
- Crecimiento personal en una vida de armonía y tranquilidad
- Claridad de pensamiento honesto, sincero y desmedido
- Respeto a sí mismo y a los demás
- Admiración por la naturaleza y la importancia de su conservación

2.5.8 Valor Ambiental: preservación del medio ambiente, lo que se traduce en el mantenimiento de nuestra esencia biológica y al mismo tiempo de la especie humana así como también el mantener una limpieza social de

nuestras formas de vida social sin olvidar la preservación del equilibrio ecológico.¹⁵

2.6 Tiempo libre

2.6.1 Definición

El tiempo “verdaderamente libre” está constituido por aquellos momentos (tiempo), de nuestras vidas en los que, después de satisfacer todas nuestras obligaciones laborales o estudiantiles, así como las necesidades básicas, sociales y civiles principalmente; en este espacio denominado como libre se disponen a realizar la actividad que se elige.

“Es el momento que se tiene para realizar una actividad voluntaria que nos permita actuar bajo nuestra propia libertad e impulsos, según deseos e inclinaciones, después de cumplir con las obligaciones diarias.”¹⁶

2.6.2 Orígenes y contexto social del tiempo libre

La aparición de consumo de masas – primero en los EE.UU, en la década de los 20, y después el resto de los países económicamente avanzados produjo una gran revolución cultural en las sociedades moderna y convirtió al hedonismo que hasta ese entonces había sido patrimonio exclusivo de las clases privilegiadas, en un comportamiento habitual en la vida cotidiana, desde entonces las sociedades desarrolladas se mueven en torno al culto por un tiempo libre dedicado principalmente al placer generado por el consumo.

¹⁵guerrergladys@hotmail.com

¹⁶Ramiro Tamay

Más adelante en la década de los sesenta, se produjeron cambios culturales, tecnológicos e ideológicos muy intensos, que afectaron de manera desigual a las diferentes sociedades, de acuerdo con las circunstancias de sus respectivas economías y ahora estamos ante una nueva era, que supone a su vez una nueva civilización. Se vive solamente en un nuevo siglo, sino sé que ha ingresado en un nuevo milenio, por lo que podrá asumir que se trata de una nueva mutación histórica a la que se le ha denominado provisionalmente posmodernidad.

Esos grandes cambios que ha sufrido la humanidad reconocen su causa más inmediata en las profundas transformaciones tecnológicas y en la era industrial que se inició en Inglaterra, con los increíbles avances técnicos, principalmente en el descubrimiento de la máquina a vapor y luego con las distintas fuentes energéticas que la sustituyeron, de allí surgieron los inventos que ha cimentado la comodidad y el placer de las grandes burguesías del siglo XX, dando lugar al advenimiento de una nueva clase social: el proletariado que protagonizó una nueva lucha social, con la burguesía, cuyo resultado fue la obtención de una más digna consideración laboral y el logro del tiempo de ocio que hasta ese entonces era patrimonio exclusivo de las clases dirigentes.

2.6.3 Nociones socializadas del tiempo libre

Las relaciones entre el tiempo y la libertad son infinitamente variables, sin duda la libertad se ejerce en el tiempo, pero esto también es cierto en relación con la opresión y la esclavitud.

Por eso se han presentado distintas organizaciones del tiempo libre para distinguir así la que responde de verdad a las exigencias que se plantea específicamente la libertad, lo que implica ciertas consideraciones esenciales sobre las nociones de libertad y de tiempo, y quizá sobre todo, sobre las condiciones y posibilidades singulares del individuo para emplear su tiempo libre en el ejercicio de su libertad; porque las relaciones entre el tiempo y la libertad varían para cada cual, según la organización personal de su tiempo, su concepción y práctica individuales de la libertad; más ampliamente.

2.6.4 El ser y el tiempo libre

En todo caso se impone el hecho de que ni siquiera el hombre más libre dispone de todo de su tiempo, que siempre tiene más o menos medido, aunque solo sea por las necesidades vitales y los determinantes que caracterizan la naturaleza misma del tiempo.

¿Qué es entonces organizarse su propio tiempo? Responder a esta cuestión obliga primero a recordar en qué consiste en general el tiempo y observar en qué puede consistir su organización, en efecto toda reflexión sobre la concepción y el empleo del tiempo llamado (libre), pasa necesariamente por esas consideraciones preliminares, porque al no ser más que una noción ideal, el tiempo libre no es un dato concreto a priori cuya gestión corresponda en buena ley a nadie.

2.6.5 Teoría residual del tiempo libre

Como su nombre lo indica, esta se refiere al tiempo residual que queda, luego que una persona desempeñe o cumpla sus funciones y compromisos laborales, escolares, familiares, personales y sociales. Se trata del tiempo en que se puede entregarse a las actividades que haya elegido voluntariamente, como parte de la oferta social, se le designa como el espacio que el hombre dispone para sí mismo y en el cual puede dedicarse a todo aquello que no puede realizar libremente en los demás tiempos, por la obligatoriedad de los mismos

El " tiempo libre" es una sub categoría del "tiempo social", posee dos componentes:

El primero es un factor objetivo para poderlo interpretar, dado por el tiempo en sí, es decir que existe la posibilidad de medirlo de manera precisa ya sea en segundos, minutos, horas días, semanas, meses, años, lustros, décadas, siglos inclusive se puede llegar a la precisión de mil millonésimas de segundo. Esta característica permite su empleo y concepción sin ninguna problemática.

El segundo componente es un factor subjetivo dado por el tiempo libre (de libertad), que encierra connotaciones, valores y significados distintos según la sociedad que la designe he interprete. La libertad es compleja de definir pues cada sociedad y los individuos que la integran tienen posturas distintas ante ella, según sus escalas y valores personales y colectivos, así como la ideología e idiosincrasia. Esto como es de suponer, impide la medición o

calificación de la libertad, lo que le da su carácter subjetivo pues no es posible medir si un individuo ejerce, por ejemplo las tres cuartas partes de la libertad o una comunidad emplea el 78 % de ella o bien si una persona es capaz de decidir sobre las vacaciones que desea tomar solo si emplea el 81.5 % de su libertad.

2.6.6 Teoría funcionalista del tiempo libre

Sin duda alguna esta teoría es más extendida, aceptada incluso considerada como “clásica”, por muchos autores, además de ser la que comúnmente se utiliza cuando se quiere dar una definición sobre el tiempo libre (entendiendo a este como sinónimo de ocio), aunque si bien en términos generales describe el fenómeno, razón por la cual posee el valor operativo del que goza, tiene algunos elementos claros y hasta criticables. Por ello su propio autor Joffre Dumazedier, en tratados posteriores ha pedido a sus lectores que olviden algunos elementos que se describen más adelante.

A esta teoría se le conoce con el nombre de funcionalista o la de las 3D, nombre con el cual puntualizo tres funciones sencillas, Descanso, Diversión y Desarrollo.

2.6.7 Tiempo libre y los niños

El tiempo libre, que es algo ajeno al niño, empieza a tomar importancia cuando éste entra en la edad escolar. Al principio no existe una clara diferenciación entre el trabajo obligatorio y el juego, pero a medida que inicia y avanza en la educación, el niño va tomando una clara conciencia de esta diferencia y al mismo tiempo, de lo que significa el tiempo libre. Para Enrich

Weber, «conseguir tal diferenciación en la conciencia y en el comportamiento es una tarea central de la educación en esta etapa escolar». Este autor aboga igualmente porque se inicie, desde la niñez, una educación del tiempo libre que prepare para la vida futura, teniendo en cuenta que esta educación no debe convertirse en una mera ayuda para acomodarse a las circunstancias dadas, «sino como una solución -regida por normas- de los problemas planteados por sus circunstancias»¹⁷

El tiempo libre de los niños es aquel que queda después de sus obligaciones escolares y familiares. El que se llena genuinamente, por ellos mismos, con actividades libres y espontáneas que no son otra cosa que juegos, la actividad más natural del niño. Desgraciadamente los niños de la ciudad - disfrutan de escaso tiempo libre y normalmente, este se suele «malgastar» delante del televisor.

Sin embargo, es a través del juego donde el niño toma contacto con el mundo exterior y, sobre todo, adquiere la experiencia necesaria para enfrentarse a los demás y a las cosas. Es bastante usual que los padres tiendan a organizar el tiempo libre de sus hijos, y no se comprende por qué muchas veces se desinteresan ante determinados juguetes o no los usan para jugar. Pero, como dice Domingo Volpi, el problema es de otra índole. Se trata de «saber ofrecer a cada uno (con discreción, sin presiones, sin imposiciones) el modo y los medios para ocupar inteligentemente el propio

¹⁷ Weber E. pág. 85-66 Educación para el ocio (actividades escolares de Manuel Cuenca)

tiempo libre, no sustituyéndolos en su elección, sino ayudando y favoreciendo, sus inclinaciones y sus gustos»¹⁸

2.6.8 Tiempo libre con sentido

Más allá del significado general perceptivo que identifica la palabra «sentido»

Con la facultad de los órganos sensitivos, el término «sentido» se suele emplear dentro de contextos tales como «tener sentido para algo» o «el sentido de algo». En estos casos, además de sensibilidad, las expresiones hacen referencia a salud mental, a plena conciencia de la persona. Dice E. Spranger que «tiene sentido aquello que está integrado, como miembro constitutivo, en un todo de valor»¹⁹

Y E. Weber puntualiza, refiriéndose al tiempo libre: Un comportamiento de tiempo libre tiene sentido cuando realiza valores: valores útiles, que contribuyen constitutivamente a lograr valores en sí mismos, y que son legitimados por éstos, o directamente valores de sentido, que son válidos por sí mismos²⁰

Con relación a estos puntos el autor señala una serie de consideraciones. La primera de ellas es una concienciación de la gente sobre su tiempo libre. No es indiferente hacer una cosa u otra, el tiempo libre se puede pasar con sentido o sin él. Interesa tomar conciencia de que lo importante del deporte no son los records, que un viaje no es mejor por una mayor distancia, ni una

¹⁸Volpi D. pág-38

¹⁹Weber E. pág-194

²⁰ Educación para el ocio pág.- 195 Manuel Cuenca

colección es más importante por el número de objetos caros que incluya, ni un espectáculo es mejor por el número de espectadores. Mientras no se concientice de la importancia de la alegría, del gozo interior, del placer de la contemplación, del gusto de lo sencillo y de tantas cosas similares, muchas veces tan lejanas a su valor monetario; mientras no nos concienciamos de todo ello, será difícil que comprendamos y hagamos comprender lo que es el tiempo libre con sentido.

Los precios que haya que pagar por los bienes, servicios y ofertas de diversión no deben ser considerados como la única escala de valores. Y, sobre todo, debería imponerse la idea de que tal escala de valores es incapaz de captar los valores humanos decisivos que deben ser hallados en el ámbito de lo espiritual.²¹

Este, precisamente, va a ser uno de los objetivos prioritarios de la pedagogía del tiempo libre: arrancar de los niños la posible mentalidad económica y materialista, propia del mundo moderno, y devolverlos a una actitud más espiritual, en la cual sean capaces de gozar de los juegos y de las aficiones auténticas lejos de la competitividad y de las consideraciones económicas en que nos debemos mover diariamente.

Por el contrario, una vida que no conoce ningún sentido es una vida vacía incapaz para el ocio y llena de aburrimiento. Recogiendo un pensamiento de Pascal: «Nada es más insoportable para el hombre que la inactividad total,

²¹Weber E. pág-199

que vivir sin pasiones, sin negocios, sin distracciones, sin una tarea. Entonces experimenta su nada, su abandono, su incapacidad, su dependencia, su impotencia, su vacío. Inmediatamente surgirán del fondo de su alma el aburrimiento y las tinieblas, la tristeza, el disgusto, el hastío, la desesperación»²².

Con relación al aburrimiento, se suele distinguir entre el aburrimiento objetivo y subjetivo. El primero muestra la insatisfacción ante una vivencia actual y es, por tanto, algo superficial y pasajero. Frente a él, el aburrimiento como estado de ánimo profundo revela la existencia de una crisis de valores y existencial: «Cuando se está convencido de la absurdidad de la existencia, el aburrimiento se convierte en el temple fundamental de la vida humana»²³

De ahí que, una adecuada pedagogía del tiempo libre, no se pueda entender si no se parte del mismo sujeto, de una individualización máxima. El tiempo libre puede y debe actuar como compensación y equilibrio frente a las insuficiencias, fracasos y debilidades a que estamos sometidos en la vida ordinaria. Y esta función compensadora ha de buscarse de un modo positivo, haciendo que el sujeto se sienta feliz practicando aquello que realmente le gusta. La educación para el tiempo libre creará situaciones donde sea posible tanto la acción como la contemplación. Situaciones que posibilitan la autodeterminación y el auto-desarrollo, para que las cosas tengan «su sentido» y el educando ejercite su mundo de valores y su libertad.

²² Pascal pensamientos pág.- 131

²³ Weber E. pág.- 207

2.6.9 Pedagogía del tiempo libre

¿Es necesaria y posible una pedagogía del tiempo libre? Erich Weber invierte esta pregunta formulándola de la siguiente forma: « ¿Necesita ser educada la persona humana también en la esfera del tiempo libre?»²⁴

La respuesta afirmativa viene dada, en primer lugar, por la necesidad general de educación por parte del hombre y, consiguientemente, por la necesidad de una educación especial en lo que se refiere a la vida de tiempo libre.

Como dice Pierre Laine, el ocio tiene que ser personalizante, es decir, que permita el ejercicio de la libertad y la realización del propio pensamiento. Según este autor «en cada “individuo” dormita una persona que se diferencia de las demás por su expresión original, sus creaciones, actitudes propias, su aptitud para situarse ante la sociedad de su tiempo, es decir, que el ocio personalizante es de hecho el camino del desarrollo cultural»²⁵

Partiendo de la necesidad de una educación personal, vale la pena recordar aquí las tres notas que García Hoz señala en el concepto de persona: singularidad, autonomía y apertura. ¿No es cierto que cualquiera de ellas adquiera un mayor sentido cuando se habla de tiempo libre o de reacción del ocio? Por la singularidad el ser humano se muestra original, creativo, distinto a los otros. ¿Favorecen la mayoría de los trabajos actuales esta faceta, o deberán pensar en la compensación del tiempo libre? Por la autonomía del

²⁴ Weber E. pág.- 257

²⁵Laine P. y Bilbao 1970 pág. 80-81

ser racional se siente seguro de sus obras, sujeto de sus actos y capaz de gobernarse a sí mismo. ¿No es precisamente este concepto de libertad el que he venido defendiendo desde el principio como parte esencial del mismo ocio?

A través de la apertura el ser humano se abre a los otros (familia, amigos, sociedad) y se comunica y convive con ellos. ¿No es a través del tiempo libre donde se busca la comunicación y la convivencia de una manera más natural y espontánea?

De modo que si la educación es algo necesario para que el ser natural se vaya convirtiendo en ser cultural, desarrollándose plenamente como persona, parece que no se podrá perder de vista un fenómeno que, como ocurre con el ocio y el tiempo libre, es algo tan actual y tan comprometido a la vez.

Ahora bien, partiendo de la necesidad de una educación para el tiempo libre, y antes de hablar de su posibilidad, interesa recordar alguna de las dificultades que inciden en esta tarea. Una de las primeras y más importante es el dirigismo, término que se opone al ambiente de libertad que se ha hecho notar desde el principio como algo esencialmente importante. A veces el tiempo libre se convierte en una esfera que se teme entregar al individuo mismo porque, se piensa, no va a saber qué hacer o no hará nada razonable. Otras veces se teme que caiga en peligros que cambien su comportamiento... A todo esto se une la manipulación cada vez mayor que la

sociedad está haciendo del tiempo libre, el hacer algo por sí mismo está dejando pasó al dejarse hacer.

Suele ocurrir también que, en ocasiones, se confunde el simple asesoramiento (necesario en multitud de casos) con la imposición.

Frente a esta postura, la pedagogía del tiempo libre ha de saber crear un ambiente de libertad e independencia, siempre de acuerdo con la edad del educando.

Decía Jean Paul que el maestro no debe regular y ordenar los juegos que vienen después del trabajo, y E. Weber observa, al respecto, que «un exceso de dirigismo pedagógico ocasiona la falta de independencia y la indefensión, la pérdida de la espontaneidad y originalidad, impide la originalidad y la autonomía»²⁶

Otra dificultad, que también puede considerarse como actitud equivocada, es el utilitarismo. Según una concepción utilitarista, uno puede pensar que las actividades del tiempo libre han de ser algo práctico y aprovechable desde algún punto de vista. La función de la pedagogía, en este caso, será desarrollar una mentalidad más abierta.

Hacer ver la importancia de lo lúdico, la plenitud de lo artístico, la vivencia de lo bello y, en definitiva, la felicidad que puede sentir el hombre ante un bienestar desinteresado.

²⁶Weber E. pág.-272

Muy relacionado con este utilitarismo, aunque en una vertiente más de «aprovechar el tiempo», puede estar la excesiva planificación y organización del tiempo libre. Este exceso va muy a tono con las actuales industrias y organizaciones del tiempo libre o, sin ir más lejos, con la ligazón de algunas personas a los programas televisivos. Es evidente que un tiempo libre, así planteado, se aleja de la intimidad, de la espontaneidad y de la visión personal, y que la pedagogía no puede perder de vista estos aspectos.

Junto a estas dificultades existen otras de un carácter más general y social, pero no por ello menos importantes e influyentes. Una de ellas es la progresiva disminución del tiempo libre; ya me he referido antes al escaso tiempo libre que tiene diariamente un niño de la ciudad. Los desplazamientos, las clases especiales y las organizaciones están reduciendo cada vez más la esfera de tiempo privado y espontáneo. Unido a ello, la fabricación de un mayor número de medios técnicos para llenar el tiempo libre hace que el individuo se haga cada vez más dependiente y, al mismo tiempo, más propicio al aburrimiento.

Ante todo esto, la pedagogía del tiempo libre debe actuar dando a conocer estas amenazas y desarrollando en el individuo un auto control crítico, que le ayude a evitarlas y superarlas. La falta de la tutela necesaria y de cuidados pedagógicos puede ser peligrosa. Porque, dice Weber: «La autonomía de la vida de tiempo libre no es una realidad dada desde el comienzo, que únicamente hubiera que asegurar, sino una tarea que hay que llevar a cabo con la ayuda de la pedagogía del tiempo libre. Para

emplear de un modo autónomo y racional el tiempo libre, el individuo debe hacerse adulto bajo el influjo de la educación de ese tiempo» y, añade más adelante, «lo que da sentido al tiempo libre es algo que no se puede organizar, disponer, ni dirigir, pero tampoco es algo que venga dado de antemano, y no aparece automáticamente si no se cultiva. Entre ambos extremos del influjo riguroso y heterónimo y de la ausencia de toda ayuda, la pedagogía del tiempo libre deberá encontrar siempre el camino recto, deberá buscar un equilibrio razonable, que no encontrará sin conflictos»²⁷

Siguiendo el estudio de Weber .las formas pedagógicas legítimas más importantes para influir sobre el tiempo libre son las siguientes:

- a) Actuar como estímulo: despertando intereses, dando ánimo, ofreciendo posibilidades, motivando las distintas formas.
- b) Iniciar e introducir en distintos tipos de actividades de tiempo libre: mediante lecciones introductorias, cursos, aprendizajes de comportamientos, entre otras.
- c) Facilitar, decir y hacer accesibles los lugares y presupuestos necesarios para la práctica de determinadas actividades: bibliotecas, talleres, lugares para espectáculos, juegos o deportes, entre otras.
- d) Proporcionar cualquier información sobre reglas de juego, modelos de trabajos prácticos, impedimentos, indicaciones bibliográficas o ayudas de cualquier género.

²⁷ Cuenca M. educación para el ocio pág.- 281-282

e) Proteger y preservar de los peligros y amenazas la vida del tiempo libre, aclarando, dictando medidas de protección, dialogando y buscando la participación de todos.

f) Transformar y mejorar las circunstancias que puedan suscitar ciertos reparos pedagógicos. Esto no se intentará solamente con la condena y la prohibición, sino razonando los peligros y ofreciendo a cambio otras opciones positivas que sustituyan a los anteriores.

Las instituciones educativas clásicas, familia y escuela, no perderán de vista estos puntos porque, como se ha visto, es de una gran importancia que el niño logre transformar su tiempo libre en tiempo ocioso, en el primitivo sentido de la palabra. Una didáctica del ocio idónea exigirá unos objetivos, actividades y métodos adecuados; y junto a ellos, un horario que tenga la suficiente flexibilidad como para que el niño se encuentre en un ambiente relajado y de libertad.

Familia y escuela, si quieren formar al niño para su vida futura, deberán educarlo también para que sepa emplear con sentido su tiempo libre. Son muchos los pedagogos que piden que se introduzca este tema como una asignatura más. En ella se vería la teoría más esencial, unida a una ejercitación práctica y voluntaria sobre distintos tipos de hobby y actividades propias del ocio.

2.6.10 Contenidos del tiempo libre²⁸

a. Área físico deportiva

En esta se incluyen los deportes individuales, de conjunto, con o sin pelota, entre otras.

- Ciclismo
- Fútbol
- Béisbol
- Básquetbol
- Voleibol
- Aeróbica
- Tenis
- Levantamiento de pesas
- Golf
- Gimnasia
- Triatlón
- Pentatlón

b. Área al aire libre

Ha tenido un desarrollo exponencial durante los últimos años y se les reconoce como deportes o actividades de alto riesgo, adrenalina, de aventura, entre otras.

- Carreras de orientación
- Rapell
- Escalada en roca
- Espeleología
- Campismo

²⁸ Oscar Ircarbone

- Excursionismo
- Senderismo
- Ciclismo de montaña
- Carreras a campo traviesa
- Jardinería
- Ala delta
- Barranquismo
- Globo aerostático

c. Área acuática

Se les reconoce como deportes o actividades de alto riesgo, adrenalina, de aventura, entre otras.

- Descenso en ríos
- Natación
- Espeleo-buceo
- Buceo
- Polo acuático
- Ecuarobis
- Motonáutica
- Vela
- Remo
- Canotaje
- Ski acuático
- Nado sincronizado
- Surfing
- Clavados

d. Área lúdica

Es comúnmente confundida con la recreación pero no es así. Tanto la recreación como el juego manejan su propia especificidad.

-Competencia

-Azar

-Vértigo

-Prehispánicos

-Grandes

-Ludotecas

-Acuáticos

-Iniciación deportiva

-Mesa

Intelectuales

e. Área artísticas

Se refiere a las habilidades manuales y artísticas.

-Escultura en metal

-Escritura en madera

-Escultura en piedra

-Pintura de acuarela

-Pintura al óleo

-Peletería

-Joyería

-Pintado de cerámica

-Modelaje

-Globoflexia

-Papiroflexia

-Talavera

-Tejido en telares

-Pirograbado

- Repujado
- Emplomado

f. Área conmemorativa

Se refiere a las habilidades para la participación y el disfrute.

- Música
- Drama
- Danza clásica
- Jazz
- Comedia
- Pantomima
- Teatro experimental
- Teatro clásico
- Teatro infantil
- Canto
- Opera
- Música popular
- Marionetas

g. Área social

La organización y animación de los diferentes eventos culturales.

- Carnavales
- Rodeos
- Fiestas de herencias étnicas.
- Mascaradas
- Parrillada

- Mayordomía
- Pastorales
- Posadas
- Bistecisas
- Día del trabajo

h. Área literaria

Se refiere a la oportunidad de crear, apreciar y convivir en ambientes y eventos que permitirán ampliar nuestra cultura.

- Club de literatura
- Taller de narración
- Taller de composición
- Rompecabezas
- Radio clubes
- Acertijos
- Juegos mentales

i. Área de entretenimientos y aficiones

Se refiere principalmente a los pasatiempos escolares y actualmente la tercera edad hoy genera espacios sobre esta área.

Colecciones de:

- Timbres
- Postales
- Monedas
- Billetes
- Llaves
- Postales
- Aeromodelismo
- Modalismo

j. Área técnica

Las actividades que fomentan o desarrollan todo tipo de nuevas habilidades o actividades.

- Electricidad
- Electrónica
- Plomería
- Albañilería
- Mecánica
- Jardinería
- Carpintería
- Repostería
- Alta cocina

k. Área comunitaria

Los esfuerzos comunitarios para mejorar sus condiciones de vida.

- Jornadas deportivas
- Campañas de vacunación
- Talleres sobre prejubilación
- Talleres ecológicos

Área de mantenimiento de salud

Mantener la salud desde el punto de vista físico

- Jornadas de salud
- Programas de nutrición
- Asesoría para acondicionamiento físico
- Campañas de activación física

2.7 Ocio

2.7.1 Definición

Es un conjunto de ocupaciones a las cuales el individuo puede entregarse libremente, ya sea para descansar para divertirse o para desarrollar su formación o información desinteresada, su participación social voluntaria o su libre capacidad creadora, después de haber cumplido con sus obligaciones profesionales, familiares o sociales.²⁹

“Es una experiencia compleja del ser humano de forma libre y espontánea de acciones voluntarias para su desarrollo”³⁰

2.7.2 Bases históricas de la idea del ocio

El ocio, esta palabra que el sociólogo, trata de elevar al rango de concepto científico, que lleva a un universo complejo de significados en el que se mezclan las interpretaciones de la moral, religión, filosofía y de un sentido común. Nuestra cultura está sumergida en un sistema de pensamiento que ha hecho del ocio la condición de la felicidad y de la libertad. La sociología está impregnada de estas referencias culturales.

A pesar de las clarificaciones conceptuales de que ha sido objeto, la palabra ocio sigue cargada con un pesado coeficiente subjetivo y fronteras indecisas separan la representación Ideológica del OCIO y la aprehensión científica de los fenómenos que envuelve.

²⁹ Joffre Dumazeddier
³⁰ Ramiro Tamay

Las concepciones actuales están impregnadas de las ideologías formadas en un pasado lejano y llegadas hasta nosotros después de innumerables controversias. La sociología del ocio hereda un concepto fuertemente marcado por el pensamiento greco-latino y judío - cristiano. La idea se ha enriquecido en épocas consideradas como grandes períodos de formación del humanismo: Helenismo, Bajo Imperio romano, Renacimiento italiano, Siglo de las Luces, Ascensión del socialismo. El despertar de la idea del ocio a que asistimos en las sociedades industriales no deja de estar en relación con estos momentos de la historia de la civilización.

El ocio es el tipo mismo del concepto genético que debería ser considerado en su devenir, la historia del ocio va íntimamente ligada a la de las ideas morales y políticas.

Estas ideas preocupan a la sociología. En su esfuerzo para comprender los problemas actuales, el sociólogo se encuentra con unos sistemas de interpretación elaborados, cristalizados, incluso constituidos en teoría. Inconsciente o conscientemente, toma prestado u opera selecciones en las filosofías del pasado y se inspira en ellas para tratar de explicar la realidad contemporánea. Estos sistemas de interpretación, que no derivan de una observación concreta de los hechos, operan como racionalizaciones en el seno del discurso sociológico.

Muchos autores contemporáneos simplifican la cuestión cuando oponen los elementos de una nueva: ideología del ocio, de la que descubren caracteres

en nuestra cultura, a la ideología puritana del siglo XIX. Cuando se examina atentamente el estado de la cuestión, se da uno cuenta de que los propósitos actuales sobre el ocio están hechos de elementos diversos, fijados prestados de la literatura y la filosofía; y de que estos elementos están extraídos de textos antiguos, que van a servir muy bien de argumentos a unos objetivos propios de nuestra época.

El modelo de la ciudad griega ejerce todavía un poderoso atractivo sobre los sociólogos en el umbral de la era de los ocios. La ciudad romana, auténtica civilización del ocio dos mil años antes de Cristo, se refleja en los sueños que algunos proyectan hacia los horizontes del año 2000.

Se asiste a una explotación de temas ideológicos formulados en el interior de sistemas morales o filosóficos anteriores y que tenían, en sus contextos históricos y sociales, un sentido concreto. Por ejemplo, un autor como De Grazia, al que se debe una de las más voluminosas obras americanas sobre la sociología del ocio, en la sociedad americana llegada a un estadio de consumo de masa, aboga por un ocio de élite, inspirado en el modelo de la Grecia antigua.³¹

En una obra que expone el estado de las primeras reflexiones de la comisión del año, 2000 instituida en el marco de la Academia de Ciencias de los Estados Unidos, vemos igualmente propuesta una tipología de los

³¹ Anthony J. Wiener y Herman Kahn 2000 pág.-434

comportamientos del americano futuro por analogía con los de los romanos del Bajo Imperio.

Y también, en el folleto «Plan et Prospectives» que publica los trabajos de las comisiones de la Comisaría del Plan, nos enteramos de que el inter grupo «ocio» toma en cuenta la definición de la primera edición del Dictionnaire del Académie Francaise, publicado en 1964.

A decir verdad, los textos antiguos no son exhumados por casualidad. Este regreso a fuentes sumergidas en las primeras edades de nuestra cultura aporta un simulacro de verosimilitud a la imagen del ocio en la que nuestra época se complace.

Para trasladar el concepto de OCIO, el sociólogo tiene la necesidad de apoyarse en un análisis de tipo histórico, lingüístico y sociológico. Este no ha sido hecho, con la excepción de unos pocos estudios. No obstante, el sociólogo debe tomar conciencia de que sus ideas sobre el ocio se relacionan de una, determinada manera con las concepciones ideológicas del pasado. En la siguiente opinión, la línea de decisión entre conocimiento científico y representación ideológica pasa por el examen crítico de estas concepciones

En el lenguaje sociológico, la palabra ocio es utilizada a niveles de inteligibilidad diferentes, A veces la noción hace referencia a la etimología, a veces a la noción filosófica con sus diferentes connotaciones, a veces el ocio es presentado como categoría científica y operatoria que permite

comprender los hechos sociales que se realizan en la esfera del no trabajo, aunque este concepto sea de los más imprecisos, Así, para el sociólogo, la palabra ocio envuelve un conjunto de hechos económicos, sociales y culturales, subjetivos y objetivos a la vez.

En su sentido más general, se refiere al conjunto de las actividades institucionalizadas o en vías de institucionalización, que se instauran en el tiempo libre; éste, está delimitado a partir del tiempo de trabajo, es decir, definido como valor económico.

2.7.3 Sentido derivado de la etimología

La palabra francesa *loisir* (equivalente al castellano «ocio»). Su origen etimológico no es nada claro, Aparecido, según *Robert*, en la lengua francesa en el siglo XIII, el término *loisir* era en su origen el infinitivo del verbo «*loisir*», que saca su raíz del latino *licere*, usado hoy en día únicamente bajo la norma. «*ilestloisible*», sentido similar al de la locución latina *licet*: «está permitido».

La palabra *loisir* extraída de *licere* contiene pues una idea de permiso, lo que deja suponer, en un segundo plano, una autoridad. De donde procede el sentido latente que expresa la idea de ocio y que tiende; a superponerse al sentido literal: ausencia o relajamiento de las diferentes formas de restricciones o de dependencias, ausencia de reglas, de obligaciones, de represión, de censura.

Así, en el lenguaje del sentido común, las expresiones derivadas del sentido etimológico «avoir le loisirde. ..», «faire a loisir», significan aproximadamente «tener o tomarse el tiempo para hacer», al que se añade una coloración afectiva «tener tiempo para hacer algo que guste».

Tomado en este sentido, el ocio evoca la ausencia de obligación temporal, indica una cualidad subjetiva de la acción y del tiempo, no el tiempo ni la acción misma. Por ejemplo, la expresión «je travaille a loisir» no es contradictorio. Se cree que la palabra, que originariamente expresa una cualidad subjetiva, por extensión del sentido literal tiende a tomar un sentido objetivo, y se refiere tanto al tiempo, aun marco vacío, aun tiempo vacío, al tiempo libre, o a las actividades que lo llenan. Ahora bien, los dos sentidos, objetivo y subjetivo, son tomados a menudo uno por otro y 'esta anfibología del vocabulario es fuente de confusión. Pues la ausencia de obligación temporal es una experiencia temporal, singular y subjetiva.

Pero esta experiencia: «hacer algo en nuestro tiempo» no nos introduce milagrosamente en la conciencia del fenómeno social que el término «loisir» designa en la lengua sociológica. Dicho de otra manera, el recurso a la etimología no puede permitirnos definir las realidades sociales objetivas que la palabra loisir recubre en las ciencias sociales.

No obstante, en los textos pretendidamente científicos, hay a menudo referencias al origen etimológico de la palabra para afirmar que el ocio es libertad, autonomía, liberación, tiempo libre, entre otros.

2.7.4 Percepción y funciones del ocio

Las funciones del ocio

Joffre Dumazedier, partiendo de una encuesta realizada en Francia, considera que son tres las funciones esenciales del ocio: descanso, diversión y desarrollo.³²

Como puede apreciarse, estas funciones guardan una relación directa con las cualidades apuntada anteriormente por J. Pieper, si bien desde una perspectiva diferente.

Según Dumazedier, el ocio sirve de descanso y libera de la fatiga y el desgaste tanto físico como nervioso. Esta recuperación de equilibrio natural es más necesaria para las personas que llevan una vida cotidiana con mayor tensión. Esta necesidad parece más imperiosa en el caso de los ejecutivos y dirigentes. Las investigaciones sobre la relación entre ritmo de trabajo y ocio requieren, cada vez más, una mayor colaboración de médicos, sociólogos y psicólogos.

La actitud festiva implícita en el ocio está unida a su segunda función: la diversión. La diversión libera del aburrimiento y ofrece unos cauces de ruptura con el mundo cotidiano, lleno de normas y privaciones. Su efecto compensador se produce en el encuentro con una vida diferente a la de cada día, encuentro que, generalmente, va unido a un cambio de lugar y de ritmo.

³²J. Dumazedier pág.- 28-30 educación para el ocio

Finalmente, el ocio como desarrollo de la personalidad guarda una cierta relación con el mencionado respecto a la expresión personal, aunque quizá hay que entenderlo en una dimensión más amplia. La liberación de los automatismos de la vida diaria permite situar al individuo en una actitud más activa, a la vez que participativa y desinteresada. En el momento actual, los medios de información (prensa, radio, cine...) permiten una mayor participación social y cultural. Todos ellos sitúan ante unas nuevas formas de aprendizaje que, al ser completamente voluntarias, tienen enorme interés para el desarrollo de la personalidad. Pero no se puede olvidar que, como decía Juan Ramón Jiménez, el ideal humano debe conjugar al hombre «culturado» con el hombre «cultivado» interiormente, a través de su propio esfuerzo. Cultura y «cultivo»

Vinculadas, de manera que se suceden, coexisten o son simultáneas en cada situación de ocio. Partiendo de ellas, formula la siguiente definición de ocio: «El ocio es un conjunto de ocupaciones a las que el individuo puede dedicarse voluntariamente, sea para descansar o para divertirse, o para desarrollar su información o su formación desinteresada, su voluntad de participación social o su libre capacidad creadora, cuando se ha liberado de sus obligaciones profesionales, familiares y sociales».

El nuevo ritmo de la vida moderna hace que estas tres funciones del ocio se hayan integrado totalmente a la vida familiar. El hogar se ve actualmente como lugar de reposo y de calma, en contraste con la actividad propia del

trabajo. Eso es lo que nos hace buscar las condiciones óptimas de aire, sol, vistas, zonas verdes o aislamientos.

Pero unida a esta faceta, se pretende que la casa familiar satisfaga el ansia de diversión de sus moradores. Además de las tradicionales fiestas familiares, como Navidad, santos o cumpleaños, el ajuar moderno ha introducido una serie de aparatos destinados a la distracción. De entre ellos, parece que el de mayor importancia, desde un punto de vista sociológico, es la televisión. Gran número de familias organiza su horario en función de este aparato.

La televisión, radio, prensa y, en muchas ocasiones, las tareas escolares de los hijos llenan la mayor parte posible del ocio de la vida diaria. La familia tiene la oportunidad diaria de descansar, divertirse y desarrollarse (desde un punto de vista informativo-formativo), y ante este nuevo panorama no cabe duda de que el ocio y su tratamiento tiene que verse como algo importante dentro de la convivencia, la educación y la escala de valores de la familia moderna.

2.7.5 El ocio desde una visión humanista

Es evidente que el ocio no debe ser identificado como el tiempo en si mismo no define a la acción humana, la identificación que se produjo entre ocio y tiempo libre, a raíz de los estudios especialmente sociológicos, llevados a cabo entre los años 50 y 80 dificultó la comprensión del ocio al separarlo de la percepción psicológica. No es suficiente con el tiempo libre para tener

una experiencia de ocio, el tiempo es una coordenada vital en cualquier acto humano, la importancia del término “tiempo libre”, está en la palabra “libre”, que implica un ejercicio humano de identidad, autor reconocimiento y voluntad, desde planteamientos psicológicos, el ocio ha sido definido como “libertad de elección”

2.7.6 Nuevas concepciones del ocio

La reflexión sobre el ocio humanista se sitúa en las nuevas concepciones de la década del 90, como punto de referencia, dos declaraciones realizadas por la WLRA, (World Leisure and Recreation Association), la carta sobre Educación del ocio y declaración de Sao Paulo de 1998. En ambos casos el ocio se define como un derecho humano, área específica de la experiencia, ámbito de libertad con una serie de beneficios propios recurso de desarrollo personal y social, fuente de salud y bienestar.

En esta manera de entender el ocio no ha sido habitual en la bibliografía escrita en castellano, si el ocio no es el tiempo libre como muchas veces se lo ha dicho, ni tampoco una actividad como a menudo lo han identificado, sino más bien un modo de ser y percibir un derecho o si se quiere un ámbito de experiencia humana.

El ocio se refiere a un área específica de la experiencia humana, con sus beneficios propios entre ellos la libertad de elección, creatividad y satisfacción, disfrute y placer y una mayor felicidad. Comprende formas de expresión o actividad amplia cuyos elementos son frecuentemente tanto de naturaleza física como la intelectual, social, artística o espiritual.

El ocio es un recurso importante para el desarrollo personal, social y económico y es un aspecto importante de calidad de vida. El ocio es también una industria cultural que crea empleo, bienes y servicios, los factores políticos, económicos sociales, culturales y medioambientales puede aumentar o dificultar el ocio.

2.7.7 Educación para el ocio

La vida es una experiencia formidable de la que no siempre se sabe extraer toda su riqueza.

Una de las características esenciales del ser humano es su vertiente proyectiva, es decir, la capacidad de hacer proyectos. Y no sólo eso sino esencialmente, la capacidad de hacer un proyecto de su propia vida.

No resulta fácil organizar nuestra vida.

En esta sucinta presentación convendría diferenciar ocio y tiempo libre. Se entiende por tiempo libre el tiempo disponible, es decir, el que no utilizamos para trabajar, comer o dormir. El tiempo libre tiene una capacidad virtual, es tiempo a nuestra disposición que podemos utilizar adecuadamente o malgastar.

Cuando se utiliza el tiempo libre de forma creativa, desarrollando capacidades, favoreciendo el equilibrio personal y enriqueciendo nuestra experiencia, estamos llenando de contenido nuestra vida y dando al ocio una dimensión de enriquecimiento personal, POR TANTO, EL OCIO VENDRÍA A SER ALGO ASÍ COMO EL TIEMPO LIBRE QUE UTILIZAMOS PARA HACER LO QUE NOS GUSTA Y PARA EL CRECIMIENTO PERSONAL.

El concepto de ocio es equívoco. El término alude a alguien pasivo e, incluso etimológicamente, ocio es la negación del ocio o lo que es lo mismo «no-ocio».

Es necesario recordar que CULTURA no es sólo lo que el hombre sabe, sino lo que el hombre hace. Toda Cultura es una suma de símbolos, creencias, costumbres, actividades y rituales compartidos por una comunidad.

Es importante el reconocimiento del derecho al trabajo, pero no lo es menos el derecho al ocio.

Quizás uno de los mayores inconvenientes de esta sociedad deshumanizada es el de haber convertido el ocio en consumo y el no saber encauzar perspectivas creativas de ocio que favorezcan el desarrollo de la personalidad.

Erich Frömm distinguió con brillantez, en su obra póstuma Tener y ser, cómo el acumular, paradójicamente, empobrece y cómo el ser y el tener son conceptos antagónicos.

La Escuela tiene una función socializadora y formativa, ha de impartir conocimientos y desarrollar capacidades e inquietudes, pero probablemente, una de las causas de que la Escuela no cumpla adecuadamente su cometido es el que haya renunciado a educar para el ocio. Es incuestionable que los niños/as necesitan aprender Lenguaje, Matemáticas, Historia, y también técnicas intelectuales y hábitos de trabajo, pero eso no es suficiente.

La Escuela tiene que ocuparse por desarrollar capacidades y actitudes que favorezcan la autonomía personal y que posibiliten el desarrollo de inquietudes y aptitudes que faculten a los niños/as para elaborar proyectos vitales y para entusiasmarse descubriendo nuevos mundos que den sentido a sus vidas. La propia Constitución (artículo 43) obliga a los poderes públicos a fomentar la Educación Física y el Deporte y a facilitar la adecuada utilización del ocio.

Existe una dimensión estrictamente individual del ocio, que no es en absoluto desdeñable, pero el ocio vivido como un proyecto de realización personal invita a la comunicación y a la convivencia e, incluso, a un compromiso con ideales de creación y de extensión cultural.

No existe ni una única forma de entender el ocio, ni formas de ocio que puedan jerarquizarse de modo arbitrario. El ocio, vivido de forma creativa, es una búsqueda en la que, a lo largo del camino, cada uno y cada una ha de ir encontrando sus propias metas; por consiguiente, no deben imponerse formas de ocio por decreto, sino facilitar la búsqueda individual y colectiva de los objetivos perseguidos.

2.7.8 Pedagogía del ocio y sus áreas

a) La educación personal del ocio

Considerada como educación del ocio en el período escolar y educación a lo largo de la vida, su objetivo es el perfeccionamiento, mejora y satisfacción de los educandos. Es una educación centrada en la persona, sin perder de

vista que el concepto de la persona se entiende aquí desde su vientre individual y social o comunitario, la educación personal del ocio defiende al desarrollo de una persona libre e independiente, pero también integrada y solidaria con los demás.

La educación debe ocuparse de que las personas sean capaces de obtener las máximas posibilidades y beneficios de sus experiencias del ocio, sean este casual o sustancial. Pero parece evidente que el desarrollo de un ocio sustancial y creativo no es cuestión del azar, sino resultado de la educación personal.

b) La educación comunitaria del ocio

Se refiere a las acciones educativas en las que el objetivo no es cada persona sino a la comunidad, cualquiera que sea escolar, local o regional, etc. Es un tipo de educación social, que sin olvidar la importancia del desarrollo, personal busca el cambio de actitudes y hábitos comunitarios en beneficio de una paulatina implantación del derecho del ocio y el aumento de la calidad de vida de la comunidad, la educación comunitaria del ocio se desarrolló a partir de unos objetivos colectivos debidamente seleccionados, a las que se subordinan una estrategias de conocimiento, concienciación y acciones adecuadas a los cambios buscados.

c) La educación de profesionales del ocio

La educación de profesionales del ocio no sitúa en un área de situación específica, aunque en cada caso hay que considerar cual es el perfil

profesional que se pretende y cuáles son los requisitos y funciones a las cuales deberían responder. Considero que todo profesional del ocio debe conocer los planteamientos generales de la educación personal y comunitaria del ocio, así como la relación de estas respecto a su área de especialización.

En la formación de los profesionales del ocio habría que distinguir entre la preparación específica y la complementaria, en la preparación específica incluyo aquellas carreras y titulaciones marcadas directamente por los ámbitos del ocio, como pudiera ocurrir con las artes, la gestión cultural, el turismo, los medios de comunicación y el deporte.

d) Coordinadas del Ocio

a) Autotélico³³

Son las experiencias del ocio que se realizan de modo satisfactorio, libre y por sí mismas, sin una finalidad utilitaria, es el ocio desinteresado desde un punto de vista económico el que nos proporciona la autorrealización y calidad de vida.

b) Exotélico

Es en donde su práctica como un medio para conseguir otra meta y no como un fin en sí mismo. Es evidente que las actividades de ocio pueden ser un modo de trabajar, negociar, relacionarse con un entorno social, educar, rehabilitarse, mantener la salud.

c) Ausente

³³ Manuel Cuenca Cabeza

La carencia de ocio el sujeto percibe como un mal tiempo sin obligaciones, como un tiempo vacío lleno de aburrimiento, pero el ocio ausente no es un ocio negativo desde un punto de vista social.

d) Nociva

Son experiencias del ocio deficiente, que carecen de uno o varios aspectos esenciales en el ocio autotélico y, por ello tienen una consecuencias negativas, individual o socialmente.

2.8 Habilidad motriz básica

2.8.1 Definición

La habilidad motriz básica es la capacidad, adquirida por aprendizaje, de realizar uno o más patrones motores fundamentales a partir de los cuales el individuo podrá realizar habilidades más complejas.

“el aumento del repertorio de patrones motores en el niño le posibilitará una disminución de la dificultad en el momento en que haya que aprender habilidades más complejas”

2.8.2 Fundamentos de las habilidades motrices básicas

2.8.2.1 Fisiológicas

Antes de abordar lo relacionado con las habilidades motrices deportivas, es indispensable tratar particularmente determinados sustentos desde el punto de vista fisiológico sobre el hábito motor y su formación.

Es conocido que la base fisiológica del dominio de la técnica es la formación del hábito motor, resultante de la repetición del mismo ejercicio hasta formar las conexiones reflejas condicionadas del sistema de los procesos nerviosos

(el estereotipo dinámico) ³⁴ los que estipulan la ejecución de los movimientos exigidos.

¿Qué se entiende por reflejo?

Esto no es más que la respuesta del organismo a estímulos, es decir, en términos fisiológicos no es más que la propagación de una excitación desde un órgano periférico al sistema nervioso central (vía aferente), desde el cual es encaminado por los nervios correspondientes (vía eferente), hacia un órgano externo.

a. Etapas de tránsito en la formación de un hábito motor

Primera etapa: Generalización. En ella se advierte la irradiación de los procesos nerviosos con una generalidad de las reacciones de respuesta y con la incorporación al trabajo de músculos no habituales y la unidad de diversas acciones parciales a un acto único.

Ocurre entonces que el sujeto se apropia de los elementos básicos que componen la técnica del movimiento a través de la conexión entre la visión, la audición y la explicación.

Es decir, como resultado de la irradiación nerviosa a nivel del sistema nervioso central, se excitan no sólo los centros correspondientes a los músculos que deben realizar el movimiento, sino también a los de otros músculos, lo que produce movimientos concomitantes que determinan que las primeras ejecuciones sean inseguras, incorrectas y con una coordinación motora defectuosa.

³⁴según Pavlov -citado por Zimkin-1975

Segunda etapa: Concentración. En esta existe la concentración de la excitación, el mejoramiento de la coordinación, el ajuste de la tensión muscular y un alto grado de estereotipación de los movimientos.

A medida que transcurre el proceso de aprendizaje va mejorando la técnica de ejecución, se hace más fluida. Esto se produce debido a que determinadas zonas o sectores corticales tienen especial influencia para desarrollar la inhibición de los centros nerviosos ajenos al movimiento que se ejecuta, lo cual tiene lugar como reflejo involuntario.

Tercera etapa: Automatización. En ella se observa la estabilización y un alto grado de coordinación y automatización de los movimientos. Por tal motivo después de una gran cantidad de repeticiones los movimientos se empiezan a ejecutar de manera automática.

Es decir, la conciencia no ejerce un control tan cuidadoso, lo que posibilita la facilidad, naturalidad y fluidez de la ejecución.

b. Etapas de formación de las habilidades motrices deportivas

Para ordenar las etapas de formación de las habilidades motrices deportivas, se tomó como paradigma la más generalizada por los estudios realizados por prestigiosos investigadores, y que registra A. López (1985)³⁵ al abordar el tema, por considerarla apropiada para el cumplimiento de los fines propuestos.

Primera etapa: dominio inicial de los fundamentos generales del ejercicio como un todo.

³⁵ López, A. (1985). La formación y el desarrollo de las habilidades motrices deportivas. En: Metodología de la enseñanza de la educación física. Tomo I. Editorial Pueblo y Educación. Ciudad de la Habana. p. 114-118

En esta se plantea la representación correcta del movimiento sobre la base de la percepción visual primero y la motriz después.

Segunda etapa: diferenciación y apropiación de las partes del ejercicio y la integración progresiva de estas hasta conformar un todo (período analítico-asociativo-sintético).

Durante esta etapa se deben eliminar los movimientos innecesarios, se automatizan los movimientos y acciones y se forma una actitud consecuente hacia el dominio de la habilidad.

Tercera etapa: consolidación y profundización de la habilidad motriz deportiva.

Aquí la consolidación adopta dos formas básicas: la ejercitación; realización repetidas de ejercicios y actividades físico-deportivas que contribuyen al mejoramiento de los hábitos y habilidades de los sujetos y la profundización; esta se establece en la medida que se planteen exigencias constantes y crecientes a la actividad del sujeto.

2.8.2.2 Biomecánicas

a. Acciones motoras

La acción motora es un sistema de movimientos que está compuesto por elementos espaciales y temporales que estructuralmente se organiza como un sistema integral, el que agrupa estos elementos como manifestación de la interacción de los subsistemas (que puede ser positiva o negativa), por eso las particularidades de esta estructura determinan las posibilidades de

desarrollo del movimiento .D. Donskoi (1988)³⁶ define estas estructuras como sigue:

Estructura motora: se denomina así a las leyes de la interrelación de los movimientos en el espacio y en el tiempo (estructura cinemática), así como de las interacciones energéticas y de fuerza (estructura dinámica) en el sistema de movimientos.

Estructura de información: se nombra de esta forma a las leyes de las interrelaciones entre los elementos de información (entre las comunicaciones sobre las condiciones y el transcurso de la acción y las órdenes), sin los cuales resulta imposible la dirección de los movimientos.

Estructuras generalizadas: son aquellas leyes de las interrelaciones entre los diferentes aspectos de la acción; las estructuras generalizadas están dadas por la combinación de diferentes tipos de estructuras.

Este esclarecimiento sirve de base general, para el análisis que se pretende establecer seguidamente.

b. Acciones deportivas

En cuanto a la acción deportiva, es imprescindible puntualizar que, siguiendo la idea de Donskoi, ésta es un sistema de movimientos dirigido por el deportista, compuesto por varios elementos como se puede apreciar en el cuadro sinóptico que en apretada síntesis se explica seguidamente.

³⁶Donskoi, D. (1988). Los sistemas de movimientos y la organización de su dirección. En: Biomecánica de los ejercicios físicos. Ciudad La Habana. Editorial Pueblo y Educación. p.151-155



Retomando lo que se explicaba en párrafos anteriores, la acción deportiva es un sistema dirigido por el deportista, es decir, es un sistema auto dirigido, que como “sistema vivo” se caracteriza porque en él (en el deportista) se crean las acciones, pues estos ejecutan los movimientos y ellos mismos los dirigen. Como se puede inferir la dirección constituye en este caso un elemento decisivo del proceso, así como también la estructuración de la autodirección y la información conjuntamente con su transmisión.

Todo lo que aparece en el cuadro sobre el sistema de movimientos, se ha expuesto, si se quiere, de manera individualizada como un procedimiento didáctico para la mejor comprensión, pero están interrelacionadas pues reflejan diferentes aspectos de un mismo sistema.

Entonces al establecer determinada relación con los diferentes niveles de dominio del movimiento desde el punto de vista técnico-deportivo, hay que partir de las habilidades y los hábitos motores.

c. Técnica de las acciones motrices

Según los biomecánicos, la técnica de las acciones motrices, atendiendo a las peculiaridades del resultado deportivo en las competencias, puede estar dirigida a:

1. el logro del máximo resultado cuantificable métricamente (atletismo, natación, halterofilia, etc.),
2. el logro de una forma determinada y a la estructura de los movimientos cuando el criterio de su valoración son la dificultad y el carácter artístico de las acciones (gimnasia, patinaje artístico, clavados, etc.)
3. el logro del efecto final; goles, toques, knock-out, etc., (lucha cuerpo a cuerpo y juegos).

La técnica del deportista se determina por las características cinemáticas, dinámicas y rítmicas.

Características cinemáticas:- Se manifiesta en el espacio y el tiempo (características espaciales, temporales y espaciotemporales)

- espaciales; situación de un cuerpo durante el desplazamiento, su trayectoria, etc.;
- temporales; duración de la ejecución;

- espacio-temporales; la velocidad y aceleración durante la ejecución de las acciones.

Características dinámicas:- se manifiestan en las interacciones de los segmentos del cuerpo del deportista con el ambiente y aparatos deportivos.

Características rítmicas:- Se manifiesta con el ritmo; distribución acentuada y racional de los esfuerzos del movimiento, acciones en el tiempo y el espacio.

Los movimientos técnicos bien dominados se caracterizan, según la eminencia en biomecánica Zatsiorski³⁷, por:

1. La estabilidad del resultado deportivo y de una serie de características del movimiento durante su ejecución en condiciones estándares.
2. La invariabilidad (comparativamente poca variabilidad) del resultado en condiciones cambiantes, en particular complejas.
3. La conservación de la habilidad motora cuando haya interrupciones en el proceso de entrenamiento.

d. La automaticidad de la ejecución.

En relación a estas características es preciso hacer un aparte con lo referido a la conservación de la habilidad motora cuando haya interrupciones en el proceso de entrenamiento, pues en este caso al dominarse plenamente el movimiento, la habilidad motriz se conserva con mayor solidez y se puede

³⁷Zatsiorski, V.(1988). La maestría técnico-deportiva. En: Biomecánica de los ejercicios físicos. Editorial Pueblo y Educación. La Habana. p. 295

evaluar por la calidad de la ejecución posterior a la interrupción, por la velocidad de recuperación del estado inicial de la habilidad. Para que esto ocurra es indispensable que el sujeto haya fijado el movimiento durante un prolongado tiempo.

Otro aspecto de vital importancia en el proceso de aprendizaje y en el entrenamiento de las habilidades motrices deportivas, lo constituye la estrecha relación existente entre la formación del hábito motor y el aumento del nivel de las capacidades motoras del deportista, tanto condicional como coordinativa.

Es decir, en los diferentes deportes la enseñanza de la técnica, según sus características, está dirigida al logro de una alta maestría en las acciones motrices, relacionadas con la manifestación límite de la fuerza, la rapidez, la resistencia, la coordinación y la formación de las correspondientes habilidades deportivas.

2.8.2.3 Psicológicas

a. Habilidades motrices deportivas

V. Zatsiorski (1988)³⁸, al referirse a las habilidades y los hábitos motores hace alusión a que estos conceptos se introdujeron desde hace mucho tiempo y define la habilidad motriz como la capacidad adquirida para ejecutar un movimiento y al hábito motor como una habilidad lo suficientemente dominada.

³⁸Zatsiorski, V.(1988). La maestría técnico-deportiva. En: Biomecánica de los ejercicios físicos. Editorial Pueblo y Educación. La Habana. p. 295

A. V. Petrovski, (psicólogo) la habilidad es la manifestación externa de la capacidad de aprovechar los datos, los conocimientos, los hábitos adquiridos, operar con ellos para la explicación de las propiedades de las cosas y la resolución exitosa de determinadas tareas teóricas o prácticas...” y amplía planteando que el fundamento psicológico de las habilidades lo constituye la comprensión de la interrelación entre el fin de la actividad y las condiciones y métodos de su puesta en práctica.

Así entonces concluye definiendo la habilidad motriz como la capacidad del individuo para realizar con éxito operaciones de tipo práctico, que se caracterizan por una alta estabilidad en la secuencia de la acción, liberando “relativamente” la regulación de las acciones voluntarias conscientes, por cuanto las habilidades siempre parten de los conocimientos y de las experiencias adquiridas las que les permiten establecer las relaciones entre el objetivo de la actividad, las condiciones en que debe desarrollarse y la forma de su realización.

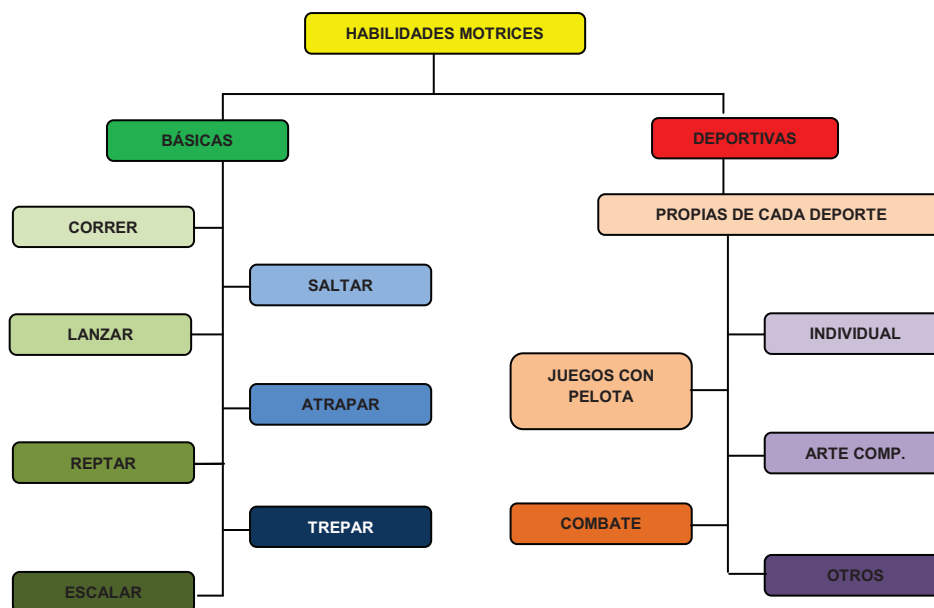
López, 1985³⁹ enfoca esta problemática de las habilidades, desde la perspectiva motriz, así entonces las clasifica en habilidades motrices básicas y deportivas.

Las básicas son aquellas que el niño desarrolla en los primeros años de su infancia y que mediante el juego, la gimnasia y el atletismo se consolidan y desarrollan.

³⁹ López, A. (1985). La formación y el desarrollo de las habilidades motrices deportivas. En: Metodología de la enseñanza de la educación física. Tomo I. Editorial Pueblo y Educación. Ciudad de la Habana. p. 110

Mientras que las deportivas se consideran aquellas propias de cada deporte, que tienen como base para su desarrollo y como componentes estructurales de los movimientos deportivos, las habilidades motrices básicas.

b. Clasificación de las habilidades motrices



2.8.2.4 Importancia de la preparación física en la formación y desarrollo de las habilidades motrices deportivas

No es objetivo en este punto abordar la metodología de la educación de las capacidades motrices; el interés es el de fundamentar y analizar la importancia que tienen dichas capacidades, como base de la preparación física, en la formación y desarrollo de las habilidades motrices deportivas en la actividad práctica.

Alcanzar un elevado nivel de preparación física es uno de los objetivos fundamentales que se propone la educación de las capacidades motrices, que por consiguiente sirve de plataforma para la asimilación de los

contenidos de las clases de educación física, deportes y por supuesto de entrenamiento deportivo.

En el proceso de formación y desarrollo de las habilidades motrices deportivas se producen modificaciones, que sólo pueden ser eficaces si se prevén éstas a partir de los movimientos más racionales, que exprese el nivel real de preparación condicional y coordinativa del sujeto. El trabajo cotidiano sobre estos componentes debe tener en cuenta el aumento constante de este nivel y, por lo tanto, de una sucesión programada en su mejora.

En este proceso se pone de manifiesto la participación de un gran número de músculos, órganos y sistemas, mediados por el sistema nervioso central (SNC), que intervienen en la ejecución del movimiento. Por supuesto todos no trabajan con la misma intensidad, pues los esfuerzos se dirigen fundamentalmente hacia la asimilación de estas habilidades. Pero para garantizar esta asimilación es necesario un desarrollo físico del sujeto que le permita responder adecuadamente a estos estímulos y no está aislado de los aspectos psicológicos.

Es reconocido que el principal medio para el desarrollo de la educación física y el deporte es el ejercicio físico. Si se considera este criterio, se conviene entonces en que para soportar este régimen de trabajo se precisa de una base motora bien desarrollada. El carácter proporcional de la preparación es importante, pues la existencia de un solo eslabón débil en el desarrollo físico

del sujeto puede reducir considerablemente los resultados; de ahí la importancia que reviste la preparación física.

Conceptualmente existen innumerables acepciones o definiciones de preparación física, pero todas de una manera u otra coinciden en que es la aplicación de un conjunto de ejercicios físicos dirigidos a desarrollar y mejorar de forma armónica las capacidades motoras del sujeto.

Esta preparación se lleva a cabo por medio de la enseñanza y del entrenamiento, constituyendo un proceso pedagógico integral dirigido a formar y fijar determinados hábitos, así como a lograr un elevado nivel de desarrollo físico. La educación de las diferentes capacidades motoras es la base principal de esta preparación, como se refería en párrafos anteriores. Se pueden diferenciar dos tipos de preparación física: la general y la especial.

Preparación física general: N. G. Ozolin⁴⁰ y otros, plantean que la preparación física general está encaminada al desarrollo armónico del sujeto, entendiéndose por este concepto, el desarrollo de la musculatura, el fortalecimiento de los órganos y sistemas del organismo (incluido el SNC) y el incremento de sus posibilidades funcionales y, por supuesto, el mejoramiento de las capacidades condicionales y coordinativas.

Preparación física especial: está dirigida al desarrollo de todos los órganos y sistemas, así como a todas las posibilidades funcionales del organismo del

⁴⁰Ozolin, N. G. (1983). Sistema contemporáneo de entrenamiento deportivo. Editorial Científico-Técnica. Ciudad de La Habana.

deportista, en dependencia de las exigencias en la ejecución de las habilidades motrices deportivas dadas.

Ahora bien, como fines de la preparación física para la asimilación de las habilidades motrices deportivas se pueden plantear:

- Contribuir al desarrollo, fortalecimiento y aumento del nivel de las capacidades motoras del sujeto.
- Ayudar a la creación de una base funcional sólida, que posibilite la asimilación (de la forma más racional) del movimiento.
- Elevar la capacidad de trabajo física.
- Es evidente que para lograr estos fines, se necesita un trabajo correctamente orientado, de forma sistemática, progresiva y en un tiempo prudencial, observando la requerida variabilidad de las acciones, cuya dosificación y utilización de los medios, así como el tiempo de recuperación sean los adecuados.
- Todo esto está sustentado en el hecho de que el potencial motor del sujeto para desarrollar las tareas de movimiento asignadas precisa del:
 - perfeccionamiento de los mecanismos nerviosos centrales de control de los movimientos;
 - aumento de las posibilidades funcionales del aparato muscular y de los sistemas de producción de energía que garantizan el trabajo.

Por tal motivo los saltadores (en el atletismo), por ejemplo, no deben centrar la ejercitación sólo en las extremidades inferiores, sino que también debe incluirse el trabajo de las restantes partes del cuerpo. Por eso se realizan ejercicios de carrera, gimnasia, levantamiento de pesas y otros, de la gran gama de ejercicios existentes.

El organismo humano recibe las cargas de trabajo de forma variada, es decir, los estímulos son diferenciados. Pero es innegable la participación activa de los diferentes centros nerviosos para dar respuesta a estos estímulos.

Cuando el sujeto realiza alguna acción motora, la actividad muscular aumenta en correspondencia con el carácter de la contracción muscular. Por tal motivo se pone en movimiento una parte del cuerpo o su totalidad: en este caso se está en presencia de un trabajo dinámico. Sin embargo, los músculos también participan en la conservación de la posición del cuerpo o de sus eslabones; este tipo de trabajo es el denominado estático.

Por lo expuesto se puede inferir que en cualquier tipo de movimiento o de posición que adopte el cuerpo hay participación activa de los músculos; pero el trabajo muscular no es un proceso aislado de los restantes órganos y sistemas. En la ejercitación influye también la irrigación sanguínea, el intercambio de oxígeno por anhídrido carbónico, el metabolismo, la transformación de la energía química en mecánica mediante el sistema muscular, la re síntesis del ácido láctico, por sólo citar algunos.

2.8.2.5 Transferencia e interferencia

El esquema estructural en el proceso de enseñanza-aprendizaje de las habilidades motrices deportivas, se modifica en tanto se producen los diferentes enlaces y relaciones que permiten la formación y desarrollo de estas.

La transformación que ocurre se pone de manifiesto de manera positiva cuando las habilidades, conocimientos y experiencia precedentes posibilitan y proveen la apropiación de la habilidad, mediante una transmisión “idónea”, por ejemplo; los movimientos que se realizan en las carreras con vallas, particularmente el pase de la valla, tiene una transferencia positiva en la ejecución del salto de longitud; el salto de altura técnica tijeras le transfiere a la técnica FosburyFlop en el mismo tipo de salto.

Sin embargo; también puede ocurrir el proceso inverso, es decir, que los movimientos y acciones ya conocidos y dominados no permitan o entorpezcan la asimilación de la nueva habilidad, produciéndose entonces una interferencia en su formación.

Estas manifestaciones pueden catalogarse como regularidades que se muestran mediante la interrelación de aquellas habilidades o eslabones más simples en el intento de lograr la más compleja.

En esta concordancia o discordancia de extrapolación variable, intervienen procesos cognitivos, psicomotrices, espacio-temporales y de otra índole que

son los que, a través del SNC, dan respuesta al estímulo garantizando o no la producción exitosa de esa transferencia.

La transferencia e interferencia no se puede delimitar sólo a los marcos de la estructura del movimiento, en éste (como proceso íntegro) convergen también sus objetivos o fines, sus funciones, sus manifestaciones tanto externas como internas, en fin los elementos más determinantes que caracterizan ese movimiento.

Al respecto Platonov, 2001⁴¹, refiere que según Liaj, 1991 “...los diferentes movimientos por sus características lógicas y composición motriz (de coordinación compleja, de velocidad, de velocidad-fuerza) están condicionados por distintos niveles motores y de fondo.

Es decir, en relación con cada movimiento se forma su propio sistema funcional de dirección. Si estos sistemas se forman sobre la base de iguales niveles motores y de fondo de dirección de los movimientos (similares parámetros lógicos y de programación, componentes de ejecución, contenido motor, estructura de coordinación), entonces en los movimientos está presente la transferencia positiva que facilita sustancialmente el proceso de asimilación del hábito motor.

⁴¹Platonov, V. N. (2001). Teoría general del entrenamiento deportivo olímpico. Barcelona. Editorial Paidotribo. p. 221

2.8.3 Motricidad

La motricidad se presenta como una habilidad para realizar movimientos corporales generalmente grandes por medio de funciones motrices, que requieren la integración apropiada de funciones musculares, óseas y neurológicas.

El área motora se refiere especialmente al control que puede tener una persona sobre el propio cuerpo, se divide en dos áreas: por un lado la motricidad gruesa y por otro la motricidad fina.

Las habilidades de motricidad, son las que permiten a las personas las funciones de movilidad y locomoción, así como las de mantener la postura del cuerpo. También son aquellas actividades que posibilitan, a los individuos interrelacionar con el mundo y los objetos, reconocerlos, establecer contactos con ellos y llegar a dominarlos dotándoles de funcionalidad (Sengstock y Stein, 1967; Bruininks 1974).

2.8.3.1 Gruesa

Se considera a todos los movimientos del cuerpo que tienen referencia para realizar trabajos de coordinación general.

Esta abarca el control de nuestro cuerpo, esto quiere decir que se preocupa de todos los movimientos amplios que puede realizar una persona como son: control de la cabeza boca abajo, el volteo, sentarse, gateo, ponerse de pie, el caminar, el correr, el subir y bajar escaleras, saltar, etc. “El control motor grueso es un hito en el desarrollo de un bebé, el cual puede refinar los

movimientos descontrolados, aleatorios e involuntarios a medida que su sistema neurológico madura.”⁴²

“La motricidad gruesa corresponde a la coordinación general de movimientos (movimientos de brazos, cuerpo y piernas) y al equilibrio corporal. Se trabaja para que el niño descubra las posibilidades del movimiento de su propio cuerpo y las diferentes posturas que ha de ir tomando para mantenerlo siempre en equilibrio.”⁴³

a. Características

Desarrollo de motricidad fina, motricidad gruesa y auto-ayuda con etapas del habla y lenguaje⁴⁴

0-3 MESES

Motricidad gruesa

- Puede voltear la cara de un lado a otro cuando está boca abajo.
- Comienza a levantar la cabeza regularmente cuando está jugando sobre el abdomen, empezando a sostenerse por los antebrazos.
- Sacude los brazos, patea con las piernas, se retuerce cuando se le cambia el pañal

3-6 MESES

Motricidad gruesa

- Se voltea del abdomen a la espalda

⁴²http://www.down21.org/educ_psc/educacion/atencion_temprana/motricidad_gruesa.htm

⁴³www.unicef.org/bolivia/spanish/local_development_2025.htm

⁴⁴ www.down21.org/educ_psc/educacion/atencion_temprana/motricidad_gruesa.htm

- Se voltea de la espalda al abdomen
- Cuando juega boca-abajo, hace movimientos de natación
- Cuando juega boca-abajo, empuja hacia arriba con los brazos para apoyar los codos.

6-9 MESES

Motricidad gruesa

- Se sienta independientemente, luego aprende a salir de la posición de sentado girando y agarrándose del lado
- Se levanta con las manos y las rodillas
- Se arrastra sobre el vientre, o gatea con las manos y las rodillas

9-12 MESES

Motricidad gruesa

- Gatea para moverse
- Se agarra de muebles para pararse y baja sin caerse
- Incursiona alrededor de los muebles
- Comienza a trepar

12-18 MESES

Motricidad gruesa

- Camina sin apoyo, raramente se cae
- Trepa, pasa por encima, por debajo y entre las cosas
- Se inclina y se agacha para recoger juguetes
- Tira o hace rodar una pelota con las dos manos cuando está sentado

18-24 MESES

Motricidad gruesa

- Pasea en juguetes de montar sin pedales
- Cuando se le muestra como patear una pelota grande, camina al frente de ella o se le pisa
- Sube y baja escaleras sosteniéndose de un pasamanos
- Lanza pelotas pequeñas (tenis) a tres pies con direccionalidad (hacia una persona u objeto)

2-3 AÑOS

Motricidad gruesa

- Puede caminar en punta de pies
- Corre bien, cambiando de dirección, evitando obstáculos en el camino
- Salta hacia adelante despejando y aterrizando con dos pies (salto en largo de longitud)
- Patea la pelota

3-4 AÑOS

Motricidad gruesa

- Comienza a balancearse en un pie
- Comienza a atrapar la pelota
- Salta desde un objeto estable (escalón, silla, caja) de 18 a 24 pulgadas de alto, cayendo sobre los dos pies
- Pedalea una distancia de diez pies en un triciclo

4-5 AÑOS

Motricidad gruesa

- Salta o da brincos
- Da saltos mortales
- Se reta a sí mismo con los juegos en el área de recreo
- Se para en un pie durante 5 - 10 segundos
- Atrapa pelotas pequeñas (tenis)

Los rangos de edades son aproximados y dependen en su mayoría del progreso del desarrollo individual de cada niño.

2.8.3.2 Fina

Esta se refiere a todas las destrezas manuales que adquiere una persona especialmente con práctica, no se refiere solo a las habilidades con las manos ya que estas en ocasiones pueden ser remplazadas por cualquier parte del cuerpo.

“La motricidad fina corresponde a la coordinación de movimientos de las manos (movimiento fino en sus manos y dedos). Se trabaja para que el niño consiga suficiente precisión y exactitud en sus dedos, lo cual posibilitará la realización de los trazos que componen la escritura.”⁴⁵

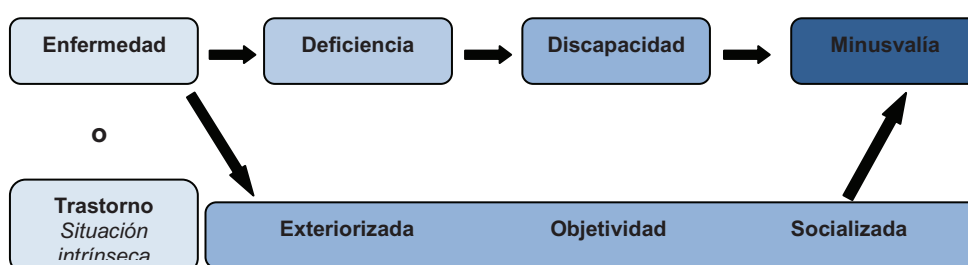
2.9 Clasificación Internacional de las Deficiencias, Discapacidades y Minusvalías (CIDDM)

La XXIX Asamblea Mundial de la Salud, celebrada en mayo de 1976 adoptó la Resolución 29.35 mediante la cual se acordó la publicación con propósito

⁴⁵www.unicef.org/bolivia/spanish/local_development_2025.htm

experimental de la «*International Classification of Impairments, Disabilities, and Handicaps*»⁷ (ICIDH)». La gestión para obtener la autorización de su publicación al castellano la inició el Instituto Nacional de Servicios Sociales en 1981, publicándose en 1983 (CIDDM).⁴⁶

Modelo de las consecuencias de las enfermedades. Secuencias de conceptos.



Conceptualmente, el empleo de la CIDDM transformó la manera de considerar las personas con discapacidades. En el modelo de las consecuencias de las enfermedades la secuencia de conceptos es (figura 1): deficiencias, discapacidades y minusvalías⁸. De acuerdo con este marco conceptual, las *deficiencias* hacen referencia a las anomalías de la estructura corporal y de la apariencia y a la función de un órgano o sistema, cualquiera que sea su causa; es decir, representan trastornos a nivel de órgano. Las *discapacidades* reflejan las consecuencias de la deficiencia desde el punto de vista del rendimiento funcional y de la actividad del individuo; por lo tanto, representan trastornos a nivel de la persona. Las *minusvalías* hacen referencia a las desventajas que experimenta el individuo

⁴⁶OMS- Clasificación de la organización mundial de la salud sobre la discapacidad

como consecuencia de las deficiencias y discapacidades; es decir, reflejan la adaptación del individuo al entorno.

En esta representación gráfica se esquematizan los tres niveles de la Clasificación: deficiencia, discapacidad y minusvalía, pero no se muestra suficientemente la relación entre estos conceptos.

Mediante la Resolución 37/52 de la Asamblea General de Naciones Unidas, se aprueba en 1982 el «World Programme of Action Concerning Disabled Persons». En este programa se desarrollan las medidas de acción en relación con la prevención, la rehabilitación y la equiparación de oportunidades⁹. La intervención preventiva primaria debe producirse antes de que la deficiencia aparezca y está encaminada a proteger a las poblaciones vulnerables frente a aquellos factores que pueden generar la enfermedad. La intervención primaria más importante es la de mejorar las condiciones económicas y sociales de la población. La intervención preventiva secundaria va encaminada a intervenir en la fase pre sintomática o silenciosa de la discapacidad y a frenar su desarrollo en los momentos iniciales, por ejemplo, el screening. La intervención preventiva terciaria es la que se produce cuando ya la persona presenta la deficiencia y se interviene para reducir el daño, curarlo, rehabilitarlo y atender las necesidades de reintegración al entorno del cual procede¹⁰

2.9.1 Enfermedad

Es la ausencia de salud que se manifiesta a través de causas, signos, síntomas, evolución, terapéutica y pronósticos.⁴⁷

Es una situación intrínseca que abarca cualquier tipo de enfermedad, trastorno o accidente. La enfermedad está clasificada por la OMS en su Clasificación Internacional de Enfermedades y Problemas de Salud Relacionados (CIE).⁴⁸

2.9.2 Deficiencia

Es toda pérdida o anomalía de una estructura o función psicológica, fisiológica o anatómica.

Es la exteriorización directa de las consecuencias de la enfermedad y se manifiesta tanto en los órganos del cuerpo como en sus funciones (incluidas las psicológicas).

2.9.2.1 Tipos de deficiencia

- a. Intelectuales
- b. Lenguaje
- c. Audición
- d. Visión
- e. Viscerales
- f. Músculos esqueléticos
- g. Desfiguradoras

⁴⁷ Arteaga J. Iguales pero diferentes, un modelo de integración en el tiempo libre
⁴⁸ OMS-Clasificación de la Organización Mundial de la Salud sobre la discapacidad

2.9.3 Discapacidad

Es la ausencia (debida a una deficiencia), de la capacidad de realizar una actividad en la forma o dentro del margen que se considera normal para un ser humano.

Es la objetivación de la deficiencia en el sujeto y con una repercusión directa en su capacidad de realizar actividades en los términos considerado normales para cualquier sujeto de sus características (edad, género,...).⁴⁹

2.9.3.1 Tipos de discapacidad

- Alzheimer
- Ataxia
- Cardiopatías
- Auditiva
- Mental

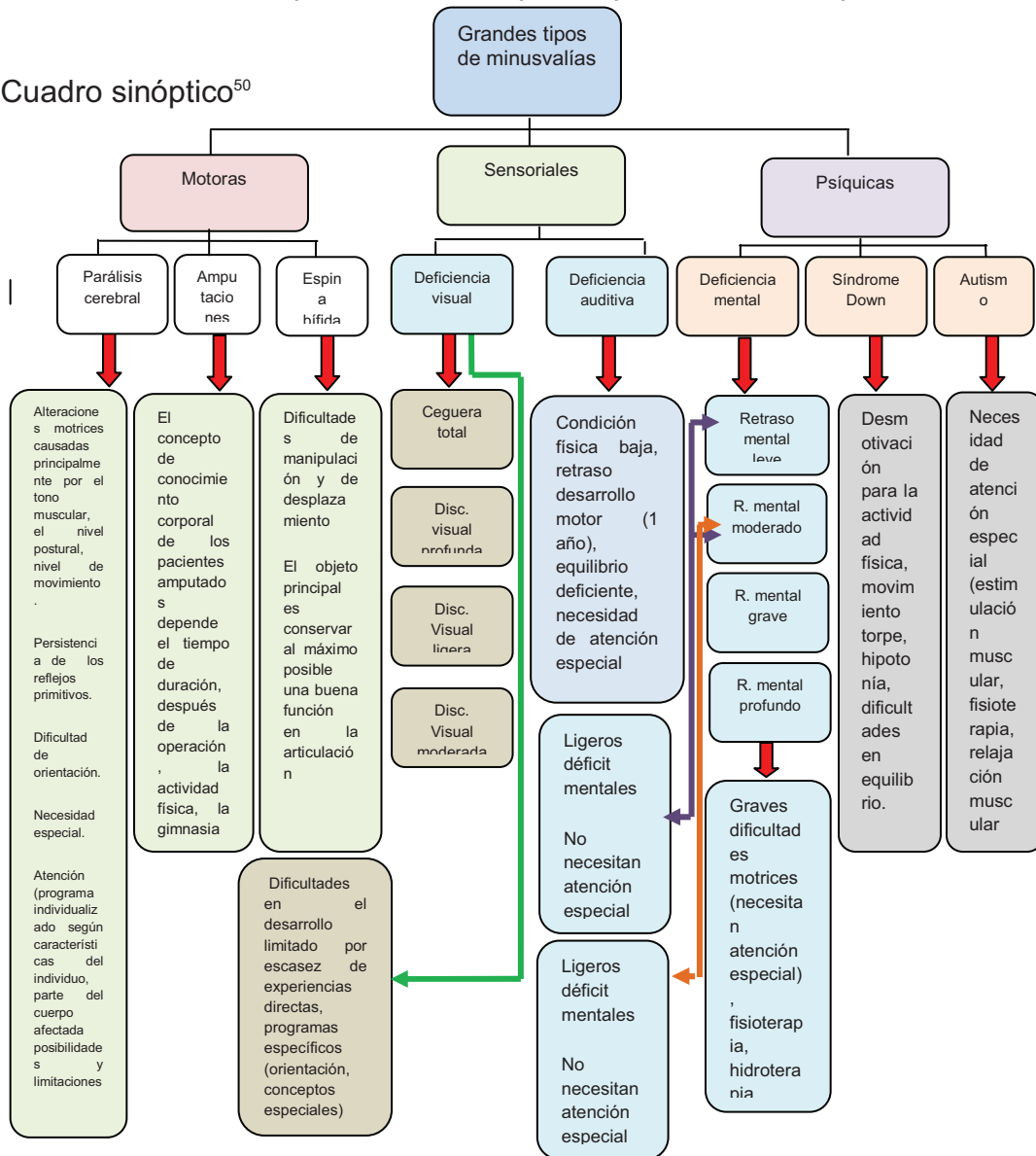
Según la American Association of Mental Retardation, el retraso mental alude a limitaciones sustanciales en el funcionamiento actual. Se caracteriza por un funcionamiento intelectual significativamente inferior a la media, que generalmente coexiste junto a limitaciones en dos o más de las siguientes áreas de habilidades de adaptación: comunicación, auto-cuidado, vida en el hogar, habilidades sociales, utilización de la comunidad, auto-dirección, salud y seguridad, habilidades académicas funcionales, tiempo libre y trabajo.

⁴⁹OMS

- Psíquica

Se considera que una persona tiene discapacidad psíquica cuando presenta "trastornos en el comportamiento adaptado, previsiblemente permanentes".

Cuadro sinóptico⁵⁰



⁵⁰Roberto Machín Casañas, tipos de minusvalías vs problemática motriz

2.9.4 Minusvalía

Es una situación desventajosa para una persona, consecuencia social de una deficiencia o de una discapacidad, que limita o impide el desempeño de un rol que es normal en su grupo (en función de la edad, sexo, factores sociales y culturales).⁵¹

Es la socialización de la problemática causada en un sujeto por las consecuencias de una enfermedad, manifestada a través de la deficiencia y/o la discapacidad, y que afecta al desempeño del rol social que le es propio.⁵²

2.9.4.1 Tipos de minusvalías

2.9.4.1.1 Física

"Las Minusvalías Motoras son una alteración del aparato motor causada por un funcionamiento deficiente del sistema nervioso central, del sistema muscular, del sistema óseo o una interrelación de los tres sistemas que dificulta o imposibilita la movilidad de una o diversas partes corporales."
(Brasil, 1997, citado en Ríos, 2003)

Dentro de esta clasificación tenemos que diferenciar distintas discapacidades motrices, trataremos aquellas que con más frecuencia nos podemos encontrar:

⁵¹Arteaga J. Iguales pro diferentes, un modelo de integración en el tiempo libre
⁵²OMS Clasificación de la organización mundial de la salud sobre la discapacidad

I. Según la Academia Americana de Parálisis Cerebrales, la **Parálisis cerebral** es una alteración anormal del movimiento por defecto, lesión o enfermedad del tejido nervioso contenido en la cavidad craneal. La parálisis pueden ser:

- Monoplejía si afecta a una sola extremidad.
- Diaplejía cuando afecta a dos extremidades.
- Paraplejía, afecta a las extremidades inferiores.
- Triparejía, afecta a las extremidades inferiores y de una superior.
- Tetraparejía es cuando afecta a todos los miembros, tanto inferiores como superiores.
- Y la Hemiplejía es la afectación de la pierna y del brazo del mismo lado.

Cada vez más debido a los accidentes de tráfico o a las enfermedades nos encontramos en nuestras aulas con alumnos/as en sillas de rueda o con inmovilidad de alguna extremidad superior, y por ello debemos ser conscientes de qué es lo que debemos hacer, qué ejercicios son los adecuados para ellos/as sin llegarles al umbral del dolor cuando realicen las actividades.

II. La siguiente es muy conocida y además cada vez más frecuente entre la población, y es la **espina bífida**, que es una malformación congénita (defecto de nacimiento) en el que la columna vertebral y el canal medular no

se cierran antes del nacimiento. El niño presenta al nacer una protuberancia en la espalda.



Imagen de espina bífida

Debemos conocer los tres tipos que se pueden presentar:

- **Espina bífida oculta:** la cual afecta a la estructura ósea del arco anterior y posterior vertebral.
- **Espina bífida con meningocele:** en la imagen corresponde al dibujo de la columna vertebral inferior, en el cual en la protuberancia hay meninges y líquidos cefalorraquídeos.
- **Espina bífida con mielomeningocele:** en el dibujo es el situado en la parte superior derecha, en la protuberancia hay médula, líquido cefalorraquídeo y meninges.

III. **Las lesiones medulares**, pueden ocurrir por alguna malformación congénita, traumatismos en la columna vertebral o por enfermedades, produciendo pérdida de la movilidad y de la sensibilidad de los músculos afectados.

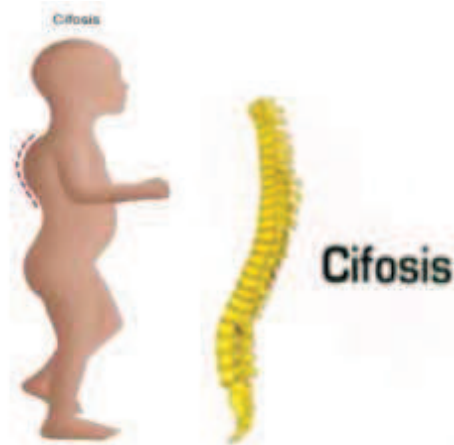
IV. **Traumatismo craneo encefálico:** se produce debido a un impacto craneal con pérdida de consciencia dejando secuelas motrices, sensoriales y cognitivas dependiendo del área afectada.

Las características para los alumnos/as que posean algunas de estas minusvalías son varias, tenemos que tener presente que tienen dificultad a la hora de controlar los esfínteres, problemas generalizados del equilibrio, dificultades en la respiración, se cansan rápidamente, tienen problemas en la comunicación, necesitan ayudas físicas para su movilidad y una gran dificultad en la organización espacial, todos estos factores son imprescindibles tenerlos en cuenta para realizar nuestra programación diaria.

¿Y qué son Minusvalías Fisiológicas?

En éstas podríamos citar varias, pero que legalmente no son reconocidas como minusvalías, por eso nos centraremos en aquellas que son alteraciones de la columna vertebral, ya que es de gran importancia conocerlas para saber las características que tiene un alumno/a con malformación en la columna, y por supuesto sepamos tratarla en la clase de educación física. Debemos destacar:

I. **Cifosis:** una columna vertebral afectada por cifosis presenta cierta curvatura hacia adelante en las vértebras de la parte superior de la espalda.



II. **Lordosis:** es una convexidad exagerada y progresiva de la curva lumbar de la columna vertebral. El primer dibujo se puede apreciar una columna normal, mientras la segunda imagen de la columna vertebral está afectada por lo lordosis.



III. **Escoliosis:** es una curvatura en la columna vertebral hacia los lados.



Las características m6s visibles en estas personas es que poseen una actitud postural alterada y con problemas de equilibrio, que var6a dependiendo de la gravedad de la malformaci6n.

2.9.4.1.2. Ps6quica

Qu6 es lo que se conoce realmente como **retraso mental**, en 6l la capacidad para manifestar conductas intelectuales y sociales presenta una dificultad seg6n la edad de la persona, para adquirir las conductas b6sicas de la expresi6n y compresi6n verbal, la autonom6a motriz y personal y ciertos comportamientos sociales.

Para hacer la clasificaci6n sobre el retraso mental debemos basarnos en nivel de Coeficiente Intelectual:

La minusval6a Ps6quica, muy frecuente entre el alumnado, tiene otro gran grupo que son los **trastornos generales del desarrollo**: donde incluimos la esquizofrenia, trastornos autistas y otros tipos de trastornos. Cada uno de

ellos tiene un tratamiento muy concreto, pero en general las bases son las mismas como podemos ver a continuación.

Las características de este gran grupo son varias, como por ejemplo: necesitan un apoyo constante, su fijación visual es escasa, gran limitación en el uso del lenguaje, presenta problemas de adaptación a nuevas situaciones, escasa capacidad de simbolización, gran dificultad en el desarrollo cognitivo, suelen tener alteraciones en la mecánica corporal y fisiológicas, la ejecución de habilidades motrices básicas es escasa, presentando también dificultades en las capacidades físicas básicas y tienen problemas a la hora de adquirir hábitos higiénicos por lo cual necesita de un gran contacto físico y de estimulación.

Biológicas

Esta categoría se incluye a todas aquellas personas cuyas capacidades mentales están reducidas debido a una causa orgánica específica.

2.9.4.1.2.1. **Genéticas**

2.9.4.1.2.1.1. Anormalidades cromosómicas (autosómicas y sexuales)

Todos los seres humanos normales tienen 46 cromosomas en cada célula de su cuerpo, estos cromosomas están ordenados por pares. 22 de estos pares forman los autosomas y el par restante forman los cromosomas sexuales. Cada cromosoma muchos y miles de genes y por lo tanto, con una sola excepción, no tiene sentido decir que un cromosoma determinado

es el responsable de ciertas características concretas. La única excepción es el último par de cromosomas que determina el sexo de la persona.

Hay dos tipos de cromosomas del sexo: uno relativamente grande llamado cromosoma X y uno muy pequeño llamado Y, los varones tienen uno de cada uno (xy), y las mujeres dos cromosomas (XX)

2.9.4.1.2.1.2. Anormalidades autosómicas

El síndrome de Down (SD) es un trastorno genético causado por la presencia de una copia extra del cromosoma 21 (o una parte del mismo), en vez de los dos habituales (trisomía del par 21), caracterizado por la presencia de un grado variable de retraso mental y unos rasgos físicos peculiares que le dan un aspecto reconocible. Es la causa más frecuente de discapacidad psíquica congénita y debe su nombre a John Langdon Haydon Down que fue el primero en describir esta alteración genética en 1866, aunque nunca llegó a descubrir las causas que la producían. En julio de 1958 un joven investigador llamado Jérôme Lejeune descubrió que el síndrome es una alteración en el mencionado par de cromosomas.

No se conocen con exactitud las causas que provocan el exceso cromosómico, aunque se relaciona estadísticamente con una edad materna superior a los 35 años. Las personas con Síndrome de Down tienen una probabilidad algo superior a la de la población general de padecer algunas patologías, especialmente de corazón, sistema digestivo y sistema endocrino, debido al exceso de proteínas sintetizadas por el cromosoma de

más. Los avances actuales en el descifrado del genoma humano están desvelando algunos de los procesos bioquímicos subyacentes al retraso mental, pero en la actualidad no existe ningún tratamiento farmacológico que haya demostrado mejorar las capacidades intelectuales de estas personas. Las terapias de estimulación precoz y el cambio en la mentalidad de la sociedad, por el contrario, sí están suponiendo un cambio cualitativo positivo en sus expectativas vitales.

2.9.4.1.2.1.3. Trisomía libre

El síndrome de Down se produce por la aparición de un cromosoma más en el par 21 original (tres cromosomas: “trisomía” del par 21) en las células del organismo. La nomenclatura científica para ese exceso cromosómico es 47, XX,+21 o 47, XY,+21; según se trate de una mujer o de un varón, respectivamente. La mayor parte de las personas con este síndrome (95%), deben el exceso cromosómico a un error durante la primera división meiótica (aquella por la que los gametos, óvulos o espermatozoides, pierden la mitad de sus cromosomas) llamándose a esta variante, “trisomía libre” o regular. El error se debe en este caso a una disyunción incompleta del material genético de uno de los progenitores. (En la formación habitual de los gametos el par de cromosomas se separa, de modo que cada progenitor sólo transmite la información de uno de los cromosomas de cada par. Cuando no se produce la disyunción se transmiten ambos cromosomas).

2.9.4.1.2.1.4. Translocación

Después de la trisomía libre, la causa más frecuente de aparición del exceso de material genético es la translocación. En esta variante el cromosoma 21 extra (o un fragmento del mismo) se encuentra “pegado” a otro cromosoma (frecuentemente a uno de los dos cromosomas del par 14), por lo cual el recuento genético arroja una cifra de 46 cromosomas en cada célula. En este caso no existe un problema con la disyunción cromosómica, pero uno de ellos porta un fragmento “extra” con los genes del cromosoma “translocado”. A efectos de información genética sigue tratándose de una trisomía 21 ya que se duplica la dotación genética de ese cromosoma.

La frecuencia de esta variante es aproximadamente de un 3% de todos los SD y su importancia estriba en la necesidad de hacer un estudio genético a los progenitores para comprobar si uno de ellos era portador sin saberlo de la translocación, o si ésta se produjo por primera vez en el embrión. (Existen portadores “sanos” de translocaciones, en los que se cuentan 45 cromosomas, estando uno de ellos translocado, o pegado, a otro).

2.9.4.1.2.1.5. Características que presenta un niño con síndrome de Down

Un niño con síndrome de Down puede tener:

- a. Ojos inclinados hacia arriba
- b. Orejas pequeñas y ligeramente dobladas en la parte superior
- c. Boca pequeña, lo que hace que la lengua parezca grande
- d. Nariz pequeña y achatada en el entrecejo

- e. Cuello corto
- f. Manos y pies pequeños
- g. Baja tonicidad muscular
- h. Baja estatura en la niñez y adultez.

La mayoría de los niños con síndrome de Down presenta algunas de estas características, pero no todas.

2.9.4.1.2.1.6.El riesgo de síndrome de Down aumenta con la edad de la madre

Sí. El riesgo de síndrome de Down aumenta con la edad de la madre:

- A los 25 años, la probabilidad de una mujer de tener un bebé con síndrome de Down es de una en 1,250.
- A los 30 años, la probabilidad es de una en 1,000.
- A los 35 años, la probabilidad es de una en 400.
- A los 40 años, la probabilidad es de una en 100.
- A los 45 años, la probabilidad es de una en 30.

Aunque el riesgo es mayor a medida que aumenta la edad de la madre, aproximadamente el 80 por ciento de los bebés con síndrome de Down nace de mujeres de menos de 35 años, ya que las mujeres más jóvenes tienen más bebés que las mujeres de mayor edad.

2.9.4.1.2.1.7.Mosaicismo

La forma menos frecuente de trisomía 21 es la denominada “mosaico” (en torno al 2% de los casos). Esta mutación se produce tras la concepción, por lo que la trisomía no está presente en todas las células del individuo con SD,

sino sólo en aquellas cuya estirpe procede de la primera célula mutada. El porcentaje de células afectadas puede abarcar desde unas pocas a casi todas, según el momento en que se haya producido la segregación anómala de los cromosomas homólogos

- Desordenes del metabolismo

Otra categoría de la causa de la disminución psíquica son las indisposiciones que resulta de que el/la niño/a no está asimilando debidamente lo que come por razón de algún desorden de herencia.

- Enfermedades degenerativas

La esclerosis tuberosa se caracteriza por la formación de muchos nódulos endurecidos (escleróticos), sobre la superficie de la corteza cerebral, estas producen retraso mental y crisis epilépticas

- Trastornos de desarrollo intrauterino

- Anormalidades de la organización cerebral(espina bífida)

Espina bífida, que es una malformación congénita (defecto de nacimiento) en el que la columna vertebral y el canal medular no se cierran antes del nacimiento. El niño presenta al nacer una protuberancia en la espalda.

- Encefalopatías prenatales

- Incompatibilidad del rh

- Se produce cuando la madre es Rh negativo y el feto es Rh positivo, la madre produce un anticuerpo para atacar a la sustancia extraña, este anticuerpo puede ingresar en la placenta y entrar en sistema

circulatorio del feto y ser causa de que la sangre del /de la niño/a se coagule y no distribuya el oxígeno normalmente.

- Intoxicación por drogas, fármacos o alcohol

Para los pacientes que no son bebedores habituales existe una relación entre los síntomas y los niveles de etanol en sangre. Los efectos clínicos del etanol pueden tener una gran variabilidad entre diferentes individuos y a veces los niveles sanguíneos no se correlaciona exactamente con el grado de intoxicación. Los alcohólicos crónicos con dependencia pueden presentar mínima evidencia clínica de intoxicación (tolerancia) incluso con niveles tan elevados de alcoholemia como de 400 mg/dl. Como orientación, los síntomas que puede presentar un bebedor esporádico según los niveles de etanol (mg/dl) pueden ser los siguientes:

- Intoxicación legal (50-100 mg/dl): euforia, verborrea, desinhibición e incoordinación.
- Intoxicación leve (100-200 mg/dl): farfullar de palabras, labilidad emocional, torpeza motora, ataxia, alteración de reflejos, somnolencia y náuseas.
- Intoxicación moderada (200-300 mg/dl): lenguaje incoherente, agresividad, letargia, estupor y vómitos.
- Intoxicación grave (300-400 mg/dl): depresión del SNC, coma. El coma suele ser profundo sin signos de focalidad. Aparecerán hipotermia, midriasis bilateral poco reactiva, hipotonía, abolición de los reflejos osteotendinosos, bradicardia e hipotensión.

- Intoxicación potencialmente letal (> 400 mg/dl): depresión respiratoria, convulsiones, «shock» y muerte. La muerte puede sobrevenir también por aspiración de un vómito, por coma cetoacidótico, por hipoglucemia y por enfriamiento.

- Anoxia

Una lesión cerebral por anoxia hace referencia a la lesión cerebral causada por una falta de oxígeno suficiente. Hay tres maneras diferentes que la lesión cerebral por anoxia puede ser producida:

1. La disminución de oxígeno en los pulmones, respecto al flujo de sangre.
2. La circulación de sangre mala para el cerebro.
3. Los glóbulos rojos que son muy pocos en número o demasiado débiles para llevar oxígeno suficiente al cerebro.

Aunque los tres factores puede contribuir en la lesión cerebral por anoxia, siempre hay algún nivel de la falta de circulación presente (la excepción de esta regla es la embriaguez de monóxido de carbono, como no cambia la circulación).

El paro cardíaco (cuando el corazón deja de latir) es una causa muy común de la lesión cerebral por anoxia. Cuando el corazón deja de latir, la sangre que lleva el oxígeno no puede alcanzar el cerebro. Si el oxígeno es parado por más que algunos minutos, una lesión cerebral por anoxia grave podría ser el resultado. Sin embargo, hay una variedad de maneras que una

persona puede adquirir una lesión cerebral por anoxia: una trauma, al borde de ahogarse, atragantarse con comida, las complicaciones durante una operación, y la sobredosis de droga y/u alcohol.

- Lesiones mecánicas

En el momento del nacimiento los huesos del cráneo todavía son flexibles y algunas veces la cabeza del recién nacido se deforma, pero esto no es motivo de alarma pero si las tensiones de la parte son demasiadas intensas.

- Infecciones prenatales

Aparece en el periodo en que el sistema nervioso está empezando a desarrollarse y por lo tanto es más vulnerable a las infecciones las más comunes son: rubeola, sífilis y toxoplasmosis.

Trastornos endocrinos

Este causado por algunos de los defectos en algunas de las hormonas del cuerpo, el más importante es el hipotiroidismo congénito o cretinismo.

- Desnutrición

El estado de nutrición durante el embarazo determina sustancialmente el desarrollo general, físico y mental del/la niño/a también se confirma que la desnutrición postnatal puede producir defectos intelectuales y deficiencias cerebrales de larga duración.

- Prematuridad

El parto prematuro es aquel cuyo periodo de gestación es menor a las 37 semanas, sin embargo la pre madurez se define típicamente con un peso del parto menor de 2.500 gr.

- Exposición a los rayos x

Las pequeñas dosis de rayos x ordinario generalmente son inocuas, pero si una mujer embarazada se somete a grandes cantidades de radiación, existe muchas posibilidades de que el niño/a nazca con serios defectos e incluso he incluso del que no sobreviva.

2.9.4.1.2.2. Social ambiental

- Deficiente cuidado físico médico

Los pobres son los más expuestos a no recibir un cuidado médico adecuado en cada una de las etapas de su vida, lo que contribuye a una mayor proporción de la mortalidad infantil.

- Ambiente psicosocial

Se ha centrado mucho en los patrones de crianza infantil, sobre todo durante los años pre escolar ya que este es el tiempo en que aparezcan las diferencias.

- Hábitos de lenguaje

Tenemos un código restringido se caracteriza por las frases breves y muy poca diversidad de estructuras y pocas palabras en el vocabulario y un código amplio es la comunicación con frases más complejas y con vocabulario más extenso.

- Estilos de crianza infantil

Muchas familias con bajo nivel cultural educan a sus hijos bajo un sistema autoritario y no les ofrecen las mismas alternativas que las familias de clase media ofrecen a sus hijos.

- Motivación

El efecto más desbastador de crecer en un ambiente de pobreza es la influencia que este tiene en la motivación, personalidad, y perspectivas generales hacia el futuro.

- La escuela

Lo más importante es señalar que las escuelas no son de ninguna manera responsable de la diferencia de la capacidad mental por tal razón del status socio económico.

2.9.4.1.2.3. Trastornos asociados

- Hidrocefalea

Es una enfermedad en la que el líquido céfalo raquídeo se acumula en la cabeza, produciendo presión sobre la cabeza y el cráneo. Normalmente este líquido se derrama del sistema nervioso central y es absorbido por diversos conductos, pero en la hidrocefalia sobreviene una oclusión en alguna parte del sistema de drenaje, las personas afectadas poseen una cabeza grande.

- Microcefalea

Se define como la presencia de un perímetro craneal menor de dos desviaciones estándar por debajo de la media. Un perímetro craneal bajo

indica un cerebro pequeño (microencefalia). Es fundamental distinguir las formas primarias y secundarias de microcefalia.

- **Epilepsia**

Afección crónica producida por diferentes etiologías, caracterizada por la repetición de crisis debidas a una descarga excesiva de las neuronas cerebrales (crisis epiléptica) asociadas eventualmente a síntomas clínicos o para clínicos”.

- **Autismo**

Es un síndrome: conjunto de síntomas que caracteriza a un grupo de personas (pero no todas las personas presentan todos los síntomas, ni hay ningún síntoma que sea característico de todas las personas), no se conoce la causa del autismo y por tanto no se define etimológicamente sino conductualmente.

2.9.4.1.3. Sensorial

El déficit sensorial son todas aquellas deficiencias relacionadas con los sentidos, aunque las fundamentales son, las deficiencias auditivas y las visuales, que son los canales que propician en mayor potencia la codificación y decodificación del mundo externo e interno.

Debemos diferenciar dos grupos de minusvalía sensorial que son muy comunes en las aulas, como son la discapacidad auditiva y trastornos graves del lenguaje y la discapacidad visual.

Discapacidad auditiva y el trastorno grave del lenguaje:

La discapacidad auditiva es un déficit total o parcial en la percepción auditiva, que afecta fundamentalmente a la comunicación. Dependiendo del momento en el cual se produzca la discapacidad, y en función de la adecuación del proceso educativo y/o rehabilitador, se encontrarán personas que realicen lectura labio facial y que se comuniquen oralmente u otras que se comuniquen a través del lenguaje de signos. (Asensi, M., 2000).

En esta discapacidad distinguimos entre:

La hipoacusia, cuya pérdida es hasta 40-60dB, se define como la disminución de la percepción auditiva. En la *hipoacusia leve* sólo surgen problemas de audición con voz baja y ambiente ruidoso. En las *moderadas* se aprecian dificultades con la voz normal; existen problemas en la adquisición del lenguaje y en la producción de sonidos. En las *severas* sólo se oye cuando se grita o se usa amplificación. No se desarrolla lenguaje sin ayuda.

Para la hipoacusia, existen aparatos de gran avance que ayudará a los niños/as a que los problemas que nacen debido a la discapacidad, sean los menos posibles.

La sordera profunda, cuya pérdida es superior a 60dB, su percepción auditiva es prácticamente nula, incluso con amplificación. No se produce un desarrollo espontáneo del lenguaje, pudiendo oír gritos y ruidos muy fuertes.

Trastornos graves del lenguaje, se destaca la disfasia que es la pérdida parcial y afasia es la pérdida total del habla debida a una lesión cortical en las áreas específicas del lenguaje.

Las características de las personas con estos tipos de minusvalías sensoriales son la gran dificultad en la discriminación auditiva, tienen una mala reacción ante los estímulos, para estas personas es necesario potenciar su organización temporal, darles normas y valores y ayudarles ya que tienen dificultad en la comprensión de actividades complejas.

Discapacidad visual, no poseen resto visual, o pueden realizar diferentes tareas utilizando instrumentos adecuados que potencien su funcionamiento visual. Podemos distinguir la *ceguera total* en las que las personas no perciben luz o si la perciben no pueden localizar su procedencia, por otro lado destacamos el *déficit visual*, en éste las personas poseen algún resto visual.

Sus características más destacadas es el miedo que tienen a desplazarse por su medio ya que pueden chocar, golpearse, desorientarse en lugares desconocidos por él/ella.

CAPITULO III

METODOLOGÍA

3.1 Tipo de investigación

La presente investigación es de diseño cuasi experimental porque se pretende determinar los efectos (causa), que provoca la variable independiente sobre la dependiente su efecto o consecuencia provocado por el tratamiento de la recreación dirigida al desarrollo de las habilidades motrices básicas de los niños de los niños especiales Down de 6 a 15 años de la fundación Virgen de la Merced.

3.2 Población

Los niños con síndrome de Down que se encuentran recibiendo su educación especial y rehabilitación en el Instituto especial “Virgen de la Merced” y que en la actualidad corresponden a 16 niños legalmente matriculados, que oscilan entre 6 y 15 años

Tabla de valorización del RM

Para hacer la clasificación sobre el retraso mental se ha basado en la tabla de RM, su nivel de Coeficiente Intelectual: ⁵³

⁵³ Gema María González Cruzado (amatisten@hotmail.com)

R. Mental Leve	R. Mental Moderado	R. Mental Grave	R. Mental Profundo
Su coeficiente oscila entre 50-55 y 70.	El coeficiente oscila entre 35-40 y 50-55.	Coeficiente entre 20-25 y 35-40.	Coeficiente inferior a 20-25.
El lenguaje es más tardío.	Lenguaje expresivo y comprensivo es limitado.	Su lenguaje es muy limitado.	Dificultad para comprender órdenes sencillas.
Logra una adecuada autonomía personal.	Limitaciones en su autonomía personal.	No son autónomos en locomoción, comida, aseo...	Necesita de cuidados a lo largo de toda su vida.
Tiene dificultades en el aprendizaje escolar.	Necesita adaptaciones muy significativas.	Deben tener una escolarización en aulas específicas.	Se le debe desarrollar hábitos y destrezas.

Tabla de comparación de los retrasos mentales

Muestra

Por considerar que la población corresponde a un número pequeño de sujetos, el estudio de investigación se realizó en todos los miembros de la población.

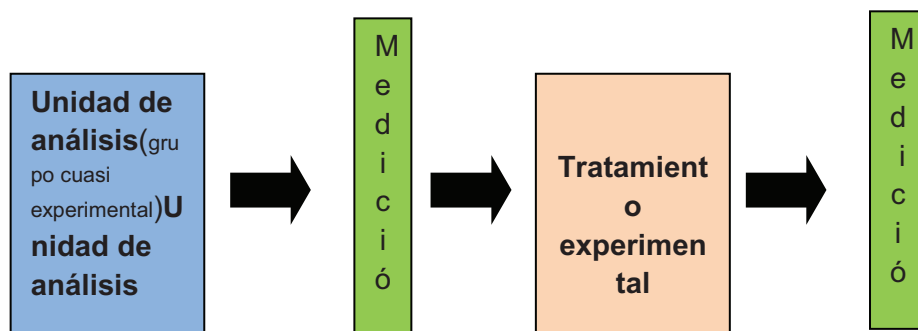
La selección de estos chicos se lo realizo con ayuda de la especialista, Lcda. Esperanza Estévez Jefe del Área de Educación Física de la Fundación, escogiendo niños Down con lesiones leves y fácil manejo para cualquier actividad ya que existen niños que dependen de un adulto para la realización de diferentes actividades.

ORD	APELLIDOS Y NOMBRES	FECHA DE NACIMIENTO	EDAD	NIVEL	COEFICIENTE INTELECTUAL	DIGNOSTICO
1	ADRIAN ALEMAN	28/07/1998	12	B-3	47-RM GRAVE	SD-DOWN
2	ANDRES NARANJO	02/12/1994	16	F-D	16-RM-PROFUND.	SD-DOWN
3	ANGELO AGUIRRE	15/01/2003	7	I-B	51-RM- GRAVE	S D- DOWN
4	DANIEL SOLORZANO	15/01/1997	13	F-C	18-RM-PROFUND.	SD- DOWN
5	DANIEL RIOS	23/09/1997	13	B-3	25 RM SEVERO	SD-DOWN
6	DEAN SALCEDO	20/09/1999	11	B-2	25 RM SEVERO	SD-DOWN
7	DIEGO SANTILLAN	14/12/1995	15	B-3	25 RM SEVERO	SD-DOWN
8	JERRY CHICA	22/05/2002	8	I-A	33 -RM- SEVERO	SD- DOWN
9	JONATHAN GARCIA	21/11/2002	8	I-B	25 RM SEVERO	SD.DOWN
10	JONATHAN MALATAXI	09/04/2002	8	B-1	25 RM SEVERO	SD.DOWN
11	JORGE LUIS VALDIVIEZO	12/11/1999	11	F-B	40 RM GRAVE	SD.DOWN
12	JULIAN PAREDES	26/07/1997	13	B-2	33-RM-SEVERO	SD-DOWN
13	KAREN RUIZ	23/02/2004	6	I-B	25 RM SEVERO	SD.DOWN
14	LUPITA GUALATUÑA	09/01/1999	11	B-2	41-RM-SEVERO	SD-DOWN
15	MAELY MUÑOZ	06/12/2000	10	B-1	33-RM-GRAVE	SD- DOWN
16	MATEO DIAZ	05/02/1999	11	B-2	26- RM -SEVERO	SD- DOWN

Niveles: PL (Pre laboral)
 B1 (Básico 1)
 FA (Funcional A)
 IA (Inicial A)

Proceso experimental

- Se valoró antes y después del proceso, su evolución en cada una de las habilidades motrices básicas del niño/a.
- Se potenciaron los tratamientos a través de actividades lúdicas, con el fin de tener un mayor abanico de posibilidades en el abordaje de las distintas fases por las que pasan los niños Down.
 - Se aplicó diseño con pre prueba – pos prueba y un solo grupo, con mediciones previas y posteriores al tratamiento.
 - Esquema:



3.3 Técnicas e instrumentos

3.3.1 Fuentes primarias

Técnicas	Instrumentos	Sujetos investigados	Observación
Observación	Guía de actividades	Niños Down	
Entrevista	Cuestionario	Docente de cultura física	
Test HMB.	Cuestionario	Niños Down	

3.4 Proceso de investigación

Con toda la información de la encuesta se procedió a realizar la correspondiente tabulación, sustentada en criterios que sirvieron de base para separar a los que no se sujetaron al patrón determinando.

El cruce de la información con fuentes técnicas y secundarias que garantizó la objetividad de los resultados.

El proceso de recolección de datos se llevó a partir del lunes 19 de abril del 2010 en las instalaciones del Instituto de rehabilitación especial “Virgen de la Merced”, para lo cual se utilizó el test de evaluación (ANEXO “B”) para evaluar cada una de la habilidades motrices básicas, de los niños con

síndrome de Down, y fue necesario la ayuda de los auxiliares de cada uno de los pentágonos del centro.

Posteriormente se realizó una post evaluación para la siguiente recolección de datos, con la finalidad de comparar los resultados y poder comprobar la hipótesis del proyecto.

Para medir la variable recreación se utilizó la guía de observación con lo que se pudo recolectar datos cualitativos sobre la manera de realizar el proceso de las actividades lúdicas con los niños del centro.

Con toda la información y la hipótesis formuladas se pudo comprobar cada una de ellas.

1. Observación

Permitió realizar una descripción directa de los hechos como se presentaron, de una manera espontánea para posteriormente consignarlos por escrito.

Guía de observación (**ANEXO "A"**)

2. Test.

El proceso de recolección de datos se realizó, a partir del miércoles 17 de Marzo del 2010 en las instalaciones del Instituto de rehabilitación especial "Virgen de la Merced", para lo cual utilizaremos el test pre prueba de evaluación (**ANEXO "B"**) para medir las habilidades motrices básicas, con la ayuda de los especialistas del centro.

Posteriormente se realizó una nueva recolección de datos de pos prueba, con la finalidad de comparar los resultados y poder comprobar la hipótesis del presente proyecto.

Para medir la variable actividades lúdicas se utilizó la guía de observación con la que se pudo recolectar datos cualitativos sobre la manera de realizar el proceso de juegos con los niños.

3.5 Formulación de hipótesis

Hipótesis de Trabajo:

Hi La recreación dirigida, incide favorablemente en el desarrollo de las habilidades motrices básicas de los niños con síndrome de Down, de 6-15 años, de la fundación Virgen de la Merced.

Hipótesis Nula

Ho La recreación dirigida no incide favorablemente en el desarrollo de las habilidades motrices básicas de los niños con síndrome de Down, de 6-15 años, de la fundación Virgen de la Merced

3.6 Operacionalización de variables

- a) Recreación dirigida(variable independiente)
- b) Habilidad motriz básica(variable dependiente)

Matriz de variables

VARIABLE	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	CATEGORIAS / DIMENSIONES	SUB CATEGORIA	INDICADORES
Recreación	<p>Es la actitud positiva del individuo hacia la vida, en el desarrollo de las actividades para el tiempo libre, que le permite trascender los límites de la conciencia y el logro del equilibrio biológico y social, que dan como resultado una buena salud y una mejor calidad de vida.</p> <p>Funlibre</p>	<p>ACTITUDINAL</p> <p>CONCEPTUAL</p> <p>MOTORAS</p>	<p>Coeducación Relaciones interpersonales Comunicación e inserción social</p> <p>Aprender a conocer Aprender a hacer Aprender a convivir</p> <p>Habilidades motrices Capacidades físicas</p>	<p>Observación</p> <p>Entrevista</p>
Down	<p>“El síndrome de Down es un trastorno cromosómico que incluye una combinación de defectos congénitos, entre ellos, cierto grado de discapacidad intelectual, facciones características y, con frecuencia, defectos cardíacos y otros problemas de salud. “</p> <p>National Down Syndrome Society (NDSS)</p>	<p>Retraso mental</p> <p>Tipos</p>	<p>Leve</p> <p>Moderado</p> <p>Severo</p> <p>Profundo</p> <p>No disyunción</p> <p>Tras locación</p> <p>Mosaicismo</p>	<p>CI 50-55 a 70.</p> <p>CI 35-40 a 50-55.</p> <p>CI 20-25 a 35-40.</p> <p>CI 20-25.</p>
Habilidad motriz básica	<p>Es la capacidad del individuo para realizar con éxito operaciones de tipo práctico, que se caracterizan por una alta estabilidad en la secuencia de la acción, liberando “relativamente” la regulación de las acciones voluntarias conscientes, por cuanto las habilidades siempre parten de los conocimientos y de las experiencias adquiridas las que les permiten establecer las relaciones entre el objetivo de la actividad, las condiciones en que debe desarrollarse y la forma de su realización.</p> <p>A. V. Petrovski.</p>	<p>BASICAS</p> <p>DEPORTIVAS</p>	<p>Correr</p> <p>Lanzar</p> <p>Reptar</p> <p>Escalar</p> <p>Juegos con pelota</p> <p>Combate</p>	<p>Saltar</p> <p>Atrapar</p> <p>Trepar</p> <p>Individual</p> <p>Arte competitivo</p> <p>Otros</p>

CAPÍTULO IV

ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS

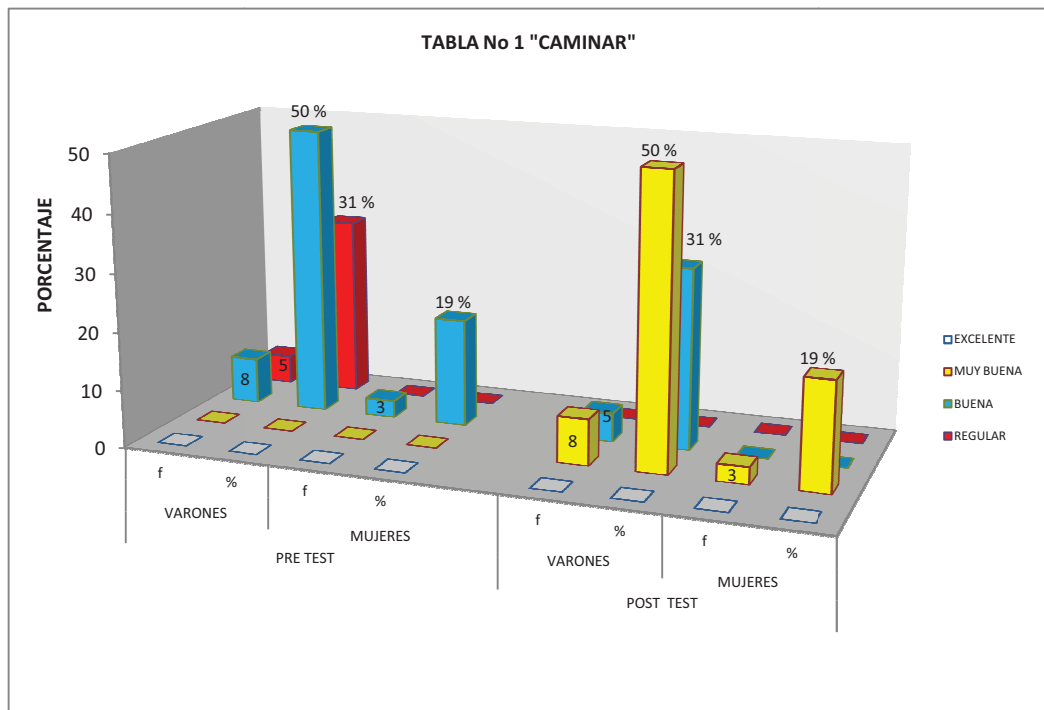
VERIFICACIÓN DE HIPÓTESIS

4.1 “Caminar”

Tabla No 1

HABILIDAD MOTRIZ BÁSICA "CAMINAR"								
ESCALA	PRE TEST				POST TEST			
	VARONES		MUJERES		VARONES		MUJERES	
	F	%	F	%	F	%	f	%
EXCELENTE	0	0	0	0	0	0	0	0
MUY BUENA	0	0	0	0	8	50	3	19
BUENA	8	50	3	19	5	31	0	0
REGULAR	5	31	0	0	0	0	0	0
TOTAL	13	81	3	19	13	81	3	19

Fuente: Datos tomados del grupo de niños de 6-15 años en el proceso de investigación de la FUVIME



4.1.2 Análisis

4.1.2.1 Cuantitativo

En lo que respecta a la determinación de la caminata de acuerdo al pre test, el gráfico se observa, que un 69 %, de niños con síndrome de Down de la fundación se encuentran en una escala de buena y un 31 % en una escala de regular, con una marcha antinatural por sus diferentes problemas fisiológicos y anatómicos.

En el post test se puede observar que un 69 % de los niños con síndrome de Down suben de nivel a muy buena y un 31 % de niños a un nivel de buena con el proceso existió una mejoría de su marcha.

4.1.2.2 Interpretación

En la evaluación del pre test se determinó que el 69% de los niños con síndrome de Down el patrón motor de la marcha presentaba problemas de coordinación de sus brazos para el desplazamiento y mantener una dirección de avance ubicándose en la escala de buena, pero el 31%, de niños su patrón motor presentaba movimientos antinaturales como: la acción alternativa y progresiva de las piernas, con un contacto continuo de la superficie de apoyo su balance de los brazos descoordinadamente durante su avance requiriendo de apoyo personalizado para su avance.

En el post test existieron cambios significativos de su patrón motor, el 69%, de los niños se ubicaron en la escala de muy buena y el 31%, se ubicaron en la escala buena, existiendo una mejoría en los niños donde su patrón motor se caracterizó por una acción alternativa y progresiva de las piernas con un

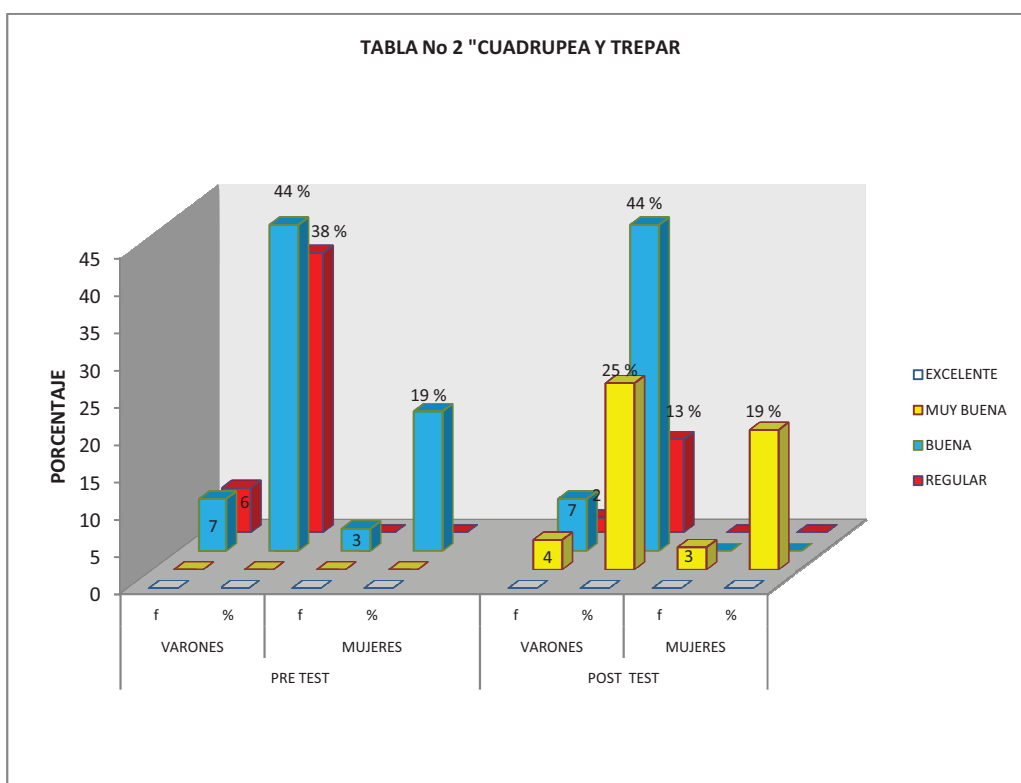
contacto continuo con la superficie de apoyo, su balanceo de los brazos a la altura de los codos y su movimiento pendular a partir de los hombros.

4.2. "Cuadrúpeda y trepar"

Tabla No 2

HABILIDAD MOTRIZ BÁSICA "CUADRUPEA Y TREPAN"									
ESCALA	PRE TEST				POST TEST				
	VARONES		MUJERES		VARONES		MUJERES		
	F	%	f	%	f	%	f	%	
EXCELENTE	0	0	0	0	0	0	0	0	
MUY BUENA	0	0	0	0	4	25	3	19	
BUENA	7	44	3	19	7	44	0	0	
REGULAR	6	38	0	0	2	13	0	0	
TOTAL	13	81	3	19	13	81	3	19	

Fuente: Datos tomados del grupo de niños de 6-15 años en el proceso de investigación de la FUVIME



4.2.1 Análisis

4.2.1.1 Cuantitativo

En lo referente al gateo y trepar un 62% de niños con síndrome de Down presenta una escala de buena y un 38% de niños se ubican en la escala de regular donde su patrón motor presenta problemas de contacto en el pre test de la evaluación.

El post test luego del proceso estableció que un 44% de niños se ubican en la escala de muy buena, el 44% se ubican en la escala de buena y el 12 % de niños se ubican en la escala de regular, en consecuencia un 88% de los niños/as mejoraron su habilidad motriz básica, pero un 12 % de niños se mantuvieron en la escala de regular.

4.2.1.2 Interpretación

En cuanto al gesto motor de los niños con síndrome de Down el pre test presentó que el 62%, de niños /as se ubicaron en la escala de buena y un 38% en una escala de regular, que significa que su patrón cruzado ejecutaba movimientos descoordinados y sin mantenerse mucho tiempo en esa posición.

En el post test se determinó que un 88% de los niños/as, mejoraron su patrón cruzado, coordinando sus movimientos de tal manera que su brazo derecho fue sincronizado con el pie izquierdo y viceversa manteniendo la posición más tiempo, el contacto permanente con el suelo durante todo el movimiento mirando la mano de avance situando a la altura de los ojos coordinadamente, lo que no sucede con el 12% de los niños no mejoraron

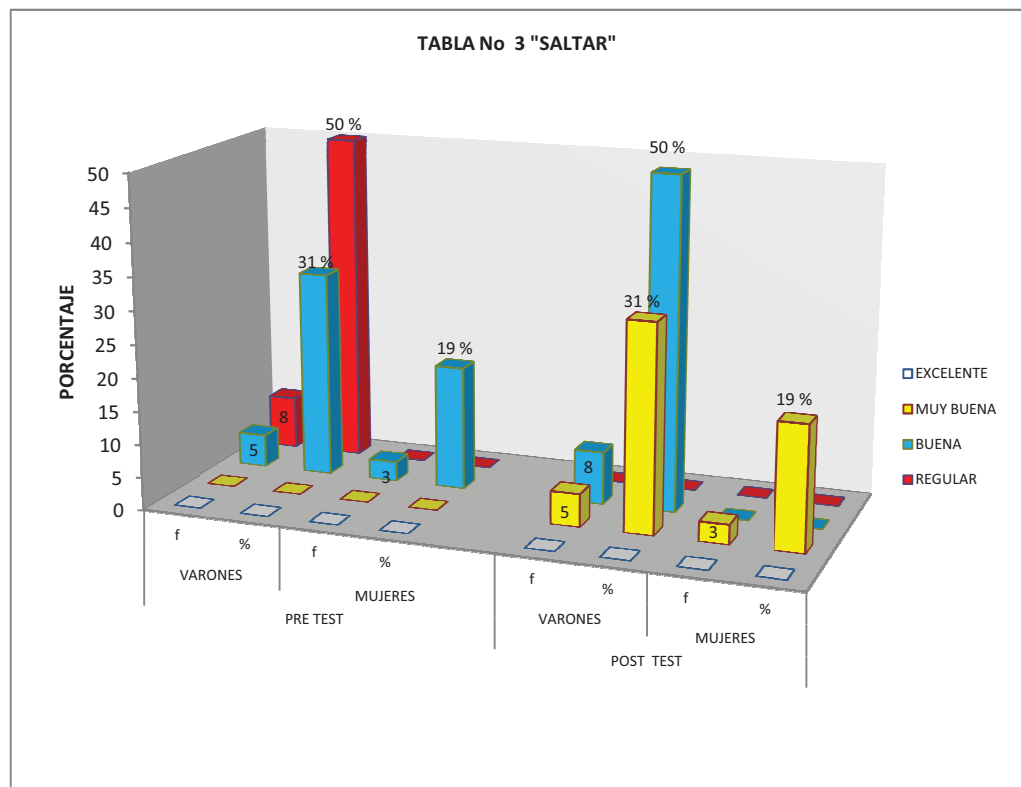
su patrón cruzado, no hubo el contacto continuo con el suelo, no soportaron esa posición, deformándole su gesto motor.

4.3 "Saltar"

Tabla No 3

HABILIDAD MOTRIZ BÁSICA "SALTAR"									
ESCALA	PRE TEST				POST TEST				
	VARONES		MUJERES		VARONES		MUJERES		
	f	%	f	%	F	%	f	%	
EXCELENTE	0	0	0	0	0	0	0	0	
MUY BUENA	0	0	0	0	5	31	3	19	
BUENA	5	31	3	19	8	50	0	0	
REGULAR	8	50	0	0	0	0	0	0	
TOTAL	13	81	3	19	13	81	3	19	

Fuente: Datos tomados del grupo de niños de 6-15 años en el proceso de investigación de la FUVIME



4.3.1 Análisis

4.3.1.1 Cuantitativo

En la habilidad motriz básica de saltar se determinó en el pre evaluación, que un 50% de los niños con síndrome de Down se ubicaron en la escala buena y un 50% de los niños se ubicaron en la escala regular del movimiento del patrón motor del salto de manera incorrecta.

En la Post evaluación de esta habilidad hubo una mejoría en este grupo donde el 50% se ubicó en la escala “muy buena”, y el otro 50 % se ubicó en la escala “regular”, donde la secuencia del patrón motor del salto existió una mejoría considerable en cada uno de estos chicos.

4.3.1.2 Interpretación

La habilidad motriz básica de saltar en el pre test de evaluación demostró que la secuencia del movimiento del patrón motor no lo ejecutaba correctamente por diferentes causas tanto fisiológicas y anatómicas, donde la flexión de preparatoria de cadera, rodillas y tobillos, brazos hacia atrás para el impulso su patrón motor errado.

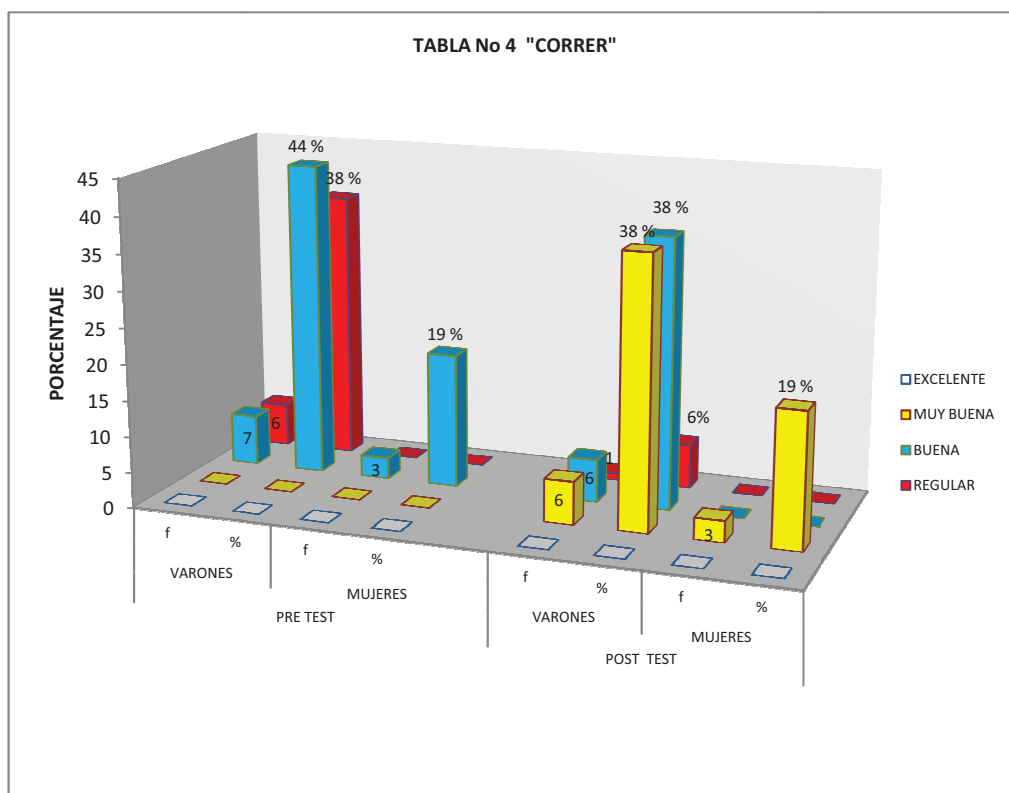
En la post evaluación de esta habilidad evidenció cambios significativos, comenzando del salto con elevación hacia delante y hacia arriba de los brazos, continuando con un impulso con fuerte extensión de cadera, rodillas y tobillos, con una extensión permanente del cuerpo en el aire hasta la caída momento el cual los tobillos, rodillas y caderas se preparan para amortiguar la caída efectuando de una manera correcta en pequeñas distancias.

4.4 "Correr"

Tabla No 5

HABILIDAD MOTRIZ BÁSICA "CORRER"									
ESCALA	PRE TEST				POST TEST				
	VARONES		MUJERES		VARONES		MUJERES		
	f	%	f	%	f	%	f	%	
EXCELENTE	0	0	0	0	0	0	0	0	
MUY BUENA	0	0	0	0	6	38	3	19	
BUENA	7	44	3	19	6	38	0	0	
REGULAR	6	38	0	0	1	6	0	0	
TOTAL	13	81	3	19	13	81	3	19	

Fuente: Datos tomados del grupo de niños de 6-15 años en el proceso de investigación de la FUVIME



4.4.1 Análisis

4.4.2.1 Cuantitativo

En lo que respecta en la primera evaluación o pre test de la habilidad motriz de correr, el 62% de los niños con síndrome de Down se ubicaron en la escala de buena y un 38% se ubicaron en una escala de regular sin mantener esa fase aérea del movimiento y su respectiva fuerza para su avance.

En el post test el 56,5% de niños/as, se ubicaron en la escala de muy buena, el 37,5% se ubicaron en la escala de buena mejorando su fase aérea y la fuerza respectiva, pero un 6 % se mantiene en la escala de regular no mejoran su gesto motor de la habilidad básica.

4.4.2.2 Interpretación

La habilidad motriz básica de correr en el pre test determinó que un 62% de niños con síndrome de Down se ubiquen en una escala de buena, y un 38% se ubiquen en la escala regular, manifestando un gesto motor incorrecto donde su impulso de la pierna en dos direcciones hacia arriba y hacia delante lo ejecutaban con una descoordinación y fuerza insuficiente para el desplazamiento.

Su habilidad motriz básica en el post test cambió significativamente del 56,5% de los niños/as se ubicaron en la escala de muy buena, el 37,5% de niños se ubicaron en la escala de buena, el gesto motor de esta habilidad aumentó la longitud de la zancada disminuyendo la cantidad de movimiento vertical en cada zancada, aumento de la extensión de la cadera, rodilla y

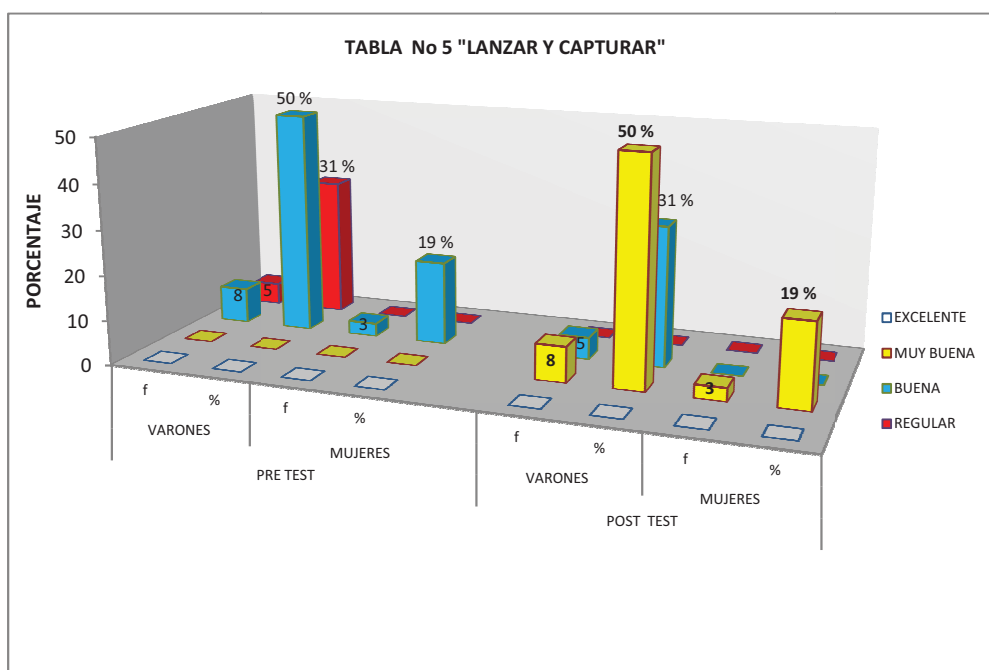
tobillos en el impulso, aumento de la proporción temporal de las fases de suspensión, aumento de la aproximación del talón a los glúteos en el momento que las piernas pasan por el centro de gravedad, aumento de la altura de la rodilla adelantada, disminución de la distancia entre el pie de apoyo y el centro de gravedad de apoyo y finalmente 6% de niños no mejoraron su patrón motor de correr.

4.5 “Lanzar y capturar”

Tabla No 5

HABILIDAD MOTRIZ BÁSICA "LANZAR Y CAPTURAR"									
ESCALA	PRE TEST				POST TEST				
	VARONES		MUJERES		VARONES		MUJERES		
	f	%	f	%	f	%	f	%	
EXCELENTE	0	0	0	0	0	0	0	0	
MUY BUENA	0	0	0	0	8	50	3	19	
BUENA	8	50	3	19	5	31	0	0	
REGULAR	5	31	0	0	0	0	0	0	
TOTAL	13	81	3	19	13	81	3	19	

Fuente: Datos tomados del grupo de niños de 6-15 años en el proceso de investigación de la FUVIME



4.5.1 Análisis

4.5.1.1 Cuantitativo

Referente a estas habilidades en la pre evaluación se determinó que un 69% de los niños se ubicaron en la escala “buena”, y el 31% se ubicaron en la escala “regular”, por su torpeza motriz para la recepción y devolución de un objeto.

En la post evaluación existió cambios significativos ya que el 69% se ubicó en la escala “muy buena” y el 31% se ubicó en la escala “buena”, mejorando su dominio y control de los objetos.

4.5.1.2 Interpretación

En primera instancia el dominio de la habilidad de coger y lanzar se desarrolló a ritmo lento, porque necesitaban de la sincronización de las propias acciones, exigiendo unos ajustes perceptivos motores complejos existiendo una torpeza motriz.

En la segunda instancia de la evaluación existió un dominio y control de la habilidad de coger y lanzar un objeto sincronizando las acciones de una manera coordinada, perdiendo esa torpeza motriz existiendo ya una dirección establecida para proyectar un objeto de diferente manera (encima del hombro, lateral y atrás o adelante).

4.6 COMPROBACION DE HIPOTESIS.

a.- DEFINICION DE LOS DATOS

Para la comprobación estadística de hipótesis, primero se definió la información generada en la presente investigación:

- Variables analizadas: Género, Caminar, Saltar, Lanzar y Capturar, Correr, Cuadrúpeda y trepar
- Tipo de variables: Categóricas ordinales politómicas
- Escala de medición: a = excelente, b = muy buena, c = buena, d = regular
- Tipo de muestreo: 2 muestras relacionadas (observaciones pre y post test por cada variable)
- Tamaño muestral : 16 observaciones por muestra (16 datos pre y 16 pos test por cada variable)

En base a lo anterior, se realizó el ingreso de datos en el programa SPSS, definiendo el siguiente cuadro de variables:

*datos tesis.sav [DataSet0] - PASW Statistics Editor de datos

Archivo Edición Ver Datos Transformar Analizar Marketing directo Gráficos Utilidades Ventana Ayuda

	Nombre	Tipo	Anchura	Decimales	Etiqueta	Valores	Perdidos	Columnas	Alineación	Medida
1	genero	Numérico	8	0	Genero del participante	{1, hombre}...	Ninguna	7	Derecha	Ordinal
2	cam_pre	Numérico	9	0	Caminar pretest	{0, d}...	Ninguna	7	Derecha	Ordinal
3	cam_pos	Numérico	9	0	Caminar post test	{0, d}...	Ninguna	6	Derecha	Ordinal
4	sal_pre	Numérico	9	0	Saltar pretest	{0, d}...	Ninguna	6	Derecha	Ordinal
5	sal_pos	Numérico	9	0	Saltar post test	{0, d}...	Ninguna	6	Derecha	Ordinal
6	lyc_pre	Numérico	9	0	Lanzar y capturar pretest	{0, d}...	Ninguna	7	Derecha	Ordinal
7	lyc_pos	Numérico	9	0	Lanzar y capturar post test	{0, d}...	Ninguna	6	Derecha	Ordinal
8	cor_pre	Numérico	9	0	Correr pretest	{0, d}...	Ninguna	6	Derecha	Ordinal
9	cor_pos	Numérico	9	0	Correr post test	{0, d}...	Ninguna	6	Derecha	Ordinal
10	cyt_pre	Numérico	9	0	Cuadruplea y trepar pretest	{0, d}...	Ninguna	6	Derecha	Ordinal
11	cyt_pos	Numérico	9	0	Cuadruplea y trepar post test	{0, d}...	Ninguna	6	Derecha	Ordinal

Posteriormente, se ingresó los datos obtenidos por cada individuo para cada variable:

*datos tesis.sav [DataSet0] - PASW Statistics Editor de datos

Archivo Edición Ver Datos Transformar Analizar Marketing directo Gráficos Utilidades Ventana Ayuda

	genero	cam_pre	cam_pos	sal_pre	sal_pos	lyc_pre	lyc_pos	cor_pre	cor_pos	cyt_pre	cyt_pos
1	hombre	d	c	d	c	d	c	d	c	d	d
2	hombre	c	b	d	c	c	b	c	c	d	d
3	hombre	c	b	c	b	c	b	c	b	c	b
4	hombre	c	b	d	c	c	b	d	c	c	b
5	hombre	d	c	d	c	d	c	d	c	c	c
6	hombre	c	b	c	b	c	b	c	b	c	b
7	hombre	c	b	c	b	c	b	c	b	c	b
8	hombre	d	c	d	c	d	c	d	c	d	c
9	hombre	c	b	c	b	c	b	c	b	c	b
10	hombre	c	b	c	b	c	b	c	b	c	b
11	hombre	d	c	d	c	d	c	d	c	d	c
12	hombre	c	b	d	c	c	b	c	b	c	b
13	mujer	c	b	c	b	c	b	c	b	c	b
14	mujer	c	b	c	b	c	b	c	b	c	b
15	mujer	c	b	c	b	c	b	c	b	c	b
16	hombre	d	c	d	c	d	c	d	c	d	c

b.- DEFINICION DE LA TECNICA INFERENCIAL:

Para identificar la técnica a utilizar, se debió considerar lo siguiente:

- Se trata de un muestreo pareado o relacionado, es decir, que para cada individuo se tienen dos observaciones: una medición pre test y otra post test para verificar si existen diferencias debido al proceso experimental.
- Este proceso se hizo para cada variable a estudiar en la presente investigación.
- El tipo de escala utilizado para medir cada variable fue una escala categórica ordinal.
- La variable es politómica, es decir, que se le puede asignar varias medidas (a, b, c o d, según la escala utilizada)
- El total de observaciones por cada muestra es de 16 datos, lo que se considera una muestra pequeña, y donde no se puede asumir normalidad en la información.

En base a esta información, se debió utilizar un test de comparación de muestras relacionadas, que permitió estimar si las diferencias de las medidas pre y post test obtenidas para cada variable eran estadísticamente significativas a un nivel del 95% de confiabilidad, es decir, con una significación del 5%.

Para este caso, se estableció que no era posible utilizar la prueba para métrica T para muestras pareadas, puesto que los datos no permitían asumir normalidad. Esto condujo a la utilización de pruebas no para métricas.

Dentro de estas pruebas, se consideró que para el caso de variables categóricas, no era posible utilizar pruebas no para métricas como la Prueba de Signos o la Prueba de Wilcoxon, puesto que estas pruebas funcionan únicamente para variables numéricas continuas.

Por otra parte se determinó que no se podía utilizar una prueba Ji cuadrada. La prueba en mención tiene como condición que el número de frecuencias en cada casilla debe ser mayor a 5. Esto no se cumple en ninguna de las tablas, y por tanto, no se puede utilizar dicha prueba.

Tabla de contingencia Caminar pre test * Caminar post test

Recuento

		Caminar post test		Total
		C	B	
Caminar pre test	D	5	0	5
	C	0	11	11
Total		5	11	16

Tabla de contingencia Saltar pre test * Saltar post test

Recuento

		Saltar post test		Total
		C	B	
Saltar pre test	D	8	0	8
	C	0	8	8
Total		8	8	16

Tabla de contingencia Lanzar y capturar pre test *

Lanzar y capturar post test

Recuento

		Lanzar y capturar post test		Total
		C	B	
Lanzar y capturar pre test	D	5	0	5
	C	0	11	11
Total		5	11	16

Tabla de contingencia Correr pretest * Correr post test

Recuento

		Correr post test		Total
		C	B	
Correr pre test	D	6	0	6
	C	1	9	10
Total		7	9	16

Tabla de contingencia Cuadrúpeda y trepar pretest *

Cuadrúpeda y trepar post test

Recuento

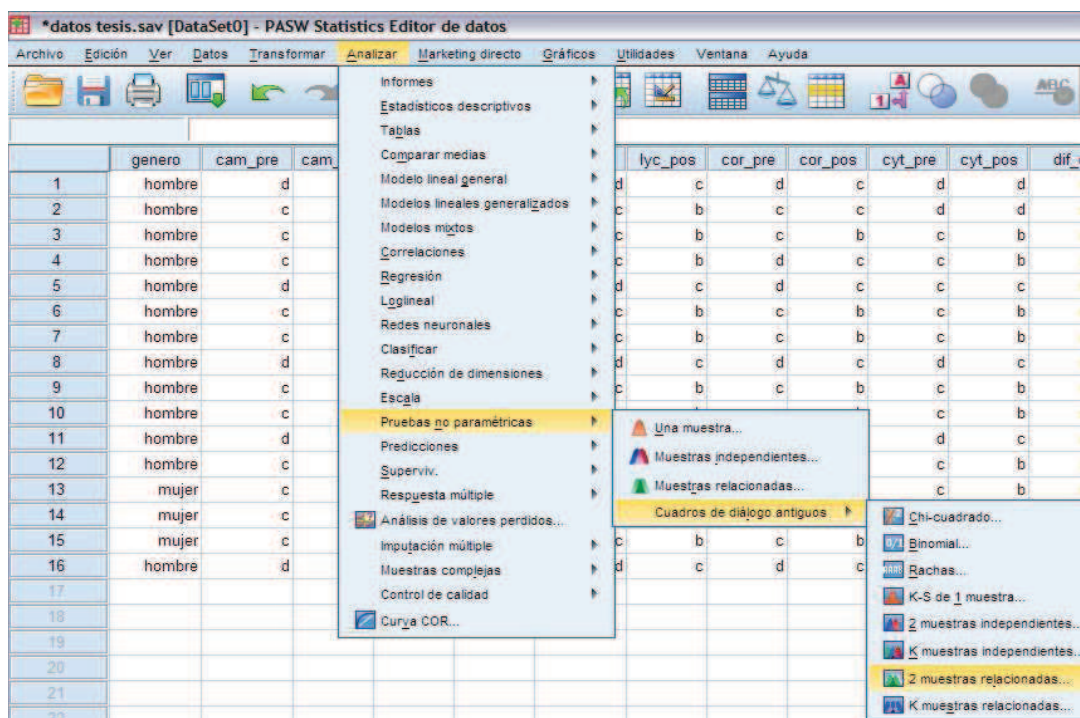
		Cuadrúpeda y trepar post test			Total
		D	C	B	
Cuadrúpeda y trepar pre test	D	2	3	0	5
	C	0	1	10	11
Total		2	4	10	16

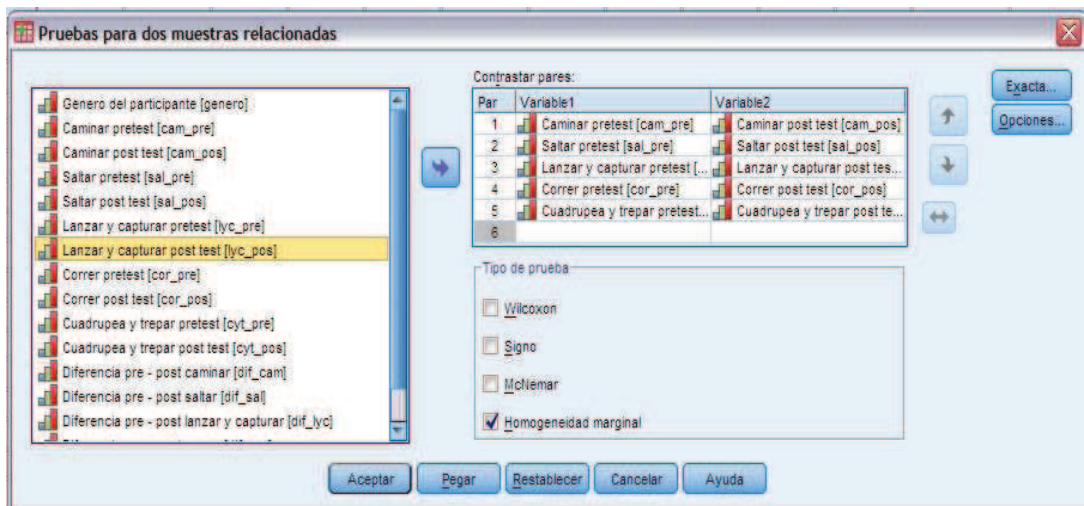
Esto nos llevó a utilizar pruebas más especializadas, como el Test Mc Nemar o la prueba de Homogeneidad Marginal.

El test de Mc Nemar, se aplica en el caso de que las variables sean dicotómicas, es decir, cuando se acepten solo 2 posibles resultados en cada caso. En este caso se utilizó una escala politómica, por lo que esta prueba tampoco pudo ser aplicada.

Por todo lo anterior, se aplicó la Prueba de Homogeneidad Marginal, que es la prueba no para métrica específica para el caso. Hay que considerar que los cálculos de esta prueba son muy extensos, por tal motivo se basó en los resultados generados por el SPSS.

Con la utilización del software SPSS, se ingresó las variables y se ejecutó simultáneamente las pruebas para todas las variables.





Luego de definir la información en el SPSS, se obtuvo los siguientes resultados:

Prueba de homogeneidad marginal

	Caminar pretest y Caminar post test	Saltar pre test y Saltar post test	Lanzar y capturar pre test y Lanzar y capturar post test	Correr pretest y Correr post test	Cuadrúpea y trepar pre test y Cuadrúpea y trepar post test
Valores distintos	3	3	3	3	3
Casos no diagonales	16	16	16	15	13
Estadístico de HM observado	11,000	8,000	11,000	9,000	10,000
Media del estadístico HM	19,000	16,000	19,000	16,500	16,500
Desviación típica del estadístico de HM	2,000	2,000	2,000	1,936	1,803
Estadístico de HM tipificado	-4,000	-4,000	-4,000	-3,873	-3,606
Sig. asintót. (bilateral)	,000	,000	,000	,000	,000

Como se puede observar en el último renglón de la tabla anterior, en todas las cinco pruebas, las diferencias son estadísticamente significativas al nivel del 5%.

Por tanto, se pudo corroborar que los datos no presentan la misma información en las variables pre y post test para cada variable.

Además, si se compara esta información con las tablas anteriores, se deduce que en todos los casos se establece que el nivel aumenta para cada variable, demostrándose de esta manera la hipótesis de investigación.

4.7 Conclusiones y recomendaciones

4.7.1 Conclusiones

La recreación se ha constituido en la actualidad en una de las mayores formas de ir experimentando y descubriendo, progresivamente, habilidades sencillas e individuales que con el paso de las diferentes etapas por la que atraviesa un niño/a, son los cambios producidos con el tiempo en la conducta motora que reflejan la interacción del organismo humano con el medio, que se aplica a las personas con síndrome de Down del Instituto Educación Especial Virgen de la Merced.

- El 100% de los niños /as que realizaron este tratamiento (caminar), mostraron cambios significativos de su patrón motor, el 69%,(once), de los niños se ubicaron en la escala de muy buena y el 31%,(cinco), se ubicaron en la escala buena, existiendo una mejoría en los niños donde su patrón motor se caracterizó por una acción alternativa y progresiva de las piernas con un contacto continuo con la superficie de apoyo, su balanceo de los brazos a la altura de los codos y su movimiento pendular a partir de los hombros.
- Del 100% de los niños /as que realizaron este tratamiento (cuadrúpeda y trepar), se determina que un 88% (catorce), de los niños/as, mejoraron su patrón cruzado, coordinando sus movimientos de tal manera que su brazo derecho va sincronizado con el pie izquierdo y viceversa manteniendo la posición más tiempo, el contacto permanente con el suelo durante todo el movimiento mirando la mano

de avance situando a la altura de los ojos coordinadamente, lo que no sucede con el 12% (dos), de los niños no mejoraron su patrón cruzado, no hay el contacto continuo con el suelo, no soportan esa posición ejecutándole de una manera descoordinadamente deformándole su gesto motor.

- Del 100% de los niños /as que realizaron este tratamiento (saltar), se determinó que el 50 % (ocho), obtuvieron cambios significativos, comenzando del salto con elevación hacia delante y hacia arriba de los brazos, continuando con un impulso con fuerte extensión de cadera, rodillas y tobillos, con una extensión permanente del cuerpo en el aire hasta la caída momento el cual los tobillos, rodillas y caderas se preparan para amortiguar la caída efectuando de una manera correcta en pequeñas distancias y el otro 50 % (ocho), mostro una leve mejoría de su patrón motor..
- Del 100% de los niños /as que realizaron este tratamiento (correr), el 56,5% (nueve) de los niños/as se ubicaron en la escala de muy buena, el 37,5% (seis), de niños se ubicaron en la escala de buena, el gesto motor de esta habilidad aumento la longitud de la zancada disminuyendo la cantidad de movimiento vertical en cada zancada, aumentando la extensión de la cadera, rodilla y tobillos en el impulso, aumento de la proporción temporal de las fases de suspensión, aumento de la aproximación del talón a los glúteos en el momento que las piernas pasan por el centro de gravedad, aumento de la altura

de la rodilla adelantada, disminución de la distancia entre el pie de apoyo y el centro de gravedad de apoyo y finalmente 6% (uno)de niños no mejoraron su patrón motor de correr.

- Del 100% de los niños /as que realizaron este tratamiento (coger y lanzar), el 69% (once) evidenció un dominio y control de la habilidad de coger y lanzar un objeto sincronizando las acciones de una manera coordinada, perdiendo esa torpeza motriz existiendo ya una dirección establecida para proyectar un objeto de diferente manera (encima del hombro, lateral y atrás o adelante) y un 31 % (cinco), mejorando levemente su dominio y control de los objetos.
- Como se puede observar, en el último renglón de la tabla anterior, en las cinco pruebas las diferencias son estadísticamente significativas al nivel del 5%. Por tanto, podemos corroborar que los datos no presentan la misma información en las variables pre y post test para cada variable.
- Además, si comparando esta información con las tablas anteriores, de determino que en todos los casos se establece que el nivel aumenta para cada variable, demostrándose de esta manera nuestra hipótesis de investigación.

4.7.2 Recomendaciones

- a. Hacer especial énfasis en el desarrollo de las habilidades motrices básicas, dependiendo de cada uno de las posibilidades y limitaciones de los chicos.

- b. Es conveniente la monitorización periódica de los chicos en cuanto a sus avances, desarrollo y mantenimiento de en cada una de sus habilidades motrices básicas.
- c. El trabajo especial debe basarse en la recreación dirigida, guiada al desarrollo de las habilidades motrices básicas que permita incrementar la calidad y el número de acciones propias del desenvolvimiento diario en el hogar y en el campo social.
- d. Capacitar al personal de docentes y auxiliares de cada nivel en las acciones lúdicas para el desarrollo de las habilidades motrices básicas, a fin de prevenir el aumento de personas o niños dependientes de sus movimientos naturales y propios del ser humano.
- e. Por todos los acontecimientos observados, es necesario y primordial, que los niños mantengan un adecuado grado de interrelación con los materiales didácticos (lúdicos), para que de esta forma exista una conducta motora.
- f. Por tratarse de niños con síndrome de Down y con RM (retraso mental), se hace imperiosa la necesidad de incluir en la planificación curricular Institucional una recreación dirigida para cada uno de los niveles del Instituto.

CAPITULO V

PROPUESTA ALTERNATIVA DE LA INVESTIGACIÓN

5.1 ANTECEDENTES

El motivo principal por el cual se decidió elaborar esta propuesta fue para mantener y mejorar el desarrollo de las habilidades motrices básicas de los niños/as de la Fundación Virgen de la Merced, del nivel funcional hasta tránsito a la vida adulta.

Este trabajo, se constituye en una propuesta objetiva en la que se presenta grupos de actividades que las personas con discapacidad deberán realizar durante las respectivas sesiones a la hora de cultura física y recreación con la finalidad de mejorar las condiciones de vida.

Se basa en el aprovechamiento de los movimientos naturales del ser humano con o sin ayuda externa para la estimulación del organismo que derive en el desarrollo de las habilidades, no podemos pensar que esta actividad se trata de una cura milagrosa, se lo ha considerado como un tratamiento alternativo.

Esta propuesta fue elaborada según las necesidades de los niños evaluados que necesitaban mejorar su habilidad motriz básica, Una de las principales soluciones que nos proporcionará este plan es que los niños trabajen sus habilidades motrices básicas de acuerdo con los requerimientos que cada uno de ellos necesiten para su autonomía en cada una de las actividades diarias en el hogar y en la sociedad

Uno de los efectos positivos que se podrá apreciar en futuras evaluaciones es que se producirá un mantenimiento y mejoramiento de la interrelación de los movimientos en el espacio y en el tiempo (cinemática), así como de las interacciones energéticas y de fuerza (dinámica) en el sistema de movimientos.

Esta técnica favorecerá la salud física y psíquica del niño, ya que ayudará a dominar de una forma sana su movimiento corporal, mejorando su relación y comunicación con el mundo que lo rodea.

Le permitirá al niño/a, a explorar e investigar, superar y transformar situaciones de conflicto, enfrentarse a las limitaciones, relacionarse con los demás, conocer y oponerse a sus miedos, proyectar sus fantasías, vivir sus sueños, desarrollar la iniciativa propia, asumir roles y disfrutar del juego en grupo, y a expresarse con libertad.

5.2 JUSTIFICACIÓN:

La recreación dirigida, se convierte en la única actividad mediante el cual el paciente está expuesto a movimientos naturales a los que el hombre realiza, como caminar, saltar, correr, atrapar, cuadrúpeda, trepar y lanzar, se produce así una reacción que no es solo motriz, sino también sensorial.

La Recreación Física cumple funciones objetivas biológicas y sociales. Entre las de marcado carácter biológico tenemos:

- Regeneración del gasto de fuerza mediante la recreación activa.

- Compensación del déficit de movimiento (falta de actividad muscular dinámica), en el desarrollo normal de la vida.
- Optimización de las funciones físicas fundamentales, es decir aumento del nivel de rendimiento físico.
- Perfeccionamiento de las capacidades coordinadoras y de las habilidades físico-motoras, especialmente con el fin de una utilización del tiempo libre, rica en experiencias y que promueva la salud.
- Estabilización o recuperación de la salud.
- Teniendo en cuenta que estas funciones objetivas también tienen repercusiones sociales directa o indirectamente, se pueden mencionar como funciones objetivas sociales las siguientes:
 - Empleo del tiempo libre de forma creativa y rica en experiencias.
 - Fomento de las relaciones sociales.
 - Ampliación de los niveles de comunicación y del campo de contacto social.
 - Contacto social alegres en las experiencias colectivas.
 - Reconocimiento social en los grupos y a través de ellos.
 - Regulación y orientación de la conducta.

La vinculación entre los objetivos biológicos y sociales es una característica típica de la Recreación dirigida, la cual tiene grandes consecuencias para su estructura, y para el contenido y la organización finalmente de todos sus procesos básicos. Las funciones sociales y biológicas se condicionan y tienen una interdependencia a la hora de su realización.

5.3 OBJETIVOS

5.3.1 OBJETIVO GENERAL

Elaborar un plan de actividades recreativas mediante acciones de campo para los niños del Instituto de rehabilitación especial “Virgen de la Merced”, a fin de mantener y mejorar sus habilidades motrices básicas, su calidad de vida e inserción social.

5.3.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

Lograr que los niños /as realicen movimientos naturales coordinados a través ejercicios cotidianos de la vida diaria de manera independiente a fin de lograr una inserción social productiva.

Desarrollar su aprendizaje corporal a través de juego en los diferentes escenarios a fin de lograr un aprendizaje motor y garantizar la posibilidad de la adquisición de una experiencia práctica del trabajo.

Desarrollar habilidades en la solución de problemas cotidianos a través de las acciones lúdicas de campo a fin de lograr su independencia en la manipulación y exploración motora.

FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA DE LA PROPUESTA

CURRÍCULO FUNCIONAL ECOLÓGICO

DEL ÁREA DE CULTURA FÍSICA



INSTITUTO DE EDUCACIÓN ESPECIAL

“FUNDACIÓN VIRGEN DE LA MERCED”

AÑO LECTIVO: 2010-2011

ELABORADO POR: LCDO. RAMIRO TAMAY

PROGRAMA CURRICULAR INSTITUCIONAL

DEL ÁREA DE CULTURA FÍSICA

1. DATOS INFORMATIVOS:

1.1. Nivel Funcional A, B, C, D, Inicial, Básico 1, 2, **3, T.V.A.**

1.2. Responsable Lcdo. Ramiro Tamay

1.3. Característica del nivel Especial

2. Objetivo general

2.1. Alanzar las condiciones físicas y de salud a través de la recreación, ocio y tiempo libre a fin que satisfagan la necesidad personal e institucional y social.

2.2.

3. Objetivo específico

3.1. Desarrollar sus habilidades motrices básicas a través de las actividades lúdicas a fin de asegurar una independencia en su movimiento y desenvolvimiento social.

3.2. Desarrollar su capacidad expresiva a través de las actividades lúdicas de campo a fin de crear ambientes distintos de la expresión corporal y dramática de los niños.

3.3. Conocer y preservar hábitos de higiene a través del juego, a fin de crear en los niños concienciación en la prevención o atención a los problemas de salud.

4. Metas por niveles

4.1.1. Alcanzar a cumplir con todos los objetivos planteados en cada uno de las unidades didácticas y niveles educativos de acuerdo a sus características.

- Logra un mayor rendimiento en los diferentes juegos deportivos.
- Demuestra, responsabilidad, solidaridad, y autonomía en sus diferentes actividades realizadas, dentro y fuera de la institución para asumir su formación como un logro personal.
- Lograr que los niños/as solucionen sus problemas diarios y sencillos
- Que los niños/as adquieran y lo practiquen los valores morales y éticos para su plena realización como persona.

4.2. Funcional a

Los niños que se encuentran en esta área prácticamente son dependientes al 100 %, lo que requiere asistencia en todo momento, es un grupo heterogéneo en sus patologías en cada una de sus áreas cognitiva, afectiva y motora, el trabajo a realizar con estos chicos está basado en los órganos de los sentidos como el sentido del oído nos permite percibir los sonidos, su volumen, tono, timbre y la dirección de la que provienen, sentido de la vista es el que permite al hombre conocer (ver) el medio que lo rodea y relacionarse con sus semejantes, El sentido del tacto es el encargado de la percepción de los estímulos que incluyen el contacto y la presión, los de temperatura y los de dolor, .

4.3. Funcional b, c

Los niños de estas áreas tienen una heterogeneidad de patologías, en su dependencia está básicamente en un 50 % vista que los chicos pueden desplazarse libremente y hacer ciertas actividades básicas, pero el trabajo que se realiza es dirigido para el desarrollo de capacidades.

4.4. Inicial

Los diez niños de esta área tienen una heterogeneidad de patologías, en su dependencia está básicamente en un 50 % vista que los chicos pueden desplazarse libremente y hacer ciertas actividades básicas, pero el trabajo que se realiza es dirigido para el desarrollo de sus capacidades de acuerdo al modelo ecológico funcional.

4.5. Básico 1, 2

Los chicos de estas áreas (básico 1, 2), son con una dependencia de un 60 %, en actividades específicas para el desarrollo de habilidades motrices básicas, hábitos de higiene, normas de conducta, actividades en ambiente familiar y social.

4.6. Básico 3 y Transito a la vida adulta

Los chicos de estas áreas (básico y TVA), son prácticamente con una dependencia de 30 % en actividades específicas, excepto de chicos de sillas de ruedas que requieren más asistencia en las acciones, para el desarrollo de su independencia y autonomía se trabajará con la práctica

acciones de la vida diaria en el campo social, familiar siendo entes más productivos a la sociedad.

5. Unidades didácticas

5.1. Recreación

5.1.1. Desarrollar seguridad, confianza y satisfacción a través de las actividades lúdicas de campo y de salón, a fin de garantizar su integración, participación comunitaria y su integración en el campo laboral.

5.2. Ocio y tiempo libre

5.2.1. Promover hábitos de procesos educativos mediante actividades de desarrollo integral a fin de garantizar el uso correcto de su tiempo libre en acciones productivas para su desarrollo personal y social.

6. Cronograma de actividades

6.1. Gráfico

ESTRUCTURA (Funcional A)

DOMINIO	COMPONENTE	CONTENIDOS	ACTIVIDAD FUNCIONAL	OBJETIVO	ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS
R E C R E A C I Ó N	RECREACIÓN	<ul style="list-style-type: none"> • ME ADAPTO A MI PROFESOR • USAR LAS MANOS Y JUGAR • LA LUDOTECA Y YO CONOZCO Y DISFRUTO DE MI AMBIENTE NATURAL • SALIDAS CERCANAS A MI CONTEXTO ESCOLAR • HAY TIEMPO PARA TODO • MIS JUEGOS GRUPALES • DISFRUTO DE MIS AMIGOS • JUEGOS EN LA COMUNIDAD • JUGANDO APRENDO • RECREACIÓN Y MIS ADAPTACIONES • DISFRUTO CON MI FAMILIA Y APRENDEMOS JUNTOS 	<p>INTERRELACIÓN VISUAL ESTUDIANTE Y DOCENTE</p> <p>SOCIALIZAR A TRAVÉS DEL TACTO CON OBJETOS</p> <p>VISITAR Y PARTICIPAR DEL MEDIO LÚDICO</p> <p>SALIR A RECORRER EL CONTORNO DE NUESTRA ESCUELA</p> <p>REALIZAR ACTIVIDADES GENERALES DE VIDEOS Y MUSICA</p> <p>VISITAR PARQUES ECOLÓGICOS</p> <p>PARTICIPAR CON MI PAPÁ EN JUEGOS DE SALON Y CAMPO</p> <p>ASISTIR A EVENTOS SOCIALES DE NUESTRA COMUNIDAD</p> <p>PARTICIPAR EN LOS JUEGOS DEL VECINDARIO</p> <p>DURANTE LA ACTIVIDAD LÚDICA VAMOS A ESTIMULAR SESACIONES DE PLACER A TRAVÉS DEL CONTACTO DIRECTO CON LOS IMPLEMENTOS ESPECÍFICOS</p> <p>EJECUTAR DIFERENTES POSICIONES A CADA UNO DE LOS CHICOS MEDIANTE EL JUEGO Y ESTIMULAR SUS REFLEJOS DESDE UNA POSICION VENTRAL Y DORZAL</p> <p>PARTICIPAR CON MIFAMILIA EN ACTIVIDADES DE CAMPO O SALON</p>	<p>DESARROLLAR UNA SOCIALIZACIÓN DOCENTE Y ESTUDIANTE A TRAVÉS DEL JUEGO A FIN DE FAMILIARIZARNOS CON CONTACTO VISUAL Y TACTIL</p> <p>CONOCER DIFERENTES AMBIENTES NATURALES A TRVÉS DE SALIDAS DE VISITA A LOS PARUQUES Y RESERVAS ECOLÓGICAS A FIN DE ACRESENTAR PROCESO DE CAPTACIÓN DE IMÁGENES Y COLORES</p> <p>DESARROLLAR UN PROCESO DE APRENDIZAJE A TRAVÉS DE LA RECREACIÓN DIRIGIDA A FIN DE CREAR NORMAS Y HÁBITOS DE DESARROLLO PERSONAL</p>	<p>Método (inductivo y deductivo)</p> <p>Proceso (psicomotriz, social y cognitivo)</p> <p>Práctica (demostrativa)</p> <p>Mando (directo o mixto)</p> <p>Recursos didácticos (observación, demostración y aplicación)</p>

ESTRUCTURA (FB, FC, FD, INICIAL)

DOMINIO	COMPONENTE	CONTENIDOS	ACTIVIDAD FUNCIONAL	OBJETIVO	ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS
RECREACIÓN	RECREACIÓN, OCIO Y TIEMPO LIBRE CULTURA FÍSICA	<ul style="list-style-type: none"> • CONOZCO Y DISFRUTO MI AMBIENTE NATURAL • DEMOSTRAR CAPACIDAD DE EXPRESIÓN Y CREATIVIDAD A TRAVÉS DEL JUEGO • SALIDAS CERCANAS AL AMBIENTE ESCOLAR • INDEPENDENCIA EN EL JUEGO • HAY TIEMPO PARA TODO • MIS JUEGOS GRUPALES • CUIDO DE MI EN ACTIVIDADES DE T.L. • PRÁCTICAR REGLAS SENCILLAS DEL JUEGO • PARTICIPAR EN JUEGOS ORGANIZADOS • PARTICIPAR EN ACTIV. RECREATIVAS GRUPALES • DISFRUTO DE LA LUDOTECA • LA IMPORTANCIA DEL DESCANSO • JUEGOS EN LA COMUNIDAD • JUGANDO APRENDO • RESPETAR TURNOS • RECREACIÓN Y MIS ADAPTACIONES • MOVIMIENTOS NATURALES • PRÁCTICAR MOVIMIENTOS DE HABILIDADES DE CONTROL • REALIZAR EJERCICIOS DE LOCOMOCIÓN • UTILIZAR NOCIONES DEL OBJETIVO, TIEMPO Y ESPACIO EN DIFERENTES EJERCICIOS • REALIZAR EJERCICIOS DE EQUILIBRIO DINÁMICO Y ESTÁTICO • REALIZAR EJERCICIOS DE COORDINACIÓN MOTORA CON DIFICULTAD PROGRESIVA • EJERCITAR TODOS LAS FORMAS BÁSICAS DEL MOVIMIENTO CORPORAL • REALIZAR EJERCICIOS DINÁMICOS PARA LOGRAR SEGURIDAD EN SI MISMO • PRÁCTICAR EJERCICIOS LENTOS, RESPIRACIONES PROFUNDAS Y RÍTMICAS PARA RELAJAMIENTO CORPORAL • PRÁCTICAR EN FORMA INDIVIDUAL Y GRUPAL JUEGOS COMPETITIVOS 	<ul style="list-style-type: none"> - SALIR A DIFERENTES ESPACIOS NATURALES DEL CAMPO Y LA CIUDAD - PARTICIPAR DE LOS EVENTOS DE LA COMUNIDAD DENTRO Y FUERA DE LA INSTITUCIÓN - REALIZAR ACTIVIDADES EN MIS HORAS LIBRES - DISFRUTAR DE LOS MATERIALES Y EQUIPOS DE MI LUDOTECA - APLICAR MEDIDAS DE SEGURIDAD DENTRO Y FUERA DE LA INSTITUCIÓN - INSTRUCCIONES Y NORMAS QUE TODOS TIENEN QUE CUMPLIR EN LAS ACCIONES LÚDICAS - CONVIVENCIA EN LA CASITA DEL MOVIMIENTO (LUDOTECA) - ENSEÑAR DURANTE EL JUEGO A RESPETAR LAS NORMAS DEL JUEGO DURANTES LA ACTIVIDAD - REALIZAR JUEGOS SENCILLO Y CONCRETOS ADAPTANDO EL MATERIAL Y EQUIPO DEPORTIVO - EJECUTAR LOS DIFERENTES MOVIMIENTOS COORDINATIVOS EN SU EXPRESIÓN CORPORAL EN LAS ACCIONES LÚDICAS - REALIZAR DIFERENTES EJERCICIOS DE RELAJACIÓN DE SALON Y DE CAMPO - CORRER POR ESPACIOS NATURALES EN DIFERENTES AMBIENTES - REALIZAR TRABAJOS DE SOBRE LA VIGA Y BLOQUES CON LOS DOS PIES O UN SOLO PIE - REALIZAR ACTIVIDADES DE EXPRESIÓN CORPORAL, MIMO, DANZA INDIVIDUAL Y COLECTIVA -REALIZAR MOVIMIENTOS CORPORALES DEL TREN SUPERIOR E INFERIRO EN DIFERENTES GRADOS DE DIFICULTAD -TRABAJAR EJERCICIOS DE EXPIRACIONES E INSPIRACIONES DESPUES DE UN TRABAJO DE CAMPO PARA VOLVER A LA CALMA 	<p>DESARROLLAR UN AMBIENTE DE SEGURIDAD, CONFIANZA, E INDEPENDENCIA A TRAVÉS DEL JUEGO INDIVIDUAL O GRUPAL EN DIFERENTES AMBIENTES SOCIALES DE SALON Y CAMPO A FIN DE FORMAR ENTES UTILIES PARA LA SOCIEDAD.</p> <p>DESARROLLAR LAS DIFERENTES CAPACIDADES CONDICIONALES Y COORDINATIVAS A TRAVÉS DEL JUEGO, A FIN DE FORMAR NIÑOS FUERTES Y SALUDABLES PARA EL DESEMPEÑO EN EL CAMPO SOCIAL</p>	<p>Método (inductivo y deductivo)</p> <p>Proceso (psicomotriz, social y cognitivo)</p> <p>Práctica (demostrativa)</p> <p>Mando (directo o mixto)</p> <p>Recursos didácticos (observación, demostración y aplicación)</p>

PLAN MENSUAL

DATOS INFORMATIVOS

- 1- **Unidad** Recreación y tiempo libre
- a. **Objetivo** desarrollar sistemas de aprendizaje mediante acciones lúdicas de campo y salón, para potenciar sus conocimientos básicos para su desenvolvimiento en el campo social.
- 2- **Fecha de inicio** 4-OCT-2010 **Termina** 29-OCT-2010
- 3- **Dominio** Recreación
- 4- **Eje transversal**

- **Aprender** El valor que nos ayuda a descubrir la importancia de adquirir conocimientos a través del estudio y la reflexión de las experiencias cotidianas.
- **La sana diversión** La importancia de buscar actividades recreativas que nos permitan seguir creciendo en los valores humanos.

5- Formato

ESTRUCTURA (octubre)

COMPONENTE	NIVEL	CONTENIDO	ACTIVIDAD FUNCIONAL	OBJETIVO	ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS	RECURSOS	EVALUACIÓN
RECREACION Y TIEMPO LIBRE CULTURA FÍSICA	FA	ME ADAPTO A MI PROFESOR	INTERRELACIONAR A TRAVÉS DEL JUEGO	RELACIONAR CON EL NIÑO A TRAVÉS DEL JUEGO Y EL CONTACTO CON OBJETOS A FIN DE FAMILIARIZARSE	<ul style="list-style-type: none"> Método (inductivo y deductivo) Proceso (psicomotriz, social y cognitivo) Práctica (demostrativa) Mando (directo o mixto) Recursos didácticos (observación, demostración y aplicación) Convertirse	Humanos ✓ Docente ✓ Estudiantes	Diagnóstica Inicio Formativa <ul style="list-style-type: none"> Observación sistemática de campo Escalas de calificación Escalas de actitud Auto evaluación Co evaluación Trabajo individual y de campo Sumativa <ul style="list-style-type: none"> tres tipos de capacidades - Conceptual - Procedimental - Actitudinal
	FB	CONOZCO Y DISFRUTO MI AMBIENTE NATURAL	REALIZAR CONTACTO CON IMPLEMENTOS DEPORTIVOS PEQUEÑOS Y GRANDES	DRAMATIZAR ACCIONES DE LA VIDA REAL A TRAVÉS DE LA EXPRESIÓN CORPORAL A FIN DE DESARROLLAR SU CREATIVIDAD Y SU ACONDICIONAMIENTO FÍSICO			
	FC		DESPLAZARME POR MI ENTORNO NATURAL DE LA INSTITUCIÓN				
	FD	DEMOSTRAR CAPACIDAD DE EXPRESIÓN Y CREATIVIDAD A TRAVÉS DEL JUEGO	IMITAR A LAS TAREAS COTIDIANAS DE NUESTRO ENTORNO(albañil)				
	INICIAL	MOVIMIENTOS NATURALES PRÁCTICAR MOV. DE HABILIDADES DE CONTROL	EJERCITAR A TRAVÉS DEL JUEGO DIFERENTES HABILIDADES MOTRICES BÁSICAS	ACONDICIONAR EN LAS DIFERENTES CAPACIDADES A TRAVÉS DEL JUEGO A FIN DE ESTAR EN OBTIMAS CONDICIONES PARA SU EMPLEO			
	B1	INDEPENDENCIA EN EL JUEGO					
	B2	JUEGOS DE ROLES					
	B3	MOVIMIENTO Y MATERIAL	PRÁCTICAR EJERCICIOS DE COORDINACIÓN DURANTE EL JUEGO				
	T. V. A.	MOVIMIENTO EXPRESIVO	DESARROLLAR ACTIVIDADES QUE SE MANEJEN SIN GUIA ALGUNA				
			REALIZAR ACTIVIDADES REPRESENTADO A PERSONAJES				
		DESPLAZAMIENTO CON OBJETOS EN DIRECCIONES ESTABLECIDAS EXPRESAR A TRAVÉS DE SEÑALES CONVENCIONALES					

PLAN MENSUAL

DATOS INFORMATIVOS

- 1- **Unidad** Recreación y tiempo libre
- a. **Objetivo** Desarrollar ambientes de confianza, seguridad, control y dominio de su cuerpo a través del movimiento con implemento y sin ellas a fin crear el gesto motor en cada una de sus actividades

2- **Fecha de inicio** 1-NOV-2010 **Termina** 30-NOV-2010

3- **Dominio** Recreación

4- **Eje transversal**

- **Decencia** El valor que nos recuerda la importancia de vivir y comportarse dignamente en todo lugar.

- **Pulcritud** El vivir el valor de la pulcritud nos abre las puertas, nos permite ser más ordenados y brinda en quienes nos rodean una sensación de bienestar, pero sobre todo, de buen ejemplo.

5- **Formato**

ESTRUCTURA (noviembre)

COMPONENTE	NIVEL	CONTENIDO	ACTIVIDAD FUNCIONAL	OBJETIVO	ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS	RECURSOS	EVALUACIÓN
RECREACION Y TIEMPO LIBRE CULTURA FÍSICA	FA	LA LUDOTECA Y YO	VIVIR EN LA LUDOTECA A TRAVÉS DEL CONTACTO	DESARROLLAR DIFERENTES AMBIENTES DE TRABAJO A TRAVÉS DE LAS SALIDAS A DIFERENTES ESCENARIOS A FIN DE ESTIMULAR LOS ORGANOS DE LOS SENTIDOS	<ul style="list-style-type: none"> • Método (inductivo y deductivo) • Proceso (psicomotriz, social y cognitivo) • Práctica (demostrativa) • Mando (directo o mixto) • Recursos didácticos (observación, demostración y aplicación) 	Humanos ✓ Docente ✓ Estudiantes	Diagnóstica Inicio Formativa <ul style="list-style-type: none"> • Observación sistemática de campo • Escalas de calificación • Escalas de actitud • Auto evaluación • Coevaluación • Trabajo individual y de campo Sumativa <ul style="list-style-type: none"> • tres tipos de capacidades - Conceptual - Procedimental - Actitudinal
	FB	CONOZCO Y DISFRUTO DE MI	REALIZAR ESTIMULOS SENSORIALES CON OBJETOS	DESARROLLAR AMBIENTES DE CONFIANZA, SEGURIDAD, CONTROL Y DOMINIO DE SUS MIEMBROS SUPERIORES E INFERIORES A TRAVÉS DE MOVIMIENTOS ESPECÍFICOS DURANTES EL JUEGO A FIN DE ACONDICIONAR SUS CAPACIDADES		Materiales ✓ Balones ✓ Balones de baloncesto. ✓ Balones medicinales ✓ Colchonetas. ✓ Galletas. ✓ Aros. ✓ Conos. ✓ Pasillos sensoriales ✓ Pelotas cascabeles ✓ Cuerda cascabel ✓ Kit de gimnasia ✓ Pasillos de equilibrio ✓ Ludoteca ✓ Entre otros	
	FC	SALIDAS CERCANAS AL AMBIENTE ESCOLAR	CAMINAR POR EL BOSQUE CERCANO A NUESTRA INSTITUCIÓN	DESARROLLAR ACTIVIDADES QUE SE MANEJEN SIN GUIA ALGUNA MOVIMIENTOS COORDINADOS CON EL ULA EN DIFERENTES ANGULOS		Infraestructura deportiva ✓ Primer nivel ✓ Segundo nivel ✓ Tercer nivel	
	FD	INDEPENDENCIA EN EL JUEGO	CONTROL Y DOMINIO DEL GLOBO CON DIFERENTES PARTES DEL CUERPO	COMPARTIENDO LAS ACTIVIDADES DE CAMPO Y SALON		REALIZAR CARRERAS DE POSTAS EN DIFERENTES CAMPOS EJERCICIOS DE GIMNASIA DE MANOS LIBRES	
	INICIAL	REALIZAR EJERC. DE LOCOMOCIÓN	CONTROL Y DOMINIO DEL GLOBO CON DIFERENTES PARTES DEL CUERPO	COMPARTIENDO LAS ACTIVIDADES DE CAMPO Y SALON		REALIZAR CARRERAS DE POSTAS EN DIFERENTES CAMPOS EJERCICIOS DE GIMNASIA DE MANOS LIBRES	
	B1	UTILIZAR NOCIONES DEL OBJETO TIEMPO Y ESPACIO EN DIFERENTES EJERC	CONTROL Y DOMINIO DEL GLOBO CON DIFERENTES PARTES DEL CUERPO	COMPARTIENDO LAS ACTIVIDADES DE CAMPO Y SALON		REALIZAR CARRERAS DE POSTAS EN DIFERENTES CAMPOS EJERCICIOS DE GIMNASIA DE MANOS LIBRES	
	B2	UTILIZAR NOCIONES DEL OBJETO TIEMPO Y ESPACIO EN DIFERENTES EJERC	CONTROL Y DOMINIO DEL GLOBO CON DIFERENTES PARTES DEL CUERPO	COMPARTIENDO LAS ACTIVIDADES DE CAMPO Y SALON		REALIZAR CARRERAS DE POSTAS EN DIFERENTES CAMPOS EJERCICIOS DE GIMNASIA DE MANOS LIBRES	
	B3	UTILIZAR NOCIONES DEL OBJETO TIEMPO Y ESPACIO EN DIFERENTES EJERC	CONTROL Y DOMINIO DEL GLOBO CON DIFERENTES PARTES DEL CUERPO	COMPARTIENDO LAS ACTIVIDADES DE CAMPO Y SALON		REALIZAR CARRERAS DE POSTAS EN DIFERENTES CAMPOS EJERCICIOS DE GIMNASIA DE MANOS LIBRES	
	T. V. A.	UTILIZAR NOCIONES DEL OBJETO TIEMPO Y ESPACIO EN DIFERENTES EJERC	CONTROL Y DOMINIO DEL GLOBO CON DIFERENTES PARTES DEL CUERPO	COMPARTIENDO LAS ACTIVIDADES DE CAMPO Y SALON		REALIZAR CARRERAS DE POSTAS EN DIFERENTES CAMPOS EJERCICIOS DE GIMNASIA DE MANOS LIBRES	
			HAY TIEMPO PARA TODO MIS JUEGOS GRUPALES COORDINAR MOV. EN TAREAS ESPECIFICAS COORDINAR MOVIMIENTOS DE SU CUERPO	CONTROL Y DOMINIO DEL GLOBO CON DIFERENTES PARTES DEL CUERPO		COMPARTIENDO LAS ACTIVIDADES DE CAMPO Y SALON	

PLAN MENSUAL

DATOS INFORMATIVOS

1- Unidad Recreación y tiempo libre

a. **Objetivo** Realizar convivencias en su entorno natural a través de salidas a parques o bosques a fin de liberarnos de las tensiones y el estrés de la vida diaria, así permitir un óptimo desempeño laboral.

2- Fecha de inicio 1-DIC-2010 **Termina** 24-DIC-2010

3- Dominio Recreación

4- Eje transversal

- **Puntualidad.** El valor que se construye por el esfuerzo de estar a tiempo en el lugar adecuado.
- **Coherencia.** Es el valor que nos hace ser personas de una pieza, actuando siempre de acuerdo a nuestros principios.

5- Formato

ESTRUCTURA (Diciembre)

COMPONENTE	NIVEL	CONTENIDO	ACTIVIDAD FUNCIONAL	OBJETIVO	ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS	RECURSOS	EVALUACIÓN
R E C R E A C I O N Y T I E M P O L I B R E C U L T U R A F Í S I C A	FA	SALIDAS CERCANAS A MI CONTEXTO ESCOLAR	RECORRER NUESTRAS INSTALACIONES Y LAS SUS ALREDEDORES	CONOCER NUEVOS AMBIENTES NATURALES Y ARTIFICIALES A TRAVÉS DE VISITAS PROGRAMADAS A FIN DE ESTIMULAR A LOS NIÑOS	<ul style="list-style-type: none"> • Método (inductivo y deductivo) • Proceso (psicomotriz, social y cognitivo) • Práctica (demostrativa) • Mando (directo o mixto) • Recursos didácticos (observación, demostración y aplicación) 	Humanos ✓ Docente ✓ Estudiantes Materiales ✓ Balones ✓ Balones de baloncesto. ✓ Balones medicinales ✓ Colchonetas. ✓ Galletas. ✓ Aros. ✓ Conos. ✓ Pasillos sensoriales ✓ Pelotas cascabeles ✓ Cuerda cascabel ✓ Kit de gimnasia ✓ Pasillos de equilibrio ✓ Ludoteca ✓ Entre otros	Diagnóstica Inicio Formativa <ul style="list-style-type: none"> • Observación sistemática de campo • Escalas de calificación • Escalas de actitud • Auto evaluación • Coevaluación • Trabajo individual y de campo Sumativa <ul style="list-style-type: none"> • Tres tipos de capacidades -Conceptual -Procedimental -Actitudinal
	FB	HAY TIEMPO PARA TODO	REALIZAR ACTIVIDADES EXTRACURRICULARES				
	FC	MIS JUEGOS GRUPALES	PARTICIPAR TODOS EN LAS ACCIONES LÚDICAS				
	FD						
	INICIAL	REALIZAR EJERC. DE EQUILIBRIO DINÁMICO Y ESTÁTICO	REALIZAR TRABAJOS DE SOBRE LA VIGA Y BLOQUES CON LOS DOS PIES O UN SOLO PIE	RECORRER AMBIENTES NATURALES A TRAVÉS DEL PASEO ECOLÓGICO DE NUESTRA INSTITUCIÓN A FIN DE ACRECENTAR NUESTROS CONOCIMIENTOS BÁSICOS			
	B1	CONOZCO Y DISFRUTO MI AMBIENTE NATURAL					
	B2	CUIDO DE MI EN ACTIVIDADES DE T.L.	REALIZAR RECORRIDOS DEL PASEO ECOLÓGICO				
	B3	IDENT. LAS PARTES SEGMENT. ESPECIF. DEL CUERPO	APLICAR MEDIDAS DE SEGURIDAD DENTRO Y FUERA DE LA INSTITUCIÓN				
	T. V. A.	RELAJACIÓN Y RESPIRACIÓN	CONOCER CADA UNA DE LAS PARTES DEL CUERPO HUMANO Y SU FUNCIÓN	DESARROLLAR ACTIVIDADES DE CREATIVIDAD A TRAVÉS DEL JUEGO A FIN DE FORTALECER SU IMAGINACIÓN Y PERSONALIDAD EN LOS DIFERENTES ESCENARIOS			
			DEMOSTRAR LAS FORMAS DE CONTROLAR SU CUERPO DESPUES DE LAS ACCIONES LÚDICAS INTENSAS				

PLAN MENSUAL

DATOS INFORMATIVOS

1- **Unidad** Recreación y tiempo libre

a. **Objetivo** Desarrollar su armonía y equilibrio del cuerpo a través del juego a fin de conducir con seguridad y confianza y elevar su nivel de madurez para realizar las actividades.

2- **Fecha de inicio** 4-ENE-2011 **Termina** 28-ENE-2011

3- **Dominio** Recreación

4- **Eje transversal**

- **Año Nuevo:** En este año nuevo, revisamos el valor que nos enseña la importancia de terminar lo que emprendemos.
- **Docilidad.** Es el valor que nos hace conscientes de la necesidad de recibir dirección y ayuda en todos los aspectos de nuestra vida.

5- **Formato**

ESTRUCTURA (Enero)

COMPONENTE	NIVEL	CONTENIDO	ACTIVIDAD FUNCIONAL	OBJETIVO	ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS	RECURSOS	EVALUACIÓN		
R E C R E A C I O N Y T I E M P O L I B R E C U L T U R A F Í S I C A	FA	MIS JUEGOS GRUPALES	DISFRUTAR DE UNA PELICULA DE INFANTIL	PROYECTAR UNA PELICULA A TRAVÉS DE LA PANTALLA CHICA A FIN DE QUE LOS NIÑOS/AS POR MEDIO DE LOS ORGANOS DE LOS SENTIDOS SE ESTIMULEN	<ul style="list-style-type: none"> • Método (inductivo y deductivo) • Proceso (psicomotriz, social y cognitivo) • Práctica (demostrativa) • Mando (directo o mixto) • Recursos didácticos (observación, demostración y aplicación) 	Humanos <ul style="list-style-type: none"> ✓ Docente ✓ Estudiantes 	Diagnóstica Inicio		
		FB	CUIDO DE MI EN ACTIVIDADES DE T.L.	APLICAR MEDIDAS DE SEGURIDAD DENTRO Y FUERA DE LA INSTITUCIÓN				Materiales <ul style="list-style-type: none"> ✓ Balones ✓ Balones de baloncesto. ✓ Balones medicinales ✓ Colchonetas. ✓ Galletas. ✓ Aros. ✓ Conos. ✓ Pasillos sensoriales ✓ Pelotas cascabeles ✓ Cuerda cascabel ✓ Kit de gimnasia ✓ Pasillos de equilibrio ✓ Ludoteca ✓ Entre otros 	Formativa <ul style="list-style-type: none"> • Observación sistemática de campo • Escalas de calificación • Escalas de actitud • Auto evaluación • Coevaluación • Trabajo individual y de campo
	FC	REALIZAR EJERC. DE COORD. MOTORA CON DIFICULTAD PROGRESIVA	INSTRUCCIONES Y NORMAS QUE TODOS TIENEN QUE CUMPLIR EN LAS ACCIONES LÚDICAS	DESARROLLAR NORMAS Y REGLAS SIMPLES A TRAVÉS DE LAS ACCIONES LÚDICAS A FIN DE CUMPLIR Y HACERLES CUMPLIR EN UNA ACTIVIDAD ESTABLECIDA.					
	FD	DISFRUTO CON MI FAMILIA APRENDEMOS JUNTOS	REALIZAR ACTIVIDADES DE EXPRESIÓN CORPORAL, MIMO, DANZA INDIVIDUAL Y COLECTIVA						
	INICIAL							Infraestructura deportiva <ul style="list-style-type: none"> ✓ Primer nivel ✓ Segundo nivel ✓ Tercer nivel 	
			PRÁCTICAR REGLAS DE JUEGO	DESPLAZARSE A LA GRANJA DE LA IASA					
			PRÁCTICAR MOV. DE HABILIDAD DE CONTROL	APLICAR REGLAS SIMPLES DEL JUEGO DE FORMA INDIVIDUAL Y COLECTIVA		EJECUTAR MOVIMIENTOS ESPECÍFICOS A TRAVÉS DEL JUEGO A FIN DE REALIZAR DIFERENTES POSIBILIDADES DE MOVIMIENTO PARA INICIAR EL CONOCIMIENTO CORPORAL.			
	B1								
	B2		REALIZAR EJERCICIOS DE LOCOMOCIÓN	REALIZAR EJERCICIOS CON LAS CLAVAS, ULAS A PIE FIRMA Y EN MOVIMIENTO					
	B3								
T. V. A.			REALIZAR CARRERAS DE PERSECUCIONES EN CAMPO ABIERTO.						

PLAN MENSUAL

DATOS INFORMATIVOS

- 1- **Unidad** Recreación y tiempo libre
 - a. **Objetivo** Desarrollar hábitos del dominio inicial del correcto movimiento a través de la base de la percepción visual y la motriz a fin de automatizar los movimientos de la habilidad.
- 2- **Fecha de inicio** 1-FEB-2011 **Termina** 25-FEB-2011
- 3- **Dominio** Recreación
- 4- **Eje transversal**
 - **Sensibilidad.** Es el valor que nos hace despertar hacia la realidad, descubriendo todo aquello que afecta en mayor o menor grado al desarrollo personal, familiar y social.
 - **Comunicación.** Una buena comunicación puede hacer la diferencia entre una vida feliz o una vida llena de problemas.
- 5- **Formato**

ESTRUCTURA (Febrero)

COMPONENTE	NIVEL	CONTENIDO	ACTIVIDAD FUNCIONAL	OBJETIVO	ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS	RECURSOS	EVALUACIÓN
R E C R E A C I O N Y T I E M P O L I B R E C U L T U R A F Í S I C A	FA	DISFRUTO DE MIS AMIGOS	<p>IMPARTIR CON MIS AMIGOS JUEGOS DE SALÓN CON UNA VARIEDAD DE MATERIALES</p> <p>VIVENCIAR LOS EVENTOS DEPORTIVOS A TRAVÉS DE LOS JUEGOS PROPIOS O AJENOS</p> <p>SOCIALIZAR DURANTE LAS ACTIVIDADES LÚDICAS DE CAMPO</p>	DESARROLLAR ESTÍMULOS SENSORIALES A TRAVÉS DEL JUEGO A FIN DE PERCIBIR ADECUADAMENTE LA RESPUESTA VISUAL FUNDAMENTAL MENTE LOS COLORES VIVOS	<ul style="list-style-type: none"> Método (inductivo y deductivo) Proceso (psicomotriz, social y cognitivo) Práctica (demostrativa) Mando (directo o mixto) Recursos didácticos (observación, demostración y aplicación) 	<p>Humanos</p> <ul style="list-style-type: none"> Docente Estudiantes <p>Materiales</p> <ul style="list-style-type: none"> Balones Balones de baloncesto. Balones medicinales Colchonetas. Galletas. Aros. Conos. Pasillos sensoriales Pelotas cascabeles Cuerda cascabel Kit de gimnasia Pasillos de equilibrio Ludoteca Entre otros <p>Infraestructura deportiva</p> <ul style="list-style-type: none"> Primer nivel Segundo nivel Tercer nivel 	<p>Diagnóstica</p> <p style="text-align: center;">Inicio</p> <p>Formativa</p> <ul style="list-style-type: none"> Observación sistemática de campo Escalas de calificación Escalas de actitud Auto evaluación Coevaluación Trabajo individual y de campo <p>Sumativa</p> <ul style="list-style-type: none"> tres tipos de capacidades - Conceptual - Procedimental - Actitudinal
	FB	PARTICIPAR EN JUEGOS ORGANIZADOS	<p>DESARROLLAR ACTIVIDADES LÚDICAS QUE GARANTICEN TODAS LAS POSIBILIDADES DEL MOVIMIENTO DE SU CUERPO CON RELACIÓN AL ESPACIO</p> <p>PRÁCTICAR A TRAVÉS DEL JUEGO LAS MANIFESTACIONES EMOCIONALES Y LAS VIVENCIAS MEDIANTE EL LENGUAJE ORAL</p>	<p>CREAR HÁBITOS CARACTERÍSTICOS QUE ALTEREN LA POSTURA Y EL GESTO A TRAVÉS DEL JUEGO A FIN DE ADQUIRIR ACTITUDES PORTURALES Y CORPORALES CORRECTAS</p>			
	FC	EJERCITAR TODAS LAS FORMAS BÁSICAS DEL MOVIMIENTO CORPORAL	<p>REALIZAR UN TALONAMIENTO A TRAVÉS DE UNA CAMINATA POR EL VECINDARIO CONOCIENDO NUEVOS ESCENARIOS</p> <p>EJERCITAR LOS JUEGOS DE MIMICA CORPORAL QUE REPRESENTAN ACCIONES MEDIANTE EL MIMO</p>	DESARROLLAR LA COORDINACIÓN VISOMOTRIZ A TRAVÉS DEL JUEGO A FIN DE DOMINAR EL EQUILIBRIO Y SU ESQUEMA CORPORAL			
	FD		<p>UTILIZAR NOCIONES DE OBJETIVO, TIEMPO Y ESPACIO EN DIFERENTES EJERCICIOS</p>				
	INICIAL	INTERVENIR EN JUEGOS ENRIQUESIMIENTOS VOCABUL.	<p>REALIZAR EJERCICIOS DE EQUILIBRIO DINÁMICO Y ESTÁTICO</p>				
	B1	PARTICIPAR EN EXCURSIONES Y PASEOS	<p>DEPLAZARSE A TRAVÉS DE LA VIGA DE EQUILIBRIO CON O SIN OBJETOS</p>				
	B2						
	B3						
	T. V. A.						

PLAN MENSUAL

DATOS INFORMATIVOS

1- **Unidad** Recreación y tiempo libre

a. **Objetivo** Desarrollar las capacidades condicionales a través del juego a fin de conseguir cambios de forma racional y optima de proceder del atleta a ejecutar sus capacidades.

2- **Fecha de inicio** 1-MAR-2011 **Termina** 31-MAR-2011

3- **Dominio** Recreación

4- **Eje transversal**

- **Compasión.** La compasión se enfoca en descubrir a las personas, sus necesidades y padecimientos, con una actitud permanente de servicio.
- **Orden.** A todos nos agrada encontrar las cosas en su lugar, pero lo más importante es el orden interior y es el que más impacta a la vida.

5- **Formato**

ESTRUCTURA (Marzo)

COMPONENTE	NIVEL	CONTENIDO	ACTIVIDAD FUNCIONAL	OBJETIVO	ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS	RECURSOS	EVALUACIÓN	
R E C R E A C I O N Y T I E M P O L I B R E C U L T U R A F Í S I C A	FA	JUEGOS EN LA COMUNIDAD	PARTICIPAR EN LOS JUEGOS DEL VECINDARIO			Humanos ✓ Docente ✓ Estudiantes	Diagnóstica Inicio	
	FB	DISFRUTO DE LA LUDOTECA	CONVIVENCIA EN LA CASITA DEL MOVIMIENTO (LUDOTECA)	VIVENCIAR LOS ESTIMULOS A TRAVÉS DEL JUEGO A FIN FORTALECER LOS ORGANOS DE LOS SENTIDOS	<ul style="list-style-type: none"> Método (inductivo y deductivo) Proceso (psicomotriz, social y cognitivo) Práctica (demostrativa) Mando (directo o mixto) Recursos didácticos (observación, demostración y aplicación) 	Materiales ✓ Balones de baloncesto. ✓ Balones medicinales ✓ Colchonetas. ✓ Galletas. ✓ Aros. ✓ Conos. ✓ Pasillos sensoriales ✓ Pelotas cascabeles ✓ Cuerda cascabel ✓ Kit de gimnasia ✓ Pasillos de equilibrio ✓ Ludoteca ✓ Entre otros	Formativa <ul style="list-style-type: none"> Observación sistemática de campo Escalas de calificación Escalas de actitud Auto evaluación Coevaluación Trabajo individual y de campo 	
	FC	LA IMPORTANCIA DEL DESCANDO	REALIZAR EJERCICIOS DE RELAJACIÓN MEDIANTE LA EXPIRACIÓN Y RESPIRACIONES	JUGAR CON OBJETOS PEQUEÑOS A TRAVÉS DE SU CONTACTO CON SUS EXTREMIDADES SUPERIORES E INFERIORES	POTENCIAR LOS MOVIMIENTOS COORDINAMENTE A TRAVÉS DE LAS ACCIONES LÚDICAS A FIN DE IR MECANIZANDO LOS SEGMENTOS CORPORALES		Infraestructura deportiva ✓ Primer nivel ✓ Segundo nivel ✓ Tercer nivel	Sumativa <ul style="list-style-type: none"> Tres tipos de capacidades -Conceptual -Procedimental -Actitudinal
	FD	REALIZAR EJERC. DINÁMICOS PARA LOGRAR SEGURIDAD EN SI MISMO	DISFRUTAR DEL JUEGO QUE SE REALIZA EN SU LOCALIDAD DE FORMA PASIVA Y ACTIVA	PERMITIR QUE LAS ACTIVIDADES VERNÁCULAS A TRAVÉS DE JUEGOS TRADICIONALES Y POPULARES DE NUESTRA LOCALIDAD				
	INICIAL	PARTICIPAR EN JUEGOS ORGANIZADOS	PARTICIPAR EN ACTIVIDADES RECREATIVAS GRUPALES	EXPERIMENTAR LOS MOVIMIENTOS A MANOS LIBRES PARA ACCIONAR TODO EL CUERPO Y LUEGO CON IMPLEMENTOS				
	B1	REALIZAR EJERC. DE COORD. MOTORA CON DIFICULTAD PROGRESIVA	EJERCITAR TODAS LAS FORMAS BÁSICAS DEL MOV. CORPORAL PREVIO A LA FIJACIÓN DE LA LATERALIDAD	DESPLAZAR OBJETOS EN DIRECCIONES ESTABLECIDAS Y LIBRES PARA CONSEGUIR SU EQUILIBRIO Y DOMINIO CORPORAL	MEJORAR LA SALUD A TRAVÉS DEL JUEGO A FIN DE INTERNALIZAR LA PRÁCTICA DE HÁBITOS BENEFICIOSOS PARA SU FORMACIÓN INTEGRAL EN LOS MOMENTOS DE TIEMPO LIBRE			
	B2							
	B3							
	T. V. A.							

PLAN MENSUAL

DATOS INFORMATIVOS

- 1- **Unidad** Recreación y tiempo libre
 - a. **Objetivo** Desarrollar un ambiente de seguridad y confianza individualmente y grupal a través de los juegos grandes a fin de proporcionar ocasiones de convivencia, socialización y unidad de interés con otros niños
- 2- **Fecha de inicio** 1-ABRIL-2011 **Termina** 29-ABRIL-2011
- 3- **Dominio** Recreación
- 4- **Eje transversal**
 - **Servicio.** Brindar ayuda de manera espontánea en los detalles más pequeños, habla de nuestro alto sentido de colaboración para hacer la vida más ligera a los demás.
 - **Voluntad.** La voluntad nos hace realizar cosas por encima de las dificultades, los contratiempos y el estado de ánimo.
- 5- **Formato**

ESTRUCTURA (Abril)

COMPONENTE	NIVEL	CONTENIDO	ACTIVIDAD FUNCIONAL	OBJETIVO	ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS	RECURSOS	EVALUACIÓN	
RECREACION Y TIEMPO LIBRE CULTURAL FISICA	FA	JUGANDO APRENDO	DURANTE LA ACTIVIDAD LÚDICA VAMOS A ESTIMULAR SESIONES DE PLACER A TRAVÉS DEL CONTACTO DIRECTO CON LOS IMPLEMENTOS ESPECÍFICOS	DESARROLLAR UN AMBIENTE DE FAMILIARIZACIÓN A TRAVÉS DEL JUEGO A FIN DE SOCIALIZAR ESTUDIANTES Y EL DOCENTE	<ul style="list-style-type: none"> Método (inductivo y deductivo) Proceso (psicomotriz, social y cognitivo) Práctica (demostrativa) Mando (directo o mixto) Recursos didácticos (observación, demostración y aplicación) 	Humanos ✓ Docente ✓ Estudiantes Materiales ✓ Balones ✓ Balones de baloncesto. ✓ Balones medicinales ✓ Colchonetas. ✓ Galletas. ✓ Aros. ✓ Conos. ✓ Pasillos sensoriales ✓ Pelotas cascabeles ✓ Cuerda cascabel ✓ Kit de gimnasia equilibrio ✓ Ludoteca ✓ Entre otros	Diagnóstica Inicio Formativa <ul style="list-style-type: none"> Observación sistemática de campo Escalas de calificación Escalas de actitud Auto evaluación Coevaluación Trabajo individual y de campo 	
	FB	JUEGOS EN LA COMUNIDAD						
	FC	JUGANDO APRENDO Y		PARTICIPAR DE LOS EVENTOS DE MANERA DIRECTA O INDIRECTAMENTE EN LAS ACCIONES LÚDICAS				
	FD	RESOLVER PEQUEÑAS DIFICULTADES DENTRO DEL JUEGO		A TRAVÉS DEL JUEGO ENSEÑAR NORMAS DE HIGIENE Y SALUBRIDAD	EMPLEAR ACTIVIDADES LÚDICAS DE LO SENCILLO A LO COMPLEJO A TRAVÉS DEL MOVIMIENTO A FIN DE CREAR INTEGRAMENTE LOS FUNDAMENTOS BIOMECÁNICOS COMUNES			
	INICIAL	PARTICIPAR EN JUEGOS ORGANIZADOS DE MAYOR CONCENTRACIÓN		SABER ORGANIZAR CADA COSA EN SU LUGAR CORRESPONDIENTE DE ACUERDO A LA FORMA, TAMAÑO, COLOR ENTRE OTROS			Infraestructura deportiva ✓ Primer nivel ✓ Segundo nivel ✓ Tercer nivel	Sumativa <ul style="list-style-type: none"> Tres tipos de capacidades -Conceptual -Procedimental -Actitudinal
	B1							
	B2	PRÁCTICAR EJERC. LENTOS Y RESP. PROFUNDAS Y RÍTMICAS PARA RELAJAMIENTO CORPORAL		REALIZAR MOVIMIENTOS CORPORALES DEL TIPO SUPERIOR E INFERIOR EN DIFERENTES GRADOS DE DIFICULTAD				
	B3							
	T. V. A.			TRABAJAR EJERCICIOS DE EXPIRACIONES E INSPIRACIONES DESPUES DE UN TRABAJO DE CAMPO PARA VOLVER A LA CALMA	ENSEÑAR A LOS NIÑOS/AS LOS EJERCICIOS DE RELAJACIÓN A TRAVÉS DEL JUEGO A FIN DE LIBERAR ENERGÍAS NEGATIVAS			

PLAN MENSUAL

DATOS INFORMATIVOS

1- **Unidad** Recreación y tiempo libre

a. **Objetivo** Desarrollar la técnica patrón a través del juego a fin de cumplir con las leyes de la biomecánica exactamente en todas sus dimensiones.

2- **Fecha de inicio** 3-MAY-2011 **Termina** 31-MAY-2011

3- **Dominio** Recreación

4- **Eje transversal**

- **Serenidad.** Este valor nos enseña a conservar la calma en medio de nuestras ocupaciones y problemas, mostrándonos cordiales y amables con los demás.
- **Paciencia.** Si nuestra época pudiera tener un nombre se llamaría "prisa". ¿Cómo esperamos que nuestra vida tenga más cordura y sea más amable a los demás si todo lo queremos "ya"?

5- **Formato**

ESTRUCTURA (Mayo)

COMPONENTE	NIVEL	CONTENIDO	ACTIVIDAD FUNCIONAL	OBJETIVO	ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS	RECURSOS	EVALUACIÓN	
RECREACION Y TIEMPO LIBRE CULTURA FÍSICA	FA	RECREACIÓN Y MIS ADAPTACIONES	EJECUTAR DIFERENTES POSICIONES A CADA UNO DE LOS CHICOS MEDIANTE EL JUEGO Y ESTIMULAR SUS REFLEJOS DESDE UNA POSICION VENTRAL Y DORZAL	ADAPTAR LOS OBJETOS DE ACUERDO A SUS NECESIDADES MEDIANTE EL JUEGO A FIN DE MEJORAR SUS CAPACIDADES COORDINATIVAS.	<ul style="list-style-type: none"> Método (inductivo y deductivo) Proceso (psicomotriz, social y cognitivo) Práctica (demostrativa) 	Humanos ✓ Docente ✓ Estudiantes Materiales ✓ Balones ✓ Balones de baloncesto. ✓ Balones medicinales ✓ Colchonetas. ✓ Galletas. ✓ Aros. ✓ Conos. ✓ Pasillos sensoriales ✓ Pelotas ✓ Cascabeles ✓ Cuerda ✓ Cascabel ✓ Kit de gimnasia ✓ Pasillos de equilibrio ✓ Ludoteca ✓ Entre otros	Diagnóstica Inicio Formativa <ul style="list-style-type: none"> Observación sistemática de campo Escalas de calificación Escalas de actitud Auto evaluación Coevaluación Trabajo individual y de campo 	
	FB	RESPECTAR TURNOS	ENSEÑAR DURANTE EL JUEGO A RESPECTAR LAS NORMAS DEL JUEGO DURANTES LA ACTIVIDAD	UBICAR EN LA POSICIÓN DORZAL LOS CHICOS SOBRE UNA SUPERFICIE BLANDA PARA SU RELAJACIÓN	SABER CONTROLAR SU AGOTAMIENTO Y CANSANCIO MEDIANTE ACTIVIDADES DE BAJA INTENSIDAD A FIN DE CONTROLAR SU EQUILIBRIO EMOCIONAL	<ul style="list-style-type: none"> Mando (directo o mixto) Recursos didácticos (observación, demostración y aplicación) 	Infraestructura deportiva ✓ Primer nivel ✓ Segundo nivel ✓ Tercer nivel	Sumativa <ul style="list-style-type: none"> Tres tipos de capacidades
	FC	PRÁCTICAR EJERC. LENTOS, RESPIRACIONES PROFUNDAS Y RÍTMICAS PARA RELAJAMIENTO CORPORAL	EJECUTAR JUEGOS DE MIMICA CORPORAL REPRESENTANDO ACCIONES REALES DE LA VIDA COTIDIANA	EJECUTAR CAMBIOS DE AMBIENTE DE TRABAJO, PARA CREAR TENSIONES NEUROMUSCULARES Y LOGRAR ALTOS RESULTADOS ESPERADOS				
	FD	DEMOSTRAR CAP. DE EXPRESIÓN Y CREATIVIDAD A TRAVÉS DEL JUEGO						
	INICIAL	LA IMPORTANCIA DEL DESCANSO						
	B1	APRENDO A TRAVÉS DE LA RECREACIÓN						
	B2	VISUALIZAR ESPACIOS PARA SU UBICACIÓN						
	B3	INHIBIR EL MOV. CORPORAL RESPONDIENDO A DISTINTOS TIPOS DE CONSIGNAS						
	T. V. A.							

PLAN MENSUAL

DATOS INFORMATIVOS

- 1- **Unidad** Recreación y tiempo libre
 - a. **Objetivo** desarrollar ambientes saludables a través del juego a fin de practicar los valores morales y éticos específicos de acorde etapa de vida.

- 2- **Fecha de inicio** **Termina**

- 3- **Dominio** Recreación

- 4- **Eje transversal**
 - **Experiencia.** ¡Qué personalidad tan fuerte y atractiva presenta la experiencia! Parece tan lejano el día en el que seamos maduros y más prudentes. Es el aprendizaje de la vida...

 - **Sencillez.** Una personalidad sencilla a veces puede pasar inicialmente desapercibida, pero su fortaleza interior y su encanto es mucho más profundo y perdurable.

- 5- **Formato**

ESTRUCTURA (Junio)

COMPONENTE	NIVEL	CONTENIDO	ACTIVIDAD FUNCIONAL	OBJETIVO	ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS	RECURSOS	EVALUACIÓN
R E C R E A C I O N Y T I E M P O L I B R E C U L T U R A F Í S I C A	FA	DISFRUTO CON MI FAMILIA Y APRENDEMOS JUNTOS	PARTICIPAR CON MI FAMILIA EN ACTIVIDADES DE CAMPO O SALON			Humanos ✓ Docente ✓ Estudiantes	Diagnóstica Inicio
	FB	RECREACIÓN Y MIS ADAPTACIONES	REALIZAR JUEGOS SENCILLO Y CONCRETOS ADAPTANDO EL MATERIAL Y EQUIPO DEPORTIVO	DESARROLLAR APRENDIZAJES MEDIANTE LA PARTICIPACIÓN ACTIVA DE NUESTRAS FAMILIAS A FIN DE REFORZAR SUS CONOCIMIENTOS	<ul style="list-style-type: none"> Método (inductivo y deductivo) Proceso (psicomotriz, social y cognitivo) Práctica (demostrativa) 	Materiales ✓ Balones ✓ Balones de baloncesto. ✓ Balones medicinales ✓ Colchonetas. ✓ Galletas. ✓ Aros. ✓ Conos. ✓ Pasillos sensoriales	Formativa <ul style="list-style-type: none"> Observación sistemática de campo Escalas de calificación Escalas de actitud Auto evaluación Coevaluación Trabajo individual y de campo
	FC	PRÁCTICAR EN FORMA INDIVIDUAL Y GRUPAL JUEGOS COMPETITIVOS	COMPETIR EN CADA UNO DE LOS EVENTOS DENTRO Y FUERA DE LA INSTITUCIÓN		<ul style="list-style-type: none"> Mando (directo o mixto) Recursos didácticos (observación, demostración y aplicación) 	✓ Pelotas ✓ Cascabeles ✓ Cuerda ✓ Cascabel ✓ Kit de gimnasia ✓ Pasillos de equilibrio ✓ Ludoteca ✓ Entre otros	
	FD						
	INICIAL	COMUNICA NECESIDADES Y PREFERENCIAS DE O Y TL	INDAGAR A CADA UNO DE LOS CHICOS QUE ES LO QUE MAS LE GUSTA HACER EN SUS MOMENTOS DE TIEMPO LIBRE	FOMENTAR HÁBITOS SIGNIFICATIVOS DE VALORES MEDIANTE EL JUEGO A FIN DE CONCIENCIAR EN NUESTROS CHICOS		Infraestructura deportiva ✓ Primer nivel ✓ Segundo nivel ✓ Tercer nivel	Sumativa <ul style="list-style-type: none"> Tres tipos de capacidades
	B1	COMPARTO CON MIS AMIGOS	DISFRUTAR DE UNA MAÑANA DEPORTIVA EN EL VECINDARIO				- Conceptual - Procedimental - Actitudinal
	B2	PRÁCT. EN FORMA INDIV. Y GRUP. DE JUEGOS COMPETITIVOS	REALIZAR ACCIONES LÚDICAS MEDIANTE MOVIMIENTO CON LAS CLAVAS, ANILLAS		DETERMINAR LAS PREFERENCIAS DE LOS CHICOS MEDIANTE SUS ACCIONES LIBRES A FIN DE CONTRIBUIR EN SU FORMACIÓN		
	B3	MIS COMPETENCIAS					
	T. V. A.			REALIZAR UN CHEQUEO DE LAS DISCIPLINAS A COMPETIR			

7. Evaluación

7.1. Adaptación (centro, compañeros, educadores, ritmo de trabajo y las normas establecidas)

7.2. Actitudes (trabajo de campo, compañeros, docentes, juego)

7.3. Adquisición de hábitos (personales y sociales)

7.4. Aprendizajes (psicomotrices, cognitivas, afectivas)

7.5. Estado afectivo emocional (empatía, sociabilidad entre otros)

FUENTES BIBLIOGRÁFICAS

TEXTOS

- Aguilar, L. y Incarbone, O. (2005). *Recreación y Animación de la Teoría a la Práctica*, Argentina: Kinesis.
- Calero, M. (1998). *Educación Jugando*, (1ra. Ed.). Lima: Alfaomega.
- Cuenca, M. *Educación para el Ocio*, Actividades Escolares, España
- Dobler, E. Dobler H. (1975). *Juegos Menores*, Cuba: Pueblo y Educación.
- Espinosa, A. Martínez, R. y Ortega J., (1995). *Iguals pero diferentes “un modelo de Integración en el Tiempo Libre”*, Madrid: Popular S.A.
- Gómez, N. Incarbone, O.,(2005). *Colonias Vacacionales*. (1ra.ed.). Argentina: Stadium.
- Incarbone, O. (2000). *Del Juego a la Iniciación Deportiva*, Argentina: Stadium.
- Méndez, A. (2001). *Diseño y Desarrollo del proceso de Investigación*,(3ra. Ed.). Colombia: Normos S.A.
- Pazmiño, I. (1997). *Metodología de la Investigación Científica*. Ecuador: Fuentes.
- Perez, S. (1997). *Recreación Fundamentos Teóricos – Metodológicos*. Mexico: Instituto Politécnico Nacional.
- Pittalugar, A. Sicilia N. (1995). *Crece, Jugar y aprender*, Argentina:[s.n].
- Zhukovskaia, R. (1975). *La Educación en el Niño en el Juego*,(5ta. Ed.)Cuba: Científica- Técnica.
- Estivill, X. Fuentes, J. Guimerá, J. Nadal, M. Milá, M. Ballesta, F. Aledo, R. Solans, A. Domènech, A. Casas, K. Pucharcós, C. Puig, A. (1997). *Dissección molecular del cromosoma 21 humano y del Síndrome de Down*. Barcelona: Masson.
- Bruni, M. (2009). *Terapia Ocupacional y el niños con síndrome Down*, Buenos Aires.

- Egea, C. Sarabia, A. (noviembre del 2001). *Clasificación de la O.M.S. sobre la discapacidad*, Murcia.
- Egea, C. Sarabia, A. (2004). *Clasificación Internacional de Deficiencia, discapacidad y Minusvalía*. Murcia.
- González, M. (2007). *Las diferentes Minusvalías y sus características*. España.
- Machin, R. (2009). *Tipos de Minusvalías VS. Problemática Motriz*. Buenos Aires.
- Smith, W. (1976). *El Niño con Síndrome de Down*. Buenos Aires Panamericana.

DOCUMENTALES

- Cruz, C. Cobeña S. y Salvador del Valle R.(2006).*Aproximación multidisciplinar a los estudios del Ocio*. Bilbao: RGM SA.
- Doval, F.(2007). *Capacidades Físicas en el Entrenamiento Deportivo*, Cuba
- Monteagudo, M.(2007). *El ocio en la Investigación Actual* .Bilbao: Universidad de Deuso.
- Morales, A. (2008). *Habilidades Motrices Deportivas*, Cuba
- Romero, E. *Entrenamiento Deportivo*, Cuba
- Valdez, M. y Morales, J. (1980). *Teoría y Metodología de la Educación Física*. Cuba: Libros para la Educación.
- Peran, S. (1997). Atletismo y deporte en personas con síndrome de Down. Proyecto. En Síndrome de Down: biología, desarrollo y educación. Nuevas perspectivas. Barcelona: Masson.
- Perera, J. (1995). Introducción. La especificidad en el Sd. de Down. En Síndrome de Down, aspectos específicos (pp. IX-XI). Barcelona: Masson.
- Pérez, J.C. (1994). Deportes para minusválidos físicos, psíquicos y sensoriales. Madrid: Editado por Comité Olímpico Español (COE).

- Pérez, López, J. Candel, I. y Carranza, J.A. (1997). Temperamento en los niños con síndrome de Down: análisis de la convergencia entre distintos tipos de medida. En Síndrome de Down: biología, desarrollo y educación. Nuevas perspectivas (pp. 101-109). Barcelona: Ed. Masson.

ANEXOS

ANEXO "A"

FICHA DE OBSERVACIÓN DE CLASE

Institución: Fundación Virgen de La Merced

Tema: Recreación

Fecha: 17-03-2010

1 poco adecuado /necesita mejorar	2 medianamente adecuado/ en proceso	3 adecuado /logrado	No es posible observar
-----------------------------------	-------------------------------------	---------------------	------------------------

A	A cerca de la recreación	1	2	3	N
	Tienen actividades lúdicas con los niños/as todos los días				
	El tiempo destinado para las actividades lúdicas es suficiente				
	Hay material y equipo necesario para el desarrollo de las actividades recreativas				
	Dispone de personal especialista para realizar estos tipos de actividades				
	Existe espacio y tiene la infraestructura necesaria, para el desarrollo de las sesiones				
B	A cerca de las habilidades pedagógicas				
	Trasmite entusiasmo e interés				
	Su modulación, volumen , tono de voz y pronunciación son los apropiados				
	Su postura y desplazamiento reflejan el manejo de su espacio				
C	A cerca del plan de clase				
	Prepara la sesión considerando cada una de las fases				
	Las actividades recreativas varían en cada sesión de trabajo				
	Le dan la importancia que requiere este tipo de actividades				

Comentarios adicionales

Fortalezas	Debilidades

ANEXO "B"

SISTEMA INSTRUMENTAL PARA LA MEDICIÓN DE LAS HABILIDADES MOTRICES BÁSICAS DEL OS NIÑOS CON SINDROME DE DOWN			
INSTITUCIÓN	FUNDACIÓN VIRGEN DE LA MERCED	PRE-PRUEBA	
NOMBRES Y APELLIDOS	ADRIAN ALEMAN	EDAD DEL NIÑO /A	12
DISCAPACIDAD	SINDROME DE DOWN	NIVEL	
HABILIDAD	CAMINAR	FECHA DE LA EVALUACIÓN	17-mar-10

FOTO

ORD	CARACTERÍSTICA	VALORACIÓN			
1	CAMINA CON PASOS NORMALES DE FORMA COORDINADAMENTE	A	B	C	D
2	CAMINA CON PASOS NORMALES DE FORMA DESCOORDINADAMENTE				
3	CAMINA POR UNA LINEA TRAZADA EN EL PISO SIN DIFICULTAD				
4	CAMINA POR UNA LINEA TRAZADA EN EL PISO CON DIFICULTAD				
5	CAMINA POR UNA LINEA EN ZIGZAG SIN PROBLEMAS				
6	CAMINA POR UNA LINEA EN ZIGZAG CON PROBLEMAS				
7	CAMINA SIN APOYO EN CUALQUIER DIRECCIÓN				
8	CAMINA CON APOYO EN CUALQUIER DIRECCIÓN				

NOTA.- A EXCELENTE
 B MUY BUENA
 C BUENA
 D REGULAR

OBSERVACIÓN

ANEXO "C"

SISTEMA INSTRUMENTAL PARA LA MEDICIÓN DE LAS HABILIDADES MOTRICES BÁSICAS DEL LOS NIÑOS CON SINDROME DE DOWN			
INSTITUCIÓN	FUNDACIÓN VIRGEN DE LA MERCED	PRE-PRUEBA	
NOMBRES Y APELLIDOS	ADRIAN ALEMAN	EDAD DEL NIÑO /A	12
DISCAPACIDAD	SINDROME DE DOWN	NIVEL	
HABILIDAD	CORRER	FECHA DE LA EVALUACIÓN	17-mar-10

FOTO

ORD	CARACTERISTICA	VALORACIÓN			
		A	B	C	D
1	CORRE COORDINADAMENTE				
2	CORRE DESCOORDINADAMENTE				
3	CORRE CON DESVIACIÓN A LA IZQUIERDA O LA DERECHA				
4	CORRE SIN DESVIACIÓN				
5	CORRE Y LANZA UN OBJETO DURANTE EL MOVIMIENTO				
6	CORRE Y LANZA UN OBJETO DURANTE EL MOVIMIENTO CON DIFICULTAD				
7	CORRE EN ZIGZAG SIN DIFICULTAD				
8	CORRE EN ZIGZAG CON DIFICULTAD				

NOTA.-A EXCELENTE
 B MUY BUENA
 C BUENA
 D REGULAR

OBSERVACIÓN

ANEXO "D"

SISTEMA INSTRUMENTAL PARA LA MEDICIÓN DE LAS HABILIDADES MOTRICES BÁSICAS DEL OS NIÑOS CON SINDROME DE DOWN			
INSTITUCIÓN	FUNDACIÓN VIRGEN DE LA MERCED	PRE-PRUEBA	
NOMBRES Y APELLIDOS	ADRIAN ALEMAN	EDAD DEL NIÑO /A	12
DISCAPACIDAD	SINDROME DE DOWN	NIVEL	
HABILIDAD	SALTAR	FECHA DE LA EVALUACIÓN	17-mar-10

FOTO

ORD	CARACTERISTICA	VALORACIÓN			
		A	B	C	D
1	REALIZAR SALTOS HACIA DELANTE SIN AYUDA				
2	REALIZAR SALTOS HACIA DELANTE CON AYUDA				
3	REALIZAR SALTOS DESDE 20 CM DE ALTURA, COORDINACIÓN				
4	REALIZAR SALTOS DESCE 20 CM DE ALTURA, DESCOORDINADAMENTE				
5	REALIZA SALTOS CONTINUOS CON UN SOLO PIE COORDINADAMENTE				
6	REALIZA SALTOS CONTINUOS CON UN SOLO PIE DESCOORDINADAMENTE				
7	REALIZA SALTOS LATERALES COORDINADAMENTE SIN AYUDA				
8	REALIZA SALTOS LATERALES DESCOORDINADAMENTE CON AYUDA				

NOTA.- A EXCELENTE
 B MUY BUENA
 C BUENA
 D REGULAR

OBSERVACIÓN

ANEXO "E"

SISTEMA INSTRUMENTAL PARA LA MEDICIÓN DE LAS HABILIDADES MOTRICES BÁSICAS DEL LOS NIÑOS CON SINDROME DE DOWN			
INSTITUCIÓN	FUNDACIÓN VIRGEN DE LA MERCED	PRE-PRUEBA	
NOMBRES Y APELLIDOS	ADRIAN ALEMAN	EDAD DEL NIÑO /A	12
DISCAPACIDAD	SINDROME DE DOWN	NIVEL	
HABILIDAD	LANZAR Y CAPTURAR	FECHA DE LA EVALUACIÓN	17-mar-10

FOTO

ORD	CARACTERISTICA	VALORACIÓN			
		A	B	C	D
1	LANZA LA PELOTA AL FRENTE CON DIRECCIÓN CON UNA SOLA MANO				
2	LANZA LA PELOTA AL FRENTE SIN DIRECCIÓN CON UNA SOLA MANO				
3	CAPTURA LA PELOTA EN MOVIMIENTO SIN DIFICULTAD				
4	CAPTURA LA PELOTA EN MOVIMIENTO CON DIFICULTAD				
5	CAPTURA EL ARO QUE RUEDA POR EL PISO SIN DIFICULTAD				
6	CAPTURA EL ARO QUE RUEDA POR EL PISO CON DIFICULTAD				
7	LANZA LA PELOTA AL FRENTE CON DIRECCIÓN CON UNA SOLA MANO				
8	LANZA LA PELOTA AL FRENTE SIN DIRECCIÓN CON UNA SOLA MANO				

NOTA.- A EXCELENTE
 B MUY BUENA
 C BUENA
 D REGULAR

OBSERVACIÓN

ANEXO "F"

SISTEMA INSTRUMENTAL PARA LA MEDICIÓN DE LAS HABILIDADES MOTRICES BÁSICAS DEL OS NIÑOS CON SINDROME DE DOWN			
INSTITUCIÓN	FUNDACIÓN VIRGEN DE LA MERCED	PRE-PRUEBA	
NOMBRES Y APELLIDOS	ADRIAN ALEMAN	EDAD DEL NIÑO /A	12
DISCAPACIDAD	SINDROME DE DOWN	NIVEL	
HABILIDAD	CUADRÚPEA Y TREPAP	FECHA DE LA EVALUACIÓN	17-mar-10

FOTO

ORD	CARACTERISTICA	VALORACIÓN			
		A	B	C	D
1	SE DESPLAZA GATEANDO CON DIRECCIÓN				
2	SE DESPLAZA GATEANDO SIN DIRECCIÓN				
3	SE DESPLAZA GATEANDO CON 6 PUNTOS DE CONTACTO				
4	SE DESPLAZA GATEANDO CON 4 PUNTOS DE CONTACTO				
5	TREPA UN OBSTÁCULO SIN DIFICULTAD				
6	TREPA UN OBSTÁCULO CON DIFICULTAD				
7	SUBE LAS ESCALERAS SIN PROBLEMAS				
8	SUBE LAS ESCALERAS CON PROBLEMAS				

NOTA.- A EXCELENTE
 B MUY BUENA
 C BUENA
 D REGULAR

OBSERVACIÓN

ANEXO "G"

Galería de fotos



Desplazamiento a un ritmo fuerte (carrera) con o sin objetos en una dirección establecida manteniendo el control y postura del cuerpo por un tiempo determinado.



Toma de objetos coordinadamente y un desplazamiento hacia una dirección establecida manteniendo el control del cuerpo y el objeto



Toma de objetos con o sin asistencia y desplazarse hacia una dirección establecida v lanzar el objeto.



Desarrollo de la motricidad fina y trepar pequeños obstáculos utilizando las cuatro extremidades de acuerdo a sus posibilidades v limitaciones de cada uno



Atrapar y depositar objetos de diferente forma y tamaños, desarrollar la motricidad fina con ayuda v sin ella.



Desplazarse en una dirección establecida manteniendo el control y dominio de su cuerpo durante el movimiento adoptando la posición correcta.



Caminar con asistencia con niños que requieran y gatear utilizando los cuatro puntos de contacto transportando objetos



Coger y lanzar objeto hacia una dirección establecida, desarrollo de la motricidad fina con las figuras encajables.



Desarrollo de la motricidad fina con figuras engarzables, toma de objetos durante el desplazamiento manteniendo el control y dominio del cuerpo.



Caminar por una línea trazada manteniendo su control y postura del cuerpo, realizar saltos con ayuda de objetos manteniendo el control y dominio del cuerpo.



Toma de objetos y desplazamiento hacia una dirección ubicando los objetos en el lugar correcto, gatear manteniendo los cuatro puntos de contacto hacia una dirección establecida.



Toma de objetos y desplazamiento hacia una dirección ubicando los objetos en el lugar correcto, gatear manteniendo los cuatro puntos de contacto hacia una dirección establecida chicos.